

ARTÍCULO ORIGINAL

<https://dx.doi.org/10.14482/sun.42.02.302.214>

# El estrés parental y las competencias emocionales explican la satisfacción y la sobrecarga en abuelas mexicanas cuidadoras de nietos

*Parental Stress and Emotional Competencies as Predictors of Satisfaction and Burden in Mexican Grandmothers who Care for their Grandchildren*

JOSUÉ ARTURO MEDINA-FERNÁNDEZ<sup>1</sup>, ISAÍ ARTURO MEDINA-FERNÁNDEZ<sup>2</sup>,  
NISSA YAING TORRES-SOTO<sup>3</sup>, ANA LAURA CARRILLO-CERVANTES<sup>4</sup>,  
BEATRIZ MARTÍNEZ-RAMÍREZ<sup>5</sup>, GABRIELA ALEJANDRINA SUÁREZ-LARA<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Doctor en Salud Pública. Profesor e investigador, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo (México). [josue.medina@uqroo.edu.mx](mailto:josue.medina@uqroo.edu.mx). <https://orcid.org/0000-0003-0588-9382>

<sup>2</sup> Doctor en Salud Pública. Profesor e investigador, Universidad Autónoma de Coahuila (México). [isai-medina@uadec.edu.mx](mailto:isai-medina@uadec.edu.mx). <https://orcid.org/0000-0003-2845-4648>

<sup>3</sup> Doctora en Ciencias Sociales. Profesora e investigadora, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo (México). [nissa.torres@uqroo.edu.mx](mailto:nissa.torres@uqroo.edu.mx). <https://orcid.org/0000-0003-3646-6649>

<sup>4</sup> Doctora en Ciencias de la Enfermería. Profesora e investigadora, Universidad Autónoma de Coahuila (México). [anacarrillo@uadec.edu.mx](mailto:anacarrillo@uadec.edu.mx). <https://orcid.org/0000-0003-2920-4675>

<sup>5</sup> Doctora en Salud Pública. Profesora e investigadora, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo (México). [beatriz.martinez@uqroo.edu.mx](mailto:beatriz.martinez@uqroo.edu.mx). <https://orcid.org/0000-0001-8617-4279>

El estrés parental y las competencias emocionales explican la satisfacción y la sobrecarga en abuelas mexicanas cuidadoras de nietos

Josué Arturo Medina-Fernández,  
Isaí Arturo Medina-Fernández,  
Nissa Yaing Torres-Soto,  
Ana Laura Carrillo-Cervantes,  
Beatriz Martínez-Ramírez,  
Gabriela Alejandrina Suárez-Lara

<sup>6</sup> Licenciada en Medicina, Universidad Modelo. [gabriela.suarez@modelo.edu.mx](mailto:gabriela.suarez@modelo.edu.mx),  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1208-7505>

**Correspondencia:** Josué Arturo Medina-Fernández. [josue.medina@uqroo.edu.mx](mailto:josue.medina@uqroo.edu.mx)

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar el porcentaje de predicción del estrés parental y competencia emocional sobre la satisfacción y sobrecarga del rol en las abuelas cuidadoras de nietos.

**Métodos:** Cuantitativo correlacional-explicativo. La muestra fue de 108 abuelas cuidadoras cuantificada con el programa G\*Power®, recolectada por un muestreo a conveniencia. Se aplicó un perfil demográfico, el Índice de Estrés Parental, la escala de competencia emocional, subescala de satisfacción del cuidado y la escala Zarit. Se aplicó estadística descriptiva e inferencial (Spearman y dos modelos de regresiones lineal). Esta investigación contó con la aprobación de un comité de ética registrado.

**Resultados:** La M de edad de las abuelas cuidadoras fue 67.03 años ( $DE = 6.4$ ), cuida al menos un nieto ( $M 1.3, DE = .5$ ), con un tiempo de cuidado promedio de 5.21 días semanales ( $DE = 1.4$ ). La mayoría es casada (50.9%), teniendo la razón de cuidado predominante porque el hijo labora (69.4%). El estrés parental y la competencia emocional tiene un poder de explicación alto respecto a la satisfacción del rol ( $F = 24.97, R^2 = .322, p < 0.05$ ) y la sobrecarga del rol ( $F = 33.29, R^2 = .388, p < 0.05$ ).

**Conclusión:** Se confirma que el estrés parental y la competencia emocional tienen un impacto en las abuelas cuidadoras de nietos, explicando el 32.2% de la satisfacción con su rol y el 38.8% de la sobrecarga del rol. Los resultados resaltan los beneficios de abordar el estrés parental y fortalecer la competencia emocional entre las abuelas cuidadoras de nietos, ya que esto podría aumentar significativamente su satisfacción con el rol y reducir la sobrecarga asociada.

**Palabras clave:** estrés psicológico, emociones, desempeño del papel, cuidadores de pacientes, anciano.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the percentage of prediction of parental stress and emotional competence on role satisfaction and burden in grandmothers caring for grandchildren.

**Methods:** A quantitative, correlational-explanatory study was conducted. The sample consisted of 108 caregiving grandmothers—a size determined using the G\*Power® software—collected through convenience sampling. A demographic profile, the parental stress index, the emotional competence scale, the care satisfaction subscale, and the Zarit scale were applied. Descriptive and inferential

El estrés parental y las competencias emocionales explican la satisfacción y la sobrecarga en abuelas mexicanas cuidadoras de nietos

Josué Arturo Medina-Fernández,  
Isaí Arturo Medina-Fernández,  
Nissa Yaing Torres-Soto,  
Ana Laura Carrillo-Cervantes,  
Beatriz Martínez-Ramírez,  
Gabriela Alejandrina Suárez-Lara

statistics, including Spearman and two linear regression models, were utilized. The study received approval from a registered ethics committee.

**Results:** The mean age of caregiving grandmothers was 67.03 years ( $SD = 6.422$ ), they care for at least one grandchild ( $M 1.3, SD = 0.538$ ), with an average care time of 5.21 days per week ( $SD = 1.434$ ). The majority are married (50.9%), with the predominant reason for caregiving being that the child works (69.4%). Parental stress and emotional competence have a high explanatory power regarding role satisfaction ( $F = 24.972, R^2 = 0.322, p < 0.05$ ) and role burden ( $F = 33.291, R^2 = 0.388, p < 0.05$ ).

**Conclusion:** It is confirmed that parental stress and emotional competence have an impact on grandmothers caring for grandchildren, explaining 32.2% of role satisfaction and 38.8% of role burden. The results highlight the importance of addressing parental stress and strengthening emotional competence among grandmothers caring for grandchildren, as this approach could significantly increase their role satisfaction and reduce the associated burden.

**Keywords:** stress, psychological, emotions, role playing, caregivers, aged.

## INTRODUCCIÓN

Estudiar a las abuelas cuidadoras de nietos desde la perspectiva de las ciencias de la enfermería es relevante debido a las múltiples dimensiones de la salud que intervienen en su rol. Comprender estas dinámicas permite a los profesionales de enfermería contribuir al diseño de políticas públicas que reconozcan y atiendan las necesidades particulares de este grupo.

Dicha problemática a nivel mundial inició a mediados del siglo pasado junto con el envejecimiento de la población. En México, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), el 9.15 % de las mujeres se encuentra en la transición hacia la vejez, es decir, en la etapa de adultez media, entre 40 y 59 años. Además, el 6.4 % de las mujeres se encuentra en la etapa de vejez, es decir, con 60 años o más (1, 2).

Este cambio demográfico ha propiciado la aparición de nuevos roles en las relaciones y transiciones intergeneracionales, como el cuidado familiar de los nietos por parte de las abuelas y la creciente participación femenina en el mercado laboral, además de la transformación de las estructuras y dinámicas en las unidades de convivencia (3).

En Latinoamérica, y particularmente en México, estudios han documentado que las abuelas desempeñan un papel cada vez más relevante en la crianza y cuidado de los nietos, motivado por diversos factores socioeconómicos, como la migración parental, el trabajo informal y la falta de servicios de cuidado infantil accesibles y de calidad (2). Esta labor ha sido tradicionalmente percibida como una expresión de cariño y afecto, en la que predominan experiencias placenteras como la transmisión de conocimientos y el reforzamiento de vínculos afectivos. Sin embargo, en los últimos años se ha documentado que dicho rol ha transitado hacia una forma más constante y obligatoria de apoyo a las familias, con repercusiones en la salud física y emocional de las abuelas cuidadoras (4). Por ello, comprender las experiencias y desafíos que enfrentan las abuelas cuidadoras en la región es fundamental para el diseño de políticas públicas que reconozcan su contribución y respondan a sus necesidades de salud y bienestar.

El cuidado mencionado anteriormente se denomina “abuelidad” y se define como la relación, tanto intrapsíquica como interpersonal, entre abuelos y nietos, junto con los efectos psicológicos derivados de este vínculo. Se considera un lazo de parentesco con una estructura psíquica y un proceso de desarrollo (5). Este rol de cuidado hacia los nietos, ejercido predominantemente por mujeres en la actualidad, se considera un tipo de cuidado familiar porque abarca al menos tres áreas: el material, que implica trabajo; la económica, que implica un costo; y la psicológica, que implica un vínculo emocional (5-7).

En este contexto, este rol puede tener un impacto biológico, psicológico y social, ya que puede generar preocupaciones y afectar negativamente la salud de las cuidadoras (8). El cuidado prolongado de los nietos aumenta la probabilidad de desarrollar alguna patología, así como problemas psicológicos como el estrés parental, insatisfacción con el rol, sobrecarga del rol cuidador y alteraciones en las competencias emocionales.

Con base en lo anterior, es importante definir las variables de estudio. El estrés parental se refiere a la reacción emocional adversa que experimenta la abuela ante las demandas de su rol como cuidadora de sus nietos, incluyendo su socialización y crianza (9). Las competencias emocionales se definen como la capacidad para enfrentar su rol de cuidadoras y educadoras de sus nietos, así como la percepción de sus habilidades para controlar el estrés, desarrollar seguridad, conciliar esta función con sus actividades personales y mantener la autorregulación emocional en el ejercicio de su rol (10).

Asimismo, la satisfacción con el rol se refiere al estado emocional resultante de evaluar como adecuado o no el cuidado brindado a los nietos, lo cual puede afectar la salud mental y física. Aunque existe una visión positiva de este rol, esta tiende a desvanecerse cuando la atención a los nietos es de tiempo completo y lleva a desempeñar un papel que no corresponde generacionalmente, incompatible con el disfrute y la permisividad que caracterizaban el papel anterior (11). Por otro lado, la sobrecarga del rol se refiere a la percepción de que las demandas acumuladas de sus múltiples roles exceden el tiempo, la energía y las habilidades disponibles, lo cual impide que el individuo cumpla adecuadamente con las exigencias de sus diversos roles, tanto para su propia satisfacción como la de los demás (12).

Señalado lo anterior, la importancia de estudiar las abuelas cuidadoras de nieto inicia por los roles familiares en constante cambio, y existe una adaptación a las necesidades y exigencias de la vida moderna, en la que las cuidadoras familiares tienen un efecto negativo desde lo económico hasta el vínculo emocional y físico.

Esta investigación proporciona evidencia científica sobre el fenómeno de las abuelas mexicanas cuidadoras de nietos y su impacto en su salud integral, permitiendo visibilizar el problema a través de un modelo explicativo que servirá como base para el desarrollo futuro de intervenciones de enfermería en entornos individuales o familiares, considerando las condiciones de transición y los patrones de respuesta. Aunado a esto, estudiar cómo el estrés parental y las competencias emocionales influyen en la satisfacción y la sobrecarga de estas cuidadoras aporta significativamente al campo de la enfermería desde una perspectiva social y disciplinar. Socialmente, facilita la comprensión de las necesidades emocionales y de salud de este grupo vulnerable, promoviendo intervenciones que mejoren su bienestar integral y la calidad del cuidado que brindan. Desde el ámbito disciplinar, amplía el conocimiento sobre el impacto del estrés y las habilidades emocionales en roles de cuidado no tradicionales, fortaleciendo la formación y práctica enfermera para abordar integralmente las dinámicas familiares y comunitarias, mejorando así la atención centrada en el paciente y su entorno familiar.

## METODOLOGÍA

### Diseño de estudio, muestra y muestreo

Se empleó un diseño correlacional-explicativo. La población estuvo conformada por abuelas cuidadoras de nietos residentes en Quintana Roo (México). El tamaño de la muestra se estimó mediante el programa G\*Power® versión 3.1, considerando dos modelos de regresión lineal múltiple, una prueba bilateral, un tamaño del efecto de 0.15, una probabilidad de error tipo I de 0.05, una potencia estadística de 0.90 y tres predictores. Como resultado se determinó una muestra de 108 abuelas cuidadoras por estado. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, siempre y cuando cumpliera con los criterios de selección.

Criterios de inclusión: mujeres con edad mayor o igual de 40 años; ser residente de Quintana Roo; ser abuelas cuidadoras de nietos con un tiempo mínimo de seis meses ejerciendo el rol; tener a su cuidado nietos con una edad menor de 15 años; ser adulta mayor que cuide a su nieto en domicilio propio o de algún familiar y con 15 horas mínimo de cuidado a la semana.

Entre los criterios de exclusión se consideró a las abuelas cuidadoras con probable deterioro cognitivo (puntuación menor a nueve con la prueba Pfeiffer), con presencia de abandono o ausencia del cuidado de los padres hacia sus nietos, estar recibiendo remuneración económica a cambio del cuidado y no tener vínculo de consanguinidad con el menor o la menor que cuida.

### Instrumento de medición

**Perfil de la abuela cuidadora de nietos.** Este cuestionario fue elaborado por los autores y contiene preguntas que permiten recabar información de la abuela cuidadora de nietos respecto a la edad, estado civil, nivel de estudios, situación laboral actual, número de nietos que cuida, así como las horas de cuidado y edad de los nietos.

**Estrés parental.** El Índice de Estrés Parental es un instrumento conformado por 36 ítems; evalúa el estrés que se siente en el ejercicio de la abuelidad. Por otra parte, cuenta con una escala tipo Likert de 5 puntos, en la que 1 es igual a Totalmente en desacuerdo y 5, Totalmente de acuerdo. Respecto a la interpretación de los resultados, se menciona que a mayor puntuación, mayor estrés parental; cuenta con un Alfa de Cronbach de .91 (13).

**Competencias emocionales de abuelas.** Esta escala mide la competencia emocional con que los abuelos y abuelas afrontan su rol de cuidadores y educadores de sus nietos; está constituida por 10 ítems, medidos con escala tipo Likert de Nunca (1), A veces (2), Casi siempre (3) y Siempre (4). La puntuación oscila entre 10 a 40 puntos; a mayor puntuación, mayor competencia emocional; cuenta con un Alpha de Cronbach de .68 (14).

**Satisfacción del cuidado.** Para medir esta variable se usó la subescala de satisfacción del cuidado, que cuenta con 11 ítems que evalúan la existencia de distintos aspectos relacionados con la satisfacción en proporcionar cuidados en sus nietos. Las preguntas son de escala tipo Likert de cuatro puntos, desde Nada (0), Algo (1), Bastante (2) y Mucho (3), en la que a mayor puntuación, mayor satisfacción con el cuidado; cuenta con Alpha de Cronbach de .68 (15).

**Sobrecarga del rol.** La escala Zarit versión corta es un instrumento que mide la carga del cuidador primario informal; está constituida por 12 ítems. Las escalas de respuesta son de tipo Likert, con cinco opciones de respuesta: Nunca (1), Casi nunca (2), Algunas veces (3), Frecuentemente (4), Siempre (5). Este instrumento cuenta con un Alpha de Cronbach de .84 (16).

## Consideraciones éticas

La propuesta de investigación fue aprobada por el Comité de Investigación y el Comité de Ética de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo, cumpliendo con la Ley General de Salud en materia de investigación. Se aplicó el artículo 13, garantizando el respeto y bienestar de los participantes, protegiendo su autonomía y asegurando su derecho a decidir libremente sobre su participación. Además, se respetó la confidencialidad y anonimato de los datos, y no se causó daño o malestar a los sujetos de estudio.

El estudio fue considerado sin riesgo, y se destacó la importancia del consentimiento informado, explicando claramente los objetivos y procedimientos. Se siguieron los principios éticos establecidos en los artículos 13, 17, 18, 20 y 21 de la Ley General de Salud, protegiendo la dignidad y derechos de los participantes.

Finalmente, en cumplimiento con la Ley General de Protección de Datos Personales y la legislación estatal de Quintana Roo, los datos se usaron exclusivamente para fines de investigación,

adoptando las medidas legales y de seguridad necesarias para proteger la información personal de los participantes.

### Plan de análisis de datos

El procesamiento de la información de los datos cuantitativos se realizó con el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) de Windows versión 25. Se aplicó estadística descriptiva, como frecuencias, porcentajes, media, mediana y desviación estándar. Posteriormente se determinó la normalidad de las variables continuas mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Para determinar la relación de las variables se aplicó la prueba de Spearman, y para la predicción de las variables se aplicó dos modelos de regresión línea múltiple.

### Plan de recolección de datos

Para garantizar la transparencia y rigor metodológico en esta investigación, se especifica que la medición se llevó a cabo en Chetumal (Quintana Roo, México). El acceso a la población de estudio se realizó contactando a las participantes casa por casa. En cuanto al consentimiento informado, fue entregado en formato escrito y explicado verbalmente a cada participante antes de iniciar la recolección de datos, detallando los objetivos, procedimientos, beneficios y posibles riesgos del estudio. Se garantizó que la participación fuera voluntaria, confidencial y que las participantes pudieran retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

## RESULTADOS

Participaron en el estudio 108 adultas mayores cuidadoras de nietos, de las cuales tuvo una  $M$  de 67.0 años ( $DE = 6.4$ , Val Min =, Val Max =,  $IC = 65.8-68.2$ ); una  $M$  de 3 hijos ( $DE = 1.9$ ,  $IC = 3.2-3.9$ );  $M$  de nietos de 5 ( $DE = 5.2$ ,  $IC = 4.3-6.3$ ), una  $M$  1.3 de nietos que cuida ( $DE = 0.5$ ,  $IC = 1.2-1.4$ );  $M$  de edad del nieto que cuida de 7.4 años ( $DE = 4.0$ ,  $IC = 6.6-8.2$ ), con una  $M$  de 5.80 años de cuidado del nieto; una  $M$  de 5.21 días de cuidado semanal ( $DE = 1.4$ ,  $IC = 4.9-5.4$ ) y  $M$  de 47.9 horas de cuidado a la semana ( $DE = 47.9$ ,  $IC = 39.8-56.0$ ). En la tabla 1 se observa que la mayoría es casada, no padece enfermedad crónica, la razón de cuidado predominante es porque el hijo labora y se dedica a ser ama de casa.

**Tabla 1. Caracterización de las abuelas cuidadoras**

Variable	fr	%
Estado civil		
Casada	55	50.9
Viuda	28	25.9
Soltera	6	5.6
Separada/divorciada	17	15.7
Unión libre	2	1.9
Numero de enfermedades crónicas padecidas		
0	56	51.9
1	47	43.5
2	5	4.6
Razones de cuidado		
Necesidades económicas de mi hijo o hija	13	12
Por cuestiones laborales de mi hijo o hija	75	69.4
Por problemas legales de salud de mi hijo o hija	3	2.8
Por separación/divorcio de mi hijo o hija	6	5.6
Otras	11	10.2
Situación laboral de la cuidadora		
Trabaja formalmente, tiempo completo	9	8.3
Trabaja formalmente, tiempo parcial	14	13
No trabajo, soy jubilada	15	13.9
No trabajo, estoy desempleada	2	1.9
Soy ama de casa de tiempo completo	68	63

**Nota.** Fr = frecuencia, % = porcentaje.

**Fuente:** elaboración propia.

En la tabla 2 se presentan las puntuaciones medias de las escalas y subescalas de satisfacción con el rol, estrés parental, sobrecarga del cuidado y competencia emocional, las cuales resultan superiores a los valores de referencia reportados originalmente en la metodología.

**Tabla 2.** Caracterización de la satisfacción con el rol, estrés parental, sobrecarga del cuidado y competencias emocionales

Variable	M	DE	Val Min	Val Max	IC
Satisfacción con el rol	26.1	4.7	10	33	25.2-27.0
Satisfacción emocional	15.4	3.0	4	18	14.9-16.0
Satisfacción cognitiva	10.6	2.2	6	15	10.2-11.0
Estrés parental	80.9	19.9	41	131	76.2-83.9
Malestar parental	26.7	7.8	13	46	25.2-28.2
Disfunción abuela-nieto	25.5	59.1	12	46	24.0-27.0
Niño difícil	27.8	7.3	14	44	26.4-29.2
Sobrecarga del cuidado	21.8	8.0	12	60	20.3-23.3
Impacto en la salud	8.5	3.8	5	25	7.8-9.3
Relación interpersonal	7.7	3.5	5	25	7.0-8.4
Expectativas de autoeficacia	5.5	2.2	2	10	5.1-5.9
Competencia emocional	25.7	5.8	16	40	24.6-26.8
Estrés	8.6	9.0	3	12	8.2-9.0
Seguridad personal	7.1	1.2	4	9	6.9-7.4
Dificultad de circunstancias	5.6	2.4	3	12	5.2-6.1
Autorregulación emocional	4.2	2.3	2	8	3.7-4.6

**Nota.** M = mediana, DE = desviación estándar, Val Min = valor mínimo, Val Max = Valor máximo, IC = intervalo de confianza.

**Fuente:** elaboración propia.

En la tabla 3 se observa que un mayor estrés parental se relaciona con un mayor número de nietos a su cuidado y una menor satisfacción con el rol. Asimismo, se encontró que una mejor competencia emocional en las abuelas se relaciona con una mayor edad, un mayor número de nietos y una mayor sobrecarga del cuidado. De igual forma, a mayor sobrecarga del cuidado, mayor es el número de nietos atendidos y menor es la satisfacción con el rol.

**Tabla 3. Correlación de las variables sociodemográficas, satisfacción con el rol, estrés parental, sobrecarga del cuidado y competencia emocional**

Variable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Edad	1	0.48**	-0.27**	0.22*	-0.02	0.11	-0.12	0.11	0.35**
Número de nietos		1	0.19*	0.13	-0.01	0.04	0.00	0.20*	0.19*
Número de nietos a su cuidado			1	-0.039	0.00	-0.13	0.27**	0.08	-0.07
Edad del nieto				1	0.08	0.040	-0.22*	-0.13	0.02
Días de cuidado					1	-0.02	-0.09	0.01	-0.04
Satisfacción con el rol						1	-0.55**	-0.39**	0.04
Estrés parental							1	0.53**	-0.03
Sobrecarga del cuidado								1	0.23*
Competencia emocional									1

**Nota.** \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.001$ .

**Fuente:** elaboración propia.

Los resultados obtenidos del análisis de regresión por intro (ver tablas 4 y 5) muestran que al incorporarse la variable del estrés parental y la competencia emocional en ambos modelos tiene un poder de predicción alto del 32.2 % respecto a la satisfacción del rol ( $p < 0.05$ ) y de un 38.8 % ( $p < 0.05$ ) con la sobrecarga del rol, lo cual permite afirmar que los resultados son relevantes para la explicación de ambas variables.

**Tabla 4. Modelo explicativo de la satisfacción del rol**

Modelo	F	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	B	Error estándar	$\beta$	P	1- $\beta$	f <sup>2</sup>
Estrés parental	24.97	0.322	0.309	0.02	0.06	0.03	0.68	0.95	0.47
Competencia emocional				-0.13	0.01	-0.56	0.00		

**Nota.** F = Anova, R<sup>2</sup> = R<sup>2</sup> ajust,  $\Delta R^2$  = delta R<sup>2</sup>, B = beta no estandarizada,  $\beta$  = beta estandarizada, p = nivel de significancia, 1- $\beta$  = potencia estadística, f<sup>2</sup> = tamaño del efecto.

**Fuente:** elaboración propia.

**Tabla 5. Modelo explicativo de la sobrecarga del rol**

Modelo	F	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	B	Error estándar	β	p	1-β	f <sup>2</sup>
Estrés parental	33.29	0.388	0.376	0.28	0.10	0.20	0.00	0.95	0.63
Competencia emocional				0.24	0.03	0.61	0.00		

**Nota.** F = Anova, R<sup>2</sup> = R<sup>2</sup> ajust, ΔR<sup>2</sup> = delta R<sup>2</sup>, B = beta no estandarizada, β = beta estandarizada, p = nivel de significancia, 1-β = potencia estadística, f<sup>2</sup> = tamaño del efecto.

**Fuente:** elaboración propia.

Asimismo, los indicadores de colinealidad mostraron que el VIF (Variance Inflation Factor) fue superior a 10 y los valores de tolerancia fueron menores a 0.10 para ambos modelos, lo que indica la presencia de una colinealidad elevada entre los factores del modelo; por último, el indicador de Durbin Watson se ubicó dentro de las dos unidades para ambos modelos (modelo 1 = 1.81 y modelo 2 = 2.12), lo que permite confirmar que dichos resultados pueden ser generalizados.

## DISCUSIÓN

Este estudio examina una problemática que va en aumento en nuestra sociedad: el impacto emocional y psicológico que sufren las abuelas que asumen el cuidado de sus nietos. En numerosos hogares, las abuelas se han convertido en figuras clave, desempeñando funciones parentales adicionales que pueden generar tanto una gran satisfacción personal como una significativa sobrecarga.

Dicho lo anterior, se encontró a la abuela cuidadora con un promedio de 67 años, cuida al menos un nieto con una media de 7 años y realiza 5 días semanales de cuidado. Estos difieren de lo comparado con dos estudios realizados en el norte de México, en los que se halló menor edad del cuidador, menor edad del niño que cuida y menor cantidad de días semanales (17,18). De igual manera, en nuestro estudio, la mayoría es casada y la razón de cuidado predominante es porque el hijo labora. Esto coincide con estudios realizados en México (17,19), en los que se demostró que la estructura familiar extensa, común en la cultura mexicana, asigna un papel crucial a los abuelos en la crianza de los niños, lo cual brinda confianza y seguridad a los padres, que prefieren dejar a sus hijos al cuidado de familiares en lugar de cuidadores externos; aunado a que la falta de opciones de cuidado infantil asequibles y accesibles obliga a muchas familias a depender de los abuelos.

Esta práctica también se ve reforzada por la tradición y cultura en la que los abuelos participan activamente en la crianza, transmitiendo valores y conocimientos familiares (20, 21).

Con respecto a la satisfacción con el rol, en nuestro estudio se obtuvo una media de 26 puntos, por arriba de lo encontrado en el norte de México (18), China (22) y Estados Unidos (23). Esto nos habla de que, en algunas culturas, el cuidado de los nietos es visto como una extensión natural del rol de los abuelos y se asocia con un alto grado de respeto y gratitud, lo que aumenta la satisfacción. En contraste, en sociedades en las que se valora más la independencia individual, los abuelos pueden sentir que el cuidado de los nietos es una carga que limita su tiempo y libertad personal, lo cual disminuye su satisfacción.

En cuanto al estrés parental, la media en este estudio estuvo por encima de la reportada en investigaciones realizadas en México (19) y Estados Unidos (24), y por debajo de la encontrada en Uganda (25). Esto refleja que los contextos situacionales y culturales influyen en las experiencias de cuidado, dependiendo de las problemáticas nacionales. Por ejemplo, en Uganda, la principal causa es la muerte por VIH, que deja a muchos niños huérfanos al cuidado de sus abuelas; mientras que en Estados Unidos y México, el factor desencadenante es la globalización y las largas jornadas laborales de las mujeres, que obliga a las abuelas a asumir más días y horas de cuidado (26).

En cuanto a la sobrecarga del cuidado o del rol, la media obtenida fue de 21.86 puntos, por debajo de la reportada en estudios en México (18) y Holanda (27). Esto evidencia que existen diferencias sustanciales en la vivencia del cuidado entre países: en Holanda, ser abuelo se percibe como una experiencia mayormente positiva, mientras que en México muchas abuelas asumen el rol por obligación. Esta situación puede asociarse a mayores niveles de carga y a otros factores que aumentan la obligación, como la mala salud, el bajo nivel educativo y la presencia de responsabilidades adicionales, lo que incrementa el malestar en las cuidadoras. Sin embargo, el cuidado puede resultar gratificante cuando coexisten las experiencias positivas y negativas (28, 29).

Finalmente, en cuanto a la competencia emocional, la media en este estudio fue de 25.76 puntos, inferior a los hallazgos de Medina (19) en México y de Chen y Kar-man (30) en China. Esta diferencia puede explicarse porque muchas abuelas no han recibido educación formal ni entrenamiento en habilidades emocionales, ya que estos temas no eran prioritarios en generaciones

anteriores. Asimismo, los problemas de salud propios de la edad pueden interferir con su manejo emocional (31).

Por último, el estrés parental y la competencia emocional predice la satisfacción y sobrecarga del rol en un porcentaje mayor del 30 %. Esto se confirma con lo realizado en España (32,33), donde se demostró que el estrés parental, derivado de las múltiples responsabilidades y demandas de cuidar a los nietos, puede aumentar la sensación de sobrecarga y disminuir la satisfacción con el rol de cuidadora. Por otro lado, las competencias emocionales, que incluyen habilidades para manejar el estrés, la empatía y la comunicación efectiva, pueden mitigar el impacto del estrés, permitiendo a las abuelas controlar las demandas del cuidado y encontrar satisfacción en su rol. Así, una alta competencia emocional puede reducir la percepción de sobrecarga y aumentar la satisfacción, mientras que niveles altos de estrés parental sin el apoyo adecuado pueden tener el efecto contrario.

Dicho lo anterior, se recomienda que las abuelas cuidadoras empleen la reevaluación cognitiva en la regulación de las emociones, así como la adopción de conductas parentales más o menos autoritarias en su interacción diaria con los niños, buscando el desarrollo de una competencia de regulación de las emociones más fuerte en los niños en edad preescolar (30).

Este estudio se enmarca en la enfermería comunitaria y familiar, por lo que en el futuro podrían plantearse intervenciones multidisciplinarias destinadas a mejorar las competencias emocionales y reducir las variables afectadas en las abuelas cuidadoras de nietos.

## CONCLUSIÓN

Se confirma que el estrés parental y la competencia emocional tienen un impacto significativo en las abuelas cuidadoras de nietos, explicando el 32.2 % de la variabilidad en la satisfacción con su rol y el 38.8 % de la variabilidad en la sobrecarga del rol. Esto implica que cerca de una tercera parte de las diferencias en la satisfacción que experimentan las abuelas, así como casi el 40 % de las diferencias en su sensación de sobrecarga, pueden atribuirse a estos dos factores. Por tanto, los resultados resaltan la importancia de intervenir en el manejo del estrés parental y en el fortalecimiento de la competencia emocional, ya que al actuar sobre ellos es posible generar cambios

sustanciales en la calidad de la experiencia del cuidado, incrementando la satisfacción y disminuyendo la carga percibida por las abuelas cuidadoras.

Al implementar intervenciones focalizadas en estas áreas, se puede mejorar el bienestar emocional y funcional de las cuidadoras, promoviendo así una mejor calidad de vida tanto para ellas como para los nietos bajo su cuidado. A futuro, se propone desarrollar y evaluar programas de apoyo y capacitación específicos que incluyan técnicas de manejo del estrés y desarrollo de habilidades emocionales, así como crear redes de apoyo comunitarias para ofrecer un respaldo constante a estas abuelas cuidadoras.

**Financiación:** Los autores declaran que este proyecto no contó con financiamiento.

## REFERENCIAS

1. Instituto Nacional de Geriatria. Envejecimiento. 2017. Disponible en: <https://www.gob.mx/inger/articulos/instituto-nacional-de-geriatria>
2. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Población por edad y sexo. 2020. Disponible en: [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101243\\_1.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101243_1.pdf)
3. Sanjuán-Quiles Á, Alcañiz-Garrán MDM, Montejano-Lozoya R, Ramos-Pichardo JD, García-Sanjuán S. The perspective of caregivers from a gender analysis. *Rev Esp Salud Publica*. 2023 julio 7; 97.
4. Puentes J. Experiencias del adulto mayor en su cuidado al asumir el rol de cuidador de nietos [tesis de licenciatura]. Bogotá: Pontifica Universidad Javeriana; 2023.
5. Redler P. Abuelidad: más allá de la paternidad. Vol. 1. Editorial Legasa, editor. Buenos Aires.
6. Souralová A. Mother–grandmother contracts: Local care loops and the intergenerational transfer of childcare in the Czech Republic. *J Eur Soc Policy*. 2019;29(5):666-80.
7. Birchall J, Holt A. Who cares? The grandmother kinship carers shouldering the burden within a gendered care economy. *J Women Aging*. 2023;35(5):465-75.
8. Lee Y, Jang K. Mental health of grandparents raising grandchildren: understanding predictors of grandparents' depression. *Innov Aging*. 2019;3(1):S282-S282.
9. Oliveira NA de, Souza ÉN, Luchesi BM, Inouye K, Pavarini SCI. Stress and optimism of elderlies who are caregivers for elderlies and live with children. *Rev Bras Enferm*. 2017;70(4):697-703.

10. García V, Martínez R. Escala de Competencias Emocionales de Abuelos y Abuelas (ECEA). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*. 2018;4(49):107-20. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4596/459657524010/html/>
11. García Díaz V, Álvarez Blanco L, Iglesias García MT. La satisfacción subjetiva del abuelo y la abuela “canguro”. *Revista INFAD de Psicología International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 2020;2(1):63-70.
12. Yalcin BM, Pirdal H, Karakoc EV, Sahin EM, Ozturk O, Unal M. General health perception, depression and quality of life in geriatric grandmothers providing care for grandchildren. *Arch Gerontol Geriatr*. 2018; 79:108-15.
13. Díaz A, Brito A, López A, Pérez J, Martínez M. Estructura factorial y consistencia interna de la versión española del Parenting Stress Index-Short Form. *Psicothema*. 2010;22(4):1033-10388. Disponible en: [www.psicothema.com/pdf/3837.pdf](http://www.psicothema.com/pdf/3837.pdf)
14. García V, Martínez-González RA. Escala de Competencias Emocionales de Abuelos y Abuelas (ECEA). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*. 2018;49(4):106-20.
15. Triado C, Cledrán M, Conde L, Montor J, Pinazo S, Villar F. *Envejecimiento productivo: la provisión de cuidados de los abuelos a los nietos*. Madrid; 2008.
16. Aguiar N, Meira D, Raquel S. Escala de carga del cuidador de zarit: evidencia de validez. *Pisiconcología*. 2014;11(1):71-85.
17. Carrillo Cervantes AL, Sifuentes Leura D, Yam Sosa A, Cándila Celis J, González Tovar J, Esparza González SC. Calidad de vida en adultos mayores cuidadores de nietos del norte y suroeste de México. *Enfermería Global*. 2022;21(2):46-63.
18. Medina Fernández IA, Orozco González CN, Cervera Baas ME, Torres Soto NY, Carrillo Cervantes AL, Sifuentes Leura D. Efecto de la competencia emocional y satisfacción del cuidado otorgado en la sobrecarga de abuelas cuidadoras. *Index de enfermería*. 2023; e14507.
19. Medina I, Camarillo D, Esquivel M, Carrillo A. Competencias emocionales y estrés percibido de abuelas cuidadoras de nietos de Saltillo, Coahuila. En: Duran T, Rendón L, editores. *Innovación del cuidado en las personas adultas mayores*. Ciudad de México: La biblioteca; 2023. p. 117-23.
20. Agila Tene CE, Balseca Basantes JE. Estudio del fenómeno de las abuelas y los abuelos cuidadores. *Revista de Investigación Enlace Universitario*. 2020;19(2):108-18.

21. Weisbrot M. Conceptos y percepciones de las abuelas sobre el cuidado de sus nietos. Estudio cualitativo en una población del Hospital Italiano de Buenos Aires. *Arch Argent Pediatr*. 2012;110(2):126-31.
22. Shen K, Yang X. Caring for grandchildren and life satisfaction of grandparents in China. *Aging Health Res*. 2022;2(3):100095.
23. Mendoza AN, Fruhauf CA, MacPhee D. Grandparent Caregivers' Resilience: Stress, Support, and Coping Predict Life Satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*. 2020;91(1):3-20.
24. Xu Y, Wu Q, Jedwab M, Levkoff SE. Understanding the Relationships between Parenting Stress and Mental Health with Grandparent Kinship Caregivers' Risky Parenting Behaviors in the Time of COVID-19. *J Fam Violence*. 2022;37(5):847-59.
25. Matovu SN, Wallhagen MI. Perceived Caregiver Stress, Coping, and Quality of Life of Older Ugandan Grandparent-Caregivers. *J Cross Cult Gerontol*. 2020;35(3):311-28.
26. Chan ACY, Lee SK, Zhang J, Banegas J, Marsalis S, Gewirtz AH. Intensity of Grandparent Caregiving, Health, and Well-Being in Cultural Context: A Systematic Review. *Gerontologist*. 2023;63(5):851-73.
27. Grünwald O, Damman M, Henkens K. The experiences of grandparents looking after their grandchildren: examining feelings of burden and obligation among non-custodial grandparents. *Ageing Soc*. 2022;1-18.
28. Martínez-Espinosa A, Gaxiola Robles Linares SC. De la satisfacción al malestar social: abuelas cuidadoras de escolares en la Zona Metropolitana de Toluca. *Papeles Poblac*. 2020;25(100):217-43.
29. Marhankova J. 'I want (to be) an active grandmother' – activity as a new normative framework of subjective meanings and expectations associated with the grandmother role. *Ageing Soc*. 2019;39(8):1667-90.
30. Qiu C, Kar-Man K. Relations between caregivers' emotion regulation strategies, parenting styles, and preschoolers' emotional competence in Chinese parenting and grandparenting. *Early Child Res Q*. 2022;59(2):121-33.
31. Rodríguez C, Peralta C. Aspectos del cuidado asociados al bienestar subjetivo de abuelas que cuidan a sus nietos [Tesis de licenciatura]. Santiago: Universidad de Chile; 2017. Disponible en: <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/174164/Aspectos%20del%20cuidado%20asociados%20al%20BS%20de%20abuelas%20que%20cuidan%20a%20sus%20nietos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

El estrés parental y las competencias emocionales explican la satisfacción y la sobrecarga en abuelas mexicanas cuidadoras de nietos

Josué Arturo Medina-Fernández,  
Isaí Arturo Medina-Fernández,  
Nissa Yaing Torres-Soto,  
Ana Laura Carrillo-Cervantes,  
Beatriz Martínez-Ramírez,  
Gabriela Alejandrina Suárez-Lara

32. Mansilla-Domínguez JM, Recio-Vivas AM, Lorenzo-Allegue L, Cachón-Pérez JM, Esteban-Gonzalo L, Palacios-Ceña D. The role of duty, gender and intergenerational care in grandmothers' parenting of grandchildren: a phenomenological qualitative study. *BMC Nurs.* 2024;23(1):477.
33. Gimenez-Serrano S, Alcaide M, Reyes M, Zacarés JJ, Celdrán M. Beyond Parenting Socialization Years: The Relationship between Parenting Dimensions and Grandparenting Functioning. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(8):4528.