

# Estudio descriptivo sobre la ansiedad y estrés percibido en padres con niños diagnosticados con trastorno de espectro autista (TEA)

*Descriptive study on anxiety and perceived stress in parents of children diagnosed with autism spectrum disorder (ASD)*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20798561>

**AUTORES:** Alex Joseph Bravo Rivas<sup>1\*</sup>  
Adonis Isidoro Ronquillo Luna<sup>2</sup>  
Noemi Juliana Uriarte Galarza<sup>3</sup>  
Aaron Miguel Barcos Pinela<sup>4</sup>

**DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA:** [abravor@fcjse.utb.edu.ec](mailto:abravor@fcjse.utb.edu.ec)

**Fecha de recepción:** 03 / 12 / 2025

**Fecha de aceptación:** 10 / 12 / 2025

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo describir los niveles de ansiedad y estrés percibido en padres de niños diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista (TEA), considerando el impacto emocional que genera este diagnóstico en las familias. Se trabajó con una muestra de 90 padres seleccionados mediante muestreo aleatorio simple a partir de una población de 116, aplicando un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental con alcance descriptivo de corte transversal. Como instrumentos se utilizaron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14), en conjunto de entrevistas semiestructuradas. Los resultados evidenciaron niveles considerables de ansiedad y estrés en los padres,

---

<sup>1\*</sup>Universidad Técnica de Babahoyo, [abravor@fcjse.utb.edu.ec](mailto:abravor@fcjse.utb.edu.ec) <https://orcid.org/0009-0002-8748-5196>

<sup>2</sup>Universidad Técnica de Babahoyo, [aronquillo1@fcjse.utb.edu.ec](mailto:aronquillo1@fcjse.utb.edu.ec) <https://orcid.org/0009-0004-9817-7206>

<sup>3</sup>Universidad Técnica de Babahoyo, [juriarte600@fcjse.utb.edu.ec](mailto:juriarte600@fcjse.utb.edu.ec), <https://orcid.org/0009-0003-5667-9366>

<sup>4</sup>Universidad Técnica de Babahoyo, [abarcos665@fcjse.utb.edu.ec](mailto:abarcos665@fcjse.utb.edu.ec) <https://orcid.org/0009-0004-6810-5105>

manifestándose principalmente en miedo, incertidumbre y angustia relacionadas con el futuro de sus hijos, la aceptación del diagnóstico y la falta de recursos disponibles. Se identificaron etapas emocionales como negación, tristeza, estrés y, en algunos casos, aceptación, así como desafíos asociados al desgaste físico y psicológico, tensiones familiares y presión económica. Además, se observó que los padres que acceden a información adecuada, redes de apoyo y acompañamiento profesional muestran mejores niveles de adaptación emocional, resiliencia y afrontamiento. Este estudio resalta la importancia de implementar estrategias de apoyo psicológico y capacitación para los padres, a fin de mejorar su bienestar emocional y favorecer un entorno positivo para el desarrollo de los niños con TEA.

**Palabras clave:** *Ansiedad, estrés percibido, trastorno del espectro autista, padres*

## **ABSTRACT**

This study aimed to describe the levels of anxiety and perceived stress in parents of children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD), considering the emotional impact of the diagnosis on families. The sample consisted of 90 parents selected through simple random sampling from a population of 116, using a quantitative, descriptive approach and a non-experimental, cross-sectional design. The Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Perceived Stress Scale (PSS-14), along with semi-structured interviews, were applied. The results revealed considerable levels of anxiety and perceived stress among parents, mainly expressed as fear, uncertainty, and distress related to their children's future, the acceptance of the diagnosis, and the lack of available resources. Emotional stages such as denial, sadness, stress, and in some cases acceptance were identified, as well as challenges related to emotional burden, physical and psychological exhaustion, family tensions, and economic pressures. Furthermore, parents who accessed appropriate information, support networks, and professional guidance showed better emotional adjustment, resilience, and coping. This study highlights the importance of implementing psychological support strategies and parent training programs to improve their emotional well-being and foster a positive environment for the development of children with ASD.

**Keywords:** *Anxiety, perceived stress, autism spectrum disorder, parents*

## **INTRODUCCIÓN**

El Trastorno del Espectro Autista (TEA) es una condición del neurodesarrollo caracterizada por alteraciones en la comunicación social, intereses restringidos y conductas repetitivas, que persisten a lo largo de la vida (American Psychiatric Association [APA], 2013). Estas manifestaciones, que varían en intensidad y forma, suelen acompañarse de dificultades en la regulación emocional, la comprensión social y la flexibilidad cognitiva, lo que convierte al TEA en un desafío no solo para quienes lo presentan, sino también para sus familias. Desde una perspectiva sistémica, el diagnóstico y la convivencia con un niño dentro del espectro impactan de manera transversal en la dinámica familiar, la estabilidad emocional y la salud mental de los padres, quienes se enfrentan a demandas constantes que pueden generar elevados niveles de ansiedad y estrés (Sánchez & Luque, 2024).

La ansiedad puede definirse como un estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación, aprensión y activación fisiológica, que aparece frente a situaciones percibidas como amenazantes, incluso cuando el peligro no está objetivamente presente (APA, 2018), esta definición también se la debe entender sobre todo como un concepto distinto al de un trastorno de la ansiedad, ya que la ansiedad es una respuesta normal y temporal ante una situación estresante, mientras que el trastorno de ansiedad implica una respuesta intensa, desproporcionada y persistente que interfiere significativamente con la vida diaria de la persona (Chacón et al., 2021). En tal sentido, la ansiedad puede presentarse como una reacción adaptativa normal, pero cuando es excesiva y sostenida en el tiempo, se convierte en un factor de riesgo para el bienestar emocional y físico de las personas; en el contexto de padres de niños con TEA, la ansiedad ha sido identificada como una respuesta frecuente asociada a las demandas de cuidado, las dificultades de comunicación y el estrés. Por otro lado, el estrés se considera como una respuesta natural que todos experimentamos frente a distintas situaciones cotidianas, aunque en ciertos casos puede actuar como un motor que impulsa a cumplir objetivos, cuando se mantiene también en el tiempo interfiere significativamente en el individuo generando sensaciones de pérdida de control, fatiga, dificultad para concentrarse e irritabilidad, ya que el estrés crónico puede además agravar problemas emocionales previos e incluso aumentar el riesgo de pensamientos suicidas (APA, 2018).

Diversas investigaciones han documentado que el cuidado de un hijo con TEA se asocia a una carga psicológica significativamente mayor en comparación con padres de niños con desarrollo típico o con otras discapacidades del neurodesarrollo (Al-Farsi et al., 2016; Bitsika et al., 2013). Esta sobrecarga emocional deriva de factores como la intensidad de los síntomas del niño, la dificultad para anticipar conductas, la rigidez cognitiva, los problemas de comunicación y los desafíos para acceder a redes de apoyo efectivas. A ello se suman las limitaciones económicas, la estigmatización social y la incertidumbre respecto al futuro del hijo, que incrementan el riesgo de padecer trastornos emocionales, especialmente ansiedad y depresión (Demirpençe Seçinti et al., 2024).

En este sentido, la literatura resalta la estrecha relación entre la salud mental parental y el bienestar infantil, autores como Piro-Gambetti et al. (2024) sostienen que la calidad de la relación de pareja y el equilibrio emocional de los padres inciden directamente en el funcionamiento psicológico del niño con autismo, configurando un modelo bidireccional de influencia familiar. Cuando el estrés y la depresión parental aumentan, se observa una disminución de la sensibilidad emocional, del uso de estrategias de afrontamiento adaptativas y de la capacidad de respuesta positiva frente a los comportamientos del hijo, lo que repercute negativamente en la conducta y regulación emocional del niño.

También es importante considerar que la satisfacción marital y la calidad del vínculo conyugal actúan como factores protectores ante el estrés parental. En un estudio longitudinal, Greenlee et al. (2021) demostraron que una menor satisfacción marital predice un aumento en los síntomas internalizantes y externalizantes de los niños con TEA, mediado por un estilo parental autoritario; de forma complementaria, Fagan y Lee (2013) hallaron que los conflictos de pareja y la falta de cooperación en la coparentalidad incrementan significativamente el nivel de estrés paterno, estableciendo un ciclo en el cual la tensión conyugal afecta la estabilidad emocional del hogar.

El bienestar emocional de las madres, en particular, ha sido objeto de múltiples análisis; Bagnato y Barboza (2019) revelaron que las madres de hijos con diagnóstico de TEA presentan un menor nivel de bienestar emocional y calidad de vida familiar, atribuible a la constante exposición a exigencias de cuidado intensivo y al escaso apoyo social percibido. En la misma línea, Tang et al. (2022) encontró que las madres reportan niveles más altos de ansiedad y depresión en comparación con los padres, y que dichas diferencias se agravan

conforme aumenta la severidad de los síntomas autistas. Estas condiciones hacen evidente la necesidad de implementar estrategias de acompañamiento psicológico que fortalezcan la resiliencia parental y reduzcan el desgaste emocional.

La resiliencia, definida como la capacidad para adaptarse positivamente ante la adversidad, emerge como un recurso fundamental para amortiguar el impacto del estrés, Bitsika et al. (2013) demostraron que incluso niveles moderados de resiliencia pueden atenuar la ansiedad y depresión en padres sometidos a altas demandas de cuidado, estos criterios coinciden con la revisión de Fernández y Espinoza (2019), quienes destacan la relevancia de promover intervenciones psicosociales orientadas a fortalecer los recursos internos y las redes de apoyo familiar como mecanismos de prevención del malestar emocional.

Por otro lado, los estilos de afrontamiento utilizados por los padres desempeñan un papel determinante en la forma en que enfrentan las exigencias del cuidado, Alós et al. (2022) encontró que los padres de niños con discapacidades tienden a emplear estrategias de evitación con mayor frecuencia que los de niños sin discapacidad, lo cual puede generar alivio momentáneo, pero incrementa el estrés a largo plazo. La gestión emocional, por tanto, constituye una variable crítica para la estabilidad psicológica de los cuidadores; en este sentido, Murdock et al. (2023) señala que la adecuada gestión de las emociones parentales repercute directamente en la comunicación y el comportamiento de los niños con TEA, mientras que la falta de regulación emocional incrementa los conflictos familiares y el deterioro del clima afectivo.

Los efectos del estrés parental no se limitan a la esfera emocional, sino que impactan también la dinámica familiar y la adaptabilidad del sistema. En Ecuador, Briceño (2019) evidenció que, aunque los niveles de estrés parental no predicen de manera significativa la adaptabilidad familiar, sí se mantienen presentes diversos grados de malestar y disfunción en la interacción padre-hijo, esto indicaría que las familias desarrollan estrategias compensatorias, pero que la carga emocional se mantiene, especialmente cuando no existen políticas públicas ni programas de apoyo psicológico sostenido.

La literatura internacional converge en que la cronicidad del estrés parental en contextos de TEA se asocia a un mayor riesgo de trastornos de ansiedad, según Chacón et al. (2021) señalan que la ansiedad, como respuesta natural al peligro, puede volverse patológica cuando las preocupaciones y la tensión se tornan persistentes e incontrolables, generando síntomas

que interfieren con la vida diaria, este tipo de ansiedad prolongada es común entre padres de niños con autismo, quienes viven en un estado de alerta constante debido a la imprevisibilidad del comportamiento de sus hijos.

La percepción del estrés parental, además, se relaciona con la manera en que los padres interpretan las dificultades emocionales y conductuales de sus hijos. Di Renzo et al. (2020) encontraron que los padres de niños con TEA presentan niveles más altos de estrés que los padres de niños con trastornos específicos del lenguaje, especialmente por la sensación de pérdida de control y la dificultad para manejar situaciones inesperadas. Estas experiencias suelen estar vinculadas con déficits en la regulación emocional, tanto del niño como del cuidador, lo cual refuerza la necesidad de intervenciones dirigidas a mejorar dichas competencias.

El papel del estigma internalizado como mediador del estrés parental ha sido analizado recientemente por Demirpençe et al. (2024), quienes concluyeron que las conductas problemáticas del niño y la percepción negativa que el cuidador tiene de sí mismo como padre o madre de un niño con autismo explican, en parte, los niveles de depresión y angustia emocional. Este estigma internalizado intensifica la culpa y la autoexigencia, generando un ciclo de malestar difícil de romper sin acompañamiento profesional.

Asimismo, las revisiones de Al-Oran y Khuan (2021) destacan que los principales predictores del estrés parental incluyen la severidad de los síntomas del TEA, los problemas de conducta y las dificultades socio-comunicativas. Dichos factores, junto con las variables sociodemográficas y de apoyo social, determinan la intensidad del malestar emocional experimentado. Frente a este panorama, los programas terapéuticos grupales, como la Rational Emotive Family Health Therapy (REFHT) evaluada por Ede et al. (2020), han mostrado efectos positivos sostenidos en la reducción del estrés y la mejora del afrontamiento emocional en padres de niños con TEA, confirmando la utilidad de las intervenciones psicológicas basadas en la reestructuración cognitiva.

El impacto del TEA trasciende la esfera emocional e incide también en aspectos funcionales como la alimentación. Pinheiro et al. (2019) validó una escala para evaluar el comportamiento alimentario en el autismo, destacando que los patrones rígidos y las dificultades sensoriales en la alimentación pueden representar fuentes adicionales de estrés y ansiedad para los padres, quienes deben enfrentar rutinas alimenticias altamente

estructuradas y resistentes al cambio. Estos elementos cotidianos, aunque aparentemente menores, acumulan una carga psicológica considerable que afecta la calidad de vida familiar. La bibliografía revisada converge en que el estrés y la ansiedad parental en familias con hijos dentro del espectro autista constituyen fenómenos multifactoriales, determinados por la interacción entre variables individuales (como la resiliencia, la regulación emocional o el estigma), familiares (satisfacción conyugal, cohesión, adaptabilidad) y contextuales (apoyo social, recursos económicos, políticas de salud mental). Estos factores actúan de forma recíproca, modulando la calidad de vida tanto del cuidador como del niño.

Desde esta perspectiva, el presente estudio tiene como objetivo general analizar los niveles de ansiedad y estrés parental en padres de niños con Trastorno del Espectro Autista, a fin de comprender las dinámicas psicológicas que emergen en el contexto familiar y aportar evidencia que sustente el diseño de estrategias de intervención orientadas al bienestar emocional de los cuidadores. Comprender la magnitud de estas variables resulta esencial para fortalecer la atención integral en salud mental, promover la resiliencia familiar y favorecer un entorno que potencie el desarrollo socioemocional de los niños con TEA.

## **METODOLOGÍA**

Esta investigación tiene un alcance descriptivo, cuyo propósito fue evaluar los niveles de ansiedad y estrés percibido en padres de niños diagnosticados con TEA, donde se buscó medir y recoger datos de manera independiente sobre estas variables, proporcionando una visión precisa de sus dimensiones sin establecer relaciones causales entre ellas.

El diseño de la investigación fue no experimental, dado que no se realizó manipulación alguna de las variables, estas fueron observadas y analizadas en su contexto natural, permitiendo preservar las condiciones existentes y evitar cualquier influencia externa; asimismo, se utilizó un diseño transversal, recolectando la información en un único momento temporal, lo que permitió obtener una radiografía del estado emocional de los participantes en el periodo estudiado (Zamora y Flores, 2024).

La población estuvo conformada por 116 padres de niños diagnosticados con TEA, de los cuales se seleccionó una muestra de 90 participantes (véase Tabla 1). Se empleó un muestreo probabilístico aleatorio simple, garantizando que todos los integrantes de la población

tuvieran la misma probabilidad de ser incluidos en la muestra, lo que aseguró la representatividad de los datos obtenidos.

**Tabla 1**

*Tamaño de la muestra por medio de la fórmula de muestreo para poblaciones finitas*

Simbología y datos	Aplicación de la fórmula
$n$ = Tamaño de la muestra.	$n: \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{(e^2 \cdot (N - 1)) + (Z^2 \cdot p \cdot q)}$
$N$ = Tamaño de la población (116 estudiantes).	
$Z$ = Valor según el nivel de confianza (95% $\Rightarrow$ 1.96)	$n: \frac{116 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{(0.05^2 \cdot (116 - 1)) + (1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5)}$
$p$ = Proporción estimada de éxito (0.5)	
$q$ = Complemento de $p$ (0.5)	
$e$ = Margen de error (5% $\Rightarrow$ 0.05)	$n: 89.5 \Rightarrow 90$

*Fuente:* Elaborado por los autores de la investigación

Para la recolección de información se utilizaron diversas técnicas, entre ellas la aplicación de pruebas psicométricas, entrevistas semiestructuradas y observación directa. Las pruebas psicométricas constituyeron el eje principal de la evaluación, permitiendo identificar las características emocionales y psicológicas relevantes de los participantes. Las entrevistas semiestructuradas ofrecieron flexibilidad para profundizar en las experiencias y percepciones de los padres, mientras que la observación directa complementó la información al permitir registrar comportamientos y actitudes en su contexto habitual.

Los instrumentos utilizados incluyeron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), diseñado para evaluar la gravedad de los síntomas de ansiedad en adultos (Beck et al., 1988), y la Escala de Estrés Percibido (PSS), que permitió medir el grado en que los padres percibían sus vidas como estresantes (Cohen et al., 1983). De antesala, se empleó una entrevista, elaborada para recoger información cualitativa sobre las experiencias emocionales, los recursos de afrontamiento y las necesidades percibidas por los participantes.

El análisis de datos se realizó desde una perspectiva descriptiva, centrada en identificar tendencias, frecuencias y patrones predominantes en las variables estudiadas, con el objetivo de generar evidencia que aporte a la comprensión de las vivencias emocionales de los padres de niños con TEA y a la formulación de estrategias de intervención más adaptadas a sus necesidades.

## RESULTADOS

En este apartado se presentan los principales resultados obtenidos a partir de las entrevistas semiestructuradas realizadas a los padres de niños diagnosticados con TEA. Las entrevistas permitieron explorar aspectos emocionales, desafíos cotidianos, impacto relacional, necesidades de apoyo y estrategias de afrontamiento (véase Tabla 2). Los datos recogidos ofrecen una perspectiva rica y contextualizada sobre la experiencia de los cuidadores, permitiendo comprender en mayor profundidad las dimensiones emocionales asociadas al cuidado de niños con TEA.

**Tabla 2**

*Entrevista*

Pregunta	Síntesis de respuestas
1. ¿Cuál fue su reacción emocional inicial al recibir el diagnóstico de TEA de su hijo/a?	Predominaron emociones como miedo, preocupación y estrés por la incertidumbre sobre el impacto en la vida familiar. Algunos padres mostraron aceptación y buscaron apoyo profesional.
2. ¿Cuáles han sido los mayores desafíos emocionales que ha enfrentado en la crianza de su hijo/a con TEA?	Incertidumbre sobre el futuro, agotamiento emocional por las demandas diarias, presión económica por tratamientos, y estigmatización social.
3. ¿Cómo ha afectado el diagnóstico de su hijo/a en su relación de pareja, familia o entorno social?	Tensiones y retos en la pareja, aunque en algunos casos fortalecieron la unión. Apoyo desigual por parte de la familia; en algunos casos generó aislamiento y conflictos. Reducción de interacciones sociales, pero surgimiento de nuevas redes de apoyo.
4. ¿Qué recursos o apoyos considera que podrían mejorar su bienestar emocional como padre/madre de un niño/a con TEA?	Necesidad de apoyo psicológico para padres, programas de capacitación sobre TEA y fortalecimiento de redes de apoyo con familias en situaciones similares.
5. ¿Qué estrategias han utilizado para manejar las situaciones emocionales que se presentan por el diagnóstico de su hijo/a?	Búsqueda de apoyo en otras familias, organización de rutinas, técnicas de relajación y manejo del tiempo para reducir la sobrecarga emocional.

*Fuente:* Elaborado por los autores de la investigación

El análisis de las entrevistas muestra que el diagnóstico de TEA representa un impacto emocional significativo para los padres, marcado inicialmente por miedo y preocupación. Los desafíos emocionales se intensifican en el tiempo debido a la alta demanda de cuidado,

la incertidumbre sobre el futuro del niño y las dificultades económicas, generando un agotamiento sostenido.

En el ámbito relacional, se observan efectos ambivalentes: mientras que algunas parejas experimentan tensiones, otras fortalecen sus vínculos mediante el apoyo mutuo. Las relaciones familiares también son heterogéneas, oscilando entre el acompañamiento y el distanciamiento, mientras que las redes sociales tienden a reducirse, aunque a menudo surgen nuevas conexiones con personas en situaciones similares.

Los padres identifican como prioritarios el acceso a apoyo psicológico, la capacitación específica sobre TEA y el establecimiento de redes de apoyo entre cuidadores. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, destacan el valor del apoyo social, la organización del tiempo y las prácticas de autocuidado, las cuales son fundamentales para preservar el bienestar emocional.

El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) fue aplicado a los padres de familia de los niños con TEA del Centro Integral “Kraaker”, con el propósito de evaluar los niveles generales de ansiedad presentes en esta población (véase Tabla 3).

**Tabla 3**

*Resultados generales del inventario de ansiedad de Beck*

<b>Nivel de Ansiedad</b>	<b>%</b>	<b>Descripción general</b>
Leve	47,8%	Presentan ligera preocupación constante, dificultades leves para relajarse y tensiones ocasionales. Se manifiesta en temores por el futuro del hijo y preocupaciones moderadas.
Moderada	32,2%	Aparecen síntomas más notorios como nerviosismo frecuente, palpitaciones, dificultades para concentrarse, mayor agotamiento emocional y riesgo de aislamiento social.
Severa	20,0%	Los síntomas interfieren significativamente en la vida diaria, incluyendo pensamientos catastróficos, desesperación y, en algunos casos, ataques de pánico o aislamiento grave.
<b>Total</b>	<b>100%</b>	

*Fuente:* Elaborado por los autores de la investigación

Los resultados muestran que la mayoría de los padres evaluados (47,8%) presentan un nivel leve de ansiedad, lo que indica una preocupación persistente pero no incapacitante. Sin embargo, un porcentaje considerable (32,2%) se ubica en un nivel moderado, lo que refleja

una afectación más visible en su bienestar emocional y funcionamiento cotidiano. Alarmanamente, un 20,0% presenta ansiedad severa, lo que enfatiza la necesidad de intervenciones psicológicas oportunas para prevenir complicaciones mayores como depresión o agotamiento extremo.

Por otro lado, la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) fue aplicada para evaluar el nivel de estrés que perciben frente a las demandas de su entorno y las dificultades asociadas al diagnóstico de sus hijos (véase Tabla 4).

**Tabla 4**

*Resultados generales de la escala de estrés percibido*

<b>Nivel de Estrés Percibido</b>	<b>%</b>	<b>Descripción general</b>
Bajo (Controlable)	8,9%	Aunque enfrentan desafíos cotidianos, estos padres logran mantener su estabilidad emocional, buscan soluciones efectivas y mantienen una actitud positiva. Sin embargo, la carga emocional sigue presente y, sin manejo adecuado, puede incrementarse a largo plazo.
Moderado	17,8%	Presentan preocupaciones frecuentes, sensación de sobrecarga y fatiga emocional. Se sienten frustrados por el progreso lento de sus hijos y experimentan agotamiento conductual, afectando sus interacciones familiares.
A menudo estresados	26,7%	Manifiestan síntomas físicos (dolores de cabeza, tensión muscular, irritabilidad, insomnio), así como dificultades de regulación emocional y conflictos familiares. En este punto, es crucial considerar el acompañamiento profesional para evitar un deterioro mayor del bienestar.
Muy a menudo estresados	46,7%	Se observa angustia continua, agotamiento extremo y sensación de incapacidad para manejar las situaciones estresantes. Esto puede generar aislamiento social, síntomas depresivos y afectar tanto la salud mental de los padres como la relación con sus hijos, requiriendo intervención urgente.
<b>Total</b>	<b>100%</b>	

*Fuente:* Elaborado por los autores de la investigación

En este caso, los datos obtenidos en la PSS-14, reflejan que casi la mitad de los padres evaluados (46,7%) se encuentran en un nivel muy alto de estrés percibido, lo que refleja una vulnerabilidad significativa y la necesidad de apoyo psicológico urgente. Un porcentaje

importante (26,7%) presenta estrés frecuente con afectación física y emocional, mientras que solo un pequeño grupo (8,9%) mantiene un nivel de estrés bajo y manejable.

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) permiten visibilizar el impacto emocional significativo que enfrentan los padres de familia de niños diagnosticados con TEA. Los niveles elevados de ansiedad y estrés, identificados en una proporción considerable de la muestra, refieren no solo una carga emocional constante, sino también un desafío adaptativo que podría tener repercusiones tanto en el bienestar individual de los cuidadores como en la dinámica familiar en general.

## **DISCUSIÓN**

Los resultados obtenidos en este estudio permiten comprender con mayor profundidad la complejidad emocional que enfrentan los padres de niños diagnosticados con TEA. En coherencia con la literatura revisada, los niveles de ansiedad y estrés percibido identificados reflejan un patrón recurrente en contextos familiares donde las demandas de cuidado, las dificultades comunicativas y la incertidumbre sobre el desarrollo del niño se configuran como fuentes constantes de tensión psicológica (Al-Farsi et al., 2016; Demirpençe et al., 2024). La prevalencia de ansiedad leve en un 47,8% y de ansiedad severa en un 20% de la muestra coincide con interpretaciones que señalan que entre un 30% y un 50% de los padres de niños con TEA presentan sintomatología ansiosa clínicamente significativa (Tang et al., 2022; Bagnato & Barboza, 2019). Este panorama pone de manifiesto que la ansiedad no se limita a una respuesta inicial ante el diagnóstico, sino que tiende a mantenerse y, en algunos casos, a intensificarse con el tiempo debido a la persistencia de las demandas emocionales y conductuales del niño.

El análisis también se alinea con las conclusiones de Sánchez y Luque (2024), quienes destacan que la convivencia diaria con un niño dentro del espectro autista genera una sobrecarga psicológica progresiva que impacta tanto el bienestar individual de los padres como la dinámica familiar. El hallazgo de que el 46,7% de los participantes reportan niveles muy altos de estrés percibido se corresponde con los planteamientos de Al-Oran y Khuan (2021), quienes identifican que la severidad de los síntomas del TEA, las conductas disruptivas y la ausencia de apoyo social efectivo son los principales predictores del estrés

parental. La cronicidad del estrés en estos contextos puede derivar en agotamiento emocional, desregulación afectiva y conflictos conyugales, elementos que también se evidenciaron en las entrevistas semiestructuradas, donde los padres describieron tensiones de pareja y aislamiento social como consecuencias directas del diagnóstico.

La presencia simultánea de ansiedad y estrés observado en esta investigación refuerza la interdependencia entre ambas variables, tal como lo explican Chacón et al. (2021), al señalar que la ansiedad prolongada surge frecuentemente como una respuesta mantenida ante la percepción de falta de control y amenaza constante. En el caso de los padres de niños con TEA, dicha percepción se alimenta de la imprevisibilidad del comportamiento infantil y la dificultad para anticipar situaciones del entorno, lo que genera un estado permanente de alerta emocional. Esta condición se traduce en síntomas físicos y cognitivos como insomnio, irritabilidad, fatiga y pensamientos catastróficos, hallazgos que también fueron reportados en el grupo con ansiedad moderada y severa en el presente estudio.

El análisis complementa estos resultados al mostrar que el miedo y la incertidumbre fueron emociones predominantes tras el diagnóstico, seguidas por sentimientos de tristeza, frustración y preocupación por el futuro, este patrón coincide con el modelo de etapas emocionales descrito por Demirpençe et al. (2024), quienes identifican una transición desde la negación hacia la aceptación parcial, mediada por el estigma internalizado y las percepciones de incompetencia parental; dicho estigma, observado también en los testimonios analizados, incrementa la autocrítica y la sensación de insuficiencia, elementos que intensifican los niveles de ansiedad y estrés. De igual forma, los resultados del presente trabajo corroboran lo descrito por Piro-Gambetti et al. (2024), quienes resaltan la relación bidireccional entre la salud mental de los padres y el funcionamiento psicológico del niño, de modo que un incremento en la tensión emocional de los cuidadores tiende a agravar los síntomas conductuales del hijo, generando un ciclo recíproco de retroalimentación negativa. Otro aspecto relevante hallado en esta investigación es la variabilidad en la respuesta emocional entre los padres, aunque la mayoría presentó niveles elevados de ansiedad o estrés, un pequeño grupo (8,9%) manifestó una adecuada capacidad de afrontamiento y control emocional, aquel dato refuerza la noción de que existen factores protectores que modulan el impacto del diagnóstico, tal como lo sostienen Bitsika et al. (2013), quienes encontraron que incluso niveles moderados de resiliencia reducen significativamente la ansiedad y la

depresión en cuidadores. Los participantes de este estudio que reportaron mayor bienestar compartieron características como el acceso a redes de apoyo, información especializada sobre el TEA y acompañamiento profesional, hallazgos que se relacionan estrechamente con las conclusiones de Fernández y Espinoza (2019), quienes destacan la relevancia de las intervenciones psicosociales orientadas a fortalecer los recursos internos de afrontamiento. Asimismo, los resultados confirman la influencia de la calidad de la relación conyugal y la coparentalidad en la modulación del estrés, ya que los testimonios obtenidos revelaron que las parejas que mantienen comunicación asertiva y apoyo mutuo experimentan menor sobrecarga emocional, lo que coincide con las investigaciones de Greenlee et al. (2021) y Fagan y Lee (2013), quienes demostraron que la satisfacción marital actúa como un amortiguador frente a las tensiones derivadas del cuidado; contrariamente, las relaciones caracterizadas por el conflicto y la falta de cooperación tienden a exacerbar los niveles de estrés y ansiedad, configurando un ciclo de disfunción familiar que afecta tanto a los cuidadores como al niño.

Según el análisis, los participantes que reportaron prácticas de autocuidado, técnicas de relajación y búsqueda de apoyo social mostraron un mejor ajuste emocional, lo cual coincide con lo planteado por Murdock et al. (2023), quien sostiene que la gestión emocional parental influye directamente en la comunicación y comportamiento de los niños con TEA. De igual forma, la relevancia del apoyo comunitario y los espacios de capacitación fue ampliamente reconocida por los padres, reforzando la necesidad de políticas públicas que impulsen programas psicoeducativos sostenidos, tal como lo recomienda Briceño (2019) en el contexto ecuatoriano.

Los resultados nos permiten concluir que la ansiedad y el estrés parental en familias con hijos con TEA son fenómenos interdependientes, multidimensionales y mediados por variables individuales, familiares y contextuales. Los datos obtenidos evidencian que la falta de información, la ausencia de acompañamiento psicológico y las limitaciones económicas intensifican las respuestas emocionales negativas, mientras que el acceso a apoyo social, la resiliencia y la cooperación conyugal actúan como factores protectores. Esta interacción compleja coincide con los planteamientos de Ede et al. (2020), quien destaca la eficacia de las intervenciones grupales basadas en la reestructuración cognitiva, al facilitar espacios de apoyo emocional y fortalecimiento de habilidades de afrontamiento.

En términos prácticos, este estudio describe la necesidad de implementar estrategias integrales de apoyo dirigidas a los padres de niños con TEA, que incluyan atención psicológica, orientación familiar y formación en manejo conductual. Programas de intervención basados en la resiliencia y la educación emocional podrían contribuir a reducir la sobrecarga parental y promover entornos familiares más estables. Además, se recomienda profundizar en investigaciones longitudinales que evalúen la evolución del estrés y la ansiedad a lo largo del tiempo, considerando variables moderadoras como la severidad del TEA, el nivel socioeconómico y la disponibilidad de recursos terapéuticos.

En síntesis, los resultados confirman la convergencia entre la evidencia empírica y los resultados que se han obtenido, donde los padres de niños con TEA constituyen un grupo con alta vulnerabilidad emocional, donde la ansiedad y el estrés percibido se mantienen como respuestas predominantes frente a las demandas de cuidado y la incertidumbre del desarrollo infantil.

## **CONCLUSIONES**

El presente estudio permitió describir con precisión los niveles de ansiedad y estrés percibido en padres de niños diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista (TEA), evidenciando una vulnerabilidad emocional que afecta su bienestar psicológico y la dinámica familiar. Los resultados detallan una minoría con presencia de niveles altos de ansiedad (20%), y una mayoría con presencia de niveles altos de estrés (47%); confirmando así, que el proceso de ajuste emocional de los cuidadores es complejo y atraviesa distintas etapas, desde la negación inicial hasta la aceptación y la resiliencia.

Se destaca que las emociones predominantes tras el diagnóstico (miedo, angustia e incertidumbre) están fuertemente vinculadas a la preocupación por el bienestar futuro del niño y a las demandas que supone su crianza. Sin embargo, a medida que los padres acceden a recursos de apoyo, información especializada y acompañamiento terapéutico, logran fortalecer sus capacidades de afrontamiento, lo que favorece su adaptación emocional y mejora la calidad de vida familiar.

El impacto emocional no es estático ni irreversible, pues depende en gran medida del acceso a redes de apoyo, programas de intervención psicoeducativa y estrategias efectivas de afrontamiento. Aquello enfatiza la importancia de diseñar políticas, programas y servicios

que prioricen no solo la atención al niño con TEA, sino también el acompañamiento integral a sus cuidadores, entendiendo que su bienestar emocional es un pilar fundamental para el desarrollo positivo del niño y el fortalecimiento de la dinámica familiar.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Al-Farsi, O. A., Al-Farsi, Y. M., Al-Sharbati, M. M., & Al-Adawi, S. (2016). Stress, anxiety, and depression among parents of children with autism spectrum disorder in Oman: A case-control study. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 1943–1951. <https://doi.org/10.2147/NDT.S107103>
- Al-Oran, H. & Khuan, L. (2021). Predictors of parenting stress in parents of children diagnosed with autism spectrum disorder: a scoping review. *The Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*, 57, 103. <https://doi.org/10.1186/s41983-021-00345-w>
- Alós, F. J., García, A. G., & Maldonado, M. A. (2022). Coping strategies in parents of children with disabilities: A case-control study. *Brain and Behavior*, 12, 2701. <https://doi.org/10.1002/brb3.2701>
- American Psychiatric Association. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*. Editorial Médica Panamericana.
- American Psychiatric Association. (2018) Anxiety. *APA Dictionary of Psychology*. Obtenido el 09 de Mayo de 2025, <https://dictionary.apa.org/anxiety>
- American Psychiatric Association. (2018) Stress. *APA Dictionary of Psychology*. Obtenido el 09 de Mayo de 2025, <https://dictionary.apa.org/stress>
- Bagnato, M. J., & Barboza, E. (2019). El bienestar emocional en madres de hijos con diagnóstico de TEA. *Revista De Psicología*, 18(1), 46-60. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe027>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Bitsika, V., Sharpley, C.F. & Bell, R. (2013). The Buffering Effect of Resilience upon Stress, Anxiety and Depression in Parents of a Child with an Autism Spectrum Disorder.

- Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 25, 533–543.  
<https://doi.org/10.1007/s10882-013-9333-5>
- Briceño, G. R., & Giulliana, R. (2019). *Estrés parental y adaptabilidad familiar en padres de hijos con necesidades especiales de una escuela especial de Babahoyo, Ecuador* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión].  
<http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2920>
- Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., y Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.  
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396.  
<https://doi.org/10.2307/2136404>
- Di Renzo, M., Bianchi, F., Vanadia, E., Petrillo, M., Racinaro, L., & Rea, M. (2020). Parental perception of stress and emotional-behavioural difficulties of children with autism spectrum disorder and specific language impairment. *Autism & developmental language impairments*, 5. <https://doi.org/10.1177/2396941520971502>
- Demirpençe, D., Diş, D., Albayrak, Z. S., & Şen, E. (2024). Depression and parental distress among caregivers of autistic children: a serial mediator analysis in caregivers of autistic children. *BMC psychology*, 12(1), 339. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01704-x>
- Ede, M., Anyanwu, J., Onuigbo, L., Ifelunni, C., Alabi-Oparaocha, F., Okenyi, E., Agu, M., Ugwuanyi, L., Ugwuanyi, C., Eseadi, C., Awoke, N., Nweze, T. & Aigbodion, V. (2020). Rational Emotive Family Health Therapy for Reducing Parenting Stress in Families of Children with Autism Spectrum Disorders: A Group Randomized Control Study. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 38, 243–271.  
<https://doi.org/10.1007/s10942-020-00342-7>
- Fagan, J. & Lee, Y. (2014), Longitudinal Associations among Fathers' Perception of Coparenting, Partner Relationship Quality, and Paternal Stress during Early Childhood. *Family Process*, 53 (1), 80-96. <https://doi.org/10.1111/famp.12055>
- Fernández, M., & Espinoza, A. (2019). Salud mental e intervenciones para padres de niños con trastorno del espectro autista: Una revisión narrativa y la relevancia de esta

- temática en Chile. *Revista de Psicología*, 37(2), 643–682.  
<https://www.redalyc.org/journal/3378/337866616012/html/>
- Murdock, S., Andrade, J., Valdés, S., & Sarco, A. (2023). Gestión de las emociones en padres de niños con Autismo. *Revista Semilla Científica*, 1(4), 120–127.  
<https://doi.org/10.37594/sc.v1i4.1262>
- Pinheiro, C., Marcelino, G. & Pereira, M. (2019). Escala de Avaliação do Comportamento Alimentar no Transtorno do Espectro Autista: estudo de validação. *Journal Brasileiro de Psiquiatria*, 68(4). <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000246>
- Piro-Gambetti, B., Greenlee, J., Bolt, D., Papp, L. & Hartley, S. (2024) Parent-couple satisfaction, parent depression, and child mental health in families with autistic children. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1306456>
- Sánchez, J. & Luque, A. (2024). The Effect of Autism Spectrum Disorder on Family Mental Health: Challenges, Emotional Impact, and Coping Strategies. *Brain Sciences*, 14(11), 1116. <https://doi.org/10.3390/brainsci14111116>
- Tang, Y., Fang, S., Liu, X., Tao, M., Wu, D. & Jiang, L. (2022). Psychological distress in parents of children with autism spectrum disorder: A cross-sectional study based on 683 mother-father dyads. *Journal of Pediatric Nursing*, 65, 49-55.  
<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.02.006>
- Zamora W. y Flores J. (2024). Metodologías cuantitativa y cualitativa en la investigación científica: Un abordaje desde la epistemología. *Revista Jireh UML*, 4(2), 268–284.  
[https://revistajireh.uml.edu.ni/wp-content/uploads/v4n2\\_2024/24209.pdf](https://revistajireh.uml.edu.ni/wp-content/uploads/v4n2_2024/24209.pdf)