TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SOBRECARGA DE LOS CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LIMA METROPOLITANA"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Juan Francisco Lopez Mena (0000-0002-1327-7266)

Asesor:

Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez (0000-0002-7128-6830)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SOBRECARGA DE LOS CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LIMA METROPOLITANA"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Juan Francisco Lopez Mena (0000-0002-1327-7266)

Asesor:

Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez (0000-0002-7128-6830)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 09 de febrero de 2026.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente:	Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez	☐
Miembro:	Dra. Francis Angelica Vilela Tragodara	
Miembro:	Mag. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

"Bienestar psicológico y sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad en Lima Metropolitana", con el código de registro N° 927-2021-PRE18.

Presentada por el bachiller:

- Juan Francisco López Mena

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Asesorado por: Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime ( ) por mayoría simple (X) calificar a:

Tesista: Juan Francisco López Mena			Nota: Quince (15)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez
Presidente del Jurado

Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez
Asesor

Dra. Francis Angelica Vilela Tragodara
Miembro 1

Mag. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri
Miembro 2

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS

Lima, 20 de noviembre del 2025

Señor,

Dr. Percy Manuel Mayta Tristán

Vicerrectorado de Investigación

Universidad Científica del Sur

Presente. –

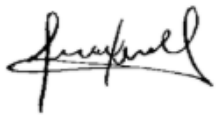
De mi consideración,

Yo: Juan Francisco López Mena; egresado de la carrera de Psicología de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con mi asesor Freddy Jaimes Álvarez, declaramos que este informe final de tesis de investigación titulado: Bienestar Psicológico y Sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad en Lima Metropolitana, sustentado para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos[14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,





---------- ----------

Firma de Tesista **Firma de Asesor de Tesis**

DNI: 72681449 **DNI: 09887233**

13 En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo Nº 084-2022-SUNEDU/CD

14 Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Bienestar psicológico y sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad en Lima Metropolitana

Autores. Juan Francisco Lopez Mena

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2900877486)

Código de registro. 927-2021-PRE18

Resultado de la evaluación. 8%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Dedicatoria

Dedico este trabajo a quienes han sido el soporte más importante a lo largo de mi vida y durante todo mi proceso de formación profesional. A mi madre, María, por su amor incondicional, su paciencia y por ser el ejemplo constante de esfuerzo, perseverancia y dedicación; gracias por creer siempre en mí y por acompañarme en cada paso de este camino. A mi tía, Doris, por su apoyo sincero, su confianza y por estar presente en los momentos en que más lo necesité. A mis abuelos, quienes han sido una inspiración y motivación permanente. Este logro también les pertenece, pues su apoyo y amor han sido fundamentales para llegar hasta aquí.

Agradecimiento

Quiero expresar mi agradecimiento a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron al desarrollo y culminación de este trabajo. A mi familia, por su apoyo incondicional, su comprensión y por motivarme a seguir adelante incluso en los momentos más difíciles de este proceso académico. A mis amigos, quienes me brindaron su compañía, ánimo y palabras de aliento durante esta etapa, convirtiéndose en un soporte importante a lo largo de este camino. A mi asesor de investigación, por su orientación, dedicación y conocimientos compartidos, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo y fortalecimiento de esta investigación. Finalmente, agradezco a la universidad por la formación académica recibida, por las oportunidades brindadas y por contribuir a mi crecimiento personal y profesional.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Bienestar Psicológico y Sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad en Lima Metropolitana

Psychological Well-Being and Caregiver Burden among Caregivers of Individuals with Disabilities in Metropolitan Lima.

López Mena Juan Francisco[1], Jaimes Álvarez Freddy[2]

[1] Afiliación: Carrera Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Científica del Sur. Dirección postal: Panamericana Sur Km 19, Villa el Salvador, Lima 15067, Perú. ORCID: 0000-0002-1327-7266

[2] Afiliación: Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Científica del Sur. Dirección postal: Av. Mariano Cornejo 745, Pueblo Libre, Lima 15081, Perú. ORCID: 0000-0002-7128-6830

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar el cómo se relaciona el bienestar psicológico y la sobrecarga en cuidadores de personas con discapacidad de Lima Metropolitana. Se aplico un enfoque cuantitativo, transversal, no experimental y de alcance correlacional. Participaron 350 cuidadores (175 formales y 175 informales), quienes completaron la "Escala de Bienestar psicológico de Riff" y la "Escala de Sobrecarga de Zarit". Los resultados evidenciaron una correlación negativa alta entre ambas variables (p=-0.738), reflejando que un incremento en la sobrecarga física y emocional disminuye el bienestar psicológico. Las dimensiones más afectadas fueron crecimiento personal, autoaceptación y dominio del entorno. Asimismo, no se encontraron diferencias significativas entre los tipos de cuidadores (formales e informales); no obstante, se identificaron variaciones según el tipo de discapacidad, evidenciando que cuidadores de personas con discapacidad sensorial presentan mayores niveles de bienestar psicológico. Finalmente, los hallazgos señalan la importancia de implementar programas de apoyo que contribuyan al fortalecimiento de la salud mental y física de los cuidadores.

Palabras clave: Bienestar psicológico, sobrecarga, discapacidad, cuidadores, salud mental.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Abstract

The present study aimed to analyse the relationship between psychological well-being and caregiver burden among caregivers of persons with disabilities in Metropolitan Lima. A quantitative approach was employed using a cross-sectional, non-experimental and correlational research design. The sample consisted of 350 caregivers (175 formal and 175 informal) who completed the *Ryff Psychological Well-Being Scale* and the *Zarit Caregiver Burden Interview*. The results revealed a strong negative correlation between the two variables ($r = -0.738$), indicating that increased physical and emotional burden is associated with lower levels of psychological well-being. The most affected dimensions were personal growth, self-acceptance and environmental mastery. Furthermore, no significant differences were found between formal and informal caregivers. However, variations were observed according to the type of disability, showing that caregivers of individuals with sensory disabilities reported higher levels of psychological well-being. Finally, the findings highlight the importance of implementing support programmes aimed at strengthening the mental and physical health of caregivers.

Keywords: Psychological well-being, burden, disability, caregivers, mental health.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis