

## Índice

Agradecimientos .....	3
Resumen .....	4
1. Introducción .....	8
2. Marco teórico .....	12
2.1. Dependencia y Familia: El Cuidado Informal .....	12
2.1.1. Pacientes dependientes .....	12
2.1.2. Cuidadores informales de pacientes dependientes .....	14
2.2. Apego.....	17
2.2.1. Teoría del Apego .....	17
2.2.2. Estilos de apego en la infancia .....	20
2.2.3. Apego adulto y regulación del afecto .....	22
2.2.4. Evaluación del apego adulto.....	24
2.3. Estrés.....	26
2.3.1. Teoría Transaccional del Estrés.....	26
2.3.2. Evaluación del estrés .....	30
2.4. Estrategias de Afrontamiento.....	32
2.4.1. Afrontamiento.....	32
2.4.2. Afrontamiento centrado en el problema y en la emoción.....	34

2.4.3.	Evaluación de las estrategias de afrontamiento .....	36
2.5.	Bienestar Psicológico.....	37
2.5.1.	Definición de bienestar .....	37
2.5.2.	Bienestar Psicológico .....	38
2.5.3.	Evaluación del Bienestar Psicológico .....	40
2.6.	Apego, Estrés, Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Cuidadores Informales .....	42
3.	Objetivos .....	48
3.1.	Objetivo general.....	48
3.2.	Objetivos específicos .....	48
4.	Hipótesis.....	49
5.	Método .....	51
5.1.	Participantes .....	51
5.2.	Diseño y procedimiento .....	53
5.3.	Instrumentos y variables .....	54
5.3.1.	Cuestionario de Aspectos Sociodemográficos .....	54
5.3.2.	Cuestionario de las relaciones-RQ de Bartholomew & Horowitz (1991).....	55
5.3.3.	Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21).....	57
5.3.4.	Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (WOCQ).....	58

5.3.5. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989).....	59
5.4. Plan de análisis.....	60
6. Resultados .....	63
7. Discusión y conclusión.....	73
8. Referencias .....	83
9. Anexos.....	95
Anexo 1: Estadísticos descriptivos y tablas de frecuencias para las variables sociodemográficas de la muestra en estudio.....	95
Anexo 2: Carta de solicitud para obtener acceso a la muestra.....	101
Anexo 3: Consentimiento informado.....	102
Anexo 4: Cuestionario de Aspectos Sociodemográficos .....	104
Anexo 5: Cuestionario de las relaciones-RQ de Bartholomew & Horowitz (1991).....	106
Anexo 6: Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) .....	107
Anexo 7: Cuestionario de Estilos de Afrontamiento versión Chilena (WOCQ-CI).....	108
Anexo 8: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989).....	110
Anexo 9: Estadísticos descriptivos para las variables en estudio .....	113
Anexo 10: Pruebas de normalidad para las variables en estudio .....	116