

HOJA INFORMATIVA No.2, Febrero/2020



Cuidador Agotado

Las tendencias actuales de envejecimiento en la población mundial traen aparejadas múltiples repercusiones socioeconómicas, máxime si se tiene en cuenta que para el año 2050, uno de cada cinco habitantes del planeta tendrá 60 años o más. Dicha situación tiene como base un aumento de las enfermedades no transmisibles, las cuales muestran una elevada prevalencia global, supone así, una importante carga derivada para el paciente, su familia, la sociedad y los sistemas de salud debido a su impacto global, ya que 15 millones de personas sufren un episodio de la enfermedad cada año, unos cinco millones desarrollan una discapacidad permanente, por lo que necesitan cuidado. Esta situación constituye un reto para la familia y la sociedad; en dicho contexto, el cuidador primario va a jugar un papel primordial en la estructura y dinámica de la familia, al brindar un mejor y mayor servicio dada la mayor pertinencia que va a adoptar esta persona para con el AM que está a su cuidado. El cuidador será la principal fuente de apoyo de los mayores dependientes, esto trae, en el cumplimiento de su labor, varias transformaciones en la vida cotidiana del cuidador, si se tienen en cuenta los requerimientos especiales de la atención a personas con necesidades especiales.

La experiencia de cuidar a una persona dependiente ha sido descrita por los cuidadores como una tarea exhaustiva y estresante, que está relacionada con los obstáculos que enfrentan las familias para cuidar y hacer frente al impacto de la enfermedad en la discapacidad y / o total dependencia, sobre todo porque los múltiples y variados cuidados que requiere un AM tras un ictus dificultan que los cuidadores puedan disponer del tiempo y las fuerzas necesarias para atenderse a sí mismos. En este sentido, el cuidado se asocia con consecuencias negativas para la salud física y mental de los cuidadores familiares, lo que influye además en un mal cuidado de la persona que tiene asignada, pues es usual que el cuidador asuma un papel desconocido por él. Por cuanto, en medio de su labor comienza a experimentar estrés y depresión, la vida cotidiana es perturbada, se origina una sensación de carga rigurosa; a la combinación de problemas mentales, sociales, económicos y físicos presentes en dichos individuos se le denomina: sobrecarga del cuidador.

Referencias Bibliográficas:

Fernández Vega D, Lorenzo Ruiz A, Zaldivar Vaillant T. Carga en cuidadores informales primarios de personas adultas con enfermedades neurológicas crónicas. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2019 Jun [citado 2019 Dic 05]; 45(2): e1510. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662019000200011&lng=es

Linares Cánovas LP, Lemus Fajardo NM, Linares Cánovas LB, González Corrales SC, Soto Álvarez EM. Comportamiento de la sobrecarga en cuidadores informales primarios de adultos mayores con accidente cerebrovascular. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 Dic [citado 2019 Dic 05]; 23(6): 884-98. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000600884&lng=es

Cordero Cabrera M, Ferro González B, García Veloz M, Domínguez Álvarez J. Cuidado informal al adulto mayor encamado en un área de salud. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 Abr [citado 2019 Dic 05]; 23(2): 195-203. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200195&lng=es

Puente D. Síndrome del Cuidador “quemado o agotado” [Internet]. 2019 Mar-31 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en:

<http://psiquiatriaintegral.com.mx/principal/?p=814>

Lara Cardentey L, Lemus Fajardo NM, Iglesias Rodríguez NP. Educación a los cuidadores: estrategia para lograr un envejecimiento saludable. Rev Podium [Internet]. 2019 Ago [citado 2019 Dic 05]; 14(2): 314-25. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522019000200314&lng=es

Martínez Debs L, Lorenzo Ruiz A, Llantá Abreu MC. Carga del cuidador en cuidadores informales primarios de pacientes con cáncer de cabeza y cuello. Rev Haban Cienc Méd [Internet]. 2019 Feb [citado 2019 Dic 05]; 18(1): 126-37. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2019000100126&lng=es

Síndrome del Cuidador: Cómo cuidar al que cuida [Internet]. 2019 Ene-8 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://neurorhb.com/blog-dano-cerebral/sindrome-del-cuidador-como-cuidar-al-que-cuida/>

El síndrome del cuidador: qué es y cómo prevenirlo [Internet]. España: Fundación Pasqual Maragall; 2019 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://blog.fpmaragall.org/sindrome-del-cuidador-que-es-y-como-prevenirlo>

Bello Carrasco LM, León Zambrano GA, Covená Bravo MI. Factores que predominan sobrecarga en el cuidador formal e informal geriátrico con déficit de autocuidado. Revista Universidad y Sociedad [Internet]. 2019 [citado 2019 Dic 05]; 11(5): 385-95. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202019000500385&lng=es&tlng=es

El síndrome del cuidador quemado una realidad invisible [Internet]. 2019 Abr-24 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://www.cuidum.com/blog/el-sindrome-del-cuidador-quemado/>

Serra Valdés M, Cordero López G, Viera García M. El maltrato a los ancianos o el no mejor trato. Realidad y retos. Medisur [Internet]. 2018 Abr [citado 2019 Dic 05]; 16(2): 233-40. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2018000200006&lng=es

Martínez Rodríguez L. Ansiedad, depresión y sobrecarga en cuidadores de adultos centenarios. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2018 Dic [citado 2019 Dic 05]; 44(4): 61-72. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662018000400061&lng=es

Hernández Ulloa E, Llibre Rodríguez JJ, Bosch Bayard R, Zayas Llerena T. Demencia y factores de riesgo en cuidadores informales. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2018 Dic [citado 2019 Dic 05]; 34(4): 53-63. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252018000400007&lng=es

El estrés de la dependencia: Síndrome del cuidador [Internet]. 2018 Jun-25 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://www.elrincondelcuidador.es/blog/sindrome-del-cuidador-el-estres-de-la-dependencia/>

Heredia Barroso D, Matos Premiot JY, Carbonell Noblet A, Simón Pineda M. Intervención educativa dirigida a los familiares de adultos mayores con enfermedades psiquiátricas. Rev Inf Cient [Internet]. 2018 Feb [citado 2019 Dic 05]; 97(1): 38-46. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332018000100038&lng=es

Lemus Fajardo NM, Linares Cánovas LB, Linares Cánovas LP. Nivel de sobrecarga de cuidadores de adultos mayores frágiles. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2018 Oct [citado 2019 Dic 05]; 22(5): 34-45. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942018000500008&lng=es

Reina Suárez M, Ramos Rangel Y, García Monzón L, González Suárez M. Creencias en salud y percepción de sobrecarga en cuidadores de pacientes con enfermedades oncológicas avanzadas. Medisur [Internet]. 2017 Jun [citado 2019 Dic 05]; 15(3): 310-7. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000300005&lng=es

González Guerra A, Fonseca Fernández M, Valladares González A, López Angulo L. Factores moduladores de resiliencia y sobrecarga en cuidadores principales de pacientes oncológicos avanzados. Rev Finlay [Internet]. 2017 Mar [citado 2019 Dic 05]; 7(1): 26-32. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342017000100005&lng=es

Sacre González MR, Velázquez Valdés MA, Castillo Ordaz M, Pastrana Trujillo L, Trujillo Morejón N. Caracterización de los cuidadores de adultos mayores hemipléjicos a causa de enfermedad cerebrovascular. MEDISAN [Internet]. 2017 Ago [citado 2019 Dic 05]; 21(8): 987-92. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000800004&lng=es

¿Qué es el Síndrome del cuidador/a agotado? [Internet]. 2017 Jul-26 [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://adamiapsicologia.wordpress.com/2017/07/26/1595/>

Pérez Rodríguez M, Álvarez Gómez T, Martínez Badaló EJ, Valdivia Cañizares S, Borroto Carpio I, Pedraza Núñez H. El síndrome del cuidador en cuidadores principales de ancianos con demencia Alzheimer. Gac Méd Espirit [Internet]. 2017 Abr [citado 2019 Dic 05]; 19(1): 38-50. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000100007&lng=es

Mesa Barrera Y, Hernández Rodríguez TE, Parada Barroso Y. Factores determinantes de la calidad de vida en pacientes sobrevivientes a un ictus. Rev Haban Cienc Méd [Internet]. 2017 Oct [citado 2019 Dic 05]; 16(5): 735-50. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2017000500007&lng=es

Casanova Moreno MC, Trasancos Delgado M, Prats Álvarez OM, Díaz Hernández G. Caracterización de ancianos frágiles con diagnóstico de diabetes tipo 2 y sus cuidadores. Gac Méd Espirit [Internet]. 2016 Abr [citado 2019 Dic 05]; 18(1): 22-32. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212016000100004&lng=es

Carreño Moreno S, Barreto Osorio RV, Duran Parra M, Ortiz Vilma T, Romero E. Habilidad de cuidado y sobrecarga en cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2016 Sep [citado 2019 Dic 05]; 32(3):. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192016000300009&lng=es

Mena Aragón E, Sánchez Sarduy M, Reyes Quintana Y, García Martín D. Eficacia de intervención educativa en conocimientos de cuidadores para prevenir el maltrato del adulto mayor. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2016 Jun [citado 2019 Dic 05]; 32(2): 237-45. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192016000200010&lng=es

Hidalgo Martinola DR, Turtós Carbonell L, Caballero Batista Á, Martinola Meléndez JR. Relaciones interpersonales entre cuidadores informales y adultos mayores. Revista Novedades en Población [Internet]. 2016 [citado 2019 Dic 05]; 12(24): 77-83. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782016000200006&lng=es&tlng=es

Llantá Abreu MC, Hernández Rodríguez K, Martínez Ochoa Y. Calidad de Vida en cuidadores primarios de pacientes oncopediátricos. Instituto Nacional de Oncología y Radiobiología. Rev Haban Cienc Méd [Internet]. 2015 Feb [citado 2019 Dic 05]; 14(1): 97-106. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2015000100014&lng=es

Sevilla Gómez G, López Rodríguez del Rey M. Propuesta de preparación para cuidadores asistenciales como promotores de salud. Medisur [Internet]. 2015 Oct [citado 2019 Dic 05]; 13(5): 663-76. Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2015000500014&lng=es

Díaz Alfonso H, Lemus Fajardo NM, Gonzáles Cosme W, Licort Monduy OL, Gort Cuba O. Repercusión ética del cuidador agotado en la calidad de vida de los ancianos. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2015 Mayo-Jun [citado 2019 Dic 05]; 19(3):. Disponible

en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942015000300011

Señales de que el cuidador está agotado y cómo prevenir ese agotamiento [Internet]. [citado 2019 Dic 05]. Disponible en: <https://espanol.vitas.com/family-and-caregiver-support/caregiving/caregiver-life-balance/signs-of-caregiver-burnout-and-how-to-prevent-it/>

Recursos de Información utilizados...



HInfoPinar / CPICM.PR

Universidad de Ciencias Médicas Dr.: Ernesto "Che" Guevara de la Serna
Km: 89 Carretera Central, Pinar del Río, Cuba. CP. 20200

Área de Gestión / Teléfono: 48 762869

Confeción: Lic.: Diamelys C. Hernández Echevarría shedow@infomed.sld.cu

Diseño y Edición: Ing: Leydi Armas Veiga lveiga@infomed.sld.cu

Pinar del Río, 2019.