



# PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/122.php>

**PARANINFO DIGITAL** es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

<i>Título</i>	<b>Nivel de sobrecarga del cuidador y su relación con el nivel de dependencia de la persona cuidada</b>
<i>Autores</i>	José Luis <i>Gómez Urquiza</i> , <sup>1</sup> Inmaculada <i>León Alcalde</i> , <sup>2</sup> Alba <i>Magdalena Avilés Guzman</i> , <sup>2</sup> José Manuel <i>Pérez Mármol</i> , <sup>3</sup> Rafael <i>Fernández Castillo</i> <sup>3</sup>
<i>Centro/institución</i>	(1) Fundación Index. Granada, España. (2) Servicio Andaluz de Salud (SAS). (3) Universidad de Granada. Granada, España
<i>Ciudad/país</i>	Granada, España
<i>Dirección e-mail</i>	<a href="mailto:jlguirquiza@gmail.com">jlguirquiza@gmail.com</a>

## RESUMEN

**Introducción:** el envejecimiento de la población ha llevado asociado un aumento de las personas dependientes. Estas requieren de cuidadores que les ayuden a satisfacer sus necesidades de la vida diaria.

**Objetivo y método:** conocer la relación entre el nivel de sobrecarga de los cuidadores de personas dependientes con el nivel de dependencia de la persona cuidada. Se llevo a cabo un estudio descriptivo transversal cuantitativo.

**Resultados:** se encontró una relación significativa entre la puntuación de la escala de Zarit, sobrecarga del cuidador, con el índice de Barthel, nivel de dependencia, de la persona cuidada.

**Conclusiones:** conocer los factores que pueden predisponer a la sobrecarga del cuidador es importante para iniciar intervenciones de prevención.

**Palabras clave:** Cuidador/ Dependencia/ Envejecimiento/ Sobrecarga del cuidador/ Barthel/ Zarit.

## TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

### Introducción

Los avances sanitarios y el aumento de la esperanza de vida, sumados a otros factores socioeconómicos, han traído consigo un aumento de la población anciana. En España la población de personas mayores, según los datos del INE en enero de 2012, es del 17,4% del total.<sup>1</sup> Se estima que este problema continuará creciendo y que en 2050 un 31,9% de la población será mayor de 65 años.<sup>1</sup>

Estas estimaciones plantean un desafío futuro ya que en muchos casos el aumento de años de vida va unido a patologías crónicas y a la pérdida de la autonomía personal en las actividades de la vida diaria (AVD). Más del 50% de los mayores de 80 años presentan problemas para realizar las AVD y además padecen algún tipo de enfermedad crónica, todo esto supone un alto coste para los sistemas sanitarios.<sup>2</sup> Las personas mayores representan más de la mitad de las estancias en los hospitales y las más largas.<sup>1</sup>

El aumento de las personas dependientes es un problema con gran impacto social. Tanto que llevó a la creación en España de la Ley de Dependencia, que ofrece recursos para personas dependientes. Este aumento ha conllevado el aumento de la figura de los cuidadores, tradicionalmente afincada en el contexto familiar.<sup>3</sup> La dependencia genera demanda de recursos tanto económicos como de tiempo, de afección e implicación.<sup>4</sup>

En los estudios llevados a cabo hasta el momento el cuidado de estas personas viene recayendo en las mujeres de la familia, casadas, con bajo nivel de estudios y amas de casa o mujeres que lo compaginan con otro empleo.<sup>4</sup> Sin embargo, es tal el nivel de personas dependientes, que ha surgido un movimiento paralelo al sistema formal de cuidados, el cuidado realizado por personas ajenas al entorno sanitario contratadas fuera del mercado laboral por los familiares de la persona dependiente y que ha sido descrito como “cuidado informal o “cuidado mercenario”.<sup>4-5</sup> Y es que como apuntan los propios profesionales del sistema de salud “el sistema no tiene capacidad para atender las necesidades de los cuidados a domicilio, sin las cuidadores no se puede”.<sup>4</sup> El cuidador puede ver afectada negativamente su salud, a través de problemas de salud físicos y emocionales, trayendo consigo una reducción de la vida social y la dificultad sobreañadida a las responsabilidades económicas, laborales y las relaciones de pareja.<sup>6-7</sup>

En este trabajo se centra en el sistema formal de cuidados. En cuidadores reconocidos por alguna entidad o contratadas de forma legal en el mercado laboral. Dentro del sistema sanitario y social español los cuidadores son un grupo de riesgo para sufrir sobrecarga u otros problemas como el síndrome del burnout. La sobrecarga del cuidador es definida como “el grado en que la salud física y emocional, vida social o situación financiera del cuidador se ven afectadas negativamente como consecuencia del cuidado del enfermo”.<sup>8</sup>

Como hemos visto, este colectivo está creciendo por razones sociales,<sup>9-10</sup> y puede ser de vital importancia en un futuro. De ahí el interés del estudio por conocer aquellos factores que pueden influir de forma significativa en la sobrecarga del cuidador, para poder estar prevenidos de que cuidadores se encuentran en una mayor situación de riesgo y poder poner en práctica intervenciones de “cuidar al cuidador”.<sup>11</sup>

## **Objetivos**

### *General*

Conocer la relación entre el nivel de sobrecarga de los cuidadores de personas dependientes con el nivel de dependencia de la persona cuidada.

### *Específicos*

- Conocer el nivel de sobrecarga en los cuidadores.
- Conocer y describir las características sociodemográficas de la población de cuidadores.
- Conocer la relación entre el nivel de sobrecarga del cuidador y el nivel de dependencia de la persona cuidada.

## **Metodología**

*Diseño del estudio:* se llevó a cabo un estudio descriptivo transversal

*Selección y tamaño de la muestra:* la muestra estuvo compuesta por 50 cuidadores. Como criterios de inclusión se establecieron los siguientes:

- Que llevasen más de tres meses cuidando de la persona
- Que fuesen mayores de 18 años
- Que aceptasen participar de forma voluntaria en el estudio
- Cuidadores que dispusieran de la tarjeta “+ cuidado” o estén contratados por una empresa de cuidados o por alguna familia.

*Ámbito y fecha del estudio:* el estudio se llevó a cabo en un hospital de tercer nivel de la provincia de Granada. El estudio se llevó a cabo durante los meses de octubre y diciembre de 2013.

*VARIABLES del estudio:* se recogieron las siguientes variables del estudio:

Nivel de sobrecarga del cuidador: para ello se utilizó el test de Zarit formado por 22 ítems relacionados con las sensaciones del cuidador cuando cuida a otra persona y que valora cada ítem mediante una escala de tipo Likert del 1(nunca) al 5 (casi siempre).<sup>12</sup> El total arroja un resultado que expresa: <47 no existe sobrecarga, 47-55 existe sobrecarga leve y > 55 existe sobrecarga intensa.

Nivel de dependencia de la persona cuidada: se midió mediante el índice de Barthel<sup>13</sup>, que consta de 10 ítems que se valoran en 0, 5 o 10 según el nivel de dependencia para la realización de las actividades de la vida diaria. Los resultados se clasifican en <20 dependencia total, 20-35 dependencia grave, 40-55 moderada, >=60 Leve y 100 Independiente.

*VARIABLES sociodemográficas:*

Se registraron la variable edad, sexo, nivel de formación, nacionalidad y el tiempo como cuidador de la persona. Para la recogida de las variables sociodemográficas se utilizó un cuestionario ad-hoc de elaboración propia.

*Análisis estadístico:* para el análisis de los datos, se utilizó el software estadístico SPSS versión 20 para Windows. Primero se realizó una depuración estadística de los mismos mediante gráficos y métodos analíticos para detectar posibles errores y después se procedió con un análisis descriptivo. Para las variables cualitativas se calculó la frecuencia y porcentaje, para las cuantitativas se calcularon las medidas de tendencia central (media) y de dispersión (mínimo-máximo, desviación típica).

Se realizó la correlación de las variables cuantitativas mediante la correlación de Pearson. Se han considerado significativos valores de  $p < 0,05$ .

*Aspectos éticos:* todas las personas fueron informadas de la finalidad del estudio y dieron su aprobación voluntaria para la participación en el mismo. El estudio contó con la aprobación del jefe de investigación del Hospital. Todas las encuestas eran anónimas.

## **Resultados**

Se obtuvo una muestra de  $n=50$ . La muestra estuvo formada por un 78,4% de mujeres y un 21,6% de hombres. La edad media fue de 49,59 años. El 90,2% de los participantes eran de nacionalidad española, frente a un 5,9 que procedían de Sudamérica y un 3,9 de Rumanía. El 51% de la muestra convivía con la persona a la que cuidaba. En cuanto al nivel formación el valor más presente fue el de formación primaria con un 52,9%.

El valor medio de sobrecarga de los cuidadores de la muestra, recogido mediante la escala Zarit, fue de 56,39 puntos, la media de la escala de Barthel fue de 18,63 puntos y el tiempo medio como cuidador de la persona actual fue de 11 meses.

Respecto al nivel de dependencia, un 88,2% de las personas cuidadas eran dependientes totales, un 7,8% dependientes-graves y un 3,9% dependientes moderados. En cuanto al nivel de sobrecarga un 33,3% de la muestra no presentó sobrecarga, un 25,7% presentó sobrecarga leve y un 41,1% presentó sobrecarga intensa.

La correlación entre las variable nivel de dependencia y sobrecarga del cuidador resultó significativa con una  $p < 0,05$  y un coeficiente de correlación de Pearson de -0,121 lo que indica que a menor puntuación en el índice de Barthel, o a mayor dependencia, existe un mayor nivel de sobrecarga en el cuidador.

## **Discusión**

La muestra del estudio estuvo formada principalmente por mujeres, la edad media del grupo se encontraba 49,59, la mayor prevalencia en cuanto al nivel de formación es el nivel de formación primaria y predomina la nacionalidad española. Resultados similares han sido encontrados en la bibliografía.<sup>14-15</sup> Aunque la mayoría de los estudios se centran únicamente en cuidadores familiares.

El dato referente al género de los cuidadores muestra que, aunque esté habiendo alguna evolución en este aspecto, el cuidado de las personas dependiente suele recaer en las mujeres, ya sean familiares o personas contratadas de forma independiente.

Los valores medios de sobrecarga presentados en el estudio fueron similares a algunos de los estudios consultados y que también encontraron una relación negativa entre el Barthel y el Zarit.<sup>14</sup> Esto se debe a que un mayor nivel de dependencia, a priori, supone un mayor esfuerzo por parte del cuidador para poder satisfacer las demandas de la persona para sus actividades de la vida diaria.

Como limitaciones del estudio cabe destacar el pequeño tamaño de muestra obtenido y la falta de algunas variables recogidas en otros estudios como el parentesco familiar.<sup>14</sup>

Como posibles líneas de investigación futuras se podrían plantear estudios a escala nacional para obtener una muestra que otorgue una mayor base al estudio, plantear el uso de otros tipo de escalas que valoren otros aspectos de los cuidadores como escalas psicológicas, escalas que miden el nivel de burnout o el uso de la metodología de investigación cualitativa ha permitido profundizar más aún en el padecimiento de la sobrecarga del cuidador.

## **Conclusión**

La figura de los cuidadores es un elemento fundamental en la atención sociosanitaria a las personas dependientes y cuya importancia va a ser aún mayor en el futuro si se cumplen las expectativas de evolución de las pirámides poblacionales del mundo desarrollado.

Los cuidadores son colectivos principalmente de género femenino y formación de nivel básico y que muestran una alta prevalencia de sobrecarga, estando ésta relacionada con el nivel de dependencia de la persona cuidada.

## **Bibliografía**

1. Abellán García A, Ayala García A. “Un perfil de las personas mayores en España: 2012”. Indicadores estadísticos básicos. 2012, Portal mayores. Madrid, Informes Portal Mayores, nº 131.
2. Montoya Juárez, Rafael. Enfermedades crónicas, enfermería y crisis económica. Evidentia. 2012 abr-jun; 9(38). Disponible en: <http://www.index-f.com/evidentia/n38/ev3800.php>.
3. Casado-Mejía R, Ruiz-Arias E. Estrategias de provisión de cuidados familiares a personas mayores dependientes. Index de Enfermería 2013; 22(3):142-146.
4. Rodríguez Camero ML, Rodríguez Camero N, Azañón Hernández R, Torres López A, Rodríguez Salvador MM, Muñoz Ronda F. Mujeres, salud y cuidados familiares. Instituciones económicas desde la perspectiva antropológica. Index de Enfermería 2007; 16(58):45-49.
- 5 Cobos Pérez M, Heras Ruiz A, Martín Haro MC. Cuidado mercenario: entre el riesgo y la oportunidad. Index de Enfermería 2013; 22(3):121-123.
- 6 García-Calvente MM, Mateo-Rodríguez I, Maroto-Navarro G. El impacto de cuidar en la salud y la calidad de vida de las mujeres. Gac Sanit 2004; 18:83-92.
- 7 Ekwall AK, Sivberg B, Hallberg IR. Loneliness as a predictor of quality of life among older caregivers. JAN 2005; 49(1):23-32
8. Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre la atención integral a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Guía de Práctica

Clínica sobre la atención integral a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Agència d'Informació, Avaluació i Qualitat en Salut de Catalunya; 2010. Guías de Práctica Clínica en el SNS: AIAQS Núm. 2009/07.

9 Edwards H, Durette D. The relationship between professional identity and burnout among occupational therapists. *Occupational Therapy in Health Care* 2010; 2(24):119-129.

10 Froese NR. Emotional intelligence: Risk factor for caregiver burnout. A Dissertation Presented in Partial Fulfillment Of the Requirements for the Degree Doctor of Philosophy. 2009. Capella University.

11. Ferré-Grau C, Rodero-Sánchez V, Cid-Buera D, Vives-Relats C, Aparicio-Casals MR. Guía de Cuidados de Enfermería: Cuidar al Cuidador en Atención Primaria. Tarragona:Publidisa; 2011.

12. Zarit SH, Reever KE, Bach-Peterson J. Relatives of the impaired elderly: correlates of feelings of burden. *Gerontologist*. 1980; 20:649-655.

13. Mahoney FI, Barthel DW. Functional evaluation: the Barthel Index. *Md Med J*. 1965; 14:61-65.

14. Medina García J. ¿Los cuidadores que reciben ayudas de la Ley de Dependencia tienen menos sobrecarga? *Enfermería Comunitaria*. 2013; 9(2). Disponible en: <http://www.index-f.com/comunitaria/v9n2/ec9202r.php>.