



# PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO XI – N. 26 – 2017

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n26/020.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 POSTER en “UNA MIRADA A LA EVIDENCIA” I Congreso Intersectorial Envejecimiento y Dependencia, reunión celebrada del 27 al 28 de octubre de 2016 en Jaén, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

*Título* **Enfermería en el Síndrome de la Abuela Esclava**

*Autores* **Lucía Ramírez Baena, Marina Lorente Costela, María del Carmen Ramírez Pérez**

*Centro/institución* **Servicio Andaluz de Salud**

*Ciudad/país* **Jaén, España.**

*Dirección e-mail* **[lucia\\_14\\_89@hotmail.com](mailto:lucia_14_89@hotmail.com)**

## RESUMEN

El síndrome de la abuela esclava es una enfermedad grave, que afecta a mujeres maduras sometidas a una sobrecarga física y emocional y que origina graves y progresivos desequilibrios, tanto somáticos como psíquicos. Es un fenómeno muy frecuente en nuestra sociedad y además está reconocido por la OMS como malos tratos hacia la mujer. La importancia de este síndrome radica en el altísimo grado de sufrimiento que provoca y el gran deterioro de la calidad de vida de la propia afectada y de su entorno familiar. Los principales objetivos de este estudio fueron esclarecer el estado actual del tema en España, describir el perfil y factores de riesgos del síndrome así como destacar la importancia del papel de Enfermería en su abordaje y prevención. Se realizó una revisión de la literatura llevando a cabo una búsqueda bibliográfica durante Agosto de 2016, en diversas bases de datos científicas. Los resultados mostraron que el síndrome afecta a un perfil tipo definido por mujer mayor con nietos, normalmente viuda, que vive cerca de sus hijos, familia de clase media baja, con excesivo sentido del deber y responsabilidad. Se estima que un 20% de las abuelas españolas padecen el síndrome al cuidar de sus nietos, lo cual se ha incrementado con la crisis y la falta de tiempo y recursos de los padres para pagar cuidadoras o guarderías. Estamos frente a un problema con un difícil diagnóstico, debido a que la paciente suele negar la situación por razones familiares o culturales. Enfermería tiene un papel fundamental como principal detectora del síndrome. Aún es necesaria mayor investigación al respecto y concienciar a la población.

**Palabras clave:** Abuelos/ Enfermería/ Mujer/ Persona Mayor/ Síndrome.

## ABSTRACT NURSING IN THE SLAVE GRANDMOTHER SYNDROME

The slave grandmother syndrome is a serious disease, which affects mature women undergoing a physical and emotional overload and which causes progressive and serious somatic and psychic imbalances. It is a very frequent phenomenon in our society and is also recognized by WHO as ill treatment towards women. The importance of this syndrome is the high degree of suffering it causes and the great deterioration of the quality of life of the person affected and her family environment. The main objectives in this study were to clarify the current state of the subject in Spain, to describe the profile and risk factors of the syndrome as well as highlight the importance of the role of nursing on its approach and prevention. A review of the literature was conducted during August of 2016 searching in several scientific databases. The results shown that syndrome affect to a profile defined as elderly woman with grandchildren, usually widow, living near her children, lower middle class family, with excessive sense of duty and responsibility. It is estimated that 20% of Spanish grandmothers suffer from this syndrome by taking care of their grandchildren, which has increased with the crisis and the lack of time and resources of the parents to pay for caregivers or childcare. We are facing a problem with a difficult diagnosis, since the patient tends to deny the situation because of family or cultural reasons. Nursing has a vital role as the main detector of the syndrome. Further research in this regard is still necessary and also the raising of public awareness.

**Key-words:** Aged/ Grandparents/ Nursing/ Syndrome/ Women.

## TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

El síndrome de la abuela esclava “es una enfermedad grave que afecta a mujeres maduras, sometidas a una sobrecarga física y emocional, y que origina graves y progresivos desequilibrios, tanto somáticos como psíquicos” (1).

Es un fenómeno muy frecuente en nuestra sociedad y se prevé como la enfermedad más común de las mujeres adultas en el siglo XXI (1). La existencia de relaciones de larga duración entre los abuelos y nietos, así como su incorporación activa en tareas durante el envejecimiento, son cambios que indican la relevancia cada vez mayor de la figura del abuelo/a como cuidador en el sistema familiar (2). Aunque tanto el abuelo como la abuela pueden ejercer el rol, es más frecuente en ellas, dada la trayectoria histórica, cultural y social de la mujer desde antaño, lo que da origen al nombre del síndrome. Además, está reconocido por la OMS como malos tratos hacia la mujer (3), pero aún no goza del reconocimiento social y sigue oculto para los familiares, los profesionales de la salud y las propias instituciones. Existen pocos estudios al respecto, y se necesita de una mayor investigación para lograr detectar, prevenir y alertar de las consecuencias de este síndrome que pone en riesgo la salud mental y física de las mujeres adultas mayores (4). Y es que, la importancia de este síndrome radica en el altísimo grado de sufrimiento que provoca y el gran deterioro de la calidad de vida de la propia afectada y de su entorno familiar (3). Las manifestaciones más frecuentes de tipo físico son hipertensión arterial, sofocos, taquicardia, mareo, hormigueos o sensación de parestesias, cansancio, debilidad, decaimiento y en algunos casos dificultad para respirar e incluso mayor riesgo de desarrollar diabetes (1). Aunque todavía se siguen estudiando los signos y síntomas producidos por este síndrome, ya se van constatando las consecuencias en la salud física de estas mujeres. Desde el punto de vista de enfermería, se ha visto una

asociación entre el riesgo de caídas y padecer el síndrome de la abuela esclava (5), lo cual es fundamental tener en cuenta para prevenir este tipo de accidentes.

En cuanto a las manifestaciones de tipo emocional y conductual, las cuáles han sido mayormente investigadas, encontramos en la bibliografía científica: malestar general, disconfort, ansiedad, tristeza, desánimo, falta de motivación, sentimientos de culpa, incapacidad para concentrarse, dificultad para tomar decisiones, pérdida de la confianza en uno mismo, preocupaciones reiterativas, miedo irracional o pánico, irritabilidad o incluso ideación o tentación suicida (1). Desde el punto de vista de la enfermería, el síndrome de la abuela esclava se asocia con el aumento del consumo de medicamentos o polimedicación, aumento o falta de apetito e insomnio (5), lo cuál deteriora sustancialmente la calidad de vida de estas mujeres. Este tipo de sintomatología requiere de profesionales expertos para su detección y abordaje.

Todas estas manifestaciones son consecuencia del estrés que sufren estas mujeres. Y es que la vida familiar a la que están sometidas es con frecuencia de alta exigencia, y de alguna manera, su capacidad física y emocional se resiente en el desempeño de múltiples labores hogareñas que le impiden desarrollarse como persona individual, manteniéndose siempre al servicio de estos miembros de la familia que frecuentemente están demandando su atención (6).

Algunos autores han llegado a comparar el síndrome de la abuela esclava con el síndrome de Burnout, que se produce en los trabajadores quemados, ya que cumple las tres dimensiones consideradas en dicho síndrome: cansancio emocional con sentimientos de agotamiento, no debido al propio proceso del envejecimiento, si no por el cuidado continuo de los nietos; despersonalización hacia los propios nietos y los hijos, mostrando una actitud fría y distante; baja realización personal, que produce insatisfacción y descenso del autoestima (7). En la mayoría de las ocasiones, estos síntomas son vividos por los familiares como fruto del envejecimiento e incluso lo atañen a procesos demenciales, sin darse cuenta del verdadero origen del problema.

Situaciones donde las responsabilidades superan las capacidades, originan estrés, y el cuidado de los nietos a cierta edad puede desbordar los recursos de afrontamiento de las mujeres adultas (8), a pesar de contar con las habilidades y competencias necesarias para ello, sobradamente. Y es que no es una cuestión de “no poder”, va más allá de las fronteras de lo físico, puesto que constituye un abuso en el que no se tiene en cuenta la individualidad de la persona ni su propia toma de decisiones, ya sea por la edad, por ser mujer, o por la propia personalidad de las abuelas.

En Estados Unidos, el reporte técnico sobre violencia de género, realizado por el Departamento de Justicia de ese país (9), señala que la mayoría de mujeres mayores presentan cuadros de desesperanza en relación a la violencia sufrida en el ámbito familiar y que solo una baja cifra denuncia o rompe su silencio. El informe también señala la existencia de datos similares encontrados en Europa, al mencionar un estudio realizado en Austria, Alemania, Hungría Polonia, Portugal y el Reino Unido, donde se constata que mientras mayor es la mujer, más difícil es que enfrente y se comprometa a buscar ayuda ante situaciones de violencia familiar, doméstica o de género (10). No obstante, como señala la investigadora española Teresa Bazo (11) especializada en tercera edad, “el ser mujer y mayor, es desgraciadamente, doble factor de riesgo, puesto que se es víctima de abuso y malos tratos, por ser mujer y por ser mayor”.

Las razones por las que se produce y se perpetúa este fenómeno vienen dadas por el contexto sociocultural en el que nos encontramos, ya que la mujer ha sido siempre la encargada del cuidado de los hijos y los nietos en la edad adulta (9). Además, a ese rol predominante hay que añadir las características del proceso de envejecimiento y la teoría activa del mismo (12), que no siempre es bien entendida y promueve sobrecargas

ocupacionales excesivas en las personas mayores. A todo eso, se le suma la situación socioeconómica actual con un cambio en los modelos familiares y una rivalidad continua entre el ámbito laboral y familiar, cuya conciliación requiere de apoyos y recursos en el cuidado de los hijos. Y la mayoría de las veces, las personas trabajadoras y con hijos prefieren la ayuda del entorno familiar, mayormente de las abuelas, no sólo por cuestiones de confianza y comodidad, sino también económicas (8).

Los profesionales de Enfermería deben ser conscientes de esta situación para la prevención del síndrome de la abuela esclava, detección y abordaje en las familias vulnerables y poder prestar unos cuidados de calidad a las mujeres que lo sufren.

## **Objetivo Principal**

Por lo tanto, el objetivo de este estudio es triple: a) esclarecer el estado actual del tema en España, b) describir el perfil y factores de riesgos del síndrome y c) destacar la importancia del papel de Enfermería en el abordaje y prevención del síndrome de la abuela esclava.

## **Metodología**

Se realizó una revisión de la literatura llevando a cabo una búsqueda bibliográfica durante Agosto de 2016, en las bases de datos científicas Medline, Cuiden, CINAHL, IME, LILACS y Cochrane. También se consultó la literatura gris y metabuscadores como Google Académico. Los criterios de inclusión fueron: idioma español/inglés; publicados en los últimos 10 años; sujetos de estudio humanos mayores de 65 años. Se utilizaron los términos incluidos en los Descriptores en Ciencias de la Salud: “Nursing”; “Women”; “Aged”; “Syndrome”; “Grandparents”. Se emplearon otros términos como “Slavery” pero no dieron resultados. Los operadores booleanos utilizados en las diferentes cadenas de búsqueda fueron AND y OR.

Los resultados fueron muy escasos, destacando principalmente 3 estudios originales en las bases de datos científicas y el resto fueron artículos en español hallados en metabuscadores y literatura gris.

## **Resultados**

Respondiendo al primer objetivo, se estima que un 20% de las abuelas españolas padecen el síndrome al cuidar de sus nietos, lo cual se ha incrementado con la crisis y la falta de tiempo y recursos de los padres para pagar cuidadoras o guarderías (13).

Algunos autores afirman que existe un 35% de adultos mayores de 64 a 68 años de edad (mayormente mujeres), que están al cuidado de sus nietos. Por otro lado, existe un 5% de mujeres entre 79 a 83 años que sufren el síndrome y que no se encuentran en la capacidad total de asumir la responsabilidad del cuidado de sus nietos. Además, el 60% de abuelas sufren de estrés, ya que al estar al cargo de sus nietos, el nivel de presión y responsabilidad es mayor a su capacidad de respuesta; un 44% refieren sentir depresión debido al trabajo que ellas asumen y que las comprometen a esfuerzos mayores de lo que su capacidad emocional puede dar (14).

Un grupo de investigadores de la Escuela de Salud Pública de Harvard, han publicado los resultados de un estudio prospectivo realizado con 54412 mujeres de 46 a 71 años. En el mismo, comprueban que el cuidado de los nietos durante 9 o más horas semanales, aumenta el riesgo de infarto de miocardio y otros eventos coronarios en un

55%. Los autores apuntan al conflicto del papel de abuela y al estrés, como posibles factores determinantes de este fenómeno (15).

Concretamente en España, según el estudio 2072 del CIS-IMSERSO, entre los mayores de 65 años con hijos, el 35% les presta algún tipo de ayuda en tareas domésticas o en el cuidado de los nietos. La mitad de los mayores desempeñan un rol asistencial activo si se encuentran en circunstancias personales (capacidad) o situacionales (cercanía o convivencia) apropiadas para ello. La dedicación al cuidado de los nietos ronda los 5 días semanales en la mayoría de los casos (56,6%). Las horas medias semanales dedicadas a este papel de cuidado sería semejante a un trabajo a tiempo parcial ya que se sitúa en 21,70 horas semanales, aunque la dispersión de horas oscila entre 5 a 70 horas (16).

La razón principal que esgrimen las abuelas afectadas por el síndrome, por la que cuidan a sus nietos, es el poder ayudar a sus hijos que trabajen fuera del hogar (89,2%). En cuanto a las tareas de cuidado realizadas, las más mencionadas fueron instrumentales (llevarle o traerle del colegio; vigilarle mientras se entretiene), de ocio (jugar y pasear) y disciplina. Las abuelas españolas suelen cuidar a un número limitado de nietos (1 ó 2) con una edad normalmente baja (menores de 10 años). Interesante es la línea familiar de proveniencia de estos nietos, ya que se observa una mayor importancia del cuidado en nietos de la línea materna, hecho que vendría a fortalecer la idea de que estos cuidados ayudan a las hijas de estas personas mayores a poder continuar con su vida laboral (16).

Respondiendo al segundo objetivo, diversos autores sostienen que el perfil de la abuela esclava se observa en una mujer adulta (60-75 años) con responsabilidades directas de ama de casa, voluntariamente asumidas con agrado que, por razones educacionales y psicológicas, tiene un extraordinario sentido del orden, la responsabilidad, la dignidad y el pudor (14). Como define Guijarro “fueron abuelas estando en la plenitud de la vida, fuertes y sanas. Con agrado asumen la crianza y cuidado de los nietos, como si volvieran a ser madres por segunda vez, pero con un carácter aún más placentero, gratificante y cariñoso. Al pasar el tiempo las redes familiares se multiplican, llegan las nueras, los yernos y diversas formas de emparejamiento de los hijos. Las cargas y el estrés familiar se multiplican, los nietos también, estos últimos crecen y así también sus necesidades y las responsabilidades de quien los tutela en la práctica diaria” (1).

En el año 2003 se realizó un estudio sobre el tema diseñando un “Cuestionario del Síndrome de la Abuela Esclava” en el que se define un perfil tipo mujer mayor con nietos, normalmente viuda, que vive cerca de sus hijos, familia de clase media baja, con excesivo sentido del deber y responsabilidad, y que no suelen quejarse de la situación con la debida elocuencia o expresividad (17). Otros estudios revelan, que el síndrome de la abuela esclava puede darse en cualquier tipo de clase social (18).

Entre los factores que predisponen a padecer este síndrome, destaca la realización de trabajos o actividades extra-domésticas además de sus obligaciones de ama de casa (como es el cuidado de los nietos), familia numerosa, tener familiares incapacitados o enfermos a su cargo, acumulación de obligaciones, etc. (17).

Y por último, como respuesta al tercer objetivo, los resultados hallados en cuanto al papel de enfermería son escasos y poco concluyentes. Estamos frente a un problema con un difícil diagnóstico, debido a que la paciente suele negar la situación por razones familiares o culturales, además los propios familiares implicados no son conscientes del origen del problema y mantienen la situación que realmente lo causa. El tratamiento de este síndrome consiste en liberar a la abuela de cargas, buscar el equilibrio entre sus capacidades y responsabilidades, cariño y comprensión familiar. Y además ayudar a estas mujeres a reconocer sus límites, tanto físicos como emocionales. Por lo tanto,

enfermería tiene un papel fundamental como principal detectora del síndrome de la abuela esclava (19).

## Conclusiones

Tras esta revisión de la literatura queda clara la existencia del síndrome de la abuela esclava, aunque los resultados fueron muy escasos, lo que denota la falta de investigación al respecto y el desconocimiento del término, que no está registrado en los Descriptores en Ciencias de la Salud, dificultando su difusión.

Aunque está reconocido por la OMS como un tipo de maltrato hacia la mujer, que es la que más frecuentemente lo padece, aún es necesario un mayor estudio de los signos y síntomas, así como las consecuencias en la salud física y emocional de las abuelas que lo padecen, ya que aumentan considerablemente conforme aumentan los días y horas de dedicación al cuidado de los nietos a la semana.

Es necesaria una mayor concienciación de la sociedad sobre dicho síndrome, ya que se prevé un aumento de la incidencia en lo que queda de siglo XXI y la prevalencia española ya ronda el 20% de afectadas.

El perfil predominante de las “abuelas esclavas” es mujer de entre 60-75 años, ama de casa, viuda, de cualquier tipo de clase social, con familia numerosa, que vive cerca de sus hijos, se encuentra al cuidado de sus nietos y otros familiares dependientes, con un extraordinario sentido del orden, la responsabilidad, la dignidad y el pudor, muy implicada en la ayuda familiar, con pocas relaciones sociales y falta de recursos de afrontamiento y negociación.

Es por ello necesario la intervención enfermera en la detección precoz y abordaje del problema, guiándonos por el perfil de riesgo que presentan dichas mujeres para poder implementar estrategias de prevención del síndrome.

## Bibliografía

- (1) Guijarro A. *El síndrome de la abuela esclava: pandemia del siglo XXI*. Granada: Grupo editorial Universitario, 2001.
- (2) Tobío C, Fernández F. Monoparentalidad, familia y trabajo. *Revista Internacional de Sociología*, 1999; 22 (1): 67-97.
- (3) Pruchno RA, McKenney D. Psychological well-being of black and white grandmothers raising grandchildren: examination of a two-factor model. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 2002; 57 (B): 444-452.
- (4) García MM. Las mujeres como cuidadoras de salud en el sistema informal. *Revista Atención Primaria*, 2000; 26 (1): 192-194.
- (5) Bayo A, Pascual L, Albert X, Tórtola D, Soler JM. Análisis de factores asociados con la sobrecarga del cuidador. *Revista Atención Primaria*, 2000; 26 (1): 229.
- (6) Escudero B, Díaz E, Pascual O. Cuidadores informales. *Revista Rol*, 2001; 24 (3): 183-189.
- (7) Knipscheer COM. Temporal embeddedness and aging within the multigenerational family: the case of grandparenting. En Birren JE, Bengtson VL (Edit). *Emergent theories of aging*. Nueva York: Springer, 1998: 426-446.
- (8) Goodman C, Silverstein M. Grandmothers raising grandchildren. Family structure and wellbeing in culturally diverse families. *The Gerontologist*, 2002; 42 (1): 676-689.
- (9) Dunlop D. Domestic violence against older women: Final technical report. USA: U.S. Department of Justice, 2005.

- (10) Bowers BF, Myers BJ. Grandmothers providing care for grandchildren. Consequences of various levels of caregiving. *Family Relations*, 1999; 48 (1): 303-311.
- (11) Bazo T. Violencia familiar contra las personas ancianas que sufren dependencia y enfermedad. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 2002; 11 (1): 35-46.
- (12) Davis MA, Neuhaus JM, Moritz DJ, Lein D, Barclay JD, Murphy SP. Health behaviors and survival among middle-aged and older men and women. I Epidemiologic Follow-up Study. *Preventive Medicine*, 2013; 23 (1): 369-76.
- (13) Pinazo S, Ferrero C. Impacto psicosocial del acogimiento familiar en familia extensa: el caso de las abuelas y abuelos acogedores. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 2003; 13 (2): 89-101.
- (14) Triadó C, Villar F, Solé C, Celdrán M, Pinazo S, Conde L. Las abuelas/os cuidadores de sus nietos/as: tareas de cuidado, beneficios y dificultades del rol. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2008; 1 (4): 455-464.
- (15) Cherlin AJ, Furstenberg FF. *The new American grandparent: A place in the family, alife apart*. Cambridge: Harvard University Press, 1992.
- (16) Anónimo. *Apoyo informal a las personas mayores. Estudio 2072*. CIS-IMSERSO, 1993.
- (17) Liñán E. Cuestionario del Síndrome de la Abuela Esclava. *Revista de Ansiedad y Estrés*, 2003; 9 (1): 58.
- (18) Fuller-Thomson E, Minkler M. American grandparents providing extensive child care to their grandchildren prevalence and profile. *The Gerontologist*, 2001; 41 (1): 201-209.
- (19) Chase C, Silverstein M. Grandmothers raising grandchildren. Ethnic and racial differences in well-being among custodial and coparenting families. *Journal of Family Issues*, 2006; 27 (11): 1605-1626.