



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

**"SÍNDROME DEL CUIDADOR" EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS
MAYORES DEPENDIENTES"**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Enfermería

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Shulca Tipantuña, Rita Guadalupe

Tutora: Lic. Mg. Cortez Flores, Carola del Rocío

Ambato-Ecuador

Septiembre-2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema:

"SINDROME DEL CUIDADOR" EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES" desarrollado por Shulca Tipantuña Rita Guadalupe, estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, septiembre del 2023

LA TUTORA

Cortez Flores, Carola del Rocio

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión” **“SINDROME DEL CUIDADOR” EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos

Ambato, septiembre del 2023

LA AUTORA

Shulca Tipantuña, Rita Guadalupe

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lic.Mg. Cortez Flores Carola del Rocio con CC: 0502525223 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“SINDROME DEL CUIDADOR” EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES**”, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, septiembre 2023

.....
Cortez Flores Carola del Rocio
CC: 0502525223

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Shulca Tipantuña Rita con Pasaporte N° FB380996 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**SINDROME DEL CUIDADOR**" **EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Septiembre 2023

.....
Shulca Tipantuña Rita Guadalupe

C.C 0550120976

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: **“SINDROME DEL CUIDADOR” EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES**”, Rita Guadalupe Shulca Tipantuña, estudiante de la Carrera de Enfermería.

Ambato, Septiembre 2023

Parar su constancia firma

.....
Presidente

.....
1er Vocal

.....
2 do Vocal



EDITORIAL

SAUD, CIENCIA Y TECNOLOGIA

Ciudad Autónoma de Buenos Aires, 4 de mayo de 2023

De mi mayor consideración:

Por medio de la presente, se certifica la aceptación luego de la revisión por pares del artículo científico "*Síndrome del cuidador en cuidadores primarios de adultos mayores dependientes*" de los autores *Rita Guadalupe Shuica Tipantuña, Carola del Rocío Cortez Flores*, en la revista *Salud, Ciencia y Tecnología*.

El artículo se encuentra publicado en el sitio web de la revista con el siguiente identificador persistente: <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023387>

Cuando la maqueta del artículo se encuentre disponible en el sitio de la revista usted podrá compartir libremente el PDF en sus redes sociales científicas, blogs y/o repositorios institucionales, dado que el artículo se distribuye bajo la licencia Creative Commons Attribution 4.0.

La revista *Salud, Ciencia y Tecnología* es una revista científica, indexada en Scopus y CAB Abstracts, revisada por pares, con sistema de revisión a doble ciego. Su finalidad es promover la difusión de las publicaciones científicas derivadas de investigaciones nacionales o extranjeras.

Sin otro particular, en nombre de los editores de la revista le saludamos cordialmente y les enviamos nuestra felicitación por este logro académico.



EDITORIAL
SAUD, CIENCIA Y TECNOLOGIA

Dr. William Castillo González

Editor Jefe - Revista *Salud, Ciencia y Tecnología*

<https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3007-920X>

Revista
indexada en:



Scopus



CAB ABSTRACTS



DEDICATORIA

El presente Artículo de Revisions lo dedico a Dios, ya que gracias el e logrado concluir mi Carrera, a mis padres, por ser mi inspiración y la fuerza para seguir a quien va dedicado todo mi esfuerzo ya que ellos siempre estuvieron a mi lado brindandome su apoyo, sus consejos para ser de mi una mejor persona dia a dia, a mi esposo por su palabras, su confianza, por su amor y brindarme el tiempo necesario para realizarme profesionalmente, y aquellas personas que de una u otra manera an contribuido para el logro de mis objetivos y poder seguir cumpliendo.

Rita Shulca

AGRADECIMIENTO

Le agradezco primero a Dios por bendecirme en cada situación durante este camino de formación profesional, a mi familia por su apoyo incondicional, por siempre creer en mí y por siempre apoyarme y extender su mano en cada momento de mi vida. A mi tutora la Lic. Carola Cortez por su gran apoyo y estar pendiente siempre para lograr el desarrollo de este trabajo con éxito.

Rita Shulca

"SÍNDROME DEL CUIDADOR" EN CUIDADORES PRIMARIOS DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES"

RESUMEN

Introducción. - El adulto mayor sin lugar a dudas necesita un cuidado especial para realizar actividades cotidianas debido a la edad, enfermedad o discapacidad, requieren de la presencia de un cuidador el mismo realiza actividades con el fin de satisfacer las necesidades. **Objetivo.** - Determinar la prevalencia de sobrecarga del cuidador en cuidadores primarios de adultos mayores dependientes. **Metodología.** - Estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental de corte transversal. Se lo considera de tipo correlacional, empleando las escalas de Zarit y Barthel, a una población de 119 cuidadores primarios. Basados de manera especial en consideraciones éticas que rige el código de Helsinki, que enfatiza en la protección de los derechos y la garantía y bienestar de las personas partícipes en investigaciones. **Resultados.** - Los resultados mostraron que la mayoría de los cuidadores eran mujeres (63%) de mediana y tercera edad (80.7%). El nivel sobrecarga en los cuidadores primarios se establece en un 66% en los que se obtiene sobrecarga y sobrecarga intensa de acuerdo a Zarit. El análisis de correlación de Pearson reveló una correlación significativa entre el síndrome de sobrecarga y el nivel de dependencia del adulto mayor. **Conclusión.** - Se evidencia que la sobrecarga del cuidador está presente en un tercio de los cuidadores dando una prevalencia de 55.4% de sobrecarga distribuido entre leve e intensa; existe la necesidad de implementar medidas efectivas de apoyo y cuidado para los cuidadores, con el fin de mejorar la calidad del cuidado y proteger la salud y el bienestar de estos.

PALABRAS CLAVES: ADULTOS MAYORES, SOBRECARGA, SÍNDROME DEL CUIDADOR.

ABSTRACT

Introduction. - The older adult undoubtedly needs special care to perform daily activities due to age, illness or disability, they require the presence of a caregiver who performs activities in order to meet their needs. **Objective.** - To determine the prevalence of caregiver overload in primary caregivers of dependent older adults. **Methodology.** - Quantitative, descriptive, non-experimental, cross-sectional study. It is considered correlational, using the Zarit and Barthel scales in a population of 119 primary caregivers. It was based on ethical considerations governed by the Helsinki code, which emphasizes the protection of the rights and the guarantee and welfare of the people participating in research. **Results.** - The results showed that most of the caregivers were women (63%) of middle and old age (80.7%). The level of overload in primary caregivers is established at 66% in which overload and intense overload are obtained according to Zarit. Pearson's correlation analysis revealed a significant correlation between the overload syndrome and the level of dependency of the older adult. **Conclusion.** - It is evident that caregiver overload is present in one third of the caregivers giving a prevalence of 55.4% of overload distributed between mild and intense; there is a need to implement effective support and care measures for caregivers, in order to improve the quality of care and protect their health and well-being.

KEY WORDS: OLDER ADULTS, CAREGIVER OVERLOAD, CAREGIVER SYNDROME.

INTRODUCCIÓN

Un adulto mayor dependiente es una persona que necesita asistencia para realizar actividades cotidianas debido a la edad, enfermedad o discapacidad ⁽¹⁾. Esto puede incluir ayuda para el cuidado personal, como bañarse y vestirse, y también puede incluir asistencia con tareas domésticas y financieras. Los adultos mayores dependientes a menudo necesitan la ayuda de familiares, amigos o profesionales de la salud para llevar a cabo estas actividades y pueden requerir atención a largo plazo en un hogar de ancianos o en su propio hogar con el apoyo de un cuidador ⁽²⁾.

Es común que las personas con discapacidad o dependientes requieran apoyo de otras personas para satisfacer sus necesidades básicas, como alimentación, vestimenta y traslado. El cuidador primario, generalmente un familiar cercano, se encarga de proporcionar este apoyo y dedica gran cantidad de tiempo y energía a estar alerta ante cualquier necesidad que pueda surgir ⁽³⁾. Esto puede afectar la vida personal, familiar y afectiva del cuidador y puede llevar a problemas de salud física y mental, así como a una disminución de la calidad de vida. Este fenómeno se conoce como síndrome de cuidador.

El síndrome de sobrecarga del cuidador es un término que se utiliza para describir el agotamiento mental y la ansiedad que experimentan las personas que cuidan a un dependiente. Este síndrome está asociado con problemas de salud física debido a la acumulación de estrés, ya que los cuidadores deben atender tanto al paciente o adulto mayor como a sus propias responsabilidades y actividades cotidianas. Los cuidadores a menudo deben reorganizar sus vidas y compartir su tiempo de manera eficiente para poder atender a todas sus responsabilidades. Una de las principales causas de estrés para los cuidadores es la incertidumbre sobre cómo manejar las necesidades del dependiente, lo que puede llevar a la sobrecarga ⁽⁴⁾.

Acorde a la Organización Mundial de la Salud (OMS), En 2030, una de cada seis personas en el mundo tendrá 60 años o más. En ese momento, el grupo de población de 60 años o más habrá subido de 1000 millones en 2020 a 1400 millones. En 2050, la población mundial de personas de 60 años o más se habrá duplicado (2100 millones).

Se prevé que el número de personas de 80 años o más se triplique entre 2020 y 2050, hasta alcanzar los 426 millones ⁽⁵⁾, lo que conlleva a la necesidad del cuidado.

En un Estudio realizado en Chile, acerca de la “Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores con dependencia severa en atención primaria de salud”, se obtuvo como resultado que: El 69,77% de los cuidadores presentó sobrecarga. La edad media fue de 58,33 ± 12,98 años, el mayor porcentaje fueron mujeres con un 74,42% y el 46,51% estaba soltero. El 86,05% de los cuidadores principales cuidaba 24 horas al adulto mayor y el 55,81% eran hijas/os ⁽⁶⁾.

En el Ecuador se han realizado varios estudios con respecto a las afectaciones que sufre el cuidador de adultos mayores o personas con enfermedades crónicas.

Para entender un poco más el contexto de las repercusiones que pueden afectar al cuidador informal, se hace referencia la investigación realizada en la Provincia de Tungurahua, Cantón Ambato, sobre “Estrés por sobrecarga en el cuidador informal de pacientes oncológicos en la instancia domiciliaria”, nos lleva a visibilizar los testimonios de cuidadores quienes al cambiar por completo su estilo de vida y hacerse dependientes de cubrir las necesidades de otros, su agotamiento es en todo aspecto físico, psicológico y un cambio total en el entorno social.⁽⁷⁾

En un estudio con 123 cuidadores, residentes en el Cantón Chordeleg de la Provincia del Azuay, se estableció que el 58,50% de los encuestados tuvo síndrome de sobrecarga, además de tener una alta repercusión dependiendo el tiempo de trabajo y la condición de salud de los mismos. ⁽⁸⁾.

Revisado el estudio realizado con 90 cuidadores del Cantón Cevallos de la Provincia de Tungurahua en cuanto a la temática de “Sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes”, se puede apreciar que el 78% de la población muestra una sobrecarga intensa, mientras que el 11% de la población señala que presenta una sobrecarga ligera, finalmente el 11% de los cuidadores de adultos mayores se encuentran con ausencia de sobrecarga. Además de tener que en un porcentaje del 69%, son cuidadoras femeninas.

⁽⁹⁾

Por tal motivo en esta investigación se abordará el síndrome del cuidador con el objetivo de determinar la prevalencia de sobrecarga del cuidador en cuidadores primarios de adultos mayores dependientes, empleando para ello instrumentos validados como la Escala de Zarit y de Barthel. En una población en la que no se ha realizado un estudio como es en el Cantón Pujili de la Provincia de Cotopaxi.

MÉTODOS.

En el presente estudio se empleó un enfoque metodológico cuantitativo que permitirá conocer la tendencia en el comportamiento de las variables estudiadas, esto por medio de la estadística descriptiva, por su diseño de estudio es de tipo no experimental de corte transversal. ⁽¹⁰⁾. Adicional se lo considera de tipo correlacional, empleando las escalas de Zarit y Barthel, con el fin de conocer si existe relación en el nivel de dependencia y el síndrome de sobrecarga en los cuidadores primarios.

Se realizó en el Barrio Aldea Modelo, Cantón Pujilí, ubicado en la provincia de Cotopaxi, obteniendo de forma previa la autorización y el consentimiento informado para realizar la investigación. La población estuvo compuesta por **119** cuidadores primarios de adultos mayores dependientes, mayores de 18 años, utilizando el 100% de la población, por lo tanto, se considera la muestra censal. A quienes se les aplicó dos instrumentos la escala de Zarit para medir el nivel de sobrecarga y la escala de Barthel para conocer el nivel de dependencia de los adultos mayores a su cuidado.

Criterios de inclusión

Adultos cuidadores de Adultos mayores que hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Menores de edad.

Cuidadores que no deseen participar del estudio.

Instrumento

Se empleó las Escalas de Zarit para medir el grado de sobrecarga y el estrés experimentado por los cuidadores primarios de personas mayores dependientes. Consiste en 22 preguntas que evalúan el impacto del cuidado en la vida del cuidador, como la fatiga, el aislamiento social y la interferencia en el trabajo y otras actividades. Los cuidadores responden a cada pregunta en una escala de 0 a 4, donde 0 significa "nunca" y 4 significa "casi siempre". La puntuación total se puede utilizar para determinar el nivel de sobrecarga del cuidador y para identificar áreas en las que el cuidador puede necesitar ayuda o apoyo ⁽¹¹⁾ y Barthel, herramienta utilizada para evaluar la independencia de una persona en la realización de actividades de la vida diaria (ADL, por sus siglas en inglés). Las ADL incluyen tareas como vestirse, bañarse, usar el baño, caminar y comer. La escala de Barthel consiste en 10 actividades y se puntúa en una escala de 0 a 20, donde 0 significa que la persona no puede realizar la actividad y 20 significa que puede realizarla de manera independiente. La puntuación total se puede utilizar para determinar el nivel de independencia de una persona y para identificar áreas en las que la persona puede necesitar ayuda o apoyo. Esta escala se utiliza a menudo en el cuidado de la salud para evaluar la necesidad de asistencia y para determinar los objetivos de tratamiento ⁽¹²⁾.

Procedimiento

Se inició con un abordaje del tema a desarrollar a los familiares y cuidadores de los adultos mayores identificados, en la cual existió la participación activa y se socializa el objetivo principal de la investigación, y previo a la autorización respectiva se procedió a la aplicación de la encuesta, garantizando la confidencialidad y respeto a la información, basados de manera especial en consideraciones éticas que rige el código de Helsinki, que enfatiza en la protección de los derechos y la garantía y bienestar de las personas partícipes en investigaciones ⁽¹³⁾.

Para el análisis se empleó el software IBM SPSS v. 25 para realizar el estudio correlacional de los datos obtenidos para cada variable estudiada.

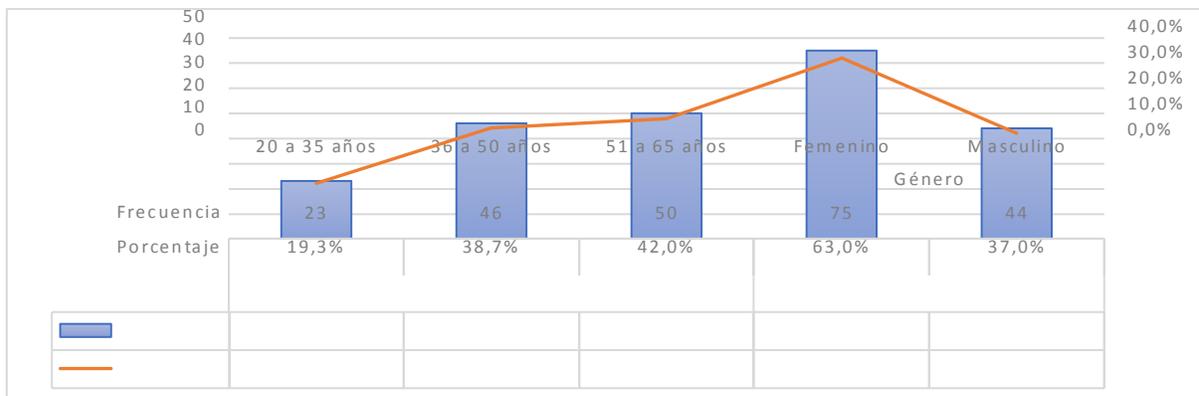
Aspectos éticos:

Antes de la aplicación de la encuesta, se abordó el tema a desarrollar con los familiares y cuidadores de los adultos mayores identificados, y se socializó el objetivo principal de la investigación. Se garantizó la confidencialidad y el respeto a la información, basados en consideraciones éticas que rigen el Código de Helsinki, que enfatiza en la protección de los derechos y la garantía del bienestar de las personas partícipes en investigaciones.

RESULTADOS

Tras el proceso de evaluación de las variables nivel de sobrecarga de los cuidadores primarios de adultos mayores dependientes, se obtuvieron los siguientes resultados:

Grafico 1 Características de la población



Información obtenida de las encuestas aplicadas a la población en estudio

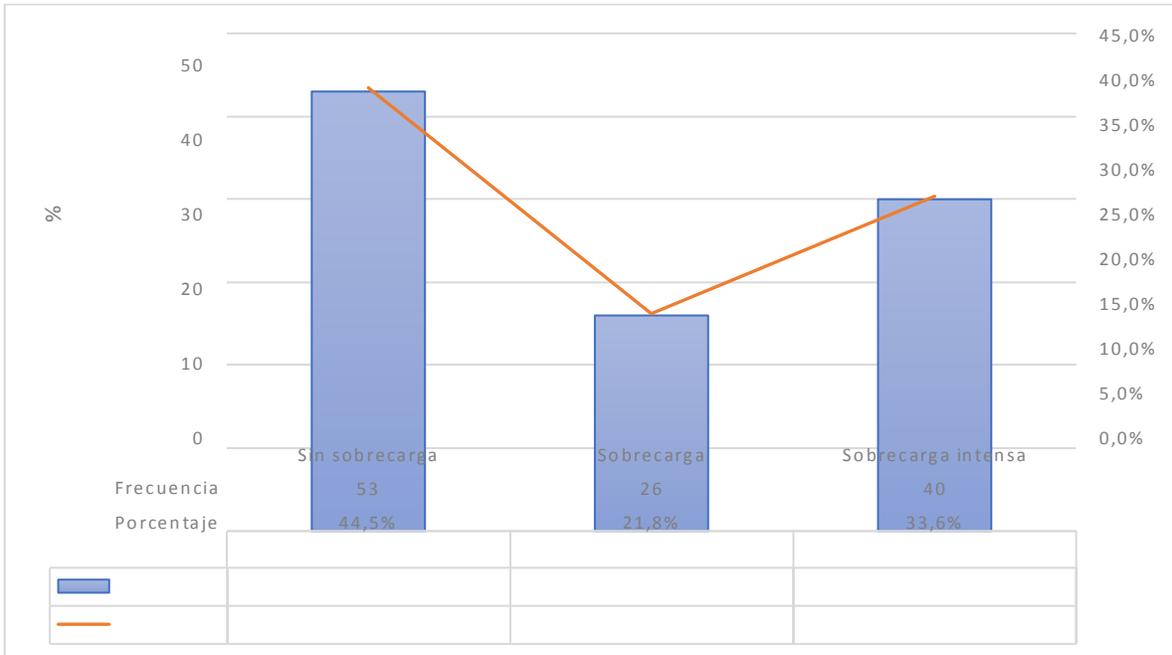
Según los datos presentados, la población de cuidadores de adultos mayores dependientes tiene las siguientes características:

Edad: la mayoría de los cuidadores (80.7%) se encuentra en la franja de edad entre 36 y 65 años, lo que indica que este trabajo suele ser desempeñado por personas de mediana y tercera edad. Mientras el 19.3% de los cuidadores tiene entre 20 y 35 años, lo que sugiere que también hay jóvenes que realizan esta tarea, pero en un menor porcentaje.

Género: la mayoría de los cuidadores (63%) son mujeres, lo que coincide con el estereotipo de que el cuidado de las personas mayores es una tarea asignada

tradicionalmente a las mujeres. Ante un 37% de cuidadores hombres, evidenciándose que existe una prevalencia del género femenino en cumplir este trabajo.

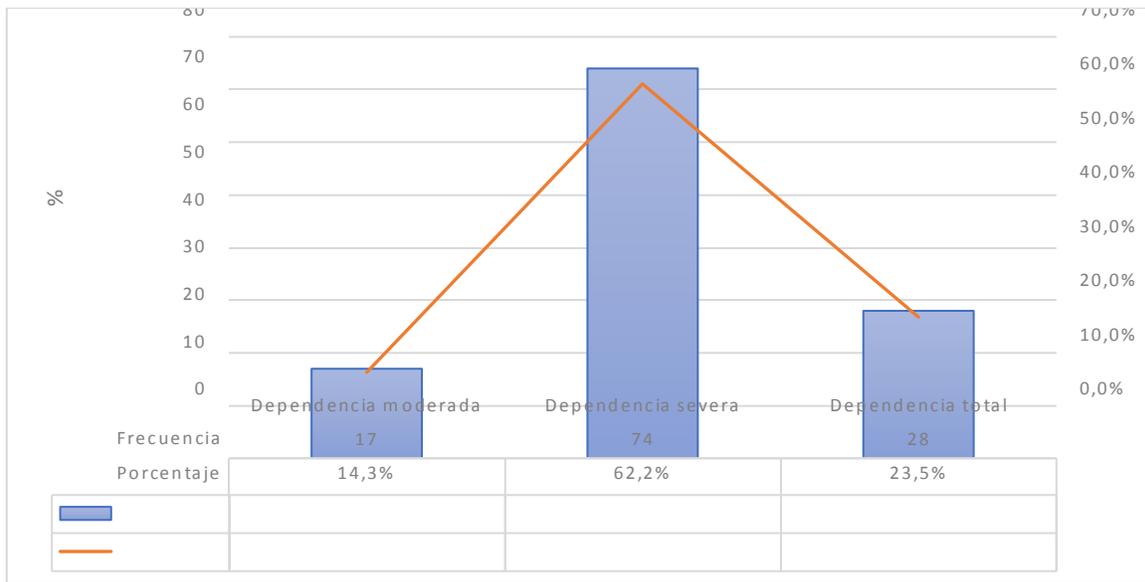
Gráfico 2 Resultados de la Escala Zarit – Nivel de Sobrecarga.



Información obtenida de las encuestas aplicadas a la población en estudio

Los resultados obtenidos muestran que, de los 119 cuidadores evaluados, el 44,5% no presentó sobrecarga, el 21,8% presentó sobrecarga y el 33,6% presentó sobrecarga intensa.

Gráfico 2 Resultados de la Escala Barthel -



Información obtenida de las encuestas aplicadas a la población en estudio

Los resultados obtenidos en este estudio indican que de los 119 adultos mayores dependientes evaluados, el 62,2% presenta una dependencia severa, el 23,5% una dependencia total y el 14,3% una dependencia moderada.

Tabla 1 Resultados del análisis correlacional entre variables

		Correlaciones			
		Edad	Género	Escala Zarit	Escala Barthel
Edad	Correlación de Pearson	1	,302**	0,063	0,009
	Sig. (bilateral)		0,001	0,494	0,920
	N	119	119	119	119
Género	Correlación de Pearson	,302**	1	0,056	-0,116
	Sig. (bilateral)	0,001		0,547	0,207
	N	119	119	119	119
Escala Zarit	Correlación de Pearson	0,063	0,056	1	,381**
	Sig. (bilateral)	0,494	0,547		0,000
	N	119	119	119	119
Escala Barthel	Correlación de Pearson	0,009	-0,116	,381**	1
	Sig. (bilateral)	0,920	0,207	0,000	
	N	119	119	119	119

N	119	119	119	119
---	-----	-----	-----	-----

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Información obtenida de las encuestas aplicadas a la población en estudio

El análisis de correlación de Pearson realizado en este estudio busca determinar si existe relación entre la edad, el género, la Escala Zarit y la Escala Barthel en los cuidadores de adultos mayores dependientes.

Los resultados muestran que existe una correlación significativa entre la Escala Zarit y la Escala Barthel ($r = 0,381$, $p < 0,01$), lo que sugiere que hay una relación positiva entre el síndrome de sobrecarga y el nivel de dependencia del adulto mayor. Es decir, a medida que el nivel de dependencia del adulto mayor aumenta, también aumenta la probabilidad de que el cuidador experimente un mayor síndrome de sobrecarga.

Sin embargo, no se encontró una correlación significativa entre la edad, el género y las dos escalas de evaluación.

La correlación de Pearson en este estudio sugiere que existe una relación significativa entre el síndrome de sobrecarga y el nivel de dependencia del adulto mayor, lo que destaca la importancia de abordar ambos factores en el cuidado de los adultos mayores dependientes y en la protección de la salud y el bienestar de los cuidadores.

DISCUSIÓN

En el presente estudio se identificó que la mayoría de los cuidadores son mujeres, lo cual coincide con el estereotipo tradicional de que el cuidado de personas mayores es una tarea asignada a las mujeres. Sin embargo, el hecho de que el 37% de los cuidadores sean hombres sugiere que esta tendencia está cambiando y que cada vez más hombres están dedicándose a esta tarea, lo cual es importante para romper estereotipos de género y fomentar la igualdad de oportunidades en el cuidado de personas mayores.

En un estudio de orden similar realizado en Colombia por Fajardo y otros en el año 2019 se reconoció que las edades de los cuidadores oscilaban principalmente entre los 46 a 55 años de edad con un 48.8%, seguido de la población de 25 a 45 años, siendo más de un 90% del género femenino ⁽¹⁴⁾, aspecto que dista de las observaciones realizadas en

el presente estudio, donde existía una proporción significativa de cuidadores de sexo masculino.

En lo relacionado a los resultados sobre la sobrecarga de los cuidadores se identificó según los datos una proporción significativa de cuidadores en estudio (55.5%) presentó algún nivel de sobrecarga, ya sea moderada o intensa, lo cual sugiere que es una problemática relevante que debe ser abordada. La sobrecarga del cuidador puede tener graves consecuencias para la salud y el bienestar tanto del cuidador como del adulto mayor dependiente, y puede llevar a una disminución en la calidad del cuidado que se brinda. Por lo tanto, es fundamental que se tomen medidas para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado.

Existen varias investigaciones realizadas en el área de sobrecarga en cuidadores de adultos mayores en los últimos años, algunas de estas investigaciones han utilizado la Escala Zarit como herramienta de evaluación de la sobrecarga del cuidador y han encontrado resultados similares a los presentados en este estudio. Por ejemplo, un estudio realizado por Zepeda-Álvarez y Muñoz-Mendoza, en Chile encontró que el 69.77% de los cuidadores presentaba sobrecarga, lo que es similar al 55.5% encontrado en este estudio, dividido en cuidadores con sobrecarga y sobrecarga intensa, aseverando que más de la mitad de la población que desempeña este tipo de rol llega a desarrollar este tipo de síndromes ⁽⁶⁾. Otro estudio realizado en Ecuador identificó que en una población de cuidadores de adultos mayores dependientes el nivel de sobrecarga fue de un 11% con sobrecarga ligera y un 78% con sobrecarga intensa, resultados muy por encima que los identificados en el presente estudio con un 33.6% de cuidadores con sobrecarga intensa ⁽⁹⁾.

Estos hallazgos sugieren que la sobrecarga en cuidadores de adultos mayores dependientes es un problema común y preocupante en diferentes contextos y culturas. Además, los resultados sugieren que se necesitan medidas para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado brindado al adulto mayor dependiente.

En conclusión, los resultados de este estudio son consistentes con otras investigaciones realizadas en el área de sobrecarga en cuidadores de adultos mayores y resaltan la

necesidad de implementar medidas efectivas para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado brindado al adulto mayor dependiente.

Los resultados presentados son importantes porque muestran el grado de dependencia de los adultos mayores evaluados en el estudio, lo que es fundamental para entender la carga de trabajo y el estrés experimentado por los cuidadores. Los datos indican que la mayoría de los adultos mayores dependientes evaluados presentan una alta dependencia en sus actividades diarias, lo que puede aumentar la carga de trabajo y el estrés en los cuidadores.

Con respecto al nivel de dependencia de los adultos mayores, otros estudios que emplearon la escala de Barthel para valorar la condición de dependencia de los pacientes adultos mayores identificaron que en la población casi en su totalidad tenía dependencia en algún nivel, destacando un 91.04 % con dependencia leve y un 0.79% con dependencia total ⁽¹⁵⁾. En contraposición con los resultados del presente estudio donde 23.5% de los adultos mayores tenían dependencia total. Por otro lado en una investigación se determinó que de un grupo de adultos mayores tras aplicarse la Escala de Barthel se determinó que 38% tenía dependencia moderada, 34% tenía dependencia severa y 10% dependencia total ⁽¹⁶⁾.

Para corroborar la existencia de una correlación en las escalas se reconoció una relación positiva entre el síndrome de sobrecarga del cuidador y el nivel de dependencia del adulto mayor al que cuida. Este resultado resalta la importancia de tener en cuenta tanto la dependencia del adulto mayor como el bienestar del cuidador al planificar y brindar atención y cuidado a adultos mayores dependientes.

Con respecto a la correlación existente entre las variables estudiadas de sobrecarga y dependencia de los adultos mayores, se realizó una comparación con otras investigaciones se obtuvo como resultado que había una correlación entre la calidad de vida de los cuidadores y el nivel de dependencia de los adultos mayores, identificando que el grado de dependencia afectaba la calidad de vida del cuidador en varias dimensiones ⁽⁴⁾. Otra investigación realizada en Ecuador reconoció que la mayoría de los cuidadores presentaba sobrecarga, y que este se relacionaba con el nivel de la dependencia del adulto mayor ⁽¹⁷⁾.

Con el pasar de los años la tarea del cuidado del adulto mayor, va tomando un aspecto diferente pese a las vicisitudes y a la poca visualización que aún se le da a esta tarea, la implementación de Planes y Programas de Políticas Públicas en distintos Ministerios enfocadas a la atención y cuidado del adulto mayor, han hecho que los Familiares y la propia Sociedad se concientice de la importancia de su atención y cuidado, sabiendo que es un sendero cierto en el que los privilegiados podrán transitar. Esto se lo puede apreciar en el Manual para cuidadores de la Persona Adulta Mayor dependientes ⁽¹⁸⁾.

En este estudio se encontró que la mayoría de los cuidadores son mujeres, aunque cada vez hay más hombres dedicándose a esta tarea, lo que es importante para fomentar la igualdad de oportunidades en el cuidado de personas mayores. También se identificó que la sobrecarga en cuidadores de adultos mayores dependientes es un problema común y preocupante en diferentes contextos y culturas, y que se necesitan medidas para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado brindado al adulto mayor dependiente. Además, se encontró una relación positiva entre el síndrome de sobrecarga del cuidador y el nivel de dependencia del adulto mayor, lo que resalta la importancia de tener en cuenta tanto la dependencia del adulto mayor como el bienestar del cuidador al planificar y brindar atención y cuidado a adultos mayores dependientes. En resumen, los resultados de este estudio apuntan a la necesidad de implementar medidas efectivas para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado brindado al adulto mayor dependiente, y son consistentes con otras investigaciones realizadas en el área de sobrecarga en cuidadores de adultos mayores.

Limitaciones:

Una limitación importante del estudio fue el tamaño de la muestra, ya que solo se evaluaron 119 cuidadores de adultos mayores dependientes. Una muestra más grande podría haber proporcionado resultados más precisos y representativos de la población de cuidadores de adultos mayores dependientes en general. Otra limitación fue el hecho de que el estudio se realizó en una sola región o ciudad, lo que podría haber limitado la generalización de los resultados a otras regiones o países. Además, es posible que los

resultados obtenidos no hayan sido completamente precisos debido a la posible subjetividad en las respuestas de los cuidadores a las escalas de evaluación utilizadas en el estudio. Por último, es importante mencionar que el estudio se realizó en un momento específico y que las condiciones y situaciones de los cuidadores y adultos mayores dependientes pueden haber cambiado con el tiempo, lo que podría afectar la aplicabilidad de los resultados a situaciones actuales.

CONCLUSIONES

En conclusión, los resultados presentados en este estudio indican que la población de cuidadores primarios de adultos mayores dependientes se compone en su mayoría de personas de mediana y tercera edad, teniendo una pequeña proporción de jóvenes que realizan esta tarea. Además, se evidencia que la sobrecarga del cuidador es común en esta población, con más de un tercio de los cuidadores presentando sobrecarga intensa, para una prevalencia de 55.4% de sobrecarga distribuido entre leve e intensa. Sin embargo, es importante señalar que a comparación de otros estudios donde es bajo el porcentaje de cuidadores sin sobrecarga, en esta investigación se establece un 44.6 %.

Estos hallazgos subrayan la necesidad de fortalecer medidas efectivas de apoyo y educación continua para los cuidadores, enfatizar en un trabajo coordinado de educación con el Primer Nivel de Atención en Salud, que permita aunar esfuerzos con el fin de mejorar la calidad del cuidado brindado al adulto mayor dependiente para proteger la salud y el bienestar de los cuidadores.

Se concluye además que existe una relación significativa entre el nivel de dependencia del adulto mayor y el síndrome de sobrecarga experimentado por los cuidadores. Estos hallazgos sugieren que la sobrecarga del cuidador se ve influenciada por el nivel de dependencia del adulto mayor, lo que subraya la necesidad de abordar ambos factores en el cuidado de los adultos mayores dependientes y en la protección de la salud y el bienestar de los cuidadores.

Recomendaciones

Basado en el estudio realizado es indispensable que se promueva la conciencia sobre la importancia del cuidado del cuidador y se les brinde las herramientas necesarias para realizar esta tarea de manera efectiva y sostenible, y que podamos tener resultados más elevados de cuidadores sin sobrecarga por el trabajo con adultos mayores.

REFERENCIAS

1. Echeverría A, Astorga C, Fernández C, Salgado M, Dintrans PV. Functionality and seniors: Where are we and where should we be going? *Rev Panam Salud Publica/Pan Am J Public Heal.* 2022;46:1-6.
2. Esquivel N, Carreño S, Chaparro L. Rol del cuidador familiar novel de adultos en situación de dependencia: Scoping Review. *Rev Cuid.* 2021;12(2):1-23.
3. Banchemo S, Mihoff M. Personas mayores cuidadoras: sobrecarga y dimensión afectiva *Pessoas idosas cuidadoras: sobrecarga e dimensão afetiva Elderly caregivers: excessive burden and affective dimension.* *Conoc y Soc.* 2017;7(1):7-35.
4. Salazar-Barajas ME, Herrera-Herrera JL, Ruiz-Cerino JM, Guerra-Ordoñez JA, Duran-Badillo T. Función sensorial y cognición en adultos mayores con enfermedad crónica. *Horiz Sanit.* 2020;20(1):89-94.
5. OMS (2021). Envejecimiento y salud. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
6. Zepeda-Álvarez PJ, Luz Muñoz-Mendoza C. Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores con dependencia severa en atención primaria de salud. *Gerokomos* [Internet]. 2019;30(1):2-5. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2019000100002&lng=es&nrm=iso&tlng=es%0Ahttp://gerokomos.com/wp-content/uploads/2019/03/30-1-2019-002.pdf
7. Pilatasig Chato, M. M., & Castillo Sigüencia, R. M. (2022). ESTRÉS POR SOBRECARGA EN EL CUIDADOR INFORMAL DE PACIENTES ONCOLÓGICOS EN LA INSTANCIA DOMICILIARIA. *Enfermería Investiga*, 7(2), 28–33. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v7i2.1610.2022>
8. Chamba Ortiz PA, Ojeda Orellana KP. Síndrome de sobrecarga en cuidadores familiares de adultos mayores y factores asociados. *Chordeleg*, 2017. *Rev la Fac Ciencias Médicas la Univ Cuenca.* 2019;37(1):11-9.
9. Chango V, Guarate Y. Sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes. *Cienc Lat Rev Científica Multidiscip.* 2021;5(6):13173-83.

10. Gavira, S., y Osuna, J. (2015). La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa. *Pixel-Bit Rev Medios Educ*;73-88. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36841180005>
11. Albarracín Rodríguez ÁP, Cerquera Córdoba AM, Pabón Poches DK. Escala de sobrecarga del cuidador Zarit: estructura factorial en cuidadores informales de Bucaramanga. *Rev Psicol Univ Antioquia*. 2016;8(2):87-99.
12. Duarte Ayala RE, Velasco Rojano ÁE. Validación psicométrica del índice de Barthel en adultos mayores mexicanos. *Horiz Sanit*. 2021;21(1).
13. Gavira, S., y Osuna, J. (2015). La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa. *Pixel-Bit Rev Medios Educ*;73-88. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36841180005>
14. Fajardo E, Soto A, Henao A. Sobrecarga del cuidador del adulto mayor en el barrio tierra firme de Ibagué (Colombia). *Rev Salud Uninorte*. 2019;35(2).
15. Díaz Y. Evaluación de la funcionalidad y el grado de dependencia de adultos mayores de una Fundación para la Inclusión Social. *Rev Cubana Enferm [Internet]*. 2020;26(3). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubenf/cnf-2020/cnf203a.pdf>
16. Rojas Y, Peralta G, Ardila G, Guzmán L, Centanaro G. La carga del cuidador de pacientes con demencia en una población militar: estudio descriptivo. *Acta Neurológica Colomb*. 2021;36(4).
17. Farías F. Trabajo de investigación del cuidador familiar de adultos mayores. Parroquia puerto Bolívar, ciudad de Machala [Internet]. 2022. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/8045/1/UPSE-TEN-2022-0068.pdf>
18. MSP (2011). Manual para Cuidadores de Persona Adulta Mayor dependiente. Disponible en: <https://aplicaciones.msp.gob.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/MANUAL%20PARA%20CUIDADORES%20DE%20LA%20PERSONA%20ADULTA%20MAYOR.pdf>