

AFRONTAMIENTO Y SOBRECARGA SUBJETIVA  
DE CUIDADORES DE PACIENTES  
CON DIAGNÓSTICO DE DEMENCIA

*Gilda Milagros Flores Valdivia,*  
Asociación Peruana de Enfermedad de Alzheimer  
y otras Demencias – Filial Arequipa.

*María Elena Arcos Náquira,*  
Asociación Peruana de Enfermedad de Alzheimer  
y otras Demencias – Filial Arequipa.  
Programa Profesional de Psicología de la  
Universidad Católica San Pablo.

Correspondencia: Maria Elena Arcos Náquira  
Programa Profesional de Psicología, Universidad Católica San Pablo.  
Correo electrónico: [mearcos@ucsp.edu.pe](mailto:mearcos@ucsp.edu.pe)



# AFRONTAMIENTO Y SOBRECARGA SUBJETIVA DE CUIDADORES DE PACIENTES CON DIAGNÓSTICO DE DEMENCIA

Gilda Milagros Flores Valdivia,  
María Elena Arcos Náquira

## Resumen

*El objetivo de la presente investigación fue establecer la relación existente entre el afrontamiento y la vivencia subjetiva de sobrecarga en cuidadores de pacientes con demencia. La muestra estuvo compuesta por 83 cuidadores, la mayoría de sexo femenino, con una edad media de 54 años y pertenecientes a un nivel socioeconómico medio. Se utilizó la Escala de Estimación de Afrontamiento de COPE y la Escala de Sobrecarga del Cuidador de ZARIT. Los resultados muestran que existe una correlación positiva y significativa entre el afrontamiento y la sobrecarga subjetiva. Concluimos que el uso de estrategias cognitivas y conductuales centradas en la emoción y el problema producen menor sobrecarga que aquellas que hacen uso de estilos de afrontamiento centrados en la percepción.*

*Palabras clave: afrontamiento, sobrecarga subjetiva, cuidador, demencia.*

## Abstract

*The objective of this study was investigate the relationship between the coping and subjective overload that the caregivers of patient of dementia manifest. The sample was composed by 83 caregivers, in its majority female, with a mean of 54 year-old and belonging to a half economic level. We used the Scale of Estimate of Coping COPE and the Scale of Overload of the Caregiver of ZARIT. The results show a positive and a significant correlation between coping and the subjective overload of the caregiver. We conclude that the use of cognitive and behavioral efforts focus on emotion and the problem produce less subjective overload that the efforts focus on perception.*

*Key words: coping, subjective overloads, caregiver, dementia.*

## Introducción

Prestar asistencia informal a personas mayores con problemas de salud constituye una situación generadora de estrés en los encargados de tal cuidado, que trae consigo importantes consecuencias en su bienestar físico, psicológico y social; estos cuidadores frecuentemente son considerados como las *segundas víctimas* o *pacientes ocultos* debido a la carga que soportan como consecuencia de su labor de cuidadores (Muela, Torres y Peláez, 2001). Los cuidadores demandan mayor información y apoyo formal, es decir, que se trabaje con ellos; de aquí la importancia de atender a ambas partes ya que constituyen “una pieza clave en la tríada terapéutica equipo sanitario —enfermo— cuidador principal” (Bayés, 1998). Por lo que hay que considerar que una adecuada orientación al cuidador permitirá una mejor calidad de vida tanto para él como para la persona que cuida.

Adaptarse a estos nuevos acontecimientos origina que se modifiquen algunos de sus patrones de vida ya establecidos. Frente a estos cambios la persona tratará de reducirlos haciendo uso de los estilos y estrategias de afrontamiento. Este afrontamiento implica un esfuerzo por prevenir, eliminar o debilitar los estresores de tal manera que logre controlarlos y así pueda adaptarse mejor a la situación a la que se está enfrentando. Pero hay situaciones estresantes que son imposibles de dominar, en estos casos el mejor afrontamiento será el que fuera capaz de hacer más llevadero aquello que es imposible de dominar, bien minimi-

zándolo, aceptándolo e incluso en algunos casos negándolo.

Durante los últimos 15 a 20 años, a nivel mundial se ha observado una extensa producción científica que ha tratado de identificar las dificultades que inciden en el cuidador de un paciente con diagnóstico de demencia, así como los efectos que producen en ellos la acción de cuidar a personas mayores de su familia (Pearlin, Mullan y Semple, 1990), además estos autores proponen que el cuidador ha de enfrentarse a una gran cantidad de estresores como consecuencia del cuidado de un enfermo con Alzheimer entre ellos los trastornos conductuales (vagabundeo, agresividad, etc.) y las deficiencias que presenta el enfermo en habilidades básicas de la vida diaria (alimentación, aseo, control de esfínteres, etc.). Martín y Artaso (2001) encontraron que la sobrecarga del cuidador medida con la escala de ZARIT se correlaciona mejor con la gravedad de los trastornos de conducta que con el deterioro cognoscitivo. Por otra parte, Muela, Torres y Peláez (2002) encontraron que “existe relación entre el tipo de parentesco o vínculo familiar con la sobrecarga experimentada por el cuidador”. Así mismo en otra de sus investigaciones estudiaron la relevancia del uso de estrategias adecuadas a la situación y su relación con carga, en la que encontraron diferencias en el número de estrategias inadecuadas usadas en función del nivel de carga.

Algunos autores como Devi y Almazán (2002) refieren que la evaluación que ha-

gan los cuidadores a la situación como a los recursos con los que cuentan para enfrentarse al problema serán los principales determinantes del estrés, por ello es importante estudiar los estilos y en especial las estrategias de afrontamiento que presenten los individuos ante una situación estresante, ya que esto le permitirá una mejor adaptación hacia la enfermedad. Igualmente la sobrecarga subjetiva debe ser incluida dentro del modelo del estrés. Pearlin (1994) plantea que el hecho de cuidar a una persona mayor dependiente puede ser considerado como una situación de estrés crónico (Pearlin (1994) citado en Montorio, 1998).

En nuestro medio estos temas son desconocidos por la mayoría de los profesionales encargados de brindar salud, quienes se dedican solo al paciente mientras que el cuidador muchas veces es olvidado. Los autores consideramos que la detección temprana de la sobrecarga subjetiva del cuidador así como la relación que esta tiene con el afrontamiento será fundamental porque permitirá establecer intervenciones preventivas primarias. Se investigó si existía relación entre el afrontamiento y la vivencia subjetiva de sobrecarga que manifestaban los cuidadores principales de pacientes con diagnóstico de demencia, así como el tipo de estrategia más usada. Además, si los cuidadores que hacían uso de estilos de afrontamiento centrados en el problema y en la emoción tenían un mejor manejo de su vivencia subjetiva de sobrecarga que aquellos cuidadores con estilo de afrontamiento centrado en la percepción.

## Metodología

El presente trabajo descriptivo correccional transversal. Se evaluó el afrontamiento y la sobrecarga subjetiva de los cuidadores de pacientes con diagnóstico de demencia. Se trabajó con 83 cuidadores de los cuales 26 son socios afiliados a la Asociación Peruana de Alzheimer y Otras Demencias Filial Arequipa y los 57 restantes son familiares de pacientes asegurados en el Programa de Atención Domiciliaria (PADOMI) de EsSalud de los hospitales Metropolitano, Yanahuara y Edmundo Escomel. Para la selección de la muestra (muestreo no probabilístico de tipo intencional) consideramos los siguientes criterios de selección: 1) cuidadores principales de pacientes con diagnóstico de demencia, 2) familiares directos y/o de segundo orden, 3) convivir en el mismo domicilio y compartir actividades de la vida diaria, 4) no remunerados y 5) pacientes no institucionalizados. (Ver tabla 1).

Usamos la Escala de Sobrecarga del Cuidador de ZARIT (Zarit, Reever y Bach Peterson, 1980) y la Escala de Estimación de Afrontamiento de COPE (Carver Sheire y Weintraumb, 1989). Se realizó un estudio de validez y confiabilidad para corroborar la consistencia de los instrumentos. El primero consta de 22 ítemes en los que el cuidador refleja en qué medida la atención del paciente altera su bienestar físico, psicológico, social y económico. La puntuación máxima a alcanzar es de 110 y la mínima de 22. Presenta un Alfa de Cronbach = 0.84, siendo su nivel de consistencia interna alta. El segundo consta

Tabla 1: Datos generales de los cuidadores

	Sexo		Edad		
Variable porcentaje	Femenino 80%	Masculino 20%	De 20 a 40 18%	De 41 a 60 51%	De 60 a 80 31%

  

	Estado civil				Grado de instrucción		
Variable porcentaje	Soltero 25%	Casado 62%	Viudo 7%	Divorciado 6%	Primaria 12%	Secundaria 25%	Téc./sup. 63%

  

	Parentesco				Religión			
Variable porcentaje	Cónyuge 23%	Hijo/a 59%	Nieta 6%	Otros 12%	Católico 94%	Evangélico 1%	Cristiano 4%	Ninguno 1%

de 52 ítems y evalúa los diferentes estilos de afrontamiento que las personas utilizan frente a situaciones estresantes. Se agrupan en tres estilos que se subdividen en estrategias de afrontamiento 1) centrado en el problema, 2) centrado en la percepción y 3) centrado en la emoción. Se obtiene puntajes para cada estilo de afrontamiento tomando en cuenta el de mayor jerarquía y otros trece que corresponden a las estrategias. Presenta un Alfa de Cronbach = 0.84, siendo su nivel de consistencia interna alta. Ambas escalas fueron llenadas por los cuidadores principales en sus domicilios previa coordinación con las instituciones antes mencionadas. Para comprobar que exista correlación entre las variables estudiadas, afrontamiento y sobrecarga subjetiva, se utilizó

la prueba paramétrica de correlación de Pearson.

### Resultados

Los resultados muestran una correlación positiva  $r=0.423$  con un nivel de significación de  $p=0.01$  entre las variables sobrecarga y afrontamiento.

Tabla 2: Correlación entre afrontamiento (COPE) y sobrecarga subjetiva de ZARIT

		Total de COPE	Puntaje total de ZARIT
Correlación de Pearson	Total de COPE	1.00	0.423**
	Puntaje total de ZARIT	0.423**	1.00

\*\* $p<0.01$

Tabla 3: Correlaciones entre los estilos de afrontamiento (COPE) y la sobrecarga subjetiva de ZARIT

		Afrontamiento Problema – COPE	Afrontamiento Emoción -- COPE	Afrontamiento Percepción – COPE
Correlación de Pearson	Puntaje total de ZARIT	0.278*	0.287*	0.504**

\* $p < 0.05$

\*\* $p < 0.01$

Con relación a los tres estilos de afrontamiento y la sobrecarga subjetiva que presentan los cuidadores se obtuvo que el estilo centrado en la percepción presenta una correlación positiva alta con la sobrecarga  $r=0.504$  ( $p < 0.01$ ); mientras que los estilos centrados en la emoción y en el problema presentan una correlación positiva media  $r=0.287$  y  $r=0.278$  ( $p < 0.05$  para ambos casos).

A partir de los resultados encontramos que a mejor uso del afrontamiento se observa un mejor manejo de la sobrecarga subjetiva. Así mismo existe una mayor sobrecarga en los cuidadores cuando estos hacen uso del estilo de afrontamiento centrado en la percepción, en cambio será menor en la medida que hagan uso del estilo centrado en el problema y/o la emoción; es decir, que los problemas físicos, psicológicos y socioeconómicos derivados de cuidar a estos pacientes aumentarán en la medida que huyan o eviten la situación y/o consecuencias, y esta disminuirá cuando enfrenten el problema o intenten regularizar sus estados emocionales.

## Discusión

Encontramos una relación significativa entre el afrontamiento y la vivencia subjetiva de sobrecarga que manifestaban los cuidadores de pacientes con demencia, indicándonos que a mejor uso del afrontamiento se observa un mejor manejo de la sobrecarga subjetiva en el cuidador, es decir, que el uso correcto de los esfuerzos cognitivos y conductuales permitirá al cuidador manejar mejor los problemas físicos, psicológicos y socioeconómicos como consecuencia de cuidar a su familiar.

Por otro lado, aquellos cuidadores que usaban los estilos de afrontamiento centrados en el problema (activos, de planificación, búsqueda de apoyo social, etc.) y en la emoción (reinterpretación positiva, aceptación, acudir a la religión, etc.) presentaron menor sobrecarga que aquellos cuidadores que hacían uso de estilos de afrontamiento centrados en la percepción (enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y mental); concordando con Devi y Almazán (2002) quienes refieren que el “estilo de afrontamiento de evitación (percepción) está más relacionado con el estrés

del cuidador". Probablemente esto se debe a que aquellos cuidadores que se enfrentaban al problema o intentaban modificar las situaciones estresantes o reducir la cognición de amenaza presentaban menores conflictos, por lo que aquellos que no optaban por estos estilos presentaban mayores problemas físicos, psicológicos y socioeconómicos derivados del cuidado. Nuestros resultados concuerdan con los obtenidos por Muela, Torres y Peláez (2002) que estudiaron la relevancia del uso de estrategias adecuadas a la situación y su relación con carga, y que encontraron diferencias en el número de estrategias inadecuadas usadas en función del nivel de carga.

Es importante destacar que dentro de las características representativas de la muestra se concuerda con algunos de los datos encontrados por Aramburu, Izquierdo y Romo (2001); Montorio, Fernández y López (1998), Carod, Egido y Gonzales (1999), quienes refieren que el cuidador es generalmente una mujer, casada, creyente, usualmente la hija, ama de casa, con un nivel económico medio.

Son pocas las investigaciones que relacionan estas variables por lo que comparar los resultados obtenidos es bastante difícil, pero los investigadores deben seguir buscando nuevas respuestas a estas variables

asociándolas a otras nuevas como a la personalidad de los cuidadores, si estas influyen en un mejor uso de las estrategias o en un menor manejo de la sobrecarga, si es que el tiempo de diagnóstico de la enfermedad influye en el nivel de sobrecarga percibida por parte de los cuidadores como los hallazgos encontrados por Muela, Torres y Peláez (2001) o con los resultados obtenidos por Martín y Artaso (1996) que encontraron que la sobrecarga del cuidador, medida con la escala de Zarit, se correlaciona mejor con la gravedad de los trastornos de conducta que con el deterioro cognoscitivo. Existe mucha riqueza en estos temas por investigar, pero la falta de textos especializados o la negativa de los familiares a querer aceptar ayuda, quizá por sus creencias personales, fueron algunas de las limitaciones de la investigación. Por eso instamos a nuevos investigadores a que contribuyan a aclarar el panorama de aquellos que trabajamos con los cuidadores, ya que esto nos permitirá organizar adecuadas intervenciones.

Finalmente, los resultados obtenidos refuerzan nuestras ideas de que un mejor uso de los esfuerzos cognitivos y conductuales de los cuidadores conducirá a un mejor manejo de los problemas físicos, psicológicos y socioeconómicos como consecuencia de su labor.

## Referencias

- Aramburu, I., Izquierdo, A. y Romo I. (2001). Análisis comparativo de necesidades psicosociales de cuidadores informales de personas afectadas de Alzheimer y ancianos con patología no invalidante. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 11(2):64-71. Extraído el 20 de diciembre de 2003 de [www.nexusediciones.com/pdf/gero2001-2/gi-11-2-002.pdf](http://www.nexusediciones.com/pdf/gero2001-2/gi-11-2-002.pdf)
- Báyes, R. (1998). Cuidando al cuidador. Evaluación del cuidador y apoyo social. Análisis de los recursos psicológicos y soporte emocional del cuidador. Extraído el 18 de julio de 2004 de [www.fehad.org/valhad/pno22.htm](http://www.fehad.org/valhad/pno22.htm)
- Biurrún, A. (2000). Cuidar al enfermo interrumpe el proyecto de vida del cuidador. Extraído el 22 de mayo de 2003 de <http://diariomedicovd.recoletos.es/home.html>
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56, 267-283
- Carod, F., Egido, J. y Gonzales, J. (1999). Percepción de la sobrecarga a largo plazo en cuidadores de supervivencia de un ictus. *Revista de Neurología*, 28 (12): 1130-1138.
- Devi, J. y Almazán, I. (2002). Modelos de estrés y afrontamiento en el cuidador del enfermo con demencia. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 12 (1): 31-37. Extraído el 11 de agosto de 2003 de [http://www.nexusediciones.com/pdf/ger2002\\_1/g-12-1-005.pdf](http://www.nexusediciones.com/pdf/ger2002_1/g-12-1-005.pdf)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (1991). *Metodología de la Investigación*. México D.F., México: Mac Graw Hill Interamericana de México.
- Martín, M. y Artaso B. (2001). La sobrecarga de los familiares de pacientes con enfermedad de alzheimer. Extraído el 20 de septiembre de 2003 de <http://www.scn.es/cursos/demencias/aspfam/alzhfam.htm>
- Martín, M., Jiménez, M y Fernández, E. (1997). Estudio sobre la escala de estilos y Estrategias de Afrontamiento. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 3 (4). Extraído el 12 de agosto de 2003 de [www.reme.uji.es/articulos/agare4960806100/2000](http://www.reme.uji.es/articulos/agare4960806100/2000)
- Montorio, I., Fernández, M. y López, A. (1998). La entrevista de carga del cuidador. Utilidad y validez del concepto de carga. *Anales de Psicología*, 14 (2): 229-248. Extraído el 21 de diciembre de 2003 de [www.um.es/anales/vol14-2e.htm](http://www.um.es/anales/vol14-2e.htm)
- Muela, J., Torres, C. y Peláez, E. (2002). Nuevo instrumento de evaluación de situaciones estresantes en cuidadores de enfermos de Alzheimer. *Anales de Psicología*, 18 (2): 319-331. Extraído el 14 de enero de 2004 de [http://www.um.es/analesps/v18/v18\\_2/09-18\\_2.pdf](http://www.um.es/analesps/v18/v18_2/09-18_2.pdf)

- Muela, J., Torres, C. y Peláez, E. (2002). Comparación entre distintas clasificaciones de las estrategias de afrontamiento en cuidadores de enfermos de Alzheimer, *Psicothema*, 14 (3): 558-563. Extraído el 21 de enero de 2004 de <http://www.psicothema.com/pdf/765.pdf>
- Pearlin, L., Mullan, J. y Semple, S. (1990). Caregiving and the stress process: an overview. *The Gerontologist*, 30 (5): 583-94. Extraído el 12 de enero de 2004 de [http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list\\_uids=2276631&dopt=Abstract](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=2276631&dopt=Abstract)
- Pearlin, L. (1994). Conceptual strategies for the study of care giver stress. En E. Light, G. Niederehe y B.D. Lebowitz (Eds.), *Stress effects on family caregivers of Alzheimer's patients*. Nueva York: Springer.
- Zarit, S., Reever, K. y Bach-Peterson (1980) . Relatives of the impaired elderly: correlates of feelings of burden. *Gerosntologist*, 20, 649-655