

La sobrecarga de la cuidadora de adultos mayores con demencia ¿problema de salud pública?

Caregiver overload in older adults with dementia: a public health problem?

A sobrecarga do cuidador de idosos com demência, problema de saúde pública?

Rosario Pérez García¹ , Manuela Pérez García^{1*} 

¹Servicio Gallego de Salud (SERGAS). Coruña, España.

Autora para la correspondencia: mrpg1@hotmail.es

Recibido: 31-08-2023 **Aprobado:** 17-01-2024 **Publicado:** 22-01-2024

Cómo citar este artículo:

Pérez García R, Pérez García M. La sobrecarga de la cuidadora de adultos mayores con demencia ¿Problema de salud pública? Rev Inf Cient [Internet]. 2024 [citado Fecha de acceso]; 103:e4357. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10542476>

Señor editor:

Queremos felicitar a Rondón-Vázquez, *et al.* por su artículo Factores de riesgo asociados a la sobrecarga en cuidadores informales de adultos mayores postrados, por poner de relieve un problema de salud que afecta, principalmente, a cuidadoras informales derivado de los cuidados continuos que requieren estos pacientes.⁽¹⁾

Siguiendo en la misma línea de investigación del estudio, se quiere resaltar la sobrecarga de la cuidadora informal del familiar con demencia, al remarcar las consecuencias negativas que tiene para su salud física y emocional. Además, es preciso conocer qué tipo de respuestas sociales y sanitarias se están desarrollando para prevenir y disminuir la sobrecarga de estas cuidadoras.

Según los datos aportados por el documento Envejecimiento y desarrollo en América Latina y el Caribe, del Centro Latinoamericano y Caribeño Demográfico (CELADE), se subraya que el incremento del envejecimiento demográfico en América Latina está presente en todos los países. En el documento se especifica que el porcentaje de población de 60 años y más se incrementará desde un 8 % en el año 2000 a 14,1 % en 2025 y a 22,6 % en 2050.⁽²⁾



Similares datos son reportados por el Instituto Nacional de Estadística de España (INE) que, según sus previsiones del proceso de envejecimiento, lejos de frenarse se incrementará. Según las proyecciones demográficas para el 2050, se prevé que el 31,4 % de la población en España tendrá más de 65 años y que el 11,6 % alcanzará más de 80 años.⁽³⁾

Si el incremento poblacional en adultos mayores de 65 años continúa en alza, las previsiones de casos de personas con demencias aumentarán progresivamente. Según diversos estudios, se reporta que entre el 2 y el 10 % de todos los casos de demencia tienen un inicio antes de los 65 años; y que su prevalencia aumenta el doble con cada intervalo de 5 años después de los 65 años de edad.⁽⁴⁾ Dentro de las demencias, la enfermedad de Alzheimer es la más prevalente y su mayor factor de riesgo es el envejecimiento. De los estudios se destaca que un porcentaje elevado de las personas con la enfermedad tienen 65 años o más y aproximadamente el 33 % de las personas mayores de 85 años la padece.⁽³⁾

En el estudio de Rivera-Navarro, *et al.*⁽⁵⁾ se reporta que el núcleo familiar constituye el mayor soporte para la atención y los cuidados de las personas con demencia, donde el cuidador informal suele ser una mujer (68-87 %), de mediana edad, con bajo nivel de escolaridad y suele ser la hija o el cónyuge. Debido a la necesidad continuada de cuidados, la cuidadora informal experimenta una sobrecarga física y psicológica que se expresa como agotamiento físico y emocional, estrés y cansancio, que afecta al desempeño de las actividades de la vida cotidiana, incluso las relaciones familiares y sociales.⁽⁶⁾

Dado el gran impacto negativo en la salud de las cuidadoras, es ineludible el diseño de programas de prevención de la sobrecarga física y emocional. En una revisión bibliográfica realizada por Bressan, *et al.*⁽⁷⁾ sobre las necesidades de las cuidadoras informales de pacientes con demencia, se concluye que la mayoría de ellas necesitan recibir ayuda emocional y la necesidad de encontrar un equilibrio entre el rol de cuidadora y sus propias necesidades personales, familiares y sociales. Además, refiere que la cuidadora principal y los familiares más próximos al paciente necesitan información sobre qué es la demencia, formación sobre qué tipos de cuidados son los más idóneos y de qué forma se puede obtener apoyo especializado por los servicios de salud mental y de los servicios sociales durante todo el transcurso de la enfermedad.

Dada la magnitud del problema, la atención sanitaria y social y los cuidados a las personas con demencias debe considerarse como un problema de salud pública que afecta a los propios enfermos como a sus allegados, familiares y a la cuidadora principal. Es por este motivo, que el Plan de acción mundial sobre la respuesta de salud pública a la demencia de la OMS indica que la atención sociosanitaria de las demencias es un objetivo para lograr la sostenibilidad de cualquier sistema sanitario.⁽³⁾

A pesar de estas recomendaciones, en el Plan Integral de Alzheimer y otras Demencias del Ministerio de Sanidad de España⁽⁸⁾ se confirma que la atención integral a los enfermos y a sus familias todavía, en la mayoría de las ocasiones, no se ha conseguido alcanzar. Se verifica que la información y, especialmente, la formación sobre la enfermedad y sus cuidados es, en la mayoría de los casos, deficitaria.



Asimismo, en el documento se especifica que en relación al apoyo y asesoramiento que el sistema sanitario debe brindar a los cuidadores en las distintas fases de la enfermedad también se encuentran carencias y falta de recursos sociales y sanitarios. Dadas estas insuficiencias, es preciso desarrollar programas que den respuestas sociales y sanitarias satisfactoria a las necesidades de las personas con alzhéimer y a sus familiares cuidadores. Para ello, se debe potenciar la coordinación con otros sistemas (sanitario, ámbito laboral, vivienda, etc.) en las que se requieran intervenciones adaptadas a cada fase y evolución de la enfermedad. Estas medidas aliviarían la sobrecarga física y emocional de la cuidadora ya que podría disponer de apoyos y recursos que le permitirían rehacer sus relaciones sociales, potenciar su autocuidado y seguir desempeñando su jornada laboral o incorporarse al mercado de trabajo.⁽⁸⁾

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rondón-Vázquez AF, Peña-Carballosa AI, Almaguer-Cruz NN, Mora-Betancourt RL, Morales-Ricardo Y. Factores de riesgo asociados a la sobrecarga en cuidadores informales de adultos mayores postrados. Rev Inf Cient [Internet]. 2023 [citado 2 Ago 2023]; 102:4096. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102899332023000100013&lng=es
2. Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE). Envejecimiento y desarrollo en América Latina y el Caribe. Naciones Unidas: CELADE; 2012. [citado 2 Ago 2023]. Disponible en: <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/serie28.pdf>
3. Instituto Nacional de Estadística de España (INE). Proyecciones de población 2020-2070. España: INE; 2020. [citado 2 Ago 2023]. Disponible en: https://www.ine.es/prensa/pp_2020_2070.pdf
4. Organización Panamericana de la Salud. Demencia, una prioridad de salud. Washington: WHO; 2013. [citado 3 Ago 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/dementia>
5. Rivera-Navarro J, Benito-León J. Characteristics of informal caregivers of patients with dementia in Alicante province. Neurología [Internet]. 2015 Abr [citado 3 Ago 2023]; (3):183-4. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nrleng.2013.03.008>
6. Bello LM, León GA, Covená MI. Factores que predominan sobrecarga en el cuidador formal e informal geriátrico con déficit de autocuidado. Rev Univ Soc [Internet]. 2015 [citado 3 Ago 2023]; 11(5):385-395. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202019000500385&lng=es&tlng=es
7. Bressan V, Visintini C, Palese A. What do family caregivers of people with dementia need? A mixed-method systematic review. Health Soc Care Community [Internet]. 2020 [citado 4 Ago 2023]; 28(6):1942-1960. DOI: <https://doi.org/10.1111/hsc.13048>
8. Ministerio de Sanidad. Plan Integral de Alzheimer y otras Demencias (2019-2023). España: Ministerio de Sanidad; 2019. [citado 3 Ago 2023]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/docs/Plan_Integral_Alzheimer_Octubre_2019.pdf



Declaración de conflicto de intereses:

Las autoras declaran que no existen conflictos de intereses.

Financiación:

Las autoras no recibieron financiación para el desarrollo de este artículo.

