



Descargo de responsabilidad: las opiniones expresadas en los manuscritos son responsabilidad exclusiva de los autores. No necesariamente reflejan las opiniones de la editorial ni la de sus miembros.

Agotamiento en cuidadores primarios

Burnout in primary caregivers

Recibido: 18/11/2022
Aceptado: 01/12/2022
Publicado: 15/07/2023

María Magdalena Chocoj González
Universidad de San Carlos de Guatemala
arboledamcg@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-0395-6185>

Referencia

Chocoj González, M. M. (2023). Agotamiento en cuidadores primarios. Revista Académica Sociedad Del Conocimiento Cunzac, 3(2), 127–134. DOI: <https://doi.org/10.46780/sociedadcunzac.v3i2.99>

Resumen

PROBLEMA: fatiga del cuidador cansado **OBJETIVO:** evaluar agotamiento de cuidadores primarios, en estudiantes de ciencias de la salud, Antigua Guatemala. **MÉTODO:** se realizó un estudio descriptivo transversal en 80 estudiantes de Enfermería con orientación en Atención Primaria, facultad Ciencias de la Salud, Universidad Rafael Landívar, sede Antigua Guatemala. **RESULTADOS:** el rango etario predominante en el estudio fue de 19 a 20 años con el 51 %, género con más participación femenino con 65 %, grado de estudio finalizado diversificado con 97.5%, tiempo de labores como cuidador primario 11 meses a 5 años con 65 %, trabajos con los que cuenta de 1 a 2 de 90%. En la aplicación de la escala de Zarit los resultados fueron: percepción de salud física afectación en un 40 %, Salud psíquica 50 %, actividades sociales y económicas de 30 %, grado de sobrecarga laboral leve con 50 %. **CONCLUSION:** la percepción de afectación física 40 %, salud psíquica 50 %, social y económica 30 %. No se encuentra sobrecarga laboral es 10 %, en grado leve 50 % y sobrecarga laboral intensa 20 %.

Palabras clave

cuidador, primario, agotamiento, estudiantes, sobrecarga

Abstract

PROBLEM: fatigue of the tired caregiver **OBJECTIVE:** to evaluate exhaustion of primary caregivers, in students of health sciences, Antigua Guatemala. **METHOD:** a descriptive cross-sectional study was carried out in 80 Nursing students majoring in Primary Care, Faculty of Health Sciences, Rafael Landívar University, Antigua Guatemala campus. **RESULTS:** the predominant age range in the study was from 19 to 20 years with 51%, gender with more female participation with 65%, completed degree of study diversified with 97.5%, working time as primary caregiver 11 months to 5 years with 65%, jobs that account for 1 to 2 of 90%. In the application of the Zarit scale, the results were: perception of physical health affected by 40%, mental health 50%, social and economic activities 30%, degree of

mild work overload with 50%. CONCLUSION: the perception of physical affectation 40%, mental health 50%, social and economic 30%. No work overload is found, it is 10%, 50% to a mild degree and 20% intense work overload.

Keywords

caregiver, primary, exhaustion, students, overload

Introducción

Las múltiples enfermedades crónicas, las emergencias de salud y desastres naturales, las enfermedades terminales, los duelos con complicaciones de salud, las enfermedades propias de las diferentes etapas del ciclo vital, especialmente la vejez con sus vulnerabilidades, las comorbilidades, discapacidades físicas y mentales, aunado a esto las dificultades de los diferentes sistemas de salud y el acceso a los mismos, dado a esto se ha incrementado el delegar el cuidado de enfermos a cuidadores primarios.

En la historia a través de diferentes épocas se ha constatado que todo cuidador primario es aquella persona que atiende a un ser humano con necesidades de atención psico-biosocial, por lo que su trabajo no sólo se limita al aspecto físico, también al aspecto emocional y social, a esto se le agrega sus situaciones personales como cuidador, el agotamiento se recarga debido a que no sólo atiende al paciente sino que también debe atender a su familia, sin embargo a pesar de todo esto es una persona cuya vocación la impulsa a continuar y avanzar en el cuidado de otro ser humano. Todo esto impacta en la vida del cuidador por lo que se ha realizado varias investigaciones mediante las cuales se ha confirmado agotamiento laboral.

El cuidado proporcionado a otra persona exige responsabilidad que puede producir cambios personales, familiares, laborales y que afectan la salud física, mental y bienestar subjetivo del cuidador. Esta responsabilidad puede generar ansiedad, depresión, estrés y sobrecarga, esta última consecuencia es un estado de agotamiento emocional, estrés y cansancio que alteran las actividades de ocio, relaciones sociales, libertad y equilibrio mental (Gualpa, 2019).

El cuidador que a la vez es estudiante de Enfermería, como es el caso del sujeto de este estudio que pertenece a la Universidad Rafael Landívar, que está cursando el nivel técnico universitario, a esto se le agrega que trabajan en más de un área laboral debido a que deben sufragar los gastos de su formación pero que en la actualidad no pueden sufragarlos sin tener que trabajar, debido a esto se corre el riesgo de vivir con recarga laboral por múltiples factores, algunos de ellos son: pacientes dependientes, pacientes y familia muy demandantes,

familia del paciente con dificultades de diferente índole, horarios de trabajo variados y muy especialmente turnos nocturnos en donde muchas veces no le es posible dormir, corto tiempo de atención a sí mismo, exigencias en cuanto a lo académico, más su propia problemática personal que debe afrontar.

Por todo lo que debe afrontar el cuidador corre el riesgo de vivir el síndrome del quemado que es una enfermedad invisible entre los trabajadores de salud en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización o tratamiento cínico y actitud negativa hacia los que atiende y baja autorrealización. (Linares y Guedes, 2021).

Materiales y métodos

Estudio descriptivo transversal sobre el agotamiento en cuidadores primarios con el objeto de identificar los grados de agotamiento de los estudiantes que a la vez son cuidadores primarios, utilizando la escala de Zarit. El universo fue de 80 estudiantes de enfermería con orientación en atención primaria de la Facultad de ciencias de la salud Universidad Rafael Landívar, Sede de Antigua Guatemala año 2022. Las variables evaluadas fueron características socio-demográficas y perfil del cuidador, dimensiones de la escala de Zarit, grado de agotamiento de cuidador primario

Resultados

Los datos recolectados se procesaron, y se realizó el vaciado en tablas sistematizadas que permitieron profundizar en el tema “Agotamiento del cuidador primario” aplicado en estudiantes trabajadores. Que a continuación se presentan:

Tabla 1. Dimensión Salud Física

Pregunta	Respuestas	Cantidad de Respuestas	Porcentajes
3.Siente que su salud se ha resentido por cuidar a su familiar?	Algunas veces	41	51.25 %
	Bastantes veces	16	20 %

Dimensión Psíquica

5. ¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar?	Bastantes veces	20	25 %
	Casi siempre	10	12.5 %

Pregunta	Respuestas	Cantidad de respuestas	Porcentajes	
14. ¿Cree que su familiar espera que usted le cuide, como si fuera la única persona con la que puede contar?	Algunas veces	32	40 %	Algunas veces
	Bastantes veces	16	20 %	Bastantes veces

Pregunta	Respuestas	Cantidad de respuestas	Porcentajes	
21. ¿Cree que podría cuidar de su familiar mejor de lo que lo hace?	Algunas veces	32	40 %	Algunas veces
	Bastantes veces	25	31.25 %	Bastantes veces

Pregunta	Respuestas	Cantidad de respuestas	Porcentajes	
22. En general: ¿Se siente muy sobrecargado por tener que cuidar de su familiar?	Algunas veces	38	47.5 %	Algunas veces
	Bastantes veces	23	28.75 %	Bastantes veces

Dimensión social y económica

Pregunta	Respuestas	Cantidad de respuestas	Porcentajes	
13. ¿Se siente incómodo para invitar amigos a casa, a causa de su familiar?	Algunas veces	32	40 %	Algunas veces
	Bastantes veces	16	20 %	Bastantes veces

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la prueba por dimensión evaluada, las dimensiones son: salud física, salud psíquica y social que incluye lo económico, los números de pre-

guntas son aleatorios conforme la “Escala de Zarit” del estudio “Agotamiento en cuidadores primarios “. Fuente: boleta de recolección de datos.

La presente tabla mostró los resultados de la escala de Zarit obtenidos de forma aleatoria conforme la prueba, sin embargo, se logró denotar que desde la dimensión de salud física fue: siente que su salud se ha resentido por atender a su familiar, la respuesta fue: algunas veces en un 51.25 %.

Asimismo, en cuanto a la dimensión psíquica se obtuvieron los resultados que predominaron fueron: siguientes: ¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar? La respuesta fue algunas veces con 40 %, ¿Cree que su familiar espera que usted le cuide, como si fuera la única persona con la que puede contar? respuesta: algunas veces 40 %, ¿Cree que podría cuidar de su familiar mejor de lo que lo hace? Respuesta: algunas veces con el 40 %, En general: ¿Se siente muy sobrecargado por tener que cuidar de su familiar? Respuesta: algunas veces 47.5%

En cuanto al análisis de las dimensión social y económico el resultado fue: ¿Se siente incómodo para invitar amigos a casa, a causa de su familiar? Respuesta: algunas veces 40 %.

Tabla 2. Grado de agotamiento de cuidador primario

Grado	Cantidad expresada en números	Cantidad expresada en porcentajes
Puntuación de 47		
Menor de 47 puntos	45	56%
No se encuentra en sobrecarga		
Puntuación de		
De 47-55	25	37%
Sobrecarga leve		
Puntuación		
Mayor de 55	10	12.5%
sobrecarga intensa		

Nota. Esta tabla muestra los grados de agotamiento del estudio “Agotamiento en cuidadores primarios “. Fuente: boleta de recolección de datos.

En cuanto al grado de agotamiento se identificó en puntuación de 47 que equivale a No se encuentra en sobrecarga, la cantidad fue de 45 que equivale al 56 %, luego en la puntuación de 47-55 que equivale a sobrecarga leve la cantidad fue de 25 que equivale a 37% y por último la puntuación mayor de 55 que equivale a sobrecarga intensa dio como resultado la cantidad de 10 que equivale a 12.5 %.

Discusión

En Guatemala el cuidador primario se encuentra como un grupo de personas sumamente necesarias debido al incremento de la población y por las tareas que tiene al atender a una persona que necesita recuperar su salud y dicha atención implica sobrecarga laboral para el cuidador ya que no cuida solo una persona en rehabilitación sino que atiende a diferentes pacientes con diferentes patologías y en diferentes condiciones socioeconómicas esto hace necesario realizar investigaciones al respecto, para evitar complicaciones en los cuidadores.

Climent et al., (2018) afirman en su investigación “ Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes” que evaluado la sobrecarga laboral de cuidadores de pacientes dependientes con la escala de Zarit obtuvieron como resultado que los cuidadores fueron adultos, sexo más influyente las mujeres, algunos casados, igualdad en el nivel de instrucción secundaria y casi todos los cuidadores no tienen sobrecarga laboral y en una minoría existe carga leve pues en relación con los diferentes niveles de sobrecarga el 60,8% de cuidadores/as no se encontraban con sobrecarga, un 22,4% presentaban sobrecarga leve y un 16,8% intensa, Por otro lado, relacionando el nivel de sobrecarga con el grado de resiliencia (bajo, moderado o alto) se obtuvo que a mayor nivel de sobrecarga percibida por la persona cuidadora, menor es la capacidad de resiliencia y en el presente estudio se obtuvo los siguientes resultados: Característica sociodemográficas y perfil del cuidador: rango etáreo de 18 a 20 años de edad 92.5 %, predominó género femenino de 81.25 %, escolaridad diversificada de 97.5 %, tiempo de cuidado proporcionado de 11 meses a 5 años fue de 65%, Número de trabajos de 1-2 fue de 90 % y se concluye que se encuentra sobrecarga laboral intensa fue de 12.5%.

Tartaglini et al., (2019) indican que en su investigación “ Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit: análisis de sus propiedades psicométricas en cuidadores familiares residentes en Buenos Aires”, sobre la validez de la escala de Zarit afirma que esta escala es un instrumento que permite evaluar la sobrecarga laboral de manera confiable, ya que evalúa las tres dimensiones; física, psiquiátrica y social, económica, y en este estudio los resultados fueron: La percepción de la dimensión de salud física fue que es afectada algunas veces con 67%, Psíquica predominó la respuesta que algunas veces se percibe afectada con 40 %, en la dimensión social y económica predominó nunca 42% y algunas veces con 40 %.

Linares y Guedez (2021) “Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud” afirman que a pesar de que el resultado de la investigación no fue sobrecarga laboral intensa sino que fue ligera, sí tiene relevancia para implementar estrategias de prevención y soporte y si esta condición no se atiende oportunamente puede generar sobrecarga laboral intensa aumentando la morbilidad física, psíquica y social incluso puede causar la muerte del cuidador y en el presente estudio se encontró: No se encuentra en sobrecarga laboral 56 %. Sobrecarga leve fue 37 % y la sobrecarga laboral intensa fue de 12.5%.

Referencias

Climent Rodríguez, Navarro Y, López M, Gómez J (2018) “Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes” *sespas Elsevier España*, 33 (3) <https://www.scielosp.org/article/gs/2019.v33n3/268-271/#>

Gualpa Lema, M.C. 2019, “Carga laboral y ansiedad en cuidadores de personas con discapacidad severa”, *ISSN 2542-3401/ 1316-4821, Universidad, Ciencia y Tecnología vol. 23, No. 95 diciembre 2019 (pp. 33-39): file:///C:/Users/HP/Downloads/243-Art%C3%ADculo-740-1-10-20191206%20(1).pdf*

Linares Parra, Guedez Salas. “Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud” 2021 May;53(5): <https://doi.org/10.1016/J.APRIM.2021.102017>

Tartaglini, María Florencia, Feldberga C, Hermidab P, Heiseckec S, Dillond C, Ofmanb S, Nuñeze M y Somalef V, 2019 ,” Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit: análisis de sus propiedades psicométricas en cuidadores familiares residentes en Buenos” Aires, Argentina. Elsevier España. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2019.11.003>

Sobre la autora

María Magdalena Chocoj González

Actualmente maestranda de la Maestría en Neurociencia con en Neuroconición de Universidad de San Carlos de Guatemala, Psicóloga clínica de Universidad de San Carlos de Guatemala.

Financiamiento de la investigación

Con recursos propios.

Declaración de intereses

Declara no tener ningún conflicto de intereses, que puedan haber influido en los resultados obtenidos o las interpretaciones propuestas.

Declaración de consentimiento informado

El estudio se realizó respetando el Código de ética y buenas prácticas editoriales de publicación.

Derechos de uso

Copyright© 2023 por María Magdalena Chocoj González

Este texto está protegido por la [Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Es libre para compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar el documento, remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de atribución: debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.