

EL CUIDADOR INFORMAL DE PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS EN ESPAÑA

Adelaida Zabalegui, Clara Juandó, Amaia Sáenz de Ormijana, Anna Ramírez, Ana Pulpón, Luis López, Cristina Jones, M Dolores Izquierdo, Pilar Gual, Araceli González, Albert Gallart, Magdalena Díaz, Esther Corrales, Esther Cabrera y Andreu Bover. Grupo de investigadores en cuidados informales de la Red Temática de Investigación en cuidados a personas mayores RIMARED.

Esta revisión sistemática de la literatura está enmarcada en la Red Temática de Investigación en Cuidados a Personas Mayores RIMARED, coordinada por el Instituto de Salud Carlos III. La Red está compuesta por seis grupos de investigadores procedentes de diferentes comunidades autónomas que se centran en el estudio de diferentes temas relacionados con el cuidado a personas mayores y, en concreto, el grupo que ha realizado esta revisión es el de Cuidadores Informales integrado por 15 investigadores.

El objetivo de este estudio es comparar el estado de la literatura sobre los cuidadores informales de personas mayores de 65 años en España, con la situación de la literatura internacional sobre los cuidadores informales de personas mayores de 65 años. Para ellos se realizó una revisión sistemática de la literatura sobre el cuidador informal de personas mayores. Se buscaron en las principales bases de datos nacionales e internacionales: PubMed, Cuidatge, Cuiden, BDIE, CINAHL, PsychInfo, EMBASE, Cochrane and Ageline con las siguientes palabras clave: aged, elderly, old people, aging, older, geriatric, geriatric nursing, gerontologic nursing and caregiver. Se revisaron 8500 abstracts y se seleccionaron 332 publicaciones que fueron analizadas, en contenido y metodología, por pares de investigadores, de las cuales se escogieron 182 artículos que cumplieron los siguientes criterios de inclusión: publicadas en inglés,

francés o español desde 1990 hasta septiembre del año 2003; centradas en el estudio del cuidador informal de personas mayores y con una puntuación en mínima de 3 sobre 5 en su calidad metodológica.

De los artículos finalmente seleccionados, la mayoría (67%) son publicados en inglés y el resto en Español (33%). Los principales temas identificados en el análisis del contenido fueron: el perfil del cuidador informal de personas mayores, el tipo de cuidados prestados, los recursos de que disponen o hacen uso y las repercusiones que tiene el hecho de prestar cuidados a personas mayores. Los resultados mostraron que el perfil del cuidador informal en España está bien definido al igual que el tipo de actividades que realizan. El perfil responde a una mujer (83.95%) de edad media 56 años y ama de casa (60%). Los cuidadores hombres (17%) tienen una media de edad de 65 años y retirados en un 45%. Más de la mitad de los cuidadores dedican más de 5 horas al día al cuidado (>150 horas al mes) y principalmente organizan sus actividades cuidadores de la siguiente forma: se centran en las actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD) (cocinar, limpiar la casa, usar el teléfono, lavar ropa y planchar) en un 80% y en las actividades de la vida diaria (AVD) (comer, bañar, ayudar con la movilidad, la eliminación, dar medicación y tratar úlceras y heridas) un 60%. En relación con el género del cuidador, las mujeres prefieren dedicarse a las AVD y a las AIVD, mientras que los hombres prefieren las AVD u otras actividades (hacer la compra, manejar las cuentas bancarias, pasear...).

Los recursos públicos de soporte de los que disponen difieren según la comunidad autónoma en la que residen, a nivel global los recursos son los siguientes: pensiones y ayudas económicas (reducciones de impuestos y horario flexible en el trabajo), equipos de profesionales de atención primaria, centros hospitalarios, residencias de personas mayores, centros de respiro o de día, soporte domiciliario u otro tipo de intervenciones

(programas educativos, soporte telefónico, seminarios, grupos de soporte o soporte informático).

En cuanto a las repercusiones del hecho de cuidar, podemos clasificarlas en positivas y negativas. Las primeras incluyen el desarrollo o crecimiento personal del cuidador, su sentido de la vida, su autonomía, su control del entorno, las relaciones positivas con los otros, su auto-aceptación y los sentimientos positivos. El estudio de estas repercusiones es un campo emergente y, de acuerdo a la literatura internacional, van muy unidas a la cultura de origen del cuidador y del receptor del cuidado. Las segundas se centran mayoritariamente en sintomatología depresiva, ansiosa, la percepción de carga y estrés, y son estudiadas con más profundidad.

Para concluir, en España el cuidado informal es el soporte más importante que reciben las personas mayores dependientes. La literatura española sobre el tema refleja una creciente preocupación por la situación del cuidador informal en el proceso de envejecimiento de la población. Sin embargo, la literatura internacional refleja mayor profundización en las necesidades de los cuidadores así como en el desarrollo de intervenciones que cubran de forma adecuada las necesidades percibidas por los mismos. Las líneas futuras de investigación en España deberían progresar en la adecuación de recursos formales a las necesidades de los cuidadores informales de personas mayores.