

Nivel de carga de trabajo en cuidadores del adulto mayor residentes en albergues de Lima Norte

Caregiver overload syndrome among workers of shelters in North of Lima

Selene Vargas^{1,a,*}, Damariz Vargas-Andres^{1,a}, Juan Morales^{1,b}

Abstract

Objective: Determine the frequency of the caregiver syndrome among workers of shelters in North of Lima. **Materials and methods:** Transversal descriptive study. The sample consisted of 143 workers of both genders, dedicated to the care of the elderly. The data collection was developed between November and December 2017. The instrument used was the Zarit scale. **Results:** The average age of the participants was 40 years (SD = 13.6, min 18, max. 64), 72.7% (n = 104) of the caregivers were women, with a predominance of the age group of 18 to 30 years with 32.9% (n = 47), 60.2% (n=86) were married or cohabitant. Regarding the work characteristics, 58% (n = 83) of the caregivers worked in the morning shift, 67.1% (n = 96) had no family ties with the patient, 42.7% (n = 61) were dedicated to the care of the patient between 1 to 3 years and 74.8% (n = 107) were responsible for care between 1 to 5 older adults. Regarding the level of overload, 96.5% (n = 138) resulted in heavy overload and 3.5% (n = 5) with slight overload. **Conclusion.** All the caregivers of the older adult living in the shelters located in North zone of Lima, presented overload, with a high proportion of intense overload, mainly in the female gender.

Keywords: Workload, Caregivers, Peru. (Source: MeSH, NLM)

Resumen

Objetivo: Determinar la frecuencia del síndrome del cuidador en los trabajadores de albergues de Lima Norte. **Materiales y métodos:** Estudio descriptivo transversal. La muestra estuvo constituida por 143 trabajadores de ambos géneros, dedicados al cuidado de los adultos mayores. La recolección de datos se desarrolló entre noviembre y diciembre del 2017. El instrumento empleado fue la escala de Zarit. **Resultados:** La edad media de los participantes fue de 40 años (DE= 13,6; min. 18, máx.: 64), el 72,7%(n=104) de los cuidadores fueron mujeres, con predominio del grupo etario de 18 a 30 años con el 32,9% (n=47), el 60,2% (n=86) eran casados o convivientes. Respecto a las características laborales, el 58% (n=83) de los cuidadores trabajaba en el turno mañana, el 67,1% (n=96) no tenían ningún vínculo familiar con el paciente, el 42,7% (n=61) se dedicaba al cuidado del paciente entre 1 a 3 años y el 74,8% (n=107) era responsable de cuidado entre 1 a 5 adultos mayores. Respecto a la sobrecarga del cuidador, el 96,5% (n=138) resultó con sobrecarga intensa y el 3,5% (n=5) con sobrecarga leve. **Conclusión:** Todos los cuidadores del adulto mayor residentes en los albergues ubicados en Lima Norte presentaron sobrecarga, con una alta proporción de sobrecarga intensa, principalmente en el género femenino.

Palabras clave: Carga de trabajo, cuidadores, Perú. (Fuente: DeCS, BIREME)

¹Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú

^aEnfermera

^bMédico cirujano

*ORCID:

<https://orcid.org/0000-0002-6040-4600>

Correspondencia a:

Selene Vargas

Dirección: Av. universitaria 5175, Los Olivos, Lima 39

Email: selenevargassoto@gmail.com

Fecha de recepción: 12 de octubre de 2018

Fecha de aprobación: 08 de enero de 2019

Citar como: Vargas S. et al. Nivel de carga de trabajo en cuidadores del adulto mayor residentes en albergues de Lima Norte. Rev Peru Investig Salud. 2019;3(2): 76-80



2616-6097/©2018. Revista Peruana de Investigación en Salud. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC-BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>). Permite copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios.

Introducción

El lugar de trabajo es uno de los entornos clave que afecta la salud y bienestar mental (1) y dentro del cuidado de la salud, surgen procesos biopsíquicos con efectos sobre el trabajador (2). La provisión de cuidados informales durante periodos prolongados puede tener efectos adversos en la salud psicológica de los cuidadores. (3)

En países europeos, el 34,3% de la población eran cuidadores informales, con grandes variaciones entre los países de 43.6% en Finlandia a 8.2% en Hungría (4). En Estados Unidos, 43,5 millones de cuidadores informales han brindado atención no remunerada a un adulto o niño en los últimos 12 meses, el 85% de los cuidadores brindan servicios a un

familiar. (5)

Los cuidadores no solo hacen labor de compañía, también realizan cuidados más difíciles como la asistencia en el aseo, funciones biológicas y vestimenta (5). El cuidado es una tarea estresante ya que el cuidador es el responsable de velar por la salud del paciente y esto tiene un efecto notable en la salud del cuidador, especialmente cuando el cuidado va dirigido a los adultos mayores y dependientes (6). Los individuos que asumen el papel de cuidadores de pacientes presentan mayor riesgo de sobrecarga y morbilidad física y mental.

A nivel mundial, se espera que el número de personas de 60 años o más aumente más del doble en el año 2050 y más del triple en 2100; el 66% del aumento tendrá lugar en Asia, 13%

en África y 11% en América Latina y el Caribe(7). En el Perú, este grupo etario también se encuentra en aumento (8) la población adulta mayor pasó de un 5,7% del total de la población en 1950 a un 9,7% en el año 2016, siendo Lima Metropolitana con la mayor proporción de hogares con adulto mayor, con el 41% de los hogares con al menos una persona adulta mayor.(9)

En nuestro país existen limitados estudios sobre el síndrome de sobrecarga del cuidador en los trabajadores de albergues dedicados al cuidado de los adultos mayores, de otro lado, el escenario actual caracterizado por el aumento de la proporción de adultos mayores demandará mayor número de cuidadores. El logro de la calidad de vida no solamente es anhelo para los adultos mayores sino también para sus cuidadores, ya que la presencia del síndrome de sobrecarga del cuidador afectará tanto al cuidador como a los pacientes. En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo determinar la frecuencia del síndrome del cuidador en los trabajadores de albergues de Lima Norte.

Materiales y métodos

Tipo y diseño

Estudio de tipo cuantitativo y descriptivo transversal. Participaron trabajadores que realizaban labor de cuidador de adultos mayores residentes en albergues ubicados en la zona norte de Lima.

Población y muestra

La población estuvo conformada por los trabajadores de los albergues situados en los distritos de Lima Norte. Los albergues fueron ubicados por internet, con los términos de búsqueda "albergues en distrito de...", considerando los distritos de Lima Norte. Se eligieron los albergues de fácil acceso geográfico y aquellos cuyos directores aceptaron vía telefónica otorgar las facilidades para la aplicación del instrumento.

La muestra estuvo conformada por 143 trabajadores, cantidad determinada en función a los participantes captados en el periodo considerado en el estudio.

Los criterios de inclusión fueron trabajadores de ambos sexos, mayores de 18 años, que realizaban labor de cuidador de adultos mayores, y que aceptaron voluntariamente participar en el estudio.

Procedimientos de recolección de datos

La recolección de datos se realizó en noviembre y diciembre del 2017. La técnica empleada fue la entrevista personal, considerando la privacidad y confidencialidad de la información obtenida. El instrumento empleado fue un cuestionario, que contenía datos sociodemográficos y la escala de Zarit. La encuesta tomó de 15 a 20 minutos.

Variables de estudio e instrumento de medición

Cuidador: En nuestro estudio se consideró a toda persona que cuida en forma directa a un adulto mayor residente en un albergue. La literatura hace referencia como cuidador informal a aquellos cuidadores no remunerados y son brindados por los familiares, amigos o vecinos; mientras que el cuidador formal es toda persona que cuida en forma directa a adultos mayores en diversos ámbitos, recibiendo un pago o beneficio pecuniario por el trabajo.(16)

Sobrecarga del cuidador: Referido a la percepción que el cuidador tiene acerca de la influencia que el cuidado tiene sobre su salud, su vida social, personal y económica (10).

Instrumento de medición: La sobrecarga del cuidador fue evaluado con la escala de Zarit, instrumento constituido por 22 Ítems con una escala de calificación que va de 1(nunca) a 5(casi siempre) puntos. Los componentes de Zarit fueron categorizados como no sobrecarga (<47 puntos), sobrecarga leve (47-55 puntos) y sobrecarga intensa (>55 puntos). La versión validada en español ha sido empleada en el Perú (9), (11).

Análisis estadístico

Los datos obtenidos de la encuesta fueron distribuidos en frecuencias, según las características demográficas y laborales de los participantes. Para el análisis bivariado se utilizó el estadístico Chi cuadrado(χ^2) considerándose el valor de $p < 0,05$ como significativo. Se empleó la versión 20 del

programa IBM SPSS statistics.

Consideraciones éticas

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad de Ciencias y Humanidades (Acta CEI N° 017-2017). Todos los participantes firmaron el formato de consentimiento informado.

Resultados

Los 143 individuos participantes fueron incluidos en el análisis por haber llenado el cuestionario de manera satisfactoria. La edad media de los participantes fue de 40 años (DE= 13,6; min. 18, máx. 64), la mayoría de los cuidadores fueron del sexo femenino con el 72,7%(n=104), con predominio del grupo

etario de 18 a 30 años con el 32,9% (n=47), el 60, 21% (n=86) eran casados o convivientes. Respecto a las características laborales, el 58% (n=83) de los cuidadores trabajaba en el turno mañana, el 67,1% (n=96) no tenían ningún vínculo familiar con el paciente, el 42,7% (n=61) se dedicaban al cuidado del paciente entre 1 a 3 años y el 74,8% (n=107) eran responsables de cuidado entre 1 a 5 adultos mayores.

Respecto al nivel de sobrecarga del cuidador, el 96,5% (n=138) resultaron con sobrecarga intensa y el 3,5% (n=5) con sobrecarga leve, ningún trabajador resultó sin sobrecarga. No se encontró diferencias estadísticamente significativa ($p>0,05$) entre el nivel de sobrecarga y las características demográficas y laborales. Tabla 1.

Tabla 1. Características generales y nivel de sobrecarga en los cuidadores de adultos mayores en la zona Norte de Lima

Datos generales	Total		Sobrecarga leve		Sobrecarga intensa	
	n	%	n	%	n	%
Total	143	100	5	100	138	100
Sexo						
Femenino	104	72.7	2	40	102	73.9
Masculino	39	27.3	3	60	36	26.1
Grupo de edad						
< 30	47	32.9	2	40	45	32.6
30 a 39	30	21	1	20	29	21
40 a 49	26	18.2	1	20	25	18.1
? 50	40	28	1	20	39	28.3
Estado civil						
Casado/conviviente	86	60.1	1	20	85	61.6
Soltero	41	28.7	4	80	37	26.8
Viudo	6	4.2	0	0	6	4.3
Divorciado	10	7	0	0	10	7.2
Universitario	42	29.4				
Jornada laboral						
Mañana	83	58	4	80	79	57.2
Tarde	21	14.7	0	0	21	15.2
Noche	3	2.1	0	0	3	2.2
Permanente (24 horas)	36	25.2	1	20	35	25.4
Vínculo familiar						
Si	47	32.9	1	20	46	33.3
No	96	67.1	4	80	92	66.7
Tiempo de servicio						
1 a 3	61	42.7	4	80	57	41.3
4 a 9	24	16.8	1	20	23	16.7
10 a 15	28	19.6	0	0	28	20.3
16 a 20	11	7.7	0	0	11	8
? 21	19	13.3	0	0	19	13.8
Personas atendidas						
1 a 5	107	74.8	4	80	103	74.6
6 a 10	24	16.8	1	20	23	16.7
? 11	12	8.4	0	0	12	8.7

Discusión

En el presente estudio, entre los cuidadores de los adultos mayores, todos resultaron con sobrecarga emocional, con predominio de la sobrecarga intensa. En un estudio realizado en familiares cuidadores de personas con esquizofrenia en un hospital público de Lambayeque-Perú, el 72,95% resultó con sobrecarga emocional, aunque hubo predominio de la sobrecarga leve (11). Nuestros resultados discrepan con los hallazgos de Fhon que indica el 82% de los cuidadores resultaron sin sobrecarga, mientras que la sobrecarga intensa se presentó solamente en el 6,5% de los cuidadores, dicho estudio se realizó con los cuidadores principales del adulto mayor atendidos en un consultorio de geriatría de un hospital nivel IV de Lima(12). Esta discrepancia puede deberse a que nuestra población de estudio laboran en albergues y casas de reposo, y están bajo el cuidado de más de un adulto mayor.

En el presente estudio, no se encontró diferencias significativas en el nivel de sobrecarga; sin embargo, se evidencia predominio en el sexo femenino, al igual que los hallazgos en el estudio de Li-Quiroga (13) en Lambayeque y de Fhon(9) en un hospital de Lima. Estudios llevados a cabo en el exterior encuentran diferencias significativas entre el sexo femenino y padecer sobrecarga del cuidador (13), con razón de momios de 2,1 ($p=0.028$; IC 95% 1.07-4.3) (14).

A escala mundial, la participación de las mujeres en el mercado laboral es menor que la de los varones, las mujeres continúan estando excesivamente representadas como trabajadores familiares auxiliares (15); sin embargo, en el presente estudio, el predominio de las mujeres como cuidadoras responde a que la formación académica en el cuidado de los pacientes, existe mayor preferencia en las mujeres que en los varones, en consecuencia existe mayor oferta de servicios en el sexo femenino.

Existen condiciones que reducen la sobrecarga de los cuidadores, en Paraná Brasil, los cuidadores que asisten a los adultos mayores independientes tienen mayor probabilidad de

menor sobrecarga; de la misma forma, los cuidadores que cuidan de ancianos con independencia funcional presentan mayores probabilidades de menor sobrecarga ($OR=5,50$) cuando comparados a cuidadores que cuidan de ancianos con dependencia (13). En otros estudios se encontró asociación con sobrecarga si el cuidador dedicaba más de seis horas al día con razón de momios de 4.1 ($p=0.001$; IC 95% 1.9-9.2). En nuestro estudio, no encontramos diferencias significativas con los datos demográficos ni laborales, sin embargo, la sobrecarga intensa se presentó en mayor proporción en los trabajadores casados o convivientes, los que laboraban en el turno mañana, los que no tienen vínculo familiar, en aquellos que tienen menos años de servicio y los que atienden menor cantidad de pacientes.

Considerar, como limitación, la selección de los participantes que fue en función de la captación de los cuidadores en los albergues identificados en los distritos de Lima Norte. En nuestro estudio, no se ha determinado la precisión exacta si los cuidadores fueron formales o informales, se priorizó únicamente la actividad como cuidador; tampoco se puede determinar que el servicio prestado sea responsable de la sobrecarga, ya que los trabajadores de salud por lo general cuentan más de un centro de trabajo.

Conclusión

Todos los cuidadores del adulto mayor residentes en los albergues ubicados en Lima Norte, resultaron con sobrecarga, con una alta proporción de sobrecarga intensa, principalmente en el género femenino.

Referencias bibliográficas

1. World Health Organization .Mental health and work: Impact, issues and good practices.. 2002.
2. Cardoso Ana, et al. Compreendo cargas de trabalho na pesquisa em saúde ocupacional na enfermagem. Colombia Médica. 2011; 42(2):1-7.
3. Shaiji KS, Reddy MS. Cuidado: una prioridad de salud pública. Indian Journal of

- Psychological Medicine. 2012;34(4):303-305.
4. Verbakel Ellen, et al. Informal care in Europe: findings from the European Social (2014) special module on the social determinants of health. 2017; 27(1):90-95
 5. Family Caregiver Alliance. Caregiver Statistics: Health, Technology, and Caregiving Resources. National Center on Caregiving. 2018, 09, 28. Disponible en: <https://www.caregiver.org/caregiver-statistics-health-technology-and-caregiving-resources>.
 6. Abd Eman, et al. Effect of Ederly Health Problems on Carefgivers Health at Rural Areas in Sharkia Governorate, Egypt. IOSR-JNHS, 2017;6(7):39-49.
 7. ONU. World Population Prospects. 2015.
 8. Population Piramid. Población: Perú 2017 [Internet]. 2018 [cited 2018 Apr 16]. Available from: <https://www.populationpyramid.net/es/perú/2017/>
 9. Instituto Nacional De Estadistica e Informatica. Situación de la Población Adulta Mayor. Perú INEI [Internet]. 2015; Available from: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-tecnico_poblacion-adulta-mayor-oct-nov-dic2015.pdf
 10. Martínez ÁM, Martínez ÁM, Fernández FC, Martín ABB, Pérez-Fuentes M del C, Jurado M del MM, et al. Instrumentos para la evaluación de la sobrecarga del cuidador familiar de personas con demencia. Eur J Investig Heal Psychol Educ [Internet]. 2015;5(2):281-92. Available from: <http://www.formacionasunivpe.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/119>
 11. Li-Quiroga M-L, Alipázaga-Pérez P, Osada J, León-Jiménez F. Nivel de sobrecarga emocional em familiares cuidadores de personas con esquizofrenia en un hospital público de Lambayeque-Perú. Rev Neuropsiquiatr [Internet]. 2015;78(4):232-9. Available from: <http://www.upch.edu.pe/vrinve/dugic/revistas/index.php/RNP/article/view/2652/2532>.
 12. Fhon JRS, Gonzales Janampa JT, Mas Huaman T, Marques S, Rodrigues RAP. Sobrecarga y calidad de vida del cuidador principal del adulto mayor. Av en Enfermería [Internet]. 2016;34(3):251-8. Available from: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/58704>.
 13. Nardi FR, Sawada NO, Santos JL. Asociación entre la incapacidad funcional del anciano y la sobrecarga del cuidador familiar. Rev Latino-Am Enferm. 2013;21(5):1-8.
 14. Int M. Síndrome de sobrecarga del cuidador en familiares de pacientes geriátricos atendidos en un hospital de segundo nivel Caregiver burden syndrome in relatives of geriatric patients in a secondary. 2015;660-8.
 15. Las mujeres en el trabajo. Organización Internacional del Trabajo. 2016.
 16. Hernández Zoila. Cuidadores del adulto mayor residente en asilos. Index Enferm. 15(52-53); 1-8.