

CUIDAR AL CUIDADOR: SOBRECARGA DE PADRES CUIDADORES DE PACIENTES PSICÓTICOS

AUTORA: Beatriz Ortega Moreno. *Enfermera Especialista en Salud Mental*

INTRODUCCIÓN:

El concepto de cuidador principal se refiere a la persona del hogar familiar encargada de cuidar la salud de las personas dependientes, sin percibir retribución económica.

A partir de la reforma psiquiátrica de 1986, en nuestro país, se exige más a la familia que ejerza el rol de cuidadora de los pacientes psicóticos al desinstitucionalizarlos.

Supone un elevado impacto emocional y económico para la familia, al tener que satisfacer las necesidades que el paciente no puede cubrir por sí mismo, en mayor o menor grado de dependencia, que el cuidador puede percibir como carga. Y, además, deben de hacer frente a síntomas y trastornos conductuales que aparecen en el día a día del diagnosticado de psicosis.

Existen la carga objetiva y la subjetiva. La objetiva se refiere a las alteraciones verificables y observables (económicas, emocionales, somáticas). La carga subjetiva se define como la sensación de soportar una obligación, por las tareas de cuidador y por el hecho de tener un familiar enfermo.

Cuando el cuidador principal de un enfermo es su padre o su madre, el impacto emocional es mayor aún, al añadirse la incertidumbre sobre el futuro del hijo.

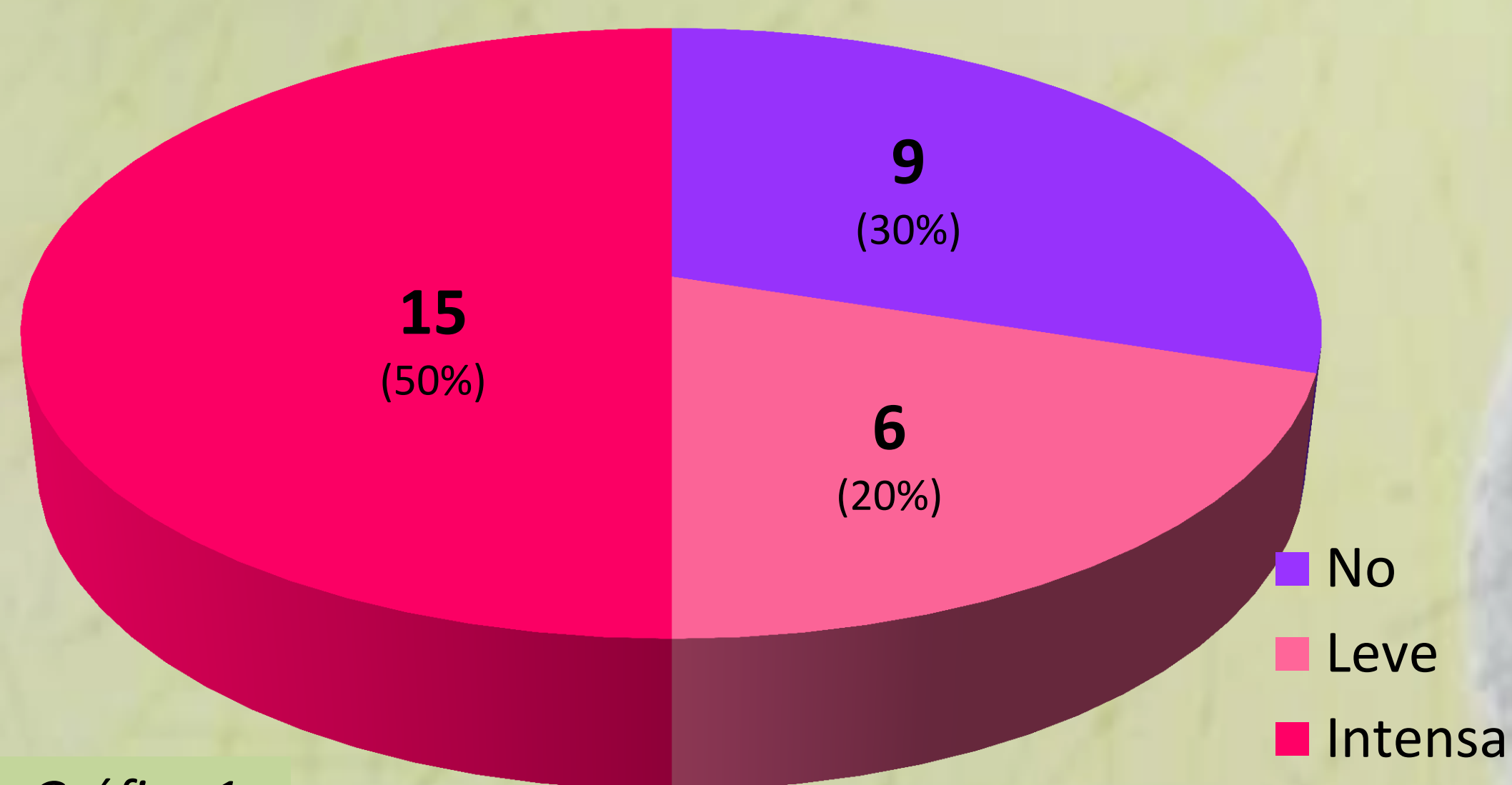
RESULTADOS:

La Escala de Zarit consta de 22 ítems relacionados con lo que siente el cuidador de otra persona y mide el grado de sobrecarga subjetiva (Tabla 1). Cada cuestión se puntúa en gradiente de frecuencia, de 1 (nunca) a 5 (casi siempre), siendo los puntos de corte recomendados:

- <46: No Sobrecarga
- 46-56: Sobrecarga Leve
- >56: Sobrecarga Intensa

En la bibliografía consultada, se han encontrado evidencias de la percepción de sobrecarga estadísticamente significativa en padres de pacientes psicóticos. El estudio elaborado por Algora, donde a través de un estudio observacional, transversal, de tipo analítico cuantitativo, aplicando el cuestionario de Zarit a padres de 30 pacientes diagnosticados de trastorno psicótico, explora los niveles de carga percibida por los cuidadores principales. De los resultados obtenidos (Gráfica 1), destacar que 21 de los participantes (lo que supone un 70%) refieren sobrecarga, siendo leve en 6 e intensa en 15 (50%).

Sobrecarga percibida



Gráfica 1

CONCLUSIONES:

La presente revisión bibliográfica pone en evidencia que la mayoría de los padres cuidadores de hijos con patología mental psicótica perciben una sobrecarga en el cuidado, a través de diversos estudios cuantitativos analizados.

Sin embargo, el desarrollo de más estudios de tipo cualitativo serviría para esclarecer en qué parcelas o áreas de la vida diaria dichos familiares perciben mayor carga.

Los usuarios de salud mental son pacientes con necesidades especiales, que se deben tratar de una forma integral, contemplándolos como un todo. Sus familias, y especialmente sus padres, también deben ser cuidados y atendidos, proponiéndose la implantación de terapias psicoeducativas para ello, realizadas por profesionales de salud mental, incluyendo a los enfermeros especialistas en salud mental. Porque abordando al paciente psiquiátrico en su globalidad, incluyendo a su familia, se puede mejorar la rehabilitación psicosocial, quitando peso y gasto al equipo terapéutico, a las instituciones y a los familiares.

OBJETIVOS:

- Determinar si existe carga subjetiva percibida por los padres cuidadores principales de pacientes diagnosticados de trastornos psicóticos, según la bibliografía consultada.
- Valorar la eficacia de un programa psicoeducativo en la prevención y tratamiento de la sobrecarga en cuidadores de pacientes psicóticos.

MÉTODO:

A través de una búsqueda y análisis de bibliografía científica publicada, consultando artículos científicos en los principales buscadores de internet (Pubmed, Medline, Cochrane, Elsevier, Cuiden), se elabora esta revisión sistemática. Se utilizan las palabras clave: trastornos psicóticos, cuidadores familiares, sobrecarga, psicoeducación, psychotic disorders, family caregivers, burden, psychoeducation.

De los resultados obtenidos, se seleccionan los estudios donde la variable cuantitativa de carga percibida por el cuidador se cualifica a través de la aplicación de la Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit.

Anexo 1. Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit, versiones original (todos los ítems) y abreviada (ítems en gris)

	Nunca 1	Rara vez 2	Algunas veces 3	Bastantes veces 4	Casi siempre 5
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					

* Escala de Zarit (Todos los ítems): Cada respuesta obtiene una puntuación de 1 a 5. Luego se suma el puntaje obteniendo un resultado entre 22 y 110 puntos. Este resultado clasifica al cuidador en: "ausencia de sobrecarga" (<46), "sobrecarga ligera" (47-55) y "sobrecarga intensa" (>56). El estado de sobrecarga ligera se reconoce como un riesgo para generar sobrecarga intensa. El estado de sobrecarga intensa se asocia a mayor morbilidad del cuidador.
** Escala de Zarit Abreviada (sólo los 7 ítems marcados en gris). Cada respuesta obtiene una puntuación de 1 a 5. Luego se suma el puntaje obteniendo un resultado entre 7 y 35 puntos. Este resultado clasifica al cuidador en: "ausencia de sobrecarga" (<16) y "sobrecarga intensa" (>17). El estado de sobrecarga intensa se asocia a mayor morbilidad del cuidador.

Tabla 1

En el estudio elaborado por Leal et al., el objetivo es la evaluación de un programa psicoeducativo en 90 cuidadores de pacientes psicóticos, aplicando la escala de Zarit antes y después. Previamente al programa, se evalúa la existencia de una sobrecarga percibida por 82 de los cuidadores, lo que supone el 91.1% del total. Tras la psicoeducación, la sobrecarga disminuye de modo significativo, lo que implicaría que la intervención sobre pacientes como sobre familiares mejora la sobrecarga.

Otros estudios consultados de intervención en carga familiar, señalan el éxito en asesorar a las familiares para afrontar la carga, relacionándose, además, con un beneficioso curso de la enfermedad mental.

BIBLIOGRAFÍA:

- Algora MJ. El cuidador del enfermo esquizofrénico: sobrecarga y estado de salud. [Citado 2015 mar 25]. Disponible en:

<http://www.anesm.org/wp-content/uploads/2014/06/1-El-cuidador-del-enfermo-esquizofrenicosobrecarga-y-estado-de-salud..pdf>

- Leal MI, Sales R, Ibáñez E, et al. Valoración de la sobrecarga en cuidadores informales de pacientes con esquizofrenia antes y después de un programa psicoeducativo. *Actas Esp Psiquiatr.* 2008;36(2):63-69.

- Beperet M, Nadal S, Martínez A, et al. Sobrecarga de los cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia: factores determinantes. *An Sist Sanit Navar.* 2000;23(Supl 1):101-10.