

## Nivel de sobrecarga en familiares cuidadores de pacientes con trastornos mentales de un hospital de Asunción

LIC. RUBÉN DARÍO GONZÁLEZ VILLALBA Y LIC. JONAS BERGEN<sup>1</sup>

### Introducción

La Organización Mundial de la Salud estima que una de cada cuatro familias tiene al menos un miembro afectado por algún trastorno mental. Frecuentemente son los miembros de la familia, quienes se convierten en los cuidadores primarios de la persona afectada (OMS, 2004).

Mucho se habla del paciente o de la persona con un trastorno mental. No cabe duda de que la persona con un trastorno mental sufre mucho. Pero es importante considerar qué impacto tiene esto en un sistema familiar. Las nuevas políticas de salud mental sugieren y apoyan la “Desmanicomialización”, alegando que las personas con un trastorno mental deberían estar integradas en sus familias y comunidades. Por lo tanto, frecuentemente, los familiares se quedan a cargo de la supervisión del paciente.

El objetivo general de esta investigación es conocer si el cuidar de una persona con algún trastorno mental es una sobrecarga para el familiar. Las instituciones de salud mental ofrecen medicamentos, consultorios y terapias ocupacionales para el paciente. La pregunta es, qué ayuda se ofrece a la persona que está en el día a día con el paciente.

### Planteamiento del problema

En el Paraguay, así como en cualquier otro país del mundo, existen personas con trastornos mentales. La situación de los servicios de salud mental en este país es preocupante, debido a los limitados recursos financieros, técnicos y humanos disponibles en el área de salud. Existen diferentes puestos de salud en diversas partes del país, que cuentan con algún profesional de la salud mental; no obstante, el único centro de internación psiquiátrica público se encuentra en la capital.

Si bien la situación actual de la salud mental es crítica, se pueden notar intenciones e intentos de revertir la misma. El establecimiento de la nueva Política Nacional de Salud Mental 2011-2020 demuestra un interés en cambiar la situación actual. La misma promete grandes avances en la atención de los servicios de salud mental en el Paraguay. Esta política enfatiza fuertemente la reinserción social y la eliminación del desarraigo comunitario (MSPBS, 2011).

Las personas afectadas por algún trastorno mental, independientemente del

---

<sup>1</sup> El presente artículo es una síntesis del Trabajo de Grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Nacional de Asunción (2017).

tipo que sea, de alguna u otra manera necesitan la intervención de algún profesional de la salud mental a lo largo de su vida. La Política Nacional de Salud Mental 2011-2020 propone “internar sólo cuando sea absolutamente necesario, en situaciones críticas y de emergencia, rechazando definitivamente la internación hospitalaria crónica y deshumanizante de características restrictivas y asilares.” (MSPBS, 2011, pág. 28). Con estos intentos de transformar los servicios asistenciales de salud mental, el tratamiento institucional tradicional de éstos trastornos se ha trasladado de los hospitales a la comunidad, convirtiéndose los familiares en los principales cuidadores (Markez & al, 2001).

El cuidado de cualquier persona con alguna discapacidad conlleva cierta carga. Así también el cuidado de una persona con un trastorno mental implica una carga para los familiares y puede tornarse en una sobrecarga. Se han realizado estudios para medir el nivel de sobrecarga de los familiares de personas con trastornos mentales. La investigación de Aparecida Dias demuestra una alta correlación entre la sobrecarga subjetiva y el nivel elevado de depresión en familiares cuidadores de personas con esquizofrenia, demostrando el impacto que tiene el ejercer el rol de cuidador primario por parte de un familiar. El estudio fue realizado con 74 personas encargadas de cuidar a un familiar con esquizofrenia en Divinópolis, Minas Gerais, Brasil (Aparecida Dias, 2011).

En la misma línea Salcedo et al (2012) analizaron la carga percibida por familiares cuidadores de personas con trastornos mentales asegurando que para la mayoría de su población no es considerado como una sobrecarga, pero sí manifiestan niveles elevados de ansiedad y depresión. Esta investigación fue realizada en la ciudad de Ceuta, España (Salcedo & al., 2012).

## **Bases teóricas**

- **Trastornos mentales**

La enfermedad o el trastorno mental es una alteración de tipo emocional, cognitivo y/o comportamiento, en que quedan afectados procesos psicológicos básicos como son la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, la conducta, la percepción, la sensación, el aprendizaje, el lenguaje, etc. Lo que dificulta a la persona su adaptación al entorno cultural y social en que vive y crea alguna forma de malestar subjetivo (Avifes, 2014).

- **Familiar cuidador y la sobrecarga**

Los cuidadores representan un recurso muy importante y valioso, sin embargo, también un recurso muy vulnerable, porque para ellos el cuidado significa importantes costos económicos, sociales y de salud. Las investigaciones, principalmente en los familiares cuidadores de la población geriátrica, dieron lugar a la teoría que sustenta la presencia de estrés por causa de ejercer el rol de cuidador (Zambrano & Ceballos, 2007).

La palabra sobrecarga está compuesta por dos palabras en donde la carga hace referencia a la evaluación o percepción que el cuidador tiene de las demandas del medio

relacionadas con su rol de cuidador, y los recursos que posee para satisfacer dichas demandas (Zarit, Reever, & Bach-Peterson, 1980). La palabra sobre hace referencia a una carga excesiva, es decir, una carga que se añade a las existentes repercutiendo en distintas áreas de la vida del cuidador, como por ejemplo sus tareas de la casa, relaciones sociales, desarrollo personal, tiempo libre, economía y salud (Martínez & al, 2000).

Los estudios, los artículos científicos y la literatura en general, con respecto al tema de la sobrecarga percibida por parte de los familiares cuidadores están relacionados con consecuencias negativas para el cuidador y todo su entorno. Los efectos se pueden ver en las diferentes áreas de la vida, ya sea psicológico, fisiológico, físico o social. En el caso de las personas ocupadas en cuidar a alguien que sufre un trastorno mental, generalmente se relaciona con un elevado gasto emocional o psicológico, sin embargo teniendo en cuenta una visión bio-psico-social y espiritual del ser humano, está claro que todas las áreas se ven afectadas de alguna u otra manera. Esto demuestra la gran sobrecarga vivida por muchos familiares encargados de cuidar a una persona de su núcleo familiar con un trastorno mental. Analizando las diferentes aristas de la carga ayuda a comprender mejor la dura labor de muchos familiares cuidadores, lo cual debería motivar a una búsqueda de alternativas de cómo fortalecer y acompañar a éste grupo de personas.

La escasa atención a la familia del paciente ha contribuido a que no se involucre de manera activa en el proceso de diagnóstico, tratamiento y rehabilitación. Es importante aclarar que la situación va más allá de la consulta con el médico psiquiatra, el psicólogo y el tratamiento medicamentoso. Es fundamental conocer la realidad de la familia del paciente, porque es en muchos casos el lugar de contención y la encargada de acompañar al mismo en el día a día (Guevara & González, 2012).

### **Estudio de campo**

Para analizar esta problemática se realizó una investigación con 45 familiares cuidadores de personas con trastornos mentales de un hospital de la ciudad de Asunción, Paraguay. A éste hospital acceden pacientes con trastornos mentales de todos los departamentos del país, considerando que es el más grande y conocido en su área. La investigación tuvo lugar desde noviembre de 2016 hasta setiembre de 2017. Para esta investigación se utilizó la “Escala de Sobrecarga del Cuidador” de Zarit. La versión original, “Caregiver Burden Interview” (inglés) fue elaborada por Steven H. Zarit, Ph.D. y colaboradores.

### **Resultados**

En cuanto al objetivo general de la investigación, se puede concluir que sí existe un nivel elevado de sobrecarga en familiares cuidadores de personas con trastornos mentales. Es alarmante la cantidad de familiares agrupadas en el nivel de sobrecarga intensa sumando cerca del 60% de la muestra. Solamente el 22% de las personas entrevistadas no demostraron señales de sobrecarga, mientras que el resto, de la población, sí lo percibe en

un nivel leve, colocándose de ésta manera en el nivel intermedio de los tres puntos de corte.



El familiar cuidador con sobrecarga, leve o intensa, experimenta un nivel elevado de estrés. Estudios indican que estas personas presentan niveles más elevados en síntomas depresivos y ansiedad (Lee & al, 2004). Esto indica que entre los familiares cuidadores puede haber potenciales candidatos a sufrir un trastorno mental, en los casos que no se brinda ningún tipo de apoyo y contención a los mismos. Es aquí en donde se sugiere un cambio de paradigma, viendo al familiar cuidador ya no solamente como un agente colaborador para el sistema de salud, sino también como una persona que requiere de atención, contención y orientación.

Los datos socio demográficos de ésta investigación permiten extraer datos muy valiosos acerca de ésta temática. Por ejemplo, se evidencia una fuerte presencia de la mujer, ejerciendo el rol del cuidador, alcanzando el 71% del total de la muestra de los cuidadores. Coincide con la investigación de Martínez (Martínez & al, 2000), en la cual, los investigadores observaron que los cuidadores de pacientes con esquizofrenia, en su mayoría eran las madres. En una investigación realizada en la ciudad de Concepción, Chile, se observó que el rol del cuidador informal en un 89% es ejercido por mujeres (Jofre & Sanhueza, 2010).

En el análisis de los índices de sobrecarga según el tipo de diagnóstico del paciente resaltan las puntuaciones más elevadas en los cuidadores de una persona con Depresión. Después están los cuidadores de pacientes con Esquizofrenia, Trastorno de conducta por consumo de sustancias y Trastorno Bipolar.

## Reflexión

Los resultados de ésta investigación son contundentes. Existen muchas personas quienes ejercen la noble tarea de cuidar a alguna persona afectada por alguna enfermedad o trastorno. Como se mencionó anteriormente, el cuidador es un recurso muy valioso, sin embargo, también un recurso muy vulnerable. Si uno quiere cuidar a otro, debe cuidarse y dejarse cuidar.

---

## Bibliografía

- Avifes. (2014). *Asociación Vizcaina de familiares y personas con enfermedad mental*.  
Obtenido de <http://avifes.org/enfermedad-mental/>
- Guevara, Y., & González, E. (Setiembre de 2012). Las familias ante la discapacidad.  
*Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(3), 1023-1049. Obtenido de <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi123m.pdf>
- Jofre, V., & Sanhueza, O. (2010). Evaluación de la sobrecarga de cuidadoras/es informales.  
*Ciencia y enfermería*, 111-120. Recuperado el 3 de Octubre de 2017, de [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532010000300012&script=sci\\_arttext&lng=pt](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532010000300012&script=sci_arttext&lng=pt)
- Lee, S., & al, e. (2004). Does caregiving stress affect cognitive function in older women?  
*Journal of Nervous and Mental Disease*, 51-57.
- Markez, I., & al, e. (2001). *Cuidadoras de personas con enfermedad mental en el ámbito familiar*.
- Martínez, A., & al, e. (2000). *Sobrecarga de los cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia: factores determinantes*. ANALES, 101-110.
- MSPBS. (Julio de 2011). *Política Nacional de Salud Mental*. Asunción, Paraguay.
- Zambrano, R., & Ceballos, P. (2007). *Síndrome de carga del cuidador* (Vol. 36). Medellín.  
Recuperado el 23 de mayo de 2017, de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v36s1/v36s1a05.pdf>
- Zarit, H., Reever, E., & Bach-Peterson, J. (1980). *Relatives of the impaired elderly: correlates of feelings burden*. *The geronologist*.