



ATENCIÓN DE SALUD A CUIDADORES

Este boletín deberá citarse como:

Cuba. Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas. Biblioteca Médica Nacional. Atención de Salud a Cuidadores. Bibliomed Suplemento [Internet]. 2018 Nov-Dic [citado Día Mes Año]:[aprox. 11 p.]. Disponible en:

<http://files.sld.cu/bmn/files/2018/11/bibliomed-suplemento-noviembre-2018.pdf>

Editorial

Se entiende por dependencia el estado de carácter permanente en que se encuentran las personas que, por razones derivadas de la edad, enfermedad o discapacidad, y ligadas a la falta o pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial, precisan de la atención de otra persona o ayuda para realizar actividades básicas de la vida diaria o, para su autonomía personal.

Las personas dependientes, por tanto, van a requerir de una intervención continuada basada en la asistencia y el apoyo, lo que refuerza la importancia de los cuidados formales e informales en la atención a las necesidades de este colectivo.

El cuidador informal es aquella persona que provee apoyo físico y emocional al paciente discapacitado o dependiente y se caracteriza por tener un vínculo afectivo y no recibir remuneración económica por sus cuidados, es frecuentemente un miembro de la familia, la cual se erige como el principal proveedor de cuidados de salud en este contexto. De este modo, la labor de los cuidadores informales contribuye al mantenimiento de las personas dependientes en su entorno social, disminuyendo la utilización de recursos formales y demorando o evitando el ingreso en instituciones.

Por su parte, el cuidado formal comprende el conjunto de acciones que un profesional ofrece de forma especializada, y que va más allá de las capacidades que las personas poseen para cuidar de sí mismas o de los demás. Se trata de toda aquella asistencia a personas dependientes que requieren ayuda en las actividades de la vida diaria, y en la que concurre alguno de los siguientes criterios: el cuidado se provee sobre una relación contractual o a través de una organización (empresa, institución pública, organización sin ánimo de lucro, entre otros).

En sentido general, los cuidadores proporcionan asistencia en actividades como: higiene personal (peinarse, lavarse, vestirse); supervisar y administrar la toma de medicamentos; colaborar en tareas de enfermería (curas de heridas, cambio de pañales, dieta adecuada, observación y valoración del estado del enfermo); ayuda para el desplazamiento en el interior del domicilio; ayuda para el uso de transporte fuera de la vivienda (acompañar al médico, a urgencias, al hospital, entre otros).

La sobrecarga que soporta el cuidador puede afectar de forma negativa su salud, destacando por su frecuencia las repercusiones referidas al malestar psíquico, principalmente ansiedad y depresión, aunque también sobresalen consecuencias importantes en otras esferas como la salud física, el aislamiento social, la falta de tiempo libre, la calidad de vida o el deterioro de la situación económica, lo que ocasiona el denominado síndrome del cuidador.

Por ello, con el fin de mejorar el control sobre la situación y la calidad de vida, se recomienda a los cuidadores las siguientes cinco estrategias: fijarse objetivos y expectativas realistas, establecer sus propios límites, pedir y aceptar ayuda, cuidar de sí mismos, así como implicar en el cuidado a otras personas.

Se aconseja igualmente la práctica de actividad física, ya que ayuda a mejorar el funcionamiento psicológico y reduce el riesgo de colapso mental del cuidador. El ejercicio regular se asocia además con un incremento de la fuerza y condición física, la cual puede ser requerida para realizar las actividades propias del cuidado.

A la par, algunas de las estrategias de intervenciones psico-educativas y psico-sociales propuestas para el cuidador colapsado son: habilidades prácticas de cuidado, psicoterapia, terapia cognitiva-conductual y resolución cognitiva de problemas, técnicas de relajación, grupos de apoyo social y actividades sociales, entre otros.

En Cuba, existen programas de Servicio Social para asistir las solicitudes de personas cuidadoras necesitadas de apoyo. Por su parte, el sistema de salud cubano impulsa la escuela para cuidadores de adultos mayores en estado de dependencia que funciona en la mayor parte de los policlínicos del país, donde los especialistas brindan información básica sobre las enfermedades que pueden provocar dependencia a los ancianos y las acciones cotidianas que debe realizar el cuidador; asimismo se propicia el desarrollo de habilidades y destrezas para la atención a ese adulto mayor y para afrontar la carga que el cuidador pueda sufrir.

A continuación se presenta bibliografía actualizada sobre los cuidados al anciano institucionalizado.

Lic. Sonia Santana Arroyo
Servicio Disseminación Selectiva de Información (DSI)
Biblioteca Médica Nacional | Cuba

Bibliografía

Domínguez Cruz AM, Brunet Portela L. ¿Quién cuida al cuidador? Juventud Rebelde [Internet]. 2018 Mar [citado 30 Oct 2018];Cuba:[aprox. 14 pantallas]. Disponible en:

<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2018-03-20/quien-cuida-al-cuidador>

Flores N, Jenaro C, Moro L, Tomşa R. Salud y calidad de vida de cuidadores familiares y profesionales de personas mayores dependientes: estudio comparativo. Eur J investig health psychol educa [Internet]. 2014 [citado 30 Oct 2018];4(2):[aprox. 10 p.]. Disponible en:

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4932328.pdf>

Instituto Mexicano del Seguro Social. Detección y Manejo del Colapso del Cuidador [Internet]. México: Instituto Mexicano del Seguro Social; 2015 [citado 29 Oct 2018]. Disponible en:

<http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/781GER.pdf>

López García EP. Cuidar a los que cuidan: los cuidadores informales. Rev urug enferm [Internet]. 2016 [citado 6 Oct 2018];11(2):[aprox. 10 p.]. Disponible en:

<http://rue.fenf.edu.uy/index.php/rue/article/view/198/193>

López Gil MJ, Orueta Sánchez R, Gómez-Caro S, Sánchez Oropesa A, Carmona de la Morena J, Alonso Moreno FJ. El rol de Cuidador de personas dependientes y sus repercusiones sobre su Calidad de Vida y su Salud. Rev Clin Med Fam [Internet]. 2009 [citado 29 Oct 2018];2(7):[aprox. 20 p.]. Disponible en:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2009000200004&lng=es.

APOYO SOCIAL CUIDADORES SISTEMAS DE APOYO PSICOSOCIAL

1. Ata EE, Doğan S. [El efecto de un breve programa de manejo cognitivo del estrés conductual sobre el estado mental, cómo sobrellevar la actitud de estrés y la carga del cuidador mientras cuida a pacientes esquizofrénicos]. Arch Psychiatr Nurs [Internet]. 2018 [citado 24 Oct 2018];32(1):[aprox. 30 p.]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883941716302138?via%3Dihub> Inglés.
Localizado en PUBMED/MEDLINE
2. Barreto YM, Enríquez C, Velásquez V. Efectividad de un programa en la carga de cuidado para cuidadores familiares en tres grupos culturalmente diversos. MedUNAB [Internet]. 2017 [citado 6 Oct 2018];20(1):[aprox. 11 p.]. Disponible en: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/01/878007/2688-9008-1-pb.pdf>
Localizado en LILACS
3. Berwig M, Heinrich S, Spahlholz J, Hallensleben N, Brähler E, Gertz HJ. [Apoyo individualizado para cuidadores informales de personas con demencia: eficacia de la adaptación alemana de REACH II]. BMC Geriatr [Internet]. 2017 [citado 22 Oct 2018];17(1):[aprox. 40 p.]. Disponible en: <https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-017-0678-y> Inglés.
Localizado en PUBMED/MEDLINE
4. Cheung KS, Lau BH, Wong PW, Leung AY, Lou VW, Chan GM, et al. [Intervención multicomponente para mejorar el bienestar de los cuidadores de demencia y reducir los problemas de comportamiento entre los chinos de Hong Kong: un estudio traslacional basado en REACH II]. Int J Geriatr Psychiatry [Internet]. 2015 [citado 22 Oct 2018];30(5):[aprox. 40 p.]. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/gps.4160> Inglés.
Localizado en PUBMED/MEDLINE
5. Crespo-Maraver M, Doval E, Fernández-Castro J, Giménez-Salinas J, Prat G, Bonet P. Salud del cuidador: adaptación y validación del cuestionario Experience of Caregiving Inventory (ECI) en población española. Gac Sanit [Internet] 2018 [citado 6 Oct 2018];4:[aprox. 31 p.]. Disponible en: <http://www.gacetasanitaria.org/es/salud-del-cuidador-adaptacion-validacion/avance/S0213911118300384/>
Localizado en PUBMED/MEDLINE
6. Dorant E, Krieger T. [Exploración contextual de un nuevo concepto de apoyo para cuidadores familiares en entornos geriátricos mediante una estrategia de investigación de salud participativa]. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2017

[citado 24 Oct 2018];14(12):[aprox. 16 p.]. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5750886/pdf/ijerph-14-01467.pdf>
Inglés.
 Localizado en PUBMED/MEDLINE

7. Enríquez González C, Alba Pérez LC, Corzo Rodríguez L, Caballero Martínez D, Rojas Soca D. **Adaptación, afrontamiento y calidad de vida en cuidadores de infanto-juveniles con trastorno por déficit de atención con hiperactividad.** Acta Med Centro [Internet]. 2018 [citado 6 Oct 2018];12(1):[aprox. 8 p.]. Disponible en:
<http://www.medigraphic.com/pdfs/medicadelcentro/mec-2018/mec181g.pdf>
 Localizado en MEDIGRAPHIC
8. Grady PA, Rosenbaum LM. [La ciencia de la salud del cuidador]. J Nurs Scholarsh [Internet]. 2015 [citado 22 Oct 2018];47(3):[aprox. 9 p.]. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4414903/> **Inglés.**
 Localizado en PUBMED/MEDLINE
9. Guay C, Auger C, Demers L, Mortenson WB, Miller WC, Gélinas-Bronsard D, et al. [Componentes y resultados de las intervenciones basadas en Internet para cuidadores de adultos mayores: revisión sistemática]. J Med Internet Res [Internet]. 2017 [citado 24 Oct 2018];19(9):[aprox. 40 p.]. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5627044/> **Inglés.**
 Localizado en PUBMED/MEDLINE
10. Hernández Bernal N, Barragán Becerra J, Moreno Mojica C. **Intervención de enfermería para el bienestar de cuidadores de personas en cuidado domiciliario.** Rev Cuid [Internet]. 2018 [citado 6 Oct 2018];9(1):[aprox. 14 p.]. Disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v9n1/2216-0973-cuid-9-1-2045.pdf>
 Localizado en SCIELO
11. Kent EE, Rowland JH, Northouse L, Litzelman K, Chou WY, Shelburne N, et al. [Atención a cuidadores y pacientes: investigación y prioridades clínicas para el cuidado informal del cáncer]. Cancer [Internet]. 2016 [citado 24 Oct 2018];122(13):[aprox. 17 p.]. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5597246/pdf/nihms816872.pdf>
Inglés.
 Localizado en PUBMED/MEDLINE
12. Levesque JV, Gerges M, Girgis A. [El desarrollo de una intervención en línea (Care Assist) para apoyar a los cuidadores masculinos de mujeres con cáncer de mama: un protocolo para un estudio de métodos mixtos]. BMJ Open [Internet]. 2018 [citado 24 Oct 2018];8(2):[aprox. 8 p.]. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5855323/pdf/bmjopen-2017-019530.pdf> **Inglés.**
 Localizado en PUBMED/MEDLINE

13. López García EP. **Cuidar a los que cuidan: los cuidadores informales**. Rev urug enferm [Internet]. 2016 [citado 6 Oct 2018];11(2):[aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://rue.fenf.edu.uy/index.php/rue/article/view/198/193>
Localizado en LILACS
14. Lorenzo Velázquez B, Mirabal Martínez G, Rodas Clavijo A, Alfaro García N. **Intervención de enfermería sobre calidad de vida en cuidadores primarios de pacientes con cáncer**. Enferm Inv [Internet]. 2018 [citado 24 Oct 2018];3(1):[aprox. 15 p.]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6538728.pdf>
Localizado en DIALNET
15. McCabe M, You E, Tatangelo G. **[Escuchar sus voces: una revisión sistemática de las necesidades de los cuidadores familiares de demencia]**. Gerontologist [Internet]. 2016 [citado 24 Oct 2018];56(5):[aprox. 35 p.]. Disponible en: <https://academic.oup.com/gerontologist/article/56/5/e70/2605363> Inglés.
Localizado en PUBMED/MEDLINE
16. Moral-Fernández L, Frías-Osuna A, Moreno-Cámara S, Palomino-Moral PA, Del-Pino-Casado R. **Primeros momentos del cuidado: el proceso de convertirse en cuidador de un familiar mayor dependiente**. Aten Primaria [Internet] 2018 [citado 6 Oct 2018];50(5):[aprox. 31 p.]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656717302202?via%3Dihub>
Localizado en PUBMED/MEDLINE
17. Navarro-Abal Y, López-López MJ, Climent-Rodríguez JA, Gómez-Salgado, J. **Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes**. Gac Sanit [Internet]. 2018 [citado 6 Oct 2018];7:[aprox. 30 p.]. Disponible en: https://ac.els-cdn.com/S0213911118300062/1-s2.0-S0213911118300062-main.pdf?_tid=d52c3da9-54f2-4fe0-877f-bd6283714866&acdnat=1538851304_154f485abc641c72102f5396f690e1fa
Localizado en PUBMED/MEDLINE
18. Pensak NA, Joshi T, Simoneau T, Kilbourn K, Carr A, Kutner J, et al. **[Desarrollo de una intervención basada en la web para abordar la angustia en cuidadores de pacientes que reciben trasplantes de células madre: evaluación formativa con entrevistas cualitativas y grupos de enfoque]**. JMIR Res Protoc [Internet]. 2017 [citado 24 Oct 2018];6(6):[aprox. 30 p.]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5500777/> Inglés.
Localizado en PUBMED/MEDLINE
19. Puerto Pedraza HM. **Soporte social percibido en cuidadores familiares de personas en tratamiento contra el cáncer**. Rev Cuid [Internet]. 2017 [citado 6 Oct

2018];8(1):[aprox. 16 p.]. Disponible en:

<https://www.revistacuidarte.org/index.php/cuidarte/article/view/345/750>

Localizado en LILACS

20. Sánchez Martínez RT, Molina Cardona EM, Gómez-Ortega OR. **Intervenciones de enfermería para disminuir la sobrecarga en cuidadores: un estudio piloto**. Rev Cuid [Internet]. 2016 [citado 6 Oct 2018];7(1):[aprox. 14 p.]. Disponible en: <https://www.revistacuidarte.org/index.php/cuidarte/article/download/251/481> Localizado en LILACS
21. Sherifali D, Ali MU, Ploeg J, Markle-Reid M, Valaitis R, Bartholomew A, et al. [**Impacto de las intervenciones basadas en Internet en la salud mental del cuidador: revisión sistemática y metanálisis**]. J Med Internet Res [Internet]. 2018 [citado 24 Oct 2018];20(7):[aprox. 30 p.]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6053616/> Inglés. Localizado en PUBMED/MEDLINE
22. Spalding-Wilson KN, Guzmán-Vélez E, Angelica J, Wiggs K, Savransky A, Tranel D. [**Una novedosa intervención de dos días reduce el estrés en los cuidadores de personas con demencia**]. Alzheimers Dement (N Y) [Internet]. 2018 [citado 22 Oct 2018];4:[aprox. 43 p.]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352873718300465> Inglés. Localizado en PUBMED/MEDLINE
23. Tatangelo G, McCabe M, Macleod A, You E. [**"Simplemente no me concentro en mis necesidades". Las necesidades de salud insatisfechas de los compañeros y cuidadores de personas con demencia: un estudio cualitativo**]. Int J Nurs Stud [Internet]. 2018 [citado 22 Oct 2018];77:[aprox. 35 p.]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0020748917302183?via%3Dihub> Inglés. Localizado en PUBMED/MEDLINE
24. Tiwari A, Lao L, Wang AX, Cheung DS, So MK, Yu DS, et al. [**Acupresión autoadministrada para el tratamiento de los síntomas entre los cuidadores familiares chinos con estrés del cuidador: un ensayo aleatorio, controlado de lista de espera**]. BMC Complement Altern Med [Internet]. 2016 [citado 22 Oct 2018];16(1):[aprox. 12 p.]. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5084390/pdf/12906_2016_Article_1409.pdf Inglés. Localizado en PUBMED/MEDLINE
25. Tremont G, Davis JD, Papandonatos GD, Ott BR, Fortinsky RH, Gozalo P, et al. [**Intervención psicosocial por teléfono para cuidadores de demencia: un ensayo aleatorizado y controlado**]. Alzheimers Dement [Internet]. 2015 [citado 22 Oct

2018];11(5):[aprox. 15 p.]. Disponible en:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4306648/pdf/nihms601731.pdf>

Inglés.

Localizado en PUBMED/MEDLINE

Bases de Datos consultadas



DIALNET



LILACS



MEDIGRAPHIC



PUBMED/MEDLINE



SCIELO

Descriptores

DeCS

Apoyo Social

Cuidadores

Sistemas de Apoyo Psicosocial

MeSH

Social Support

Caregivers

Psychosocial Support Systems

Más Información

Caregiver Action Network [Internet]. Washington, DC: National Family Caregivers Association DBA Caregiver Action Network; c2017 [citado 25 Oct 2018]. Disponible en: <https://caregiveraction.org/>

Cuevas D, Gallud J, Soler P, Rosado N. **Guía de atención a las personas cuidadoras familiares en el ámbito sanitario** [Internet]. Valencia, España: Generalitat Conselleria de Sanitat; 2014 [citado 25 Oct 2018]. Disponible en: http://www.san.gva.es/documents/156344/0/Guia_de_atencion_a_las_personas_cuidadoras_familiares_en_el_ambito-sanitario.pdf

Family Caregiver Alliance [Internet]. San Francisco, CA: FCA; c1996–2018 [citado 25 Oct 2018]. Disponible en: <https://www.caregiver.org/>

Ferré-Grau C, Rodero-Sánchez V, Cid-Buera D, Vives-Relats C, Aparicio-Casals MR. **Guía de cuidados de enfermería: Cuidar al cuidador en atención primaria** [Internet]. Tarragona: Publidisa; 2011 [citado 23 Oct 2018]. Disponible en: http://www.hospital-sanjuandedios.es/upload/cuidando/doc/guia-cuidados-enfermeria_cuidar-al-cuidador-en-ap.pdf

Instituto Mexicano del Seguro Social. **Detección y Manejo del Colapso del Cuidador** [Internet]. México: Instituto Mexicano del Seguro Social; 2015 [citado 29 Oct 2018]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/781GER.pdf>

National Cancer Institute. **Caring for the Caregiver** [Internet]. Bethesda, MD: NCI; 2014 [citado 25 Oct 2018]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/publications/patient-education/caring-for-the-caregiver.pdf>.

Valor Añadido

Documentos que se encuentran localizados en la Biblioteca Médica Nacional



Hazel NA, McDonell MG, Short RA, Berry CM, Voss WD, Rodgers ML, et al. **Impact of multiple-family groups for outpatients with schizophrenia on caregivers' distress and resources.** Psychiatr Serv. 2004;55(1):35-41.



Logsdon RG. **Dementia: psychosocial interventions for family caregivers.** Lancet. 2008;372(9634):182-3.



Nichols LO, Martindale-Adams J, Burns R, Graney MJ, Zuber J. **Translation of a dementia caregiver support program in a health care system--REACH VA.** Arch Intern Med. 2011;171(4):353-9.



ONUSIDA. Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA. **Prevención del desgaste del cuidador: inter-mission care and rehabilitation Society (IMCARES).** Ginebra: Onusida; 2008. (Colección prácticas óptimas del ONUSIDA).

Localización: CU1.1. Biblioteca Médica nacional, Serie: Colección Prácticas Óptimas del ONUSIDA: Prevención del desgaste del cuidador, 2008, R



Widera E, Covinsky KE. **Fulfilling our obligation to the caregiver: it's time for action: comment on "Translation of a dementia caregiver support program in a health care system--REACH VA".** Arch Intern Med. 2011;171(4):359-60



Yajima Y, Tsutsui T, Nakajima K, Li HY, Takigawa T, Wang DH, et al. **The effects of caregiving resources on the incidence of depression over one year in family caregivers of disabled elderly.** Acta Med Okayama. 2007;61(2):71-80.

Bases de Datos

Bases de Datos consultadas en la búsqueda de los documentos localizados en la Biblioteca Médica Nacional



LIFMED

SeCiMed

SECIMED

Usted puede solicitar los artículos de revista de su interés al Servicio SCAD.

Email: prestamo@infomed.sld.cu

Dirección: 23 esq. N. Vedado, La Habana. Cuba | Teléfono: (53) 78350022 |
Directora: MSc. Ileana Armenteros Vera | Editora: Lic. Sonia Santana Arroyo
Compilación: Lic. Sonia Santana Arroyo, MsC. Madelayne Vega García |
Diseño/Composición: Téc. Beatriz Aguirre Rodríguez | Perfil de diseño: DI Pablo
Montes de Oca © 1994-2018