



## EA-71. - DESCRIPCIÓN DEL GRADO DE SOBRECARGA EN EL CUIDADOR DEL ENFERMO CON DEMENCIA EN UN HOSPITAL GENERAL

A. Barnosi Marín<sup>1</sup>, M. Payán Ortiz<sup>2</sup>, P. Sánchez López<sup>1</sup>, J. Romero León<sup>1</sup>, C. Martínez Mateu<sup>1</sup>, P. Victoria Hidalgo<sup>1</sup>, F. Laynez Bretones<sup>1</sup>, F. Díez García<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Servicio de Medicina Interna, <sup>2</sup>Servicio de Neurología. Complejo Hospitalario Torrecárdenas. Almería.

### Resumen

**Objetivos:** La &#39escala de sobrecarga del cuidador de Zarit&#39 adaptada al español (Martín et al, 1996), se trata de una herramienta validada para identificar el síndrome de Burn-out (o síndrome del cuidador quemado). Consta de 22 preguntas tipo Likert de 5 opciones (1-5 puntos), cuyos resultados se suman en un puntaje total (22-110 puntos). Este resultado clasifica al cuidador en: 1) ausencia de sobrecarga (< 46), 2) sobrecarga leve-moderada (47-55) o 3) sobrecarga intensa (> 56).

**Métodos:** Se reclutaron cuidadores de pacientes con demencia durante 5 meses, que ingresaron en el Servicio de Medicina Interna o Neurología del Hospital Torrecárdenas y que aceptaron participar en el estudio. Los propios cuidadores autorrellenaron la escala de sobrecarga del cuidador de Zarit (Caregiver Burden Interview) para poder cuantificar la repercusión personal en su cuidado. Además, contestaron preguntas socio-demográficas y síntomas más frecuentes asociados con la sobrecarga o síndrome de Burn-out. Las diferentes variables recopiladas se analizaron en el paquete estadístico SPSS 18.

**Resultados:** Se encuestaron a 60 cuidadores de pacientes con demencia moderada-grave. El 83,3% de los cuidadores eran mujeres, con una edad media de 48 años. En el 48,3% de los casos se trataba del hijo/a y el 25% era el cónyuge. El 75% tenían dedicación completa al cuidado del enfermo y sus labores del hogar, y el 25% lo compatibilizaba con su trabajo habitual. El 50% de los cuidadores padecían síntomas de ansiedad o depresión, el 35% tenían dificultad para dormir, 55% cansancio o fatiga y el 35% reconocía ser estresante cuidar al enfermo. El 75% de los casos era de nivel socio-económico medio-bajo. Tras contestar a las 22 preguntas de la escala de sobrecarga del cuidador de Zarit se obtuvieron los siguientes resultados: el 46,6% no presentaban sobrecarga, el 33,3% presentaban sobrecarga leve-moderada y el 11,6% sobrecarga intensa. Las preguntas que más frecuentemente contestaron &#39casi siempre&#39 fueron: 1) ¿Siente que debido al tiempo que dedica a su familiar ya no dispone de tiempo suficiente para usted? (75% de los encuestados). 2) ¿Cree que no dispone de dinero suficiente para cuidar a su familiar además de sus otros gastos? (71,6% de los encuestados) y 3) ¿Se siente tenso cuando tiene que cuidar a su familiar y atender además otras responsabilidades? (66,6% de los encuestados). Las respuestas que más frecuentemente contestaron &#39casi nunca&#39 fueron: 1) ¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar? (78,3%), 2) ¿Se siente avergonzado por la conducta de su familiar? (70,8%), 3) ¿Se siente inseguro acerca de lo que debe hacer con su familiar? (66,6%) y 4) ¿Se siente agobiado cuando tiene que estar junto a su familiar? (58,33%).

*Discusión:* La Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit es una herramienta validada para identificar el síndrome de Burnout (o síndrome del cuidador quemado). En nuestro estudio se detectaron 7 casos (11,6%) de sobrecarga intensa y 20 casos (33,3%) de sobrecarga leve-moderada. La mitad de los cuidadores en algún momento habían padecido síntomas de ansiedad o depresión. En los casos más vulnerables se podrían facilitar programas de intervención para aliviar la sobrecarga física y psicológica, tal como cuidadores a domicilio, centros de día, grupos de apoyo, terapia ocupacional o entrega de herramientas para el manejo de pacientes dependientes.

*Conclusiones:* El síndrome de Burn-out es relativamente frecuente en cuidadores de pacientes con demencia y hasta el 45% de los encuestados presenta algún grado de sobrecarga (11,6% grado intenso, 33,3% grado leve-moderado). Una adecuada orientación especializada puede aliviar esta sobrecarga.