

[Cómo Curar La Ansiedad](#)

Psicólogo Experto Te Explica Los Secretos Para Curar La Ansiedad  
Magalian.com

[Cuidado Ancianos](#)

Cursos de Geriatria y Gerontología. A distancia y presenciales.  
www.aprendemas.com

[Carrera GADE+GradoEuropeo](#)

Gestión y Administración Empresas +International BM, Grado Europeo  
www.EsGerencia.com

[trabajar de cuidador](#)

crea tu red social de salud logra referencias de clientes  
vi.vu

Anuncios Google

## El 80% de las personas que tienen un familiar a su cargo sufre ansiedad y estrés

11/07/09 | por [SINC](#) | Sección: [Ciencia y tecnología](#)

La investigación, realizada en el departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Granada, revela que los efectos negativos físicos, psicológicos y sociales de las personas que cuidan a familiares están altamente relacionados con la historia de vida previa entre la persona encargada de cuidar y los propios trabajos de cuidados.



En total, 8 de cada 10 personas que tienen a algún familiar a su cargo sufren ansiedad estado y estrés, independientemente de sus variables sociodemográficas, siendo las familias, y en concreto las hijas, quienes en la mayoría de los casos asumen el "cuidado informal" de mayores dependientes.

Así se desprende de una investigación realizada en el departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la **Universidad de Granada** por Ruth M<sup>a</sup> Calero Pérez, que ha sido dirigida por el profesor José M<sup>a</sup> Roa Venegas. Los resultados han sido publicados en la revista *Geriátrika*, y en la *Revista Multidisciplinar de Gerontología*.

Para llevar a cabo este trabajo, los investigadores aplicaron un cuestionario a una población de 203 sujetos cuyo único requisito era el ser cuidador informal de una persona mayor dependiente

Del trabajo realizado en la **UGR** se deduce que este cuidado crea en el seno familiar, en algunos casos, comportamientos inadecuados en la relación, y que los efectos negativos a nivel físico, psicológico y social del cuidador están altamente relacionados con la historia de vida previa entre cuidador y cuidado, el aislamiento social percibido por el cuidador, y el sentimiento de soledad en la relación con el cuidado.

Para llevar a cabo el trabajo, los investigadores aplicaron un cuestionario a una población de 203 sujetos cuyo único requisito era el ser cuidador informal de una persona mayor dependiente.

### **Apoyo familiar e institucional**

Los resultados revelan que las variables cognitivas (pensamientos y valoraciones) utilizadas por el cuidador, tanto positivas como negativas, influyen de forma decisiva en la manera en que se relacionan cuidador y cuidado. Estas variables son el apoyo familiar y el apoyo institucional, y modulan el impacto que puede tener la relación entre cuidador y cuidado.

Además, variables culturales como los patrones de crianza y los estilos de educación recibidos, ejercen una clara influencia en la forma de ser y de actuar de los cuidadores informales, lo que va a repercutir en la tarea de cuidar.

Los investigadores de la UGR proponen un control de todas estas variables como un primer paso para la intervención por parte de las administraciones con el fin de mejorar la calidad de vida de este colectivo, y consideran que esta actuación “debe ser de carácter psicoeducativo y garantizar, de alguna forma, una mejor calidad de vida de las personas que cuidan del mayor dependiente”.

Y es que la relación entre el cuidador informal y el cuidado, señalan los autores, “no es una relación inocua, sino que está cargada de efectos, a veces nocivos para la salud física y psicológica del cuidador. Son conocidos los efectos de sobrecarga, ansiedad, estrés, etc., que afectan al cuidador informal. Pero consideramos que estas variables son insuficientes para explicar la variabilidad que se produce en la conducta del cuidador en su relación con el cuidado. Por ello, nos ha parecido interesante introducir variables de corte cognitivo y socio cultural, menos estudiadas, para aclarar en lo posible dicha variabilidad”.

Fuente: Universidad de Granada

**Etiquetas:** [ansiedad](#), [estrés](#), [familiar a cargo](#)

## Comparte este artículo



**Cursos Ley Dependencia**  
Valoración de la discapacidad  
Entornos accesibles integrales



[www.ibv.org](http://www.ibv.org)

Comentarios: [anuncios Google](#)

## Deje su comentario



### Nube de etiquetas



## **Economía**

[Sindicatos](#) [Desempleo](#) [crisis](#) [trabajo](#) [Medio Ambiente](#) [Elecciones europeas](#) [Consejo de Ministros](#) [Fórmula 1](#) [España](#)

[empleo](#) [UGT](#) [cultura](#) [educación](#) [Baloncesto](#) [Empresa](#) [Zapatero](#) [poesía](#) [relatos](#) [escritor](#) [Ministerio de Industria](#) [periodismo](#) [literatura](#)



[Ciudadanos - Partido de la ciudadanía](#) [Ciclismo](#) [Real Madrid](#) [política](#) [Ministerio de Trabajo](#) [Ministerio de Economía](#) [Crisis económica](#) [música](#)



[Tenis](#) [formación](#) [Fútbol](#) [Deportes](#) [Industria](#) **Noticias** [CCOO](#) [Inflación](#) [poker](#) [INE](#) [fnpi](#) [Cine](#) [PP](#) [Obama](#)

