
Noticias de Sanidad del 10 de Julio de 2009

Ocho de cada diez personas con un familiar a su cargo sufren ansiedad y estrés, según un estudio de [la UGR](#)

11:31h. Fuente: EUROPA PRESS

Ocho de cada diez personas que tienen a algún familiar a su cargo sufren ansiedad y estrés, independientemente de su situación sociodemográfica, 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 por Ruth María Calero, del departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la [Universidad de Granada](#) (UGR), dirigida por el profesor José María Roa.

Según este trabajo, los cuidados a familiares crean, en algunos casos, "comportamientos inadecuados" en la relación. Además, sostiene 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 dicho estudio, los investigadores aplicaron un cuestionario a una población de 203 personas, cuyo único requisito era el de ser cuidador informal de una persona mayor dependiente.

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.

De igual modo, este trabajo apunta a que ciertas 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 repercutirá en la tarea de cuidar.

Por ello, la autora de este trabajo propone un control de todas estas variables, como un primer paso para la intervención por parte de las administraciones con el que se mejore la calidad de vida de este colectivo. Además, considera 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".

Los resultados de la investigación han sido publicados en la revista 'Geríatrika' y en la 'Revista Multidisciplinar de Gerontología'.
