

Un estudio afirma que el 80% de las personas con un familiar a su cargo sufre ansiedad y estrés

Asegura que las más afectadas son las hijas, que en la mayoría de los casos cuidan de las personas dependientes



22 de enero de 2010

La ansiedad y el estrés afectan al 80% de las personas que tienen a algún familiar dependiente a su cargo, según los resultados de un estudio realizado en el departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Granada (UGR). Estos efectos son independientes de las variables sociodemográficas y son las familias, en concreto las hijas, quienes en la mayoría de los casos asumen el "cuidado informal" de mayores dependientes, afirma el trabajo.

Los investigadores llegaron a estas conclusiones tras aplicar un cuestionario a una población de 203 sujetos cuyo único requisito era el ser cuidador informal de una persona mayor dependiente. El informe asegura que este cuidado crea "comportamientos inadecuados en la relación" dentro de la familia, que derivan en "efectos negativos a nivel físico, psicológico y social del cuidador, muy relacionados con la relación previa entre cuidador y cuidado".

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, según este estudio. Estas variables son el apoyo familiar y el apoyo institucional, y modulan el impacto que puede tener la relación entre cuidador y cuidado, explicaron desde la UGR. 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, en el aislamiento social percibido por el cuidador y en el sentimiento de soledad en la relación con el cuidado, añadieron.

Los investigadores proponen un control de todas estas variables como un "primer paso" para la intervención de las administraciones con el fin de mejorar la calidad de vida de este colectivo. También 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.