



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Sanidad
Dirección General de Salud Pública



Programa de
Registro de la
Red Centinela Sanitaria
de Castilla y León

PROTOCOLO

**Factores de riesgo del cansancio
del cuidador**

2022

Servicio de Información de Salud Pública

Dirección General de Salud Pública

Consejería de Sanidad

Junta de Castilla y León

FACTORES DE RIESGO DEL CANSANCIO DEL CUIDADOR

INTRODUCCIÓN

En nuestro entorno, existen cada vez más personas cuidadoras de personas mayores, inmobilizadas o con otro tipo de procesos crónicos que necesitan cuidados continuados.

La actividad de los cuidadores supone cambiar en muchas ocasiones sus hábitos, con afectación de su vida familiar y laboral que en ocasiones dificulta compaginar su vida diaria con las responsabilidades que conlleva el cuidado. Esto se traduce en una gran sobrecarga física y psicológica, particularmente si el cuidador procede del entorno familiar.

Los conocimientos sobre los propios problemas de salud que tiene el cuidador son imprescindibles para el diseño o mejorar de los protocolos de atención a estas personas, puesto que “si el cuidador está cuidado, el enfermo podrá estar cuidado”.

El Registro de Enfermería de la Red Centinela Sanitaria de Castilla y León, puede aportar información específica sobre los factores de riesgo del cansancio del cuidador a través de la consulta de enfermería programada, a demanda o en visitas domiciliarias. Además, debido al estrecho contacto que mantiene el personal de enfermería con los cuidadores de personas no autónomas, a su conocimiento y experiencia en la aplicación de las escalas de Barthel o Zarit y a la participación en equipos de valoración de la dependencia, son los profesionales idóneos para realizar este registro.

La RCSCyL desarrolló en 2011 un estudio sobre Factores de Riesgo del Cansancio del Cuidador, en el que se obtuvo información de 665 cuidadores (74,7% mujeres y 25,3% hombres), con una edad media de 64,9 años. El proyecto del año 2020 pretende estudiar los posibles cambios desde el estudio realizado en 2011, describir la calidad de vida y valorar la experiencia de los cuidadores.

OBJETIVOS

1. Describir las características epidemiológicas, la situación sociofamiliar, los problemas de salud y la sobrecarga del cuidador.
2. Estudiar la vulnerabilidad y calidad de vida relacionada con la Salud de este colectivo.
3. Describir las experiencias percibidas por los cuidadores en el proceso del cuidado.

METODOLOGÍA

Criterios de inclusión

Se considera cuidador principal en el entorno familiar:

- Persona que atiende a personas no autónomas (dependen de alguien para desarrollar las actividades de la vida diaria).

- No recibe remuneración alguna (con la excepción de ayudas económicas en el entorno familiar de la Ley de Dependencia).
- No pertenece a ninguna institución sanitaria ni social.
- Es familiar o amigo de la persona no autónoma.
- Asume la responsabilidad en la atención, apoyo y cuidado diarios de la persona no autónoma y la acompaña la mayor parte del tiempo.

Criterios de exclusión

- Cuidadores particulares remunerados.
- Cuidadores procedentes de instituciones sanitarias o sociales.
- Cuidadores de niños sanos.

Captación de cuidador

- A través de la consulta a demanda de enfermería del centro de salud cuando un paciente acude por cualquier motivo y se le identifica como cuidador en ese momento (ejemplo: cuando un paciente acude a la consulta, preguntar si tiene a su cargo alguna persona no autónoma).
- A través de la consulta programada de enfermería.
- A través de las visitas domiciliaria a personas no autónomas.
- A través de cuidadores incluidos en Cartera de Servicios dentro del Programa del Adulto, "Servicio de atención al cuidador familiar en la comunidad" (búsqueda activa).
- Mediante cualquier medio por el que se pueda conocer que una persona es cuidadora de un familiar (búsqueda activa).
- El cuidador debe pertenecer al cupo del/la enfermero/a centinela.

Procedimiento del registro

Una vez identificado al cuidador se le informa del estudio y se cumplimenta el formulario de registro.

Se entregará al cuidador el formulario sobre calidad de vida y experiencias para que lo autocumplimente.

Si no se llegase a cumplimentar el cuestionario de calidad de vida, se anotará (a mano) el motivo al final del formulario de registro.

Notas a las variables de estudio

- **Problemas de salud y sobrecarga del cuidador.** Sobrecarga del cuidador. Test de Zarit. Incluir la puntuación obtenida (se adjunta cuestionario en la documentación). No es necesario remitir este cuestionario, solo la puntuación final.
- **Datos de la persona no autónoma cuidada.** Grado de dependencia de la persona no autónoma. Se deberá utilizar el índice de Barthel y señalar la puntuación obtenida (se adjunta cuestionario en la documentación). No es necesario remitir este cuestionario, solo la puntuación final.

Si la persona no autónoma no pertenece al cupo del profesional y no conoce el Barthel, puede responderlo el cuidador, y anotar después el valor en el formulario.

- **Calidad de vida y experiencias del cuidador.** Se trata de un cuestionario para autocumplimentar por el cuidador en el que se recoge la calidad de vida con la escala COOP-WONCA¹ y unas preguntas adicionales de elaboración basadas en la escala que evalúa la Experiencia del cuidador no profesional de personas con enfermedad crónica².

Instrucciones de envío

- Los formularios completados se enviarán en la semana que se finalicen a la Sección de Epidemiología del Servicio Territorial de Sanidad de la provincia correspondiente. Si en la semana no hay cuidadores que registrar, se remitirá un formulario igualmente, cumplimentando los datos de la cabecera (ficha identificativa, número de semana y finalización de la semana. Del mismo modo, indicar la causa de la ausencia de declaración de esa semana y otras incidencias). Estos datos son de obligado cumplimiento.

En los periodos vacacionales o incapacidad temporal, se remita la ficha señalando ausencia de la consulta y el motivo.

- Si el formulario se cumplimenta en el pdf en el ordenador para remitir por email, se sugiere que se nombren para el archivo local y para el envío con el nombre del formulario: FCC_Nombre centinela_semana.pdf (ejemplo Fcc_TomasVega_01). Si se envían más de un formulario en esa semana, se añade detrás un número correlativo. De igual manera si se cumplimenta a mano y se envía escaneado por email. Los

¹ <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-evaluacion-calidad-vida-relacionada-salud-consulta-13029752>

² <https://www.iemac.es/data/iexpac/docs/iexpac-cuidadores-2018.pdf>

formularios de calidad de vida, que se autocumplimentan a mano por los pacientes se deben escanear. Los formularios del test de Barthel y del test de Zarit no es necesario que se envíen.

- Si lo remite por correo o valija, deberá hacer una copia de los formularios y grapar los del mismo caso antes de proceder a su envío al Servicio Territorial de su provincia.

CENTROS DE COORDINACIÓN

<p>Servicio Territorial de Sanidad de Ávila Sección de Epidemiología C/ San Juan de la Cruz, 28. 05001 Ávila Tel: 920355073-810492 / 920355276-810489 Fax: 920355083 Email: redcentinela.avila@jcy.es</p>	<p>Servicio Territorial de Sanidad de Segovia Sección de Epidemiología Av. Juan Carlos I, 3. 40005 - Segovia Tel: 921417155-860423 / 921417175-860426 Fax: 921417376 Email: redcentinela.segovia@jcy.es</p>
<p>Servicio Territorial de Sanidad de Burgos Sección de Epidemiología Paseo Sierra de Atapuerca, 4. 09002 - Burgos Tel: 947280107- 820805 / 947280137-820805 Fax: 947280125 Email: redcentinela.burgos@jcy.es</p>	<p>Servicio Territorial de Sanidad de Soria Sección de Epidemiología Cl. Nicolás Rabal, 7. 42003 - Soria Tel: 975236600 ext. 871140/871141/871142 Fax: 975236602 Email: redcentinela.soria@jcy.es</p>
<p>Servicio Territorial de Sanidad de León Sección de Epidemiología/Edif. Usos Múltiples 2ª planta. Av. Peregrinos, s/n 24008 - León Tel: 987296941 ext. 831377 / 831370 Fax: 987296239 Email: redcentinela.leon@jcy.es</p>	<p>Servicio Territorial de Sanidad de Valladolid Sección de Epidemiología Av. Ramón y Cajal, 6. 47005 - Valladolid Tel: 983413783-883728 / 983413760-883731 Fax: 983413829 Email: redcentinela.valladolid@jcy.es</p>
<p>Servicio Territorial de Sanidad de Palencia Sección de Epidemiología Avda. Casado Alisal, 32. 34001 Palencia Tel: 979715443-840643 / 979715441-840642 Fax: 979715427 Email: redcentinela.palencia@jcy.es</p>	<p>Servicio Territorial de Sanidad de Zamora Sección de Epidemiología Pl. de Alemania, 1. 49014 - Zamora Tel: 980547439-890409 / 980547440-890419 Fax: 980547420 Email: redcentinela.zamora@jcy.es</p>
<p>Servicio Territorial de Sanidad de Salamanca Sección de Epidemiología Cl. Príncipe de Vergara 53-71. 37003 - Salamanca Tel: 923296030-851813 / 923296022-851815 Fax: 923296745 Email: redcentinela.salamanca@jcy.es</p>	

<p>Centro Coordinador General Técnico Dirección General de Salud Pública Servicio de Información de Salud Pública Paseo de Zorrilla, 1. 47007 - Valladolid Tel: 983413600 Ext 806415/807023/806358/806366 Fax: 983413745 Email: redcentinela@jcy.es</p>	<p>Centro Coordinador del Programa de Enfermería Servicio Territorial de Sanidad de Palencia Sección de Epidemiología Av. Casado Alisal, 32. 34001 Palencia Tel: : 979715443-840643 / 979715441-840642 Fax: 979 71 54 27 Email: redcentinela.palencia@jcy.es</p>
--	--



Red Centinela Sanitaria de Castilla y León

<https://www.saludcastillayleon.es/profesionales/es/centinelas>

redcentinela@jcy.l.es