



UNIVERSIDAD ESTATAL DEL VALLE DE ECATEPEC

CUIDADORES DE PERSONAS ADULTAS MAYORES

Profa. Angélica María Razo González

Existen cuatro tipos de personas

- Los que son cuidados
- Los que cuidan
- Los que fueron cuidados
- Los que necesitarán ser cuidados

Se ha definido al *cuidador* como “*aquella Persona que asiste o cuida a otra afectada de cualquier tipo de discapacidad, minusvalía o incapacidad que le dificulta o impide el desarrollo normal de sus actividades vitales o de sus relaciones sociales*” (Flórez Lozano et al, 1997). A partir de esta definición general de cuidadores, se impone la diferenciación de los cuidadores directos, en *cuidadores informales y formales*.

Cuidadores Informales no disponen de capacitación, no son remunerados por su tarea y tienen un elevado grado de compromiso hacia la tarea, caracterizada por el afecto y una atención sin límites de horarios. El apoyo informal es brindado principalmente por familiares, participando también amigos y vecinos (Flórez Lozano et al, 1997, Aguas, 1999).

Algunos autores han señalado el carácter de **cuidador principal** (Anderson, 1987, en Flórez Lozano et al, 1997) de estos cuidadores, por lo general desempeñado por el cónyuge o familiar femenino más próximo.

A diferencia de los cuidadores primarios, los **secundarios** no tienen la responsabilidad principal del cuidado de los ancianos (Stone et al, 1987, en Flórez Lozano et al, 1997).

¿Quiénes son los cuidadores primarios?

Los cuidadores familiares (informales) de personas mayores dependientes son aquellas personas que, por diferentes motivos, coinciden en la labor a la que dedican gran parte de su tiempo y esfuerzo: permitir que otras personas puedan desenvolverse en su vida diaria, ayudándolas a adaptarse a las limitaciones que su discapacidad funcional (entendida en sentido amplio) les impone.

En cada familia suele haber un **cuidador principal** que responde a las circunstancias familiares, sin que se haya llegado a ello por un acuerdo explícito entre los miembros de la familia, normalmente parten de que será temporal, en realidad suele durar años.

Esto puede representar:

- Sobrecarga en el cuidador principal
- Frustración por no poder realizar otras actividades
- Culpas acerca del cuidado o falta de cuidado
- Conflictos familiares

Perfil del cuidador primario

- La mayoría son mujeres: hijas, esposas o nueras.
- Edad entre 45 y 65 años de edad.
- En su mayoría están casadas.
- Comparten el domicilio con la persona cuidada.
- Sin ocupación laboral remunerada.
- Prestan ayuda diaria a su familiar mayor.
- No reciben ayuda de otras personas en el cuidado.
- La rotación familiar o sustitución del cuidador es baja.
- Percibe que su ayuda debe ser de cuidado permanente.
- Tiene otras responsabilidades como cuidar de sus hijos.

Motivos del cuidador

En general se piensa que cuidar a un familiar adulto mayor es un “deber moral”, una responsabilidad social y familiar, sin embargo también existen otras razones:

- ✓ Por altruismo –porque se entiende la situación y existe empatía en cuanto a las necesidades.
- ✓ Por reciprocidad – porque fuimos cuidados por ellos
- ✓ Por gratitud –corresponde a la actitud de la persona cuidada
- ✓ Por sentimientos de culpa – acerca de conductas del pasado.
- ✓ Para evitar la crítica – si nos negamos a ser “buenos hijos”

Otros cuidadores informales

- Empleados domésticos
- Amigos
- Vecinos
- Personas que realizan servicio social o voluntario

Cuidadores Formales, Hugo Valderrama ha definido a los cuidadores de ancianos como a *“aquéllas personas capacitadas a través de cursos teóricos-prácticos de formación dictados por equipos multi e interdisciplinarios de docencia para brindar atención preventiva asistencial y educativa al anciano y a su núcleo familiar. Su campo de acción cubre el hogar, hospital de día, clubes y centros de jubilados, residencias geriátricas y servicios sanatoriales. El cuidador apoya al personal de enfermería y a equipos gerontológicos de trabajo”.*

El papel del gerontólogo

- ✓ El gerontólogo no es en sí mismo un cuidador formal (como la Enfermera o el Gericultista), aunque está capacitado para desempeñar esa labor, sino que además sabe de cuidados y de sistemas de cuidados y es un factor fundamental en el proceso de capacitación de los cuidadores.

La capacitación de los cuidadores

Para los cuidadores primarios

- ✓ Se requiere capacitarlos en cuanto al proceso de envejecimiento, con el fin de que comprendan la etapa por la que pasa su familiar.
- ✓ Habilitarlos en cuidados básicos y técnicas sobre el manejo de personas dependientes.
- ✓ No perder de vista que el cuidado del cuidador es fundamental.
- ✓ Información sobre el manejo de conflictos e inteligencia emocional

La capacitación de los cuidadores

Para los cuidadores secundarios

- ✓ Se requiere capacitarlos en cuanto al proceso de envejecimiento, con el fin de que comprendan la etapa por la que pasa su familiar.
- ✓ Sensibilizarlos en cuanto a la importancia de su participación y apoyo al cuidador primario.
- ✓ Buscar su pleno compromiso en la tarea de cuidar.
- ✓ Información sobre el manejo de conflictos e inteligencia emocional

La capacitación de los cuidadores

Cuidadores formales

- ✓ Trabajo de sensibilización
- ✓ Lograr la calidad en los cuidados
- ✓ Buscar la calidez necesaria en el servicio
- ✓ Habilitarlo en técnicas y situaciones difíciles

En todos los casos es necesario establecer un programa de evaluación para cuidadores, que explore:

- ✓ La historia y características del cuidado
- ✓ Las características del cuidador
- ✓ Características de la persona cuidada
- ✓ Las consecuencias del cuidado (sobrecarga del cuidador)
- ✓ Las variables con que se cuenta, apoyos potenciales

Cuidadores y capacitación

Persona que requiere cuidados impedida para realizar **AVD**

Cuidadores informales

Voluntarios
Sin conocimientos técnicos
Red primaria

Primarios

Total responsabilidad
Compromiso
Afecto
Sin límite de tiempo

Esposa
Hijos
Nuera

Curso de cuidados básicos
Servicios de respiro
Trabajo de autoestima
Manejo de culpa
Técnicas apoyo

Secundarios

Bajo Compromiso
Afecto
Tiempo parcial
No se siente responsable

Otros parientes
Empleados domésticos

Sensibilización
Conciencia
Apoyo
Compromiso

Cuidadores formales

Pago por sus servicios
Conocimientos técnicos
Redes secundaria o institucional

Paga la familia

Empleados domésticos
Cuidador formal

Cuidados básicos
Calidez

Enfermera
Gericultista

Sensibilización
Calidez

Institucional

Conocimiento técnico

•Práctica

•Sistematización

•Estudios formales

•Atención - Calidez