

Carga y rasgos de personalidad en cuidadores principales de personas mayores

Marina R. Ramírez^{1*}, Johanna Arias Parra^{1*}

Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador

*Autor para correspondencia: jsarias1@utpl.edu.ec

Recibido: 2021/04/16

Aprobado: 2021/09/10

DOI: <https://doi.org/10.26621/ra.v1i26.741>

RESUMEN

Ser cuidador principal de una persona mayor con o sin dependencia genera un posible incremento en el nivel de tensión percibida por la persona a cargo. Asumir el rol de cuidador principal podría provocar carga o sobrecarga, presentando posibles alteraciones, consecuencias negativas y deterioros tanto a nivel físico como emocional, incitando a la disminución de la calidad de vida. En Ecuador, las personas mayores representan un importante problema de salud pública asociado con un aumento de la morbilidad, la mortalidad y los costos de atención médica, de manera que la demanda ante el cuidado de este grupo vulnerable probablemente genere tensión o presión constante en su cuidador. Por lo tanto, la relevancia de investigar la relación del nivel de carga en los cuidadores principales, sobre la personalidad es con la finalidad de conocer el impacto y las posibles consecuencias negativas sobre la persona, ante la alta exposición de la demanda del cuidado. El objetivo principal de esta investigación fue determinar la relación entre la sobrecarga y los rasgos de personalidad de 274 cuidadores principales de personas mayores en el Ecuador. El estudio tuvo un método no experimental, de tipo transeccional y no probabilístico debido a que no se selecciona aleatoriamente a los sujetos, sino de tipo en cadena o por redes ("bola de nieve"). En cuanto a los instrumentos utilizados fueron: el cuestionario sociodemográfico y laboral ad-hoc, la entrevista de carga para cuidadores Zarit y el cuestionario de personalidad de Eysenck revisado-abreviado (Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated [EPQR-A]). Entre los resultados más relevantes tenemos una correlación significativa $r(264) = .331$ $p < .0001$ de carga y neuroticismo y una correlación significativa $r(261) = .221$ $p < .0001$ de carga y psicoticismo.

Palabras clave: Carga, neuroticismo, cuidador informal, adulto mayor

ABSTRACT

Being the main caregiver of an elderly person with or without dependency generates a possible increase in the level of tension perceived by the person in charge. Assuming the role of primary caregiver could cause burden or overload, presenting possible alterations, negative consequences and impairments both physically and emotionally, prompting a decrease in quality of life. In Ecuador, the elderly represents an important public health problem associated with an increase in morbidity, mortality and health care costs, so that the demand for care for this vulnerable group probably generates constant tension or pressure on their health. Therefore, the relevance of investigating the relationship of the level of burden in the main caregivers, on the personality is to know the impact and the possible negative consequences on the person, given the high exposure of the demand for care. The main objective of this research was to determine the relationship between overload and personality traits of 274 main caregivers of adults in Ecuador. The research had a non-experimental, transactional, and non-probabilistic method because the subjects were not randomly selected, but chain or network ("snowball") type. The instruments used were: the Sociodemographic and Labor Ad-hoc questionnaire, the Zarit burden interview for caregivers, and the Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated (EPQR-A). Among the most relevant results we have a significant correlation $r(264) = .331$ $p < .0001$ of burden and neuroticism and a significant correlation $r(261) = .221$ $p < .0001$ of burden and psychoticism.

Keywords: burden, neuroticism, informal caregiver

Marina R Ramírez Zhindón  orcid.org/0000-0002-9328-1707

Jhoanna Salomé Arias Parra  orcid.org/0000-0002-5381-7247



INTRODUCCIÓN

El envejecimiento saludable es una construcción compleja que involucra múltiples dimensiones, la integración social por lo tanto se ubica en estudios como un elemento esencial para el mantenimiento de la salud y el bienestar de la población anciana ecuatoriana (DiBello et al., 2020; Rivadeneira et al., 2021).

En Ecuador, las personas mayores representan un grupo importante de problema en la salud pública asociado con un aumento de la morbilidad, la mortalidad y los costos de atención médica; sin embargo, las personas mayores que exhiben habilidades bien desarrolladas, así como educación formal, permanecen más tiempo en el mercado laboral con un alto nivel de productividad (Lanchimba et al., 2020; Orces, 2014). Es importante considerar que el adoptar medidas de salud pública para la prevención y el control de factores de riesgo modificables podría reducir la prevalencia de estos elementos en el Ecuador y en otras naciones (Wong-Achi et al., 2017).

La Organización Mundial de la Salud [OMS], mediante su Informe Mundial sobre Envejecimiento y Salud (2015) indican la falta de preparación de la salud pública en cada país ante esta población vulnerable, obligando de manera inmediata la ayuda de algún familiar/amigo para ejercer el rol de cuidador principal ante la necesidad de ayudar a la persona adulta.

El término cuidador principal se refiere a una persona esencial no profesional, normalmente familiares, parientes, amigos, sin límite de edad, sin remuneración económica, ni horario de trabajo establecido, cuyo objetivo es ayudar a una persona con autonomía limitada a realizar actividades básicas o instrumentales en el entorno social inmediato de su vida diaria (Beurskens-Meijerink et al., 2020; Olivia-Moreno et al., 2019).

El rol que desempeña el cuidador en la vida de la persona mayor es esencial, sin embargo, no está libre de riesgos, debido a la dedicación permanente y exclusiva que invierte el cuidador diariamente, siendo una experiencia extensa y demandante, dado que exige a la persona a reorganizar toda su vida, desde el ámbito familiar, laboral y social en función de las tareas en las cuales se desenvuelven, con la finalidad de otorgar a la persona a cargo un cuidado de calidad (Da Silva, 2019).

Al estar expuestos ante tareas altamente demandantes, Fernández et al. (2019), denomina o califica a los cuidadores como “segundas víctimas o pacientes ocultos” debido a que ellos centran todas sus capacidades en el cuidado de la persona a cargo, dejando a un lado la importancia del autocuidado. Recalca que el grado de dependencia que posea la persona mayor juega un papel importante para un sobre esfuerzo físico y mental.

Al hablar de dependencia se engloba a actividades básicas de la vida diaria como bañarse, vestirse, ir al baño, comer, trasladarse y, por otra parte, actividades instrumentales como telefonar, comprar, usar el transporte, manipular medicación y gestión de las finanzas (Edjolo et al., 2020; Rely et al., 2020). Los cambios dependientes de la edad se asocian con una disminución de las funciones reguladoras que conducen a un aumento del riesgo de enfermedad; las personas mayores con dependencia media o alta y demencia serán más propensos a tener al menos otras dos afecciones concurrentes (Kingston et al., 2018; Viñuela et al., 2018).

Por lo tanto, el cuidador principal al ser una persona no capacitada que realiza un conjunto de tareas y actividades complejas basadas en el grado de dependencia de la persona a cargo, podría resultar un estresor que impacta negativamente sobre el cuidador y que posiblemente lo

sobrecargar y declinará la calidad de los cuidados. Se define carga en el cuidador como el nivel de tensión multifacética percibida por el cuidador principal hacia un familiar y/o ser querido por largo tiempo. De modo que se informa que la carga de cuidado se relaciona directamente con el tiempo que una persona lleva desarrollando esta actividad, presentando fuertes niveles de agotamiento (Alves et al., 2019; Liu et al., 2020).

Es preciso señalar que el ser cuidador principal no tiene límite de edad, por ende, el cuidado de adultos mayores dentro de la región también involucra a una gran fracción de ancianos que cuidan a otros ancianos; se evidencia ansiedad, depresión, pérdida de sensación de control, peores estados anímicos e irritabilidad (Fernández & Herrera, 2020; Villalobos, 2019).

En países como Ecuador, los resultados de investigaciones demuestran que factores como el deterioro cognitivo de los pacientes de edad avanzada son predictores de la carga del cuidador; personas con discapacidad requieren de atención profesional, de un familiar o amigo, ocasionando en los cuidadores situaciones de deterioro emocional y una sobrecarga (Rodríguez et al., 2021; Ruisoto et al., 2020).

La investigación sobre el envejecimiento en Latinoamérica señala la relevancia de la atención informal sobre la mortalidad y los cambios en la salud. Estudios observan tasas más altas de depresión y peores resultados de salud mental en cuidadores de adultos mayores (Trujillo et al., 2012; Mendez-Luck et al., 2020).

El Servicio Nacional de la Discapacidad SENADIS en Santiago de Chile (2015) a través de su manual para cuidadores de personas mayores con o sin discapacidad, menciona que la calidad de vida del cuidador principal se ve gravemente afectada por los esfuerzos que requiere el ayudar a una persona bajo dependencia, enfatizan que los cuidadores necesitan un apoyo constante de su entorno familiar cercano, para no experimentar sentimientos de soledad y abandono. Proponen alternativas para que el cuidador durante el desempeño de su rol, no omita su bienestar, al contrario, priorice la salud física y mental para que de esta manera no sienta carga por las actividades que está desarrollando.

Asimismo, se destaca a la salud cognitiva como importante para la calidad de vida y el bienestar de los cuidadores de ancianos, sustentando que las deficiencias cognitivas pueden afectar negativamente la capacidad de cuidar de uno mismo y de los demás (Ottaviani et al., 2020). Por lo tanto, en la actualidad la población de cuidadores ha tomado gran auge en atención clínica y a nivel investigativo, por la carga derivada que conlleva el asumir el rol en la asistencia de una persona ya sea en situación de enfermedad crónica o envejecimiento.

Ante la existencia de las posibles repercusiones de la carga laboral hacia el cuidador informal de adultos mayores, se han desarrollado algunas investigaciones acordes a nuestro tema de estudio, Ruisoto et al. (2020) resalta, que las personas que experimentan sentimientos como ansiedad, preocupación, miedo, ira, frustración, culpa, estado de ánimo deprimido eran más propensas a reportar niveles más altos de carga, pero diferenciando que el agotamiento emocional era mayor en mujeres que en hombres. En relación a los niveles de neuroticismo las mujeres puntúan más elevado que los hombres, y podría ser debido al nivel de afrontamiento de la sobrecarga.

Del mismo modo, Blanco et al. (2018); González-Abraldes (2012), concluyen que la personalidad del cuidador ejerce una importante influencia sobre la percepción de la carga, puesto que el nivel de afrontamiento (neuroticismo y extraversión) tienen efectos importantes

en la sobrecarga percibida por el cuidador, resaltando, que los niveles de neuroticismo puntúan más elevados para mujeres que hombres, entonces, asocian que a mayor nivel de neuroticismo mayor probabilidad de carga, pues el cuidador al sentirse perturbado y angustiado, experimenta ansiedad, depresión, sentimientos de culpa dando como resultado una inestabilidad emocional. Es importante mencionar que un elevado incremento de carga también afecta a la calidad de vida del cuidador debido a las situaciones asociadas al cuidado, lo que provoca efectos negativos en su salud física y mental.

Por este motivo nuestra investigación tiene una amplia importancia, debido a que la demanda que conlleva el cuidado de un adulto mayor con o sin dependencia ocasionaría una desestabilidad en la vida del cuidador informal, dado que, si no la maneja adecuadamente puede traer repercusiones a nivel físico y mental, pues la carga que recibe altera su estado vital, volviendo a la persona ansiosa, cansada, tensionada e insegura de estar brindando un cuidado adecuado al adulto mayor, pues al no contar con estrategias eficaces de afrontamiento sobre el nivel de carga al que está expuesto, perjudica la calidad de cuidado que brinda y lo vuelve vulnerable para el desarrollo de algún trastorno a futuro.

El objetivo principal de esta investigación fue determinar la relación entre la sobrecarga y los rasgos de personalidad y la meta específica fue identificar las características sociodemográficas de los cuidadores primarios.

MÉTODOS

La muestra fue de tipo accesibilidad-accidental con la técnica en cadena o por redes ("bola de nieve") de recogida de información, la muestra procesadora de datos fue de 274 cuidadores principales de personas mayores a nivel del Ecuador que cumplan con los criterios de inclusión, eran cuidadores principales de una persona mayor y tenían como mínimo un año de estar al cuidado del adulto mayor.

En cuanto a las características más sobresalientes están que en su totalidad, fueron mujeres, estado civil casadas en un 50%, 20% divorciadas, 20% solteras y 10% viudas y con una media en edad de 50.9 años. En lo que respecta a la escolaridad el 35% reportan haber terminado la secundaria, el 17.25% la primaria, el 25.75% culminó pregrado o licenciatura y el 22% maestría o título de cuarto nivel.

Las evaluaciones fueron realizadas por psicólogos previamente entrenados. Posteriormente, se envió una invitación a los cuidadores presentando los objetivos del estudio, los aspectos éticos. La batería de instrumentos de evaluación fue aplicada de forma individual a cada cuidador. La duración promedio de las baterías psicológicas fue de 25-30 minutos. Para minimizar la pérdida de sujetos se siguieron las estrategias recomendadas por Hulley, Newman y Cummings (2007) como tratar a los participantes con amabilidad, afecto y respeto; programar una serie sistemática de intentos de contacto; proporcionar recordatorios de la fecha de la entrevista; y recoger la información de la forma más agradable y menos invasiva posible.

Para los análisis bivariados se empleó la correlación de Pearson, el test de chi cuadrado de Pearson. Los resultados se informaron como odds ratios (OR) con intervalos de confianza del 95%. Todos los análisis estadísticos se realizaron empleando el software SPSS para Windows (versión 24.0).

Instrumentos

Questionario sociodemográfico y laboral ad-hoc: Este cuestionario fue diseñado para la realización de esta investigación por un grupo de investigadores del área de psicología de la Universidad Técnica Particular de Loja, con el objetivo de recolectar datos personales y laborales como: sexo, edad, estado civil, etnia, número de hijos, años de experiencia, salario que perciben, entre otros que serán de utilidad en este estudio.

Entrevista de carga para cuidadores Zarit Revuelta et al. (2005) versión española de Bachner & O'rourke (2007): Este instrumento tiene como objetivo cuantificar el grado de sobrecarga que padecen los cuidadores. Está elaborado por Revuelta et al. (2005), estructurado por 22 ítems que evalúan dimensiones como: salud física, salud psíquica, actividades sociales y recursos económicos. Consta con 5 tipos de respuestas, utilizando una escala tipo Likert: 0 (nunca), 1 (rara vez), 2 (algunas veces), 3 (bastantes veces) y 4 (casi siempre). Las puntuaciones obtenidas en cada ítem se suman, y la puntuación final representa el grado de sobrecarga del cuidador. En cuanto a las propiedades psicométricas, la consistencia interna (alfa de Cronbach) para nuestro trabajo fue de 0.9.

Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated [EPQR-A]; Francis et al., 1992; versión española de Sandín et al., 2002): Este instrumento tiene como objetivo medir dimensiones básicas de la personalidad: extraversión, neuroticismo, psicoticismo y disimulo/conformidad. Está elaborado por Sandín et al. (2002), consta de 24 ítems y cuatro subescalas (neuroticismo, extraversión, psicoticismo y sinceridad), con 6 ítems por cada una de ellas. Los ítems son contestados por un tipo de respuesta es de tipo dicotómico con respuestas de Sí (1) y No (0), con un rango de puntuaciones para cada subescala entre 0 y 6, interpretándose que a mayor puntuación en cada rasgo mayor presencia del mismo. En cuanto a las propiedades psicométricas, la consistencia interna (alfa de Cronbach) para nuestro trabajo fue, para neuroticismo 0.7, extraversión 0.7 y psicoticismo 0.5.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los datos y su respectivo análisis.

Relación entre datos sociodemográficos y nivel carga

Sexo y nivel de carga

En el análisis de la relación entre sexo y nivel de carga, el 58.8% de las mujeres tenían un nivel de carga leve y el 41.2% carga intensa, mientras que en los hombres el 68.9% presentaban carga leve y el 31.1% alta; las diferencias halladas entre ambas variables fueron estadísticamente significativas, $\chi^2(1, N = 274) = 23.04, p < .0001$. Este hallazgo es concordante con investigaciones previas Ahmad Zubaidi et al. (2020); Jawahir et al. (2021), que encontraron que se evidenciaba mayor sobrecarga en las cuidadoras que eran mujeres.

Estado civil y nivel de carga

En los cuidadores con pareja se hallaron que el 64.7% tenían una carga intensa y el 35.3% carga leve; sin pareja, el 61.9% tenían carga leve y el 38.1% carga intensa, las diferencias halladas entre ambas variables fueron estadísticamente significativas, $\chi^2(1, N = 274) = 1.63, p = < .0001$

Edad y nivel de carga

En relación a la edad y la carga, se encontró una puntuación media en carga para los cuidadores principales con ≤ 50 años con una media de 59.5 (DT = 13.9) y de 61.4 (DT = 14.0) para aquellos 50 años $>$; hubo diferencias estadísticamente significativas entre ambas variables, $t(274) = -3.21, p < .0001$. Estos datos fueron congruentes con el trabajo de Navarro- Abal (2019) que hallaron que la sobrecarga se incrementa cuando los cuidadores primarios reportan una edad mayor.

Escolaridad y nivel de carga

En lo que respecta a la escolaridad el 35% reportan haber terminado la secundaria, el 17.25% la primaria, el 25.75% culminó pregrado o licenciatura y el 22% maestría o título de cuarto nivel. En relación a la escolaridad y el nivel de carga, se halló que en los sujetos de primaria/secundaria el 64.0% tenían carga intensa y el 36.0% carga leve; en los de licenciatura y maestría el 59.6% presentaba carga leve y el 40.4% carga intensa. No se encontró una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, $c2(1, N = 274) = 1.39, p = .23$.

Parentesco y nivel de carga

En lo que respecta al parentesco con el cuidador el 46.8% reporta ser hijo de la persona mayor, los cuidadores restantes indican el 40.5% estar en la categoría de nuera o yerno, y el 12.7% indica ser el nieto. En cuanto a las variables parentesco con el cuidador y carga, el 66.8% para aquellos que reportan ser el hijo de la persona mayor tenían carga intensa y el 33.2% carga leve; para los que reportan ser nuera o yerno o nieto/a, el 55.4% tenían carga leve y el 44.6% intensa. Las diferencias halladas entre ambas variables no fueron estadísticamente significativas, $c2(1, N = 274) = 23.37, p = .23$.

Salud y nivel de carga

En cuanto al tema de si el cuidador principal padece de alguna enfermedad crónica el 20.7% señala tener enfermedad, el 79.3% indican no tener enfermedad al momento. En relación a las variables enfermedad crónica del cuidador principal y carga, para los cuidadores principales que reportan tener una enfermedad crónica de 60.7 (DT = 14.5) y para aquellos que indican no reportar enfermedad crónica 58.7 (DT = 12.8), siendo las diferencias estadísticamente no significativas, $t(2068) = 2.98; p = .073$.

Ocupación y nivel de carga

En lo que respecta a la ocupación el 33.3% únicamente está al cuidado, mientras que el 66.7% se encuentran trabajando y al cuidado. Para los cuidadores principales la única ocupación fue de cuidador en el 67.7%, el 32.3% carga elevada y en aquellos que reportaron ser cuidadores y trabajadores el 59.0% tenían una carga leve y el 41.0% la carga intensa no fue estadísticamente significativo $c2(1, N = 274) = 16.53, p = .089$.

Situación económica y nivel de carga

En lo que respecta al nivel socioeconómico, del cuidador principal es bajo 38%, medio 56.5% y bajo 5.4%. Se encontró una puntuación media en carga para el nivel socioeconómico, el 58.8% con el nivel socioeconómico medio/alto tenía un nivel de carga intensa y el 41.2% carga leve; y para el nivel socioeconómico, el 64.2% tenían una carga leve y el 35.8% carga intensa. No se hallaron diferencias estadísticamente significativas, $c2(1, N = 274) = 2.40, p = .12$.

Horas de cuidado y nivel de carga

En relación con la variable carga y las horas de cuidado, se halló una media en carga para ≤ 8 horas de 66.7 (DT = 14.2) y para los sujetos > 8 horas de 57.6 (DT = 13.2); las diferencias detectadas fueron estadísticamente significativas, $t(2087) = -13.93, p < .0001$, al respecto se tiene relación con los trabajos de Devi et al. (2020); Wajnberg et al. (2016) que se menciona que con una carga

Rasgos de personalidad en cuidadores principales

Tabla 1. Rasgos de personalidad de los cuidadores principales de personas mayores

	M	DT	Máx.	Mín.
Neuroticismo	3.01	1.79	6.00	.00
Extroversión	3.70	1.70	6.00	.00
Psicoticismo	1.84	1.14	5.00	.00

Nota: Cuestionario de Personalidad de Eysenck Revisado-Abreviado (Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated [EPQR-A])

Concerniente a los rasgos de personalidad nuestra investigación demostró las siguientes medias, para extroversión se obtuvo una media $\bar{x}=3.7$ manifestando ser el valor más elevado, puntuación acorde a las investigaciones realizadas por (Blanco et al 2019; Vásquez et al., 2019) que va desde $\bar{x}=3.9$ hasta $\bar{x}=3.6$.

De igual manera se obtuvo una $\bar{x}=3.0$ en neuroticismo, datos semejantes a los valores obtenidos en investigaciones de (Blanco et al., 2018; Ruisoto et al., 2020) en donde la media obtenida oscila entre $\bar{x}=3.6$ a $\bar{x}=3.7$, lo que indica que, si el cuidador puntúa elevado en neuroticismo, es más propenso a desarrollar sobrecarga, dado que el neuroticismo estaría acorde a sentirse perturbado, angustiado, experimentar ansiedad, depresión, sentimientos de culpa y baja autoestima.

Por último, en psicoticismo se obtuvo una $\bar{x}=1.84$, valores acordes con las medias obtenidas en las investigaciones de (Blanco et al., 2019; Yildirim et al., 2020) indicando una media desde $\bar{x}=1.1$ hasta $\bar{x}=1.2$.

Correlación entre el nivel de carga y rasgos de personalidad

Tabla 2. Correlaciones entre la percepción de carga y los rasgos de personalidad en los cuidadores principales de personas mayores

	Carga		
	r	p	N
Extroversión	-.095	.124	264
Neuroticismo	.331**	.000	264
Psicoticismo	.221**	.000	264

*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Nota: Cuestionario de Personalidad de Eysenck Revisado-Abreviado (Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated [EPQR-A]); Entrevista de carga para cuidadores Zarit

Referente a la variable personalidad el rasgo extroversión y carga no se evidencia como significativa $r(264) = -.095, p = .124$, resultados que se correlacionan con las investigaciones de (Baharudin et al., 2019; Hajek y König, 2018) lo que pone en manifiesto que las relaciones obtenidas es

debido a que el cuidador produce mayor tolerancia ante un elevado número de actividades y personas a su alrededor, por lo tanto la percepción elevada o nula de carga no va a influir en este rasgo del cuidador, de manera que fácilmente podrá manejar situaciones estresantes sin inconvenientes.

Sin embargo, existe una correlación relación significativa entre carga y neuroticismo $r(264) = .331$ $p < .0001$ relación corroborada por investigaciones realizadas por (Corey et al., 2020; Luchetti et al., 2020; Pandey et al., 2019; Ruisoto et al., 2020), lo que significa que el cuidador informal al tener un mayor nivel de carga automáticamente el neuroticismo aumenta, volviendo a la persona ansiosa, depresiva y tensionada por la incapacidad de poder cumplir satisfactoriamente su rol. Así mismo existió una correlación entre la variable carga y psicoticismo $r(261) = .221$ $p < .0001$, en donde se ratifica la correlación presente en la investigación de Madruga et al. (2020), debido a que señaló que el cuidador informal ante un elevado aumento de carga comenzará a sentir sentimientos de soledad, falta de empatía y despreocupación propias y con la persona a cargo.

CONCLUSIONES

La presente investigación permitió indicar la importancia del estudio de este tema en función de la carga o sobrecarga percibida por los cuidadores principales de personas mayores. Existen aspectos importantes en la investigación en función a la correlación de Pearson, en donde se encontró una relación significativa entre carga con neuroticismo y psicoticismo, pero no se evidenció como significativa la relación entre carga y extraversión.

De igual manera se pudo correlacionar la carga percibida con las variables sociodemográficas, en donde se encontró una relación estadísticamente significativa entre el nivel de carga percibida y las variables sociodemográficas: género, edad, estado civil, horas de trabajo; sin embargo, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre el nivel de carga percibida y las variables sociodemográficas: escolaridad, parentesco, salud, ocupación y situación económica.

Por consiguiente, con los resultados obtenidos se propone la realización de trabajos de carácter longitudinal, que confirmen las derivaciones alcanzadas dentro de esta investigación, permitiendo así contribuir con el diseño de intervenciones de prevención o minimización del efecto carga en cuidadores principales.

También el recopilar más información acerca de los cuidadores principales de personas mayores, como la fatiga crónica con la finalidad de conocer nuevas variables clínicas que pudiesen incidir en el cuidado.

Es importante ofrecer capacitaciones periódicas a los individuos que se adjudican el rol de cuidador informal, con la finalidad de desarrollar competencias y estrategias de afrontamiento durante las dinámicas del cuidado, para adquirir paulatinamente herramientas que ayuden a aplacar la carga que constantemente el cuidador se expone con el fin de prevenir el desgaste de las personas que habitualmente brindan atención a adultos mayores vulnerables, con o sin dependencia.

El mindfulness es una opción para mitigar la carga en cuidadores debido a la diversidad de ejercicios y pensamientos encaminados a conseguir no sólo relajación sino también a mejorar las capacidades de concentración y atención, reducción del estrés, disminución de la ansiedad, favorece el sueño y el descanso, esenciales para mejorar la calidad de vida del cuidador. Finalmente, es importante manifestar que los objetivos de esta

investigación se cumplieron satisfactoriamente, ayudando a esclarecer la carga existente en un cuidador informal de adultos mayores y como se correlaciona con la variable clínica personalidad. No obstante, es necesario señalar, las limitaciones existentes durante la búsqueda de información acerca de carga en cuidadores informales debido a la escasa o nula línea de investigación en cuanto a nuestra variable de estudio, dado que hay escasas investigaciones en cuanto a neuroticismo, psicoticismo y extraversión relacionadas con el nivel de carga percibido. De manera que nuestro trabajo pretendió contribuir al estudio de carga en cuidadores principales y de esta manera abrir paso para futuras investigaciones relacionadas con este tema de investigación.

Contribución de los autores: Todos los autores contribuyeron al diseño del estudio. Todos los autores leyeron y aprobaron el manuscrito final.

Fuente de financiamiento: Esta investigación no recibió financiamiento externo.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

REFERENCIAS

- Ahmad Zubaidi, Z. S., Ariffin, F., Oun, C., & Katiman, D. (2020). Caregiver burden among informal caregivers in the largest specialized palliative care unit in Malaysia: a cross sectional study. *BMC palliative care*, *19*(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12904-020-00691-1>
- Alves, L., Monteiro, D. Q., Bento, S. R., Hayashi, V. D., Pelegrini, L., & Vale, F. (2019). Burnout syndrome in informal caregivers of older adults with dementia: A systematic review. *Dementia & neuropsychologia*, *13*(4), 415-421. <https://doi.org/10.1590/1980-57642018dn13-040008>
- Baharudin, A., Din, N., Subramaniam, P., y Razali, R. (2019). Las asociaciones entre los síntomas conductuales y psicológicos de la demencia (BPSD) y la estrategia de afrontamiento, la carga de la atención y el estilo de personalidad entre los cuidadores de bajos ingresos de pacientes con demencia. *BMC Public Health*, *19*(4), 447. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6868-0>
- Bachner, Y. G., & O'rourke, N. (2007). Generalización de la confiabilidad de las respuestas de los proveedores de atención a la entrevista de Zarit Burden. *Envejecimiento y salud mental*, *11*(6), 678-685.
- Barreto-Osorio, R., Campos, M., Carrillo-González, G., Coral-Ibarra R., Chaparro-Díaz L, Durán-Parra M. (2015). Entrevista Percepción de Carga del Cuidado de Zarit: pruebas psicométricas para Colombia. *Aquichan*, *15*(3), 368-380. [10.5294/aqui.2015.15.3.5](https://doi.org/10.5294/aqui.2015.15.3.5)
- Beurskens-Meijerink, J., Huisman-de Waal, G., Wanten, G. (2020). Evaluation of quality of life and caregiver burden in home parenteral nutrition patients: A cross sectional study. *CLINICAL NUTRITION ESPEN*, *37*, 50-57. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2020.03.023>
- Blanco, V., Guisande, M., Sánchez, M., Otero, P., López, L., y Lino, F. (2018). Síndrome de carga del cuidador y factores asociados en cuidadores familiares gallegos. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, *54*(1), 19-26. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.03.005>
- Blanco, V., Vázquez, F., Guisande, M., Sánchez, M., y Otero, P. (2019). Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoeficacia Generalizada en Cuidadores no Profesionales. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, *52*(3), 115-127. [10.21865/RIDEP52.3.09](https://doi.org/10.21865/RIDEP52.3.09)
- Corey, K., McCurry, M., Sethares, K., Bourbonniere, M., Hirschman, K., y Meghani, S. (2020). Predictors of Psychological Distress and

- Sleep Quality in Former Family Caregivers of People with Dementia. *Envejecimiento y salud mental*, 24 (2), 233–241. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1531375>
- Da Silva, C. (2019). *Ser cuidador: estrategias para el cuidado del adulto mayor. El Manual Moderno*. libro.net/es/ereader/bibliotecautpl/131268?prev=bf
- Devi, F., Yuan, Q., Wang, P., Tan, G., Roshan Goveas, R., Ng, L. L., Chong, S. A., & Subramaniam, M. (2020). Positive aspect of caregiving among primary informal dementia caregivers in Singapore. *PLoS one*, 15 (8), 1-11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237677>
- DiBello, J., Murphy, L., & Palacios, I. (2020). Social Integration and Community Health Participation of Elderly Men in Peri-Urban Ecuador. *Annals of global health*, 86(1), 1-10. <https://doi.org/10.5334/aogh.3020>
- Edjolo, A., Dartigues, J. F., Pérès, K., & Proust-Lima, C. (2020). Heterogeneous Long-Term Trajectories of Dependency in Older Adults: The PAQUID Cohort, a Population-Based Study over 22 years. *The journals of gerontology. Series A, Biological sciences and medical sciences*, 75 (12), 2396–2403. <https://doi.org/10.1093/geron/glaa057>
- Francis, L. J., Brown, L. B. y Philipchalk, R. (1992). The development of an abbreviated form of the Revised Eysenck Personality Questionnaire (EPQR-A): Its use among students in England, Canada, the USA and Australia. *Personality and Individual Differences*, 13, 443-449.
- Fernández, D., Ruiz, A., y Zaldivar, T. (2019). Burden in primary informal caregivers of adults with chronic neurological diseases. *Revista Cubana de Salud Pública*, 45 (2), 1-15. medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=89492#
- Fernández, M. B., & Herrera, M. S. (2020). El efecto del cuidado informal en la salud de los cuidadores familiares de personas mayores dependientes en Chile. *Revista médica de Chile*, 148 (1), 30–36. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872020000100030>
- González-Abraldes, I. (2012). *El neuroticismo y la extraversion de los cuidadores de personas con demencia como factores moduladores de la sobrecarga asistencial*. [Tesis de doctorado, Universidade da coruña]. Repositorio Institucional Oruc. <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/10041>
- Hajek, A. y König, H. (2018). Cuidados informales y personalidad: resultados de un estudio longitudinal basado en la población en Alemania. *PLoS uno*, 13 (9), e0203586. doi.org/10.1371/journal.pone.0203586
- Hulley, S. B., Newman, T. B. y Cummings, S. R. (2007). *Choosing the study subjects: specification, sampling and recruitment*. In S. B. Hulley, S. M. Cummings, W. S.
- Jawahir, S., Tan, E. H., Tan, Y. R., Mohd Noh, S. N., & Ab Rahim, I. (2021). The impacts of caregiving intensity on informal caregivers in Malaysia: findings from a national survey. *BMC health services research*, 21 (1), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s12913-021-06412-5>
- Kingston, A., Comas-Herrera, A., Jagger, C., & MODEM project (2018). Forecasting the care needs of the older population in England over the next 20 years: estimates from the Population Ageing and Care Simulation (PACSim) modelling study. *The Lancet. Public health*, 3 (9), e447–e455. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(18\)30118-X](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(18)30118-X)
- Lanchimba, C., Quisnancela, J., & Salazar Mendez, Y. (2020). The choice of elderly labor: Evidence from Ecuador. *Revista De Análisis Económico*, 35 (1), 75-97. <https://doi.org/10.4067/S0718-88702020000100075>
- Liu, Z., Heffernan, C., & Tan, J. (2020). Caregiver burden: A concept analysis. *International journal of nursing sciences*, 7 (4), 438–445. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.07.012>
- Luchetti, M., Terracciano, A., Stephan, Y., Aschwanden, D., y Sutin, A. (2020). Personality and psychological health in caregivers of older relatives: a case-control study. *Aging & Mental Health*, 25 (7). <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1758907>
- Madruza, M., Gozalo, M., Prieto, J., Adsuar, J., Gusi, N. (2020). Psychological Symptomatology in Informal Caregivers of Persons with Dementia: Influences on Health-Related Quality of Life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (3), 1078. <https://doi.org/10.3390/ijerph17031078>
- Mendez-Luck, C. A., Anthony, K. P., & Guerrero, L. R. (2020). Burden and Bad Days Among Mexican-Origin Women Caregivers. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 75 (8), 1719–1730. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbz102>
- Navarro-Abal, Y., López-López, M.J., Climent-Rodríguez, J.A., Gómez-Salgado, J. (2019). Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes. *Gaceta Sanitaria*, 33(3), 268-271. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.11.009>
- Oliva-Moreno, J., Peña-Longobardo, L., Garcia-Mochon, L., Lozano, M., Mosquera, I., Garcia-Calvente, M. (2019). The economic value of time of informal care and its determinants (The CUIDARSE Study). *Int J Public Health*, 65, 911–921. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217016>
- Orces C. H. (2014). Prevalence and Determinants of Fall-Related Injuries among Older Adults in Ecuador. *Current gerontology and geriatrics research*, 2014, 1-7. <https://doi.org/10.1155/2014/863473>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*. who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/
- Ottaviani, A. C., Bregola, A. G., Terassi, M., Luchesi, B. M., Souza, É. N., de Oliveira, N. A., Fraga, F. J., & Pavarini, S. (2020). Comparison of cognitive performance and aspects of the care context in elderly caregivers in Brazil: A follow-up study. *Dementia & neuropsychologia*, 14 (2), 159–164. <https://doi.org/10.1590/1980-57642020dn14-020009>
- Pandey, R., Halder, S., y Rath, P. (2019). Development and Validation of “Caregiver Burden Scale-Indian Population”. *Revista internacional de medicina preventiva*, 10, 31. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_500_17
- Rely, K., Vargas-Chanes, D., García-Peña, C., Salinas-Escudero, G., Gutiérrez-Robledo, L. M., & Wong, R. (2020). Multidimensional dependency subgroups in community-dwelling older adults: A latent class analysis. *Salud UIS: revista de la Universidad Industrial de Santander, Facultad de Salud*, 52(2), 101–109. <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n2-2020004>
- Rivadeneira, M. F., Mendieta, M. J., Villavicencio, J., Caicedo-Gallardo, J., & Buendía, P. (2021). A multidimensional model of healthy ageing: proposal and evaluation of determinants based on a population survey in Ecuador. *BMC geriatrics*, 21 (1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02548-5>
- Rodríguez Delgado, Y., Calva Cartuche, V. M., Carrión Berrú, C. B., & Reyes Masa, B. del C. (2021). Características sociodemográficas, del cuidado y nivel de carga en los cuidadores de personas con discapacidad severa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5 (3), 2527-2544. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.472
- Ruisoto, P., Ramírez, M., Paladines-Costa, B., Vaca, S., y Clemente-Suárez, V. (2020). Predicting Caregiver Burden in Informal Caregivers for the Elderly in Ecuador. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (19), 7338. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197338>

- Sandín, B., Valiente, R., Chorot, P., Olmedo, M., y Santed, M. (2002). Versión española del cuestionario EPQR-ABREVIADO (EPQR-A) (II): replicación factorial, fiabilidad y validez. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 7 (3), 207-216. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.7.num.3.2002.3934>
- Trujillo, A. J., Mroz, T. A., Piras, C., Angeles, G., & Tran, N. (2012). Caregiving and elderly health in Mexico. *International journal of health services: planning, administration, evaluation*, 42 (4), 667-694. <https://doi.org/10.2190/HS.42.4.f>
- Vázquez, F., Otero, P., López, L., Blanco, V., Ferraces, M., y Torres, A. (2019). Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated for Informal Caregivers. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 10 (2), 90-106 <https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.02.028>
- Villalobos Dintrans, P. (2019). Informal caregivers in Chile: the equity dimension of an invisible burden. *Health Policy and Planning*, 2019, 1-8. <https://doi.org/10.1093/heapol/czz120>
- Viñuela, A., Brown, A. A., Buil, A., Tsai, P. C., Davies, M. N., Bell, J. T., Dermitzakis, E. T., Spector, T. D., & Small, K. S. (2018). Age-dependent changes in mean and variance of gene expression across tissues in a twin cohort. *Human molecular genetics*, 27 (4), 732-741. <https://doi.org/10.1093/hmg/ddx424>
- Wajnberg, A., Soones, T. N., Smith, K. L., Russell, D., Ross, J. S., & Federman, A. (2016). Identifying Sociodemographic Characteristics Associated with Burden Among Caregivers of the Urban Homebound: The Importance of Racial and Relationship Differences. *Gerontology & geriatric medicine*, 2, 1-7. <https://doi.org/10.1177/2333721416667878>
- Wong-Achi, X., Egas, G., & Cabrera, D. (2017). Cognitive Impairment in Rural Elderly Population in Ecuador. *Journal of neurosciences in rural practice*, 8 (Suppl 1), S20-S22. https://doi.org/10.4103/jnpr.jnpr_3_17
- Yildirim, F., Şeremet, S., Afşar, F., Yildiz, İ., y İyidoğan, E. (2020). Evaluation of Social Anxiety Levels and Related Factors in Psoriasis Patients: A Controlled, Cross-Sectional Study. *Noro psikiyatri arsivi*, 57 (2), 148-153. <https://doi.org/10.29399/npa.24854>