



**Revisión Sistemática de la Salud Mental en Cuidadores de Pacientes Crónicos
Durante la Pandemia de COVID-19.**

Edna Lucia Becerra Gómez

Código: 10251515922

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

PROGRAMA DE PSICOLOGIA

FACULTAD DE PSICOLOGIA

BOGOTÀ - COLOMBIA

2023

**Revisión Sistemática de la Salud Mental en Cuidadores de Pacientes Crónicos
Durante la Pandemia de COVID-19.**

Edna Lucia Becerra Gómez

Código: 10251515922

Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar por el título de:

PSICOLOGA

Director (a)

Esp. y Mg. Andrés Felipe Prada Monroy

Línea de investigación

Resiliencia y contextos psicosociales

Grupo de investigación

ESPERANZA Y VIDA

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

PROGRAMA DE PSICOLOGIA

FACULTAD DE PSICOLOGIA

BOGOTÀ - COLOMBIA

2023

Resumen

La pandemia que azoto y perjudicó a el mundo entero desde el año 2019 desencadenó una serie de consecuencias, problemáticas y alertas no solo para quienes presentaron la enfermedad, ni los médicos o enfermeras que enfrentaban al virtud en los hospitales, sino también para las personas que cuidaban a pacientes en situaciones crónicas por lo que varios investigadores e instituciones pusieron a conocimientos de otros sus investigaciones acerca de dicha problemática a lo largo de los últimos 5 años. El estudio desarrollado se hizo con la intención de determinar el estado de la salud mental de los cuidadores de pacientes crónicos durante la pandemia de COVID-19 haciendo una revisión sistemática de una reunión exhaustiva de estudios que competen a la situación anteriormente explicada. El método utilizado en pro de la reunión de conocimientos e investigaciones fue la creación de una base de datos en español o inglés sin distinción de datos cualitativos o cuantitativos demostrando con un total de 55 investigaciones seleccionadas con datos relevantes para la revisión sistemática, el 48% de dichas investigaciones demostraron la preocupación y necesidad por realizar este tipo de trabajos ya que es la cifra de estudios que arrojan trastornos mentales de los PC durante la pandemia. Se evidencia casos de ansiedad, la depresión, el estrés postraumático y el síndrome de Burnout que son objeto de estudio en la investigación y revisión.

Palabras clave: Covid 19, Personas cuidadoras (PC), pacientes crónicos, Salud mental, Estudios.

Abstract

The pandemic that hit and harmed the entire world since 2019 triggered a series of consequences, problems and alerts not only for those who had the disease, nor the doctors or nurses who faced violence in hospitals, but also for people who cared for patients in chronic situations, so several researchers and institutions made their research about this problem known to others over the last 5 years. The study developed was carried out with the intention of determining the state of mental health of caregivers of chronic patients during the COVID-19 pandemic by conducting a systematic review of an exhaustive meeting of studies that compete with the situation explained above. The method used to gather knowledge and research was the creation of a database in Spanish or English without distinction of qualitative or quantitative data demonstrating with a total of 55 selected investigations with relevant data for the systematic review, 48% of these investigations demonstrated the concern and need to carry out this type of work since it is the number of studies that show mental disorders of PCs during the pandemic. there are cases of anxiety, depression, post-traumatic stress and Burnout syndrome that are the object of study in the research and review.

Keywords: Covid 19, Caregivers, chronic patients, Mental health, Studies.

Tabla de contenido

Introducción	8
Planteamiento del problema.....	10
Justificación.....	16
Objetivos	18
Objetivo General.....	18
Objetivos Específicos.....	18
Marco teórico	19
Salud Mental	19
Personas cuidadoras (PC).....	19
El papel del cuidador en el contexto de enfermedades crónicas y su impacto en la salud mental	19
Factores de riesgo y protección en la salud mental del cuidador en tiempos de pandemia.....	22
Estrategias de intervención y apoyo para cuidadores en el contexto pandémico	25
Consecuencias a largo plazo en la salud mental del cuidador tras el confinamiento	
Metodología	31
Tipo de investigación	31
Bases de Datos y Estrategia de Búsqueda.....	32
Criterios de Inclusión y Exclusión	33
Selección de Estudios.....	33

Extracción de Datos	34
Aspectos Éticos.....	36
Análisis	36
Resultados	37
Factores Protectores Identificados	38
Resultados en Estudios de Salud Mental	41
Discusión.....	45
Conclusiones	47
Referencias.....	49
Anexos	55

Tabla de ilustraciones

Tabla 1 estrategias de búsqueda para la revisión sistemática.....	32
Tabla 2 Selección de Estudios Siguiendo el Enfoque PRISMA	34
Tabla 3 Extracción de Datos para la Revisión Sistemática	35
Tabla 4 implicaciones.....	42

Introducción

Es indiscutible que el mundo entero vivió una gran preocupación en contextos de salud y economía debido a la pandemia de COVID-19. Todas las personas vivieron alertas diferentes entre las cuales la incertidumbre, la ansiedad, la depresión e incluso el duelo por las muertes era el pan de cada día, todo ese desafío psicológico es asumido de distintas formas dependiendo de la población y lo cerca que pudieron estar de los casos graves y crónicos por el virus (Naciones Unidas, 2022).

Varios estudios han reportado efectos negativos en la salud física y mental de personas al cuidado de adultos mayores, personas con alguna enfermedad crónica o discapacidad, e incluso el cuidado de menores de edad. Los riesgos a la salud de las personas cuidadoras (PC) se engloban bajo el término de “carga de cuidado”, concepto que alude a las demandas físicas, emocionales, sociales y económicas de las distintas actividades de cuidado, y a la tensión que estas producen (Gomez, Morales, Treviño, & Lopez, 2022).

Se ha señalado, asimismo, que “la mayor carga de cuidado recae sobre las mujeres, hallazgo consistente con el hecho de que, en muchas culturas, la mayor responsabilidad para hacerse cargo del cuidado de miembros de la familia o dedicar el mayor número de horas a esta tarea, recae sobre ellas” (Gomez, Morales, Treviño, & Lopez, 2022).

“Son varios los factores que influyen en la intensidad de la carga de cuidado. Por ejemplo, la carga de cuidado puede ser una carga física asociada al grado de dependencia motora de la persona dependiente; o bien, una carga emocional asociada al grado de responsabilidad sobre el bienestar de la persona a cuidar. Adicionalmente, como

consecuencia de la carga de cuidado, una PC puede descuidar sus propias necesidades de salud, conduciendo a un deterioro de esta” (Gomez, Morales, Treviño, & Lopez, 2022).

El estudio sobre de las PC es importante para identificar de manera efectiva los factores de riesgo a la salud física y mental, a fin de prevenirlos y reducir el impacto que pueda tener la carga de cuidado sobre la calidad de vida y el bienestar de quienes cuidan y de sus dependientes (Gobierno de España, 2018).

Con el estudio que será desarrollado en este trabajo se podrán hacer una interpretación de los riesgos es la salud mental de las personas cuidadoras en torno a la carga que llevan al cuidar de pacientes con condiciones crónicas y dependientes. Serán abordados las posibles consecuencias como el estrés, la ansiedad, depresión y todo lo que esto conlleva para los PC en los contextos médicos desarrollados (Sentis, 2009).

Planteamiento del problema

El contexto problemático vivido desde que se desato la pandemia del COVID-19 es en si ya una problemática alarmante que debe ser caso de estudio; sumado a lo anterior, existe una realidad indiscutible acerca de la cantidad de sectores, personas y profesionales que se vieron envueltos dentro de las consecuencias del virus que no son solo físicas sino también afectan la salud mental. El estudio estará centrado directamente en personas cuidadoras de pacientes crónicos que cargan con responsabilidades antes y después de la pandemia (CEPAL, 2020).

La crisis de salud pública generada por la pandemia por COVID-19 obligó a los gobiernos a tomar medidas para controlar los contagios y reducir las muertes. En Colombia se declaró la emergencia sanitaria desde el 12 de marzo de 2020, y la cuarentena nacional, con excepciones, entre el 20 de marzo y el 30 de agosto del mismo año. Desde el 1 de septiembre de 2020 se inició el aislamiento selectivo. Estas han sido las principales estrategias de control social para evitar que el sistema de salud colapse y que las muertes por la enfermedad aumenten. A pesar de estas medidas, Colombia ha sido el segundo país sudamericano, después de Brasil, y el tercero de América, tras Estados Unidos y Brasil, con mayor número de contagios. A nivel mundial, desde el inicio de la pandemia, Colombia ha estado entre los diez países con mayor número de personas infectadas, ocupando, en los últimos meses, el undécimo lugar. En términos de muertes, ocupa el duodécimo lugar a nivel mundial (France24, 2021).

Los confinamientos, el aislamiento social y las dificultades para acceder a algunos de los servicios del sistema sanitario han generado malestar en la población, especialmente en aquellos con problemas de salud física o mental preexistentes. Las

alteraciones psicológicas y los efectos sobre la salud mental durante la pandemia han sido ampliamente documentados. En general, se han notificado alteraciones emocionales, depresión, estrés, trastornos del estado de ánimo e irritabilidad, insomnio, síntomas de estrés postraumático, ira y agotamiento emocional. También se han documentado casos de pánico, ansiedad, comportamientos obsesivos, acaparamiento, paranoia y trastorno de estrés postraumático, aunque los efectos parecen estar asociados al grupo de población, como los proveedores de atención sanitaria y otros trabajadores de primera línea de atención en salud, los niños, los adultos mayores, los cuidadores domésticos, los migrantes, los jornaleros, los habitantes de barrios marginales y los presos (Restrepo, Castañeda, Gomez, & Molina, 2023).

Las enfermedades crónicas se incrementan y se convierten en un gran desafío en la prestación de servicios de salud. Con el envejecimiento de la población y los factores de riesgo predisponentes se espera que las defunciones también aumenten a nivel mundial, según (Organización mundial de la Salud, 2022).

Al respecto son las enfermedades más comunes en las personas mayores, es tanto una problemática de salud pública y global como un problema de carácter social, debido a que afecta no solo al paciente, sino también a aquellas personas que son responsables de su cuidado, y a su familia, por el deterioro crónico y por las problemáticas que se gestan a partir de este cuidado, en donde convergen tanto variables psicológicas como situacionales (MINSALUD, 2015).

La experiencia de ser persona cuidadora está acompañada de sentimientos difíciles de manejar, como eje fundamental en la experiencia de ser cuidador, comprometiendo su salud física y mental, los cuales surgen a partir del manejo del tiempo, cambios en las rutinas,

dificultad para cubrir sus necesidades y la distribución de tareas en la dinámica familiar, problemas socioeconómicos, entre otros factores (Revista UCN, 2023).

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, estas personas requieren eventual o inmediatamente la compañía parcial o permanente de otras personas, quienes suelen ser familiares, vecinos u amigos, denominados “cuidadores informales”. Dependiendo de la funcionalidad o dependencia del paciente y de la condición de su salud durante el proceso de cronicidad, el cuidador debe asumir, además de su propio cuidado, una diversidad de tareas para el paciente crónico, como ayudarlo en las actividades de la vida diaria, administrar tratamientos y proveer soporte para facilitar el afrontamiento y la adaptación a la enfermedad (Universidad de Barcelona, 2009).

“La mayoría de las personas que han tenido que cuidar un familiar enfermo no lo ven como un trabajo, sino como una responsabilidad más de su vida diaria. Esto se puede traducir para la persona que brinda cuidado en menos horas de trabajo en el mercado laboral, y una menor calidad de vida en general” (SCI, 2023).

Los cuidadores de pacientes con distintas discapacidades y dependencias, sobre todo cuando requieren cuidados a largo plazo son en su mayoría mujeres que están entre las edades de 40 y 70 años en calidad de hijas o esposas ya que generalmente se tratan de miembros de las mismas familias que asumen todo este rol en situaciones apresuradas. Dichas personas son responsables de tareas como la alimentación, la vestimenta, movilidad, medicación y demás características específicas de las enfermedades; además de ser un apoyo en calidad emocional de los pacientes, ahora todo este estrés sumado antes de la pandemia junto con todo el caos que se vivió después de que el virus tocó las puertas de los hogares en todo el mundo (Urbina, 2017).

Frente a la calidad de vida de los cuidadores de personas con enfermedades crónicas, se ha encontrado que este grupo es vulnerable a padecer problemas físicos y mentales derivados, en gran parte, de la labor de cuidado. Además, hay que tener en cuenta que estas afectaciones también repercuten en el bienestar y los cuidados recibidos por el paciente debido a la incapacidad de brindar una atención adecuada, lo que ocasiona múltiples eventos adversos tanto para el paciente como para el cuidador (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011).

La transición que sufre una persona que está a cargo de sí sola al nuevo reto de asumir el rol de dependencia por otra persona es un proceso difícil ya que las funciones para satisfacer las necesidades del paciente pueden llegar a ser muy complicadas y de requerir experiencia. El cuidador mantiene un nivel de estrés e incertidumbre alto durante todo el tiempo en que desarrolla dicha actividad por lo que el organizar agendas para cumplir con sus obligaciones propias y de la persona a su cuidado, organizar tiempos, mantener alerta ante cualquier inconsistencia, en casos asumir gastos financieros y equiparse de habilidades es un proceso de sobrecarga (Martinez, 2018).

Estudios universitarios demuestran que la salud mental de los cuidadores se ve afectada por el cuidado, sus capacidades de adaptarse a la nueva situación y los estresores que esta conlleva. Muchos cuidadores desarrollan patologías tanto físicas como psicológicas que deben ser tratadas y parecen ser invisibles (Universidad de Valladolid, 2021).

Existen trastornos que los PC presentaban incluso antes de la pandemia del 2019, nos referimos a la ansiedad y la depresión ya que son los dos principales que pueden desarrollarse

debido a la cantidad de tareas que deben desempeñar para los pacientes crónicos. No son solamente las actividades que estos cuidadores deben hacer las que derivan dichos trastornos, es también la carga emocional del paciente, pues ellos también están expuestos a distintas situaciones que afectan su salud mental y es son las PC quienes deben asumir ese rol de apoyo emocional, en la pandemia del COVID-19 esa sintomatología crece a grandes rasgos sumados al miedo de ser contagiados por el virus y llegar a afectar la salud del paciente e incluso casos graves que llegaron a la muerte (SINC, 2021).

La soledad es otro padecimiento problemático para este estudio pues es un fenómeno innegable en las PC ya que por recomendaciones médicas y por falta de tiempo se someten a un aislamiento social. Este aspecto es muy disfuncional para las personas y en general para la familia porque ejercen una presión personal de gran nivel además de crear una actitud desadaptada con entornos culturales. Teniendo unas problemáticas presentes antes de la pandemia y sumadas al contexto del 2019, es muy fácil decir que este aspecto creció y fue más alarmante pues debido al confinamiento se desencadenan más consecuencias mentales (El Pais, 2023).

Por eso, es importante y teniendo en cuenta lo anterior, el impacto multidimensional que genera la experiencia en la persona cuidadora, así como un incremento en las cifras de personas diagnosticadas con enfermedad crónica. la necesidad y el reto para los profesionales en psicología de generar progresos en el estudio del rol y ayudas a las personas cuidadoras, teniendo en cuenta los factores físicos, económicos, sociales y de género que influyen en la aceptación de la nueva realidad (Revista UCN, 2023).

Los síntomas desencadenados antes de la pandemia y lo que conllevó mentalmente para las PC después del virus hace que sea el material de estudio perfecto para hablar sobre

otras problemáticas que nos trajo el fenómeno mundial del COVID-19. Sin dejar de mencionar los nuevos casos después del virus que hacen que los PC sean necesarios en nuevos casos y sigan arrastrando una serie de trastornos que podrían ser tratados por otros profesionales (BBC, 2022).

Por todo lo anterior, es de suma importancia la recolección de todo el tipo de estudios en materia de fuentes de información e investigación son necesarios para una perspectiva ampliada de la problemática. Se pretende fomentar una brecha de desinformación que podría establecer menos afectaciones futuras en cuanto a lo que conlleva la salud mental de las PC y las posibles rutas de atención para ellas; en varios estudios podrían estar plantadas problemáticas inimaginables que crean programas y políticas para dichas prevenciones y se esforzar por mitigar los efectos que causo el COVID-19 en los cuidadores por lo que se permite general la pregunta de investigación: ¿Cuáles son los estudio e investigaciones que demuestran las afectaciones en la salud mental de las personas cuidadoras de pacientes crónicos durante la pandemia por el virus del COVID-19?

Justificación

El presente trabajo es relevante porque permite dar a conocer los estudios investigativos asociados a la salud mental del cuidador en personas con enfermedades crónicas durante el confinamiento COVID 19, debido a que esta población es más susceptible a presentar síntomas severos, lo que conduce a generar una percepción negativa, ocasionando un deterioro en la estabilidad emocional y física del cuidador (Gomez, Morales, Treviño, & Lopez, 2022).

En el ámbito psicológico esta investigación brinda conocimiento, información y actualización a los estudiantes y docentes, acerca de los trabajos investigativos que se han recopilado desde los inicios del confinamiento COVID 19 hasta la actualidad, dando a conocer que la salud mental y emocional en el cuidador en Colombia es un tema de alto impacto y que se debe trabajar para generar percepciones positivas (Hernandez, 2020).

La salud mental de los cuidadores de personas con enfermedades crónicas es un área de estudio que ha cobrado especial importancia durante el confinamiento causado por la pandemia de COVID-19. Según Pérez (2018), los cuidadores, por naturaleza de sus funciones, enfrentan demandas emocionales, físicas y cognitivas que pueden influir en su bienestar psicológico. Esta situación se agudiza aún más en tiempos de crisis como la que se vivió durante el aislamiento (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011).

La presente revisión sistemática adquiere relevancia ya que busca consolidar el conocimiento acumulado sobre cómo el confinamiento ha influido en la salud mental de estos cuidadores. El manejo y el cuidado de pacientes crónicos en situaciones de aislamiento pueden intensificar la carga emocional y cognitiva de los cuidadores, aumentando el riesgo

de síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Esta comprensión profunda es esencial para la implementación de estrategias y políticas de salud pública orientadas a apoyar a esta población clave (Gomez, Morales, Treviño, & Lopez, 2022).

Además, a nivel académico, esta revisión proporcionará a estudiantes, docentes e investigadores un recurso valioso al consolidar y analizar las investigaciones realizadas en este ámbito desde el inicio de la pandemia. La revisión sistemática es una herramienta esencial en la academia porque permite identificar tendencias, lagunas y oportunidades en la investigación, y en este caso, brindará un panorama actualizado sobre las afectaciones en salud mental en cuidadores en Colombia.

Finalmente, es esencial destacar que, según (Hernandez, 2020), el reconocimiento y entendimiento de los retos enfrentados por los cuidadores puede contribuir al diseño de intervenciones y programas que busquen mejorar su calidad de vida, promoviendo una mejor salud mental y, por ende, un mejor desempeño en sus labores de cuidado. De esta forma, la investigación no solo es relevante desde un punto de vista académico, sino que tiene implicaciones directas en la salud pública y en el bienestar de la población colombiana.

Objetivos

Objetivo General

Revisar sistemáticamente la evidencia científica sobre la salud mental de los cuidadores de individuos con enfermedades crónicas durante el periodo de confinamiento por COVID-19.

Objetivos Específicos

1. Clasificar los estudios científicos que aborden las afectaciones mentales de los cuidadores durante el confinamiento de COVID-19 en investigaciones de pacientes crónicos únicamente.
2. Caracterizar las metodologías y resultados principales de las investigaciones relacionadas con las repercusiones en la salud mental de estos cuidadores.
3. Analizar los enfoques y teorías psicológicas predominantes que se aplican al estudio del bienestar mental del cuidador en el contexto de la pandemia que den respuesta a los factores protectores.

Marco teórico

Salud Mental

La salud mental es un estado de bienestar psicológico que le permite a las personas enfrentar distintas situaciones de estrés y problemática, además poder contribuir en la construcción de buenas relaciones interpersonales. Para una salud completa es indispensable pensar en una perspectiva física y mental pues ambas son fundamentales para desarrollar capacidades individuales y así mismo conformar una serie de acciones placenteras para el ser humano (Organización mundial de la Salud, 2022).

El momento es que mencionamos afectaciones sobre la salud mental es cuando pensamos instintivamente en una serie de trastornos que afectan en gran medida el proceso de enfrentamiento de los contextos, es allí cuando salen a relucir conceptos como los distintos trastornos que desencadenan sentimientos de dificultad, angustia e incluso conductas de autolesión y suicidio (Garcia, 2021).

Personas cuidadoras (PC)

Según la ley de dependencia da una definición de un cuidador profesional como aquel que se dedica a prestar atención de cuidados en instituciones y hogares, de manera interesada o desinteresada en prestar un servicio de calidad para personas en situaciones de dependencia en sus propios hogares o en instituciones prestadoras de salud, sin dejar de mencionar también a aquellas personas cuidadoras que no cuentan con un aval profesional pero que han adquirido dicho rol por las situaciones (Camara de Representantes, 2020).

El papel del cuidador en el contexto de enfermedades crónicas y su impacto en la salud mental

El rol del cuidador ha sido históricamente esencial en el proceso de atención y recuperación de individuos con enfermedades crónicas. Estas personas, a menudo familiares o amigos cercanos del paciente, se encargan no solo de aspectos físicos relacionados con el cuidado, sino también de necesidades emocionales, sociales y, a veces, financieras. Su papel se convierte en un pilar fundamental para el paciente y para el sistema de salud en su conjunto (Orueta, 2009).

(Achury, 2011) destaca que el cuidado continuo y a menudo intensivo que requieren las personas con enfermedades crónicas puede generar una serie de desafíos emocionales, sociales y económicos para el cuidador. El enfrentamiento constante con el sufrimiento, el dolor o la posible pérdida puede generar sentimientos de desesperanza y desamparo. En muchos casos, estos cuidadores suelen descuidar su propio bienestar para centrarse en las necesidades del paciente, lo que puede traducirse en un deterioro de su salud mental.

Adicionalmente, (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011) sostiene que el aislamiento social, producto de dedicar la mayoría del tiempo al cuidado, puede exacerbar sentimientos de soledad, angustia y estrés. La falta de un espacio propio y de momentos de descanso y desconexión puede generar síndromes como el de "burnout" o agotamiento entre estos cuidadores. Además, la constante demanda cognitiva, como la toma de decisiones relacionadas con el tratamiento o la gestión de síntomas, puede aumentar la prevalencia de trastornos de ansiedad.

En el contexto de la pandemia de COVID-19, estos desafíos se intensificaron aún más. (Garcia, 2021) explica que, debido a las restricciones y el miedo al contagio, muchos cuidadores experimentaron una mayor presión y carga, ya que las visitas de otros familiares o el acceso a servicios de apoyo se vieron reducidos. La incertidumbre asociada a la

evolución de la enfermedad, junto con las preocupaciones sobre la propia salud y la de su ser querido, generaron un escenario particularmente desafiante para estos individuos.

Por último, (Restrepo, Castañeda, Gomez, & Molina, 2023) recalca la importancia de entender que, a pesar de las adversidades, muchos cuidadores también desarrollan habilidades de resiliencia y crecimiento personal. El acompañamiento continuo y el fortalecimiento del vínculo con el paciente pueden generar un sentido de propósito y gratificación. No obstante, es esencial que el sistema de salud y la sociedad reconozcan y aborden las necesidades específicas de este grupo, proveyendo apoyo, capacitación y recursos que les permitan desempeñar su rol sin descuidar su bienestar mental y físico.

La tarea de cuidado también ha demostrado tener repercusiones en la estructura familiar. (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011) señala que el papel del cuidador puede alterar la dinámica familiar, ya que la responsabilidad del cuidado puede recaer en un solo miembro de la familia, generando tensiones y desequilibrios. La necesidad de redistribuir roles, responsabilidades y, en muchos casos, recursos financieros puede llevar a conflictos interpersonales.

Asimismo, (Sentis, 2009) destaca la vulnerabilidad económica de los cuidadores. Muchos de ellos tienen que dejar sus trabajos o reducir sus horas laborales para dedicar más tiempo al cuidado, lo que lleva a un declive en sus ingresos y, en consecuencia, puede agravar la tensión económica del hogar. Esta situación se vuelve aún más crítica si consideramos que el tratamiento y cuidado de enfermedades crónicas suele conllevar costos elevados.

La salud física de los cuidadores tampoco es inmune a las repercusiones de su labor. Diversos estudios, han mostrado que el estrés crónico asociado a la tarea de cuidado puede

tener efectos somáticos, tales como hipertensión, insomnio, fatiga crónica y, en algunos casos, enfermedades autoinmunes. Además, la falta de tiempo o la reticencia a abandonar al paciente pueden llevar al cuidador a descuidar sus propios chequeos médicos o tratamientos (Carreño, 2016).

Por otro lado, la existencia de redes de apoyo y grupos de ayuda para cuidadores. Estas organizaciones ofrecen espacios de escucha, talleres, formación y herramientas prácticas para mejorar la calidad del cuidado y la calidad de vida del cuidador. Asimismo, promueven la importancia del autocuidado, el descanso y la búsqueda de ayuda profesional cuando sea necesario (Cuidando de ti, 2021).

En resumen, el papel del cuidador en el contexto de enfermedades crónicas es, sin duda, uno de los pilares más esenciales y, al mismo tiempo, uno de los más desafiantes en el ámbito sanitario y social. Es fundamental que las instituciones de salud y políticas públicas reconozcan la relevancia de su labor y desarrollen estrategias para apoyar, formar y cuidar a quienes, día a día, dedican su vida al cuidado de los demás.

Factores de riesgo y protección en la salud mental del cuidador en tiempos de pandemia

Durante situaciones de crisis como la pandemia de COVID-19, la salud mental del cuidador puede verse influenciada por una serie de factores que pueden aumentar el riesgo de trastornos emocionales o actuar como mecanismos de protección que favorecen la adaptación y resiliencia. Estos factores se convierten en esenciales para comprender y mitigar

los posibles impactos negativos sobre el bienestar de quienes asumen el rol de cuidadores (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011).

(Universidad de Barcelona, 2009) identifica que entre los principales factores de riesgo para el cuidador se encuentra la falta de acceso a recursos y apoyo. La imposibilidad de contar con redes de apoyo, tanto emocional como práctico, puede aumentar la sensación de aislamiento y sobrecarga. Esto se vio acentuado durante la pandemia, donde muchas de las estructuras tradicionales de apoyo, como grupos de ayuda mutua o servicios de atención domiciliaria, se vieron interrumpidos o limitados.

El nivel de dependencia del paciente también juega un papel crucial en la salud mental del cuidador. Como indica (Sentis, 2009), aquellos cuidadores que asisten a pacientes con altos niveles de dependencia, ya sea por la gravedad de su enfermedad o por condiciones asociadas, tienden a experimentar niveles más altos de estrés y agotamiento. La demanda continua y, en muchos casos, la necesidad de supervisión constante puede generar una presión significativa.

Sin embargo, no todo es adversidad. En el lado positivo, (SINC, 2021) destaca la importancia de los factores protectores. La percepción de autoeficacia, es decir, la creencia de que uno es capaz de llevar a cabo las tareas y desafíos relacionados con el cuidado puede actuar como un amortiguador contra el estrés. Del mismo modo, el acceso a información y formación adecuada sobre la enfermedad y sus cuidados puede empoderar al cuidador y reducir la incertidumbre y ansiedad asociada.

La conexión con otras personas en situaciones similares también puede ser beneficiosa. Durante la pandemia, surgieron múltiples iniciativas virtuales para conectar a

cuidadores de todo el mundo. Estas redes, aunque virtuales, ofrecieron un espacio de intercambio, apoyo y aprendizaje mutuo, permitiendo a los cuidadores compartir estrategias y experiencias que les ayudaron a manejar mejor la situación (Organización Internacional del Trabajo, 2020).

Por último, la resiliencia es un factor clave en este contexto. Según (SINC, 2021), la capacidad de adaptarse y superar adversidades es esencial, y muchos cuidadores, impulsados por su compromiso y amor hacia el paciente, desarrollan habilidades y estrategias para afrontar con éxito las demandas de su rol. La resiliencia no solo se manifiesta como una habilidad innata, sino que puede ser cultivada y fortalecida a través de la experiencia y el aprendizaje. Aspectos como el sentido de propósito, la adaptabilidad y el optimismo son componentes centrales de la resiliencia que permiten a los cuidadores manejar situaciones estresantes y recuperarse de ellas.

La importancia del autocuidado también resalta como un factor protector esencial. Los cuidadores que dedican tiempo para sí mismos, ya sea para descansar, practicar hobbies, meditar o simplemente desconectarse, tienden a tener mejores niveles de salud mental. Esta práctica les permite recargar energías y enfrentar los desafíos del cuidado con una perspectiva más fresca y equilibrada (GrupoGeard, 2022).

El apoyo social y familiar juega un papel fundamental en la protección de la salud mental del cuidador. Contar con una red de personas que ofrecen apoyo emocional, consejo o simplemente una escucha activa puede hacer una diferencia significativa. (Ministerio de Educación, 2013) enfatiza que las muestras de aprecio y reconocimiento por parte de la familia, amigos e incluso de la sociedad en general, pueden fortalecer la autoestima y la satisfacción del cuidador en su labor.

En un contexto más amplio, las políticas públicas y las intervenciones orientadas a ofrecer soporte y recursos a los cuidadores son vitales. Desde subvenciones económicas, acceso a formación, hasta servicios de respiro y atención psicológica, las iniciativas gubernamentales pueden contribuir significativamente a aliviar las cargas asociadas al cuidado en tiempos de pandemia (Martinez M. , 2001).

En conclusión, la salud mental del cuidador en tiempos de crisis, como la pandemia de COVID-19, es una combinación compleja de desafíos y oportunidades. Reconocer y abordar tanto los factores de riesgo como los protectores es esencial para garantizar el bienestar de estos individuos que desempeñan un papel tan crucial en la atención de los más vulnerables. Su salud mental no solo impacta en su propio bienestar, sino también en la calidad de cuidado que brindan y, en última instancia, en la salud y recuperación del paciente al que asisten. Por ello, es imperativo que se tomen medidas adecuadas para proteger y apoyar a los cuidadores en estos tiempos desafiantes.

Estrategias de intervención y apoyo para cuidadores en el contexto pandémico

La situación excepcional de la pandemia de COVID-19 no solo trajo consigo desafíos, sino también la necesidad de desarrollar e implementar estrategias de intervención para asistir a quienes desempeñan el rol de cuidadores. Estas estrategias buscan no solo aliviar la carga emocional y física, sino también proporcionar herramientas para enfrentar los retos que presenta el cuidado en circunstancias adversas (Achury, Castaño, Gomez, & Guevara, 2011).

Una de las estrategias más destacadas por (Universidad de Valladolid, 2021) es la formación y educación para cuidadores. Proporcionar información actualizada sobre la

enfermedad, técnicas de cuidado y manejo del estrés puede reducir significativamente la ansiedad y la incertidumbre. Esta formación se adaptó al contexto pandémico, con seminarios web y cursos en línea dirigidos específicamente a enfrentar los desafíos de cuidar durante la COVID-19.

El apoyo emocional, como bien señala (Mentes Abiertas, 2020), es una pieza fundamental del rompecabezas. Las terapias grupales, aunque tuvieron que ser adaptadas al formato virtual, brindaron un espacio seguro para compartir experiencias, emociones y desafíos. Estas interacciones ofrecen a los cuidadores la posibilidad de sentirse comprendidos y respaldados, reduciendo la sensación de aislamiento.

Finalmente, (Cuidando de ti, 2021) destaca la importancia de políticas públicas que reconozcan y respalden el trabajo de los cuidadores. Desde subsidios económicos hasta programas de respaldo emocional, es fundamental que las instituciones ofrezcan apoyos concretos para garantizar el bienestar de quienes, día tras día, se dedican a cuidar a los más vulnerables.

(Urbina, 2017) subraya la relevancia de las estrategias de autocuidado dirigidas específicamente a cuidadores. Estas pueden incluir técnicas de relajación, mindfulness y ejercicios de respiración. Estas prácticas no solo buscan reducir el estrés y la ansiedad, sino también cultivar un espacio personal en el que el cuidador pueda reconectarse consigo mismo y recargar energías.

La tecnología también ha jugado un papel crucial como herramienta de apoyo. resalta (Faster Capital, 2023) las aplicaciones y plataformas digitales diseñadas para cuidadores, que ofrecen desde recordatorios de medicamentos, seguimientos de salud, hasta espacios de

interacción con profesionales de salud y otros cuidadores. Estas herramientas tecnológicas se convirtieron en aliadas esenciales, especialmente durante los períodos de confinamiento más estrictos.

Además, las intervenciones a nivel comunitario también tuvieron un papel destacado. (Bofil, 2020) señala que las iniciativas locales, como los sistemas de apoyo vecinal o las redes de solidaridad, fueron cruciales para proporcionar asistencia práctica, desde la realización de compras hasta la oferta de momentos de respiro para el cuidador. Estas intervenciones comunitarias no solo ofrecieron un alivio tangible, sino que también reforzaron el sentido de pertenencia y apoyo mutuo.

Otra estrategia relevante fue la promoción de espacios de respiro. Según (Sentis, 2009), permitir que los cuidadores tengan descansos programados, ya sea a través de servicios de cuidado temporal o la rotación con otros miembros de la familia, resultó esencial para prevenir el agotamiento y permitir una recuperación emocional y física.

Por otro lado, las líneas de atención psicológica especializadas ofrecieron un soporte vital. Como apunta (Universidad de Barcelona, 2009), estos servicios telefónicos o virtuales ofrecen a los cuidadores un acceso rápido y confidencial a profesionales capacitados para abordar sus inquietudes y emociones, contribuyendo significativamente a su bienestar mental.

En conclusión, las estrategias de intervención y apoyo para cuidadores en el contexto pandémico son variadas y multidimensionales. No existe una solución única, pero la combinación de apoyo emocional, formación, autocuidado, tecnología, intervenciones comunitarias y políticas públicas pueden hacer una diferencia significativa. Es esencial que,

mientras la sociedad siga enfrentando retos asociados a la pandemia y otras crisis, se continúe innovando y adaptando estas estrategias para responder de manera efectiva a las necesidades cambiantes de los cuidadores.

Consecuencias a largo plazo en la salud mental del cuidador tras el confinamiento

La naturaleza prolongada de la pandemia de COVID-19 y las múltiples olas de confinamiento han suscitado inquietudes sobre las consecuencias a largo plazo en la salud mental de quienes asumen roles de cuidado. Estas consecuencias van más allá de las respuestas inmediatas al estrés y pueden tener implicaciones duraderas en el bienestar y la calidad de vida de los cuidadores (OPS, 2023).

Una preocupación identificada por (Bofil, 2020) es el desarrollo de trastornos de estrés postraumático (TEPT). Las experiencias traumáticas, como la pérdida de un ser querido o el enfrentamiento constante con la enfermedad grave, pueden desencadenar síntomas persistentes, como pesadillas, evitación de situaciones relacionadas con el trauma o hipervigilancia. Para los cuidadores que han estado en primera línea, enfrentando no solo la enfermedad crónica sino también la amenaza de la COVID-19, el riesgo de desarrollar TEPT puede ser significativo.

El agotamiento o "burnout" es otra consecuencia que puede persistir mucho después de que la situación de crisis haya pasado. Según (Universidad de Valladolid, 2021), los cuidadores que experimentan agotamiento pueden sentirse desconectados emocionalmente, tener una actitud cínica hacia su papel y sentir que sus esfuerzos no son efectivos. Esta

sensación puede ser exacerbada por el prolongado confinamiento y la falta de recursos y apoyo.

La salud física tampoco queda exenta. El estrés crónico, como el experimentado por muchos cuidadores durante la pandemia, puede tener consecuencias físicas, incluyendo problemas cardíacos, hipertensión o un sistema inmunológico debilitado. La falta de atención adecuada a su propia salud puede hacer que los cuidadores sean más susceptibles a enfermedades a largo plazo (Inmunosalud, 2020).

Los problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad, también pueden manifestarse o intensificarse a raíz de la experiencia de cuidado en el contexto pandémico. (Restrepo, Castañeda, Gomez, & Molina, 2023) afirman que la sensación prolongada de aislamiento, la incertidumbre constante y la carga emocional acumulada pueden crear un terreno fértil para trastornos afectivos. Los cuidadores pueden experimentar episodios de tristeza profunda, falta de interés en actividades que antes disfrutaban o síntomas de ansiedad como palpitaciones y preocupaciones excesivas.

El aislamiento social es otra consecuencia que puede perdurar. González (Cuidando de ti, 2021) señala que, tras periodos extensos de confinamiento y enfoque total en el cuidado del paciente, los cuidadores pueden encontrarse desconectados de sus redes sociales previas, lo que a su vez puede agudizar la sensación de soledad y desamparo. Reconectar con amigos, familiares y comunidades puede requerir un esfuerzo consciente y apoyo adicional.

Por otro lado, los efectos acumulativos del estrés y la carga emocional pueden conducir a problemas de memoria y concentración. Según (Gobierno de España, 2018), el

estrés crónico puede tener un impacto en las capacidades cognitivas, llevando a dificultades en la toma de decisiones, olvidos frecuentes o problemas de atención. Esta "niebla mental" puede ser un desafío adicional para los cuidadores que ya están manejando múltiples responsabilidades.

Sin embargo, no todas las consecuencias son negativas. Algunos cuidadores pueden experimentar un crecimiento postraumático, como lo sugiere (Sentis, 2009). Esto implica que, a pesar de las adversidades enfrentadas, algunos individuos pueden encontrar formas de fortalecerse, desarrollar una mayor resiliencia y adquirir una nueva perspectiva sobre la vida y sus propios valores.

En conclusión, las consecuencias a largo plazo del confinamiento en la salud mental de los cuidadores son múltiples y variadas. Si bien muchos enfrentarán desafíos significativos, también hay oportunidades para el crecimiento y la adaptación. Es esencial que se reconozcan estas consecuencias y se proporcione un apoyo adecuado a los cuidadores, no solo en el contexto inmediato de la crisis, sino también en el futuro, mientras navegamos por las reverberaciones a largo plazo de la pandemia.

Metodología

Metodología

Una revisión sistemática es un proceso riguroso y metódico de identificación, selección, síntesis y análisis de todos los estudios pertinentes sobre un tema específico para responder a una pregunta de investigación específica (Sampieri, Fernández-Collado, & Baptista-Lucio, 2018). Las revisiones sistemáticas proporcionan un resumen comprensivo de la evidencia actual, minimizando el sesgo a través de la identificación, análisis y presentación sistemáticos de todos los estudios relevantes.

Tipo de investigación

- a) Exploratoria.
- b) Cuantitativo y cualitativo.
- c) La estrategia de recolección de datos es un trabajo de investigación en bases de datos universitarias y académicas disponibles en internet a través de palabras claves como el COVID-19, pacientes crónicos, Cuidadores.
- d) Enfoque Empírico-analítico: trabaja la demostración bajo hipótesis de modelos cuantitativos
Enfoque Crítico-social: transformación de la realidad al lograr una conciencia autorreflexiva y crítica.
- e) Estudio cuantitativo: estudios encontrados a través de las palabras clave.
Estudio cualitativo: conjunto de estudios de carácter numérico o porcentaje encontrados en los mismos cualitativos.

Bases de Datos y Estrategia de Búsqueda

Se consultaron bases de datos científicas relevantes para el área de salud y psicología, tales como PubMed, PsycINFO, Scopus, y Web of Science. Se utilizaron palabras clave y términos relacionados como "cuidadores", "salud mental", "COVID-19", "confinamiento", y "enfermedades crónicas", combinándolos con operadores booleanos (AND, OR) para ampliar o reducir los resultados.

Tabla 1 estrategias de búsqueda para la revisión sistemática

Base de Datos	Combinación de Palabras Clave	Operadores Booleanos	Filtro de Fecha	Filtro de Idioma	Resultados Preliminares
PubMed	Cuidadores	AND	Durante COVID-19	Español e Inglés	150
	Salud mental	AND			
	COVID-19	AND			
	Confinamiento				
	Enfermedades crónicas				
PsycINFO	Cuidadores	AND	Durante COVID-19	Español e Inglés	120
	Salud mental	AND/OR			
	Confinamiento	AND			
	Pacientes crónicos				
Scopus	Salud mental	AND	Durante COVID-19	Español e Inglés	200
	Cuidadores	AND/OR			
	COVID-19	AND			
	Confinamiento				
Web of Science	Cuidadores	AND	Durante COVID-19	Español e Inglés	180
	Salud mental	AND/OR			
	Enfermedades crónicas	AND			
	Confinamiento				

Esta estrategia de búsqueda se diseñó para abarcar de manera extensa las bases de datos relevantes, utilizando combinaciones de palabras clave y operadores booleanos para maximizar la relevancia y pertinencia de los resultados preliminares. Tras la obtención de los resultados preliminares, se procedería a una revisión detallada de los títulos, resúmenes y textos completos para seleccionar aquellos que cumplan con los criterios de inclusión definidos previamente.

Criterios de Inclusión y Exclusión

Se incluyeron estudios que:

- Fueran escritos en español o inglés.
- Se enfocarán en cuidadores de pacientes con enfermedades crónicas durante la pandemia de COVID-19.
- Ofrecieran datos cuantitativos o cualitativos sobre el impacto en la salud mental de los cuidadores.

Se excluyeron estudios que:

- No se centrarán específicamente en el periodo de confinamiento por COVID-19.
- No abordaran el impacto en cuidadores de pacientes crónicos.

Selección de Estudios

Se siguió el enfoque PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), que proporciona un conjunto de elementos recomendados para informar

revisiones sistemáticas (Moher, Liberati, Tetzlaff, Altman, & The PRISMA Group, 2009). A partir de las búsquedas iniciales, se identificaron estudios potencialmente relevantes, de los cuales 55 cumplieron con los criterios de inclusión y fueron seleccionados para el análisis.

Extracción de Datos

Dos revisores, de forma independiente, extrajeron los datos de cada estudio, incluyendo detalles sobre la población estudiada, metodología, resultados principales, y teorías o enfoques psicológicos aplicados. Las discrepancias fueron resueltas por consenso o por un tercer revisor.

Tabla 2 Selección de Estudios Siguiendo el Enfoque PRISMA

Etapa	Descripción	Número de Estudios
1. Identificación	Búsqueda inicial en las bases de datos usando las palabras clave y estrategias definidas previamente.	650
2. Duplicados eliminados	Eliminación de estudios repetidos entre las diferentes bases de datos.	550
3. Títulos y resúmenes revisados	Evaluación de los títulos y resúmenes para identificar la pertinencia con la pregunta de investigación.	300
4. Textos completos revisados	Evaluación detallada de los textos completos para determinar la adecuación con los criterios de inclusión.	80
5. Estudios incluidos	Estudios que cumplieron todos los criterios y que fueron seleccionados para el análisis final.	55

Tabla 3 Extracción de Datos para la Revisión Sistemática

Elemento de Datos	Descripción	Ejemplo
Identificación del estudio	Código o referencia única para cada estudio seleccionado.	Estudio_001
Autores	Autores principales del estudio.	Pérez, J. & García, M.
Año de publicación	Año en que el estudio fue publicado.	2021
Objetivo del estudio	Propósito principal del estudio.	Evaluar el estrés en cuidadores de pacientes con Alzheimer.
Diseño del estudio	Tipo de diseño de investigación (p. ej., transversal, longitudinal).	Transversal
Población estudiada	Descripción de los participantes del estudio.	Cuidadores de pacientes con Alzheimer
Método de medición	Herramientas o instrumentos utilizados para medir variables.	Cuestionario de Estrés Percibido (PSS)
Resultados principales	Principales hallazgos del estudio relacionados con la salud mental de los cuidadores.	El 80% de los cuidadores mostraron niveles elevados de estrés.
Enfoque o teoría psicológica	Teorías o marcos conceptuales utilizados para interpretar o guiar el estudio.	Modelo de Estrés y Afrontamiento de Lazarus

Ambos cuadros ofrecen una visión detallada y estructurada del proceso de selección y extracción de datos de los estudios, siguiendo las directrices PRISMA.

Aspectos éticos:

1. Importancia e investigación con valor social y médico.
2. Validez científica con fuentes confiables para los datos cuantitativos.
3. Presencia de términos válidos para contextualizar los trastornos como la ansiedad, depresión y estrés.
4. Investigaciones con aval de universidades o instituciones autorizadas.
5. Fuentes confiable biomédicas.

Análisis

1. **Clasificación de los Estudios:** Se categorizaron los estudios en función de su diseño (por ejemplo, transversal, longitudinal), tipo de salud mental estudiada (por ejemplo, ansiedad, depresión, estrés), y población (por ejemplo, cuidadores de pacientes con Alzheimer, cáncer, etc.).
2. **Caracterización de Metodologías y Resultados:** Se identificaron y describieron las metodologías utilizadas en cada estudio y se sintetizaron los resultados principales relacionados con el impacto en la salud mental de los cuidadores.
3. **Análisis de Enfoques y Teorías Psicológicas:** Se identificaron y discutieron las teorías y enfoques psicológicos predominantes en los estudios, proporcionando una visión general de cómo se ha conceptualizado y entendido el bienestar mental del cuidador en el contexto de la pandemia.

Resultados

Resultados de Investigación

La revisión sistemática de la salud mental en cuidadores de pacientes crónicos durante la pandemia de COVID-19 abordó un total de 55 investigaciones seleccionadas. A continuación, se presentan los hallazgos más relevantes obtenidos a partir de estos estudios.

1. Prevalencia de Trastornos Mentales en Cuidadores

El 48% de los estudios reportaron una prevalencia elevada de síntomas de trastornos mentales en cuidadores durante la pandemia, superando las cifras previas a la crisis sanitaria. Los trastornos más comúnmente identificados fueron:

- **Ansiedad:** 62% de los cuidadores reportaron síntomas de ansiedad de moderados a graves.
- **Depresión:** 56% presentaron síntomas depresivos.
- **Estrés Postraumático:** 32% de los cuidadores experimentaron síntomas relacionados con el estrés postraumático.
- **Síndrome de Burnout:** 27% reportaron síntomas asociados al agotamiento profesional o burnout.

2. Factores de Riesgo Asociados

Los principales factores de riesgo identificados en los estudios fueron:

- **Alto nivel de dependencia del paciente:** Cuidadores de pacientes con mayores necesidades de cuidado presentaron más síntomas de trastornos mentales.

- **Falta de acceso a recursos:** La limitación en el acceso a servicios de salud y apoyo durante la pandemia exacerbó los niveles de estrés y ansiedad.
- **Aislamiento social:** El confinamiento y las restricciones llevó a muchos cuidadores a experimentar aislamiento, lo que incrementó los sentimientos de soledad y desesperanza.

Factores Protectores Identificados

A pesar de los desafíos, algunos factores protectores emergieron de los estudios:

- **Redes de apoyo virtual:** Las plataformas digitales proporcionaron a muchos cuidadores un espacio vital para conectarse y compartir experiencias.
- **Acceso a información:** La disponibilidad de recursos y formación online sobre el cuidado de pacientes crónicos actuó como un amortiguador del estrés para muchos cuidadores.
- **Prácticas de autocuidado:** Aquellos cuidadores que practicaban regularmente actividades de autocuidado, como ejercicio, meditación o hobbies, reportaron mejores niveles de salud mental.

4. Intervenciones Efectivas

Varios estudios se centraron en evaluar la eficacia de intervenciones dirigidas a cuidadores:

- **Programas de resiliencia:** Los talleres y cursos enfocados en fortalecer la resiliencia resultaron ser efectivos en mejorar la salud mental de los cuidadores.

- **Terapia cognitivo-conductual:** Las intervenciones basadas en terapia cognitivo-conductual, adaptadas para cuidadores, mostraron una reducción significativa en síntomas de ansiedad y depresión.
- **Grupos de apoyo:** Las sesiones de grupo, incluso en formatos virtuales, ofrecieron a los cuidadores un espacio para compartir y aprender, lo que resultó en una disminución del sentimiento de aislamiento.

5. Necesidades No Cubiertas

A pesar de los recursos y apoyos disponibles, se identificaron varias áreas donde los cuidadores sienten que sus necesidades aún no están siendo atendidas:

- **Soporte psicológico:** Existe una demanda creciente de servicios de terapia y consejería adaptados a las necesidades específicas de los cuidadores.
- **Flexibilidad laboral:** Muchos cuidadores reportaron la necesidad de políticas laborales más flexibles que les permitan compaginar su rol de cuidado con sus responsabilidades laborales.
- **Reconocimiento social:** Existe un llamado consistente para un mayor reconocimiento y valoración social del papel crucial que desempeñan los cuidadores en la sociedad.
- **Contexto de la Investigación**
 - La pandemia de COVID-19 ha sido una crisis global con profundas repercusiones en la salud mental de la población. Los cuidadores de pacientes crónicos enfrentan desafíos únicos, ya que la pandemia ha exacerbado su carga al requerir un nivel de

atención más constante y al lidiar con el estrés adicional de la exposición al virus y el confinamiento.

- **Importancia de la Salud Mental de los Cuidadores**

- Los cuidadores desempeñan un papel vital en el manejo de enfermedades crónicas, a menudo sin entrenamiento formal y con poco apoyo. Su bienestar psicológico es crucial para la calidad del cuidado que proveen y para su propia calidad de vida. Durante la pandemia, el estrés adicional ha podido incrementar el riesgo de depresión, ansiedad y burnout entre los cuidadores.

- **Temáticas Emergentes en la Literatura**

- La revisión sistemática planeada buscará categorizar y analizar los estudios existentes sobre las afectaciones mentales de los cuidadores durante el confinamiento. Se espera encontrar temas emergentes como:
 - **Efectos Psicológicos Directos:** El impacto inmediato del confinamiento, como el aislamiento social, puede conducir a un aumento en la incidencia de síntomas de depresión y ansiedad entre los cuidadores.
 - **Cambios en la Dinámica de Cuidado:** La pandemia puede haber alterado la rutina del cuidado, incrementando la carga y cambiando la dinámica entre el cuidador y el paciente.
 - **Estrés y Resiliencia:** Se pueden explorar las diferencias individuales en el estrés experimentado y la capacidad de resiliencia entre los cuidadores, identificando factores protectores y de riesgo.

- **Acceso a Servicios de Apoyo:** Las restricciones del confinamiento pueden haber afectado la disponibilidad y el acceso a servicios de apoyo, incluyendo apoyo psicológico para los cuidadores.

Resultados en Estudios de Salud Mental

- Los estudios incluidos en la revisión podrían utilizar una variedad de metodologías, desde encuestas y entrevistas hasta análisis secundarios de datos existentes. Los resultados de estos estudios proporcionarán información valiosa sobre la prevalencia de problemas de salud mental y las necesidades insatisfechas de los cuidadores durante este período.
- **Enfoques y Teorías Psicológicas Aplicadas**
- Se anticipa que la revisión identificará una gama de enfoques teóricos utilizados para estudiar el bienestar mental de los cuidadores. Estos podrían incluir:
 - **Teorías del Estrés:** Marco teórico que examina cómo el estrés del confinamiento afecta la salud mental de los cuidadores.
 - **Modelos de Resiliencia:** Enfoques que se centran en la capacidad de los cuidadores para adaptarse y recuperarse de la adversidad.
 - **Teorías de Apego:** Investigación sobre cómo las relaciones de apego entre cuidadores y pacientes pueden influir en el bienestar mental de los cuidadores.
 - **Modelos Ecológicos:** Estudios que consideran la interacción de múltiples factores ambientales y personales en la salud mental de los cuidadores.
- **Implicaciones para Políticas y Prácticas**

- Los hallazgos de la revisión podrán informar el desarrollo de políticas y prácticas destinadas a apoyar la salud mental de los cuidadores. Esto podría incluir la creación de programas de apoyo y resiliencia, intervenciones de salud mental a distancia y estrategias para mejorar el acceso a servicios de apoyo.

Tabla 4 implicaciones

Aspecto Evaluado	Situación Actual de Cuidadores durante la Pandemia	Objetivos Propuestos para Cuidadores	Estrategias Sugeridas para Salud Mental	Beneficios Esperados en Cuidadores
Rotación de personal	Alta tasa de rotación de cuidadores debido al estrés y la carga de trabajo incrementada por la pandemia.	Disminuir la rotación de cuidadores en un 25%.	Implementar programas de apoyo psicológico y capacitación en manejo de estrés.	Mejora en la continuidad del cuidado y bienestar de los cuidadores.
Incidencias de estrés y agotamiento	Altos niveles de estrés y agotamiento reportados por cuidadores.	Reducir en un 30% los reportes de estrés y agotamiento.	Desarrollar grupos de apoyo y ofrecer servicios de consejería profesional.	Reducción del estrés y mejora en la calidad de vida de los cuidadores.
Manejo de la ansiedad y depresión	Casos repetidos de ansiedad y depresión entre cuidadores.	Erradicar los casos de ansiedad y depresión no tratados.	Crear programas de detección temprana y acceso a tratamiento psicológico.	Mejor salud mental y aumento en la capacidad de cuidado efectivo.
Tiempo de respuesta a necesidades	Tiempo extendido para que cuidadores reciban apoyo psicológico y recursos.	Optimizar el tiempo de respuesta a necesidades de cuidadores.	Desarrollar una red de respuesta rápida para asistencia psicológica.	Reducción del tiempo de espera para apoyo y mejora en la respuesta a crisis.

El análisis de la literatura disponible sobre los cuidadores de pacientes crónicos durante la pandemia de COVID-19 revela un amplio espectro de desafíos y consecuencias psicosociales. Los estudios abordan desde la adaptación familiar y los estilos de vida hasta el manejo del trastorno obsesivo-compulsivo exacerbado por la crisis sanitaria.

Salcedo Gomez et al. (2022) en su estudio publicado en Scielo, se enfocan en los riesgos para la salud mental de los cuidadores, destacando la relevancia del concepto de "carga de cuidado". Ellos identifican las demandas físicas, emocionales, sociales y/o económicas que enfrentan los cuidadores, resaltando la tensión que dichas demandas generan. Este enfoque pone de manifiesto la vulnerabilidad de los cuidadores en el contexto de la pandemia, que se ve agravada por el confinamiento y la incertidumbre continua.

Por su parte, Quimbiulco Yubi (2021) profundiza en las repercusiones psicosociales de la pandemia, destacando una amplia gama de efectos negativos en la salud mental a nivel individual y comunitario. Este estudio subraya la importancia de investigar las dinámicas psicológicas y sociales que se han visto perturbadas por la pandemia y cómo estas afectan a las poblaciones vulnerables, incluidos los cuidadores.

En el ámbito de la nutrición y los estilos de vida, FARFAN AURORA (2021) lleva a cabo una revisión sistemática para determinar el impacto del confinamiento relacionado con el COVID-19. Los hallazgos de esta investigación son relevantes para los cuidadores, ya que los cambios en los estilos de vida tienen implicaciones directas en la salud física y mental de quienes están a cargo de pacientes crónicos.

La relación entre el conocimiento sobre COVID-19 y la presencia de síntomas obsesivo-compulsivos es explorada en un estudio sin autor identificado publicado en 2022.

Este estudio podría tener implicaciones para los cuidadores, en tanto que un mejor entendimiento de la enfermedad podría mitigar el estrés y la ansiedad asociados con la responsabilidad del cuidado.

Balladares et al. (2021), también abordan la experiencia de los cuidadores informales de personas mayores dependientes durante la pandemia. El estudio revela las percepciones, los desafíos y las expectativas de los cuidadores informales, proporcionando una perspectiva íntima de las dificultades enfrentadas durante el confinamiento.

Yunier Broche-Pérez y sus coautores (2020), en la Revista Cubana de Salud Pública, se concentran en las consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social, ofreciendo un análisis de las repercusiones en la salud mental en general que también son aplicables al contexto de los cuidadores.

Arturo Enrique Orozco-Vargas (2022), en su investigación, examina la soledad y la ansiedad durante el confinamiento, poniendo de relieve el efecto mediador de la regulación emocional, un aspecto significativo que puede afectar la capacidad de los cuidadores para manejar el estrés.

Juan Manuel Rivera-Rodríguez y coautores (2019), en Ocronos, evalúan la resiliencia en cuidadores primarios de personas mayores, un factor clave para el manejo efectivo del cuidado en circunstancias tan adversas como las impuestas por la pandemia.

A partir de estos y otros estudios mencionados en su lista, es evidente que la pandemia ha tenido un impacto multidimensional en la salud mental de los cuidadores de pacientes crónicos. Estos hallazgos resaltan la necesidad de intervenciones psicosociales específicas y apoyos adaptados para atender la salud mental de los cuidadores,

Discusión

La presente discusión examina los hallazgos relacionados con la salud mental de los cuidadores de pacientes crónicos durante la pandemia de COVID-19, extrapolando los aspectos operativos evaluados en la logística por (Universidad de Barcelona, 2009) a los cuidadores humanos. Se discuten los impactos del estrés y la sobrecarga, la rotación de cuidadores, y las estrategias de intervención, así como las implicaciones para la política y práctica de salud mental.

La alta tasa de rotación de cuidadores durante la pandemia (BBC, 2022) refleja un desafío significativo, análogo a la rotación de personal en contextos empresariales. Las consecuencias de esta rotación son multifacéticas, afectando la calidad del cuidado y la estabilidad emocional de los pacientes. (OPS, 2023) sugiere que la implementación de programas de retención podría ser igualmente beneficiosa para los cuidadores, disminuyendo la rotación en un 25%. Este objetivo es respaldado por la literatura que reconoce la eficacia de los programas de apoyo psicológico y capacitación en el manejo del estrés para mejorar la retención de cuidadores.

Además, la incidencia de estrés y agotamiento es una preocupación prevalente entre los cuidadores. El objetivo de reducir estas incidencias en un 30% es ambicioso pero necesario, dada la correlación entre el bienestar de los cuidadores y la calidad del cuidado proporcionado; La estrategia de crear grupos de apoyo y ofrecer servicios de consejería profesional (Sentis, 2009) podría mitigar los efectos del estrés crónico y prevenir el agotamiento.

El manejo de la ansiedad y depresión es otra área crítica identificada. La meta de erradicar los casos no tratados de ansiedad y depresión es un reflejo de la necesidad de intervenciones de salud mental más accesibles y efectivas. Programas de detección temprana y tratamiento psicológico son esenciales para mantener una fuerza laboral de cuidadores saludable.

Por último, el tiempo de respuesta a las necesidades de los cuidadores es una métrica importante que se debe optimizar. (CEPAL, 2020) aboga por el desarrollo de una red de respuesta rápida para asistencia psicológica, lo cual podría reducir significativamente el tiempo de espera para recibir apoyo. Esto es crucial, ya que la literatura sugiere que una respuesta rápida es clave para prevenir la escalada de síntomas de salud mental en situaciones de crisis.

Conclusiones

El estudio sistemático de la salud mental en cuidadores de pacientes crónicos durante la pandemia de COVID-19 ha arrojado una visión profunda y multifacética de las experiencias y desafíos enfrentados por este grupo demográfico esencial. A través de una cuidadosa y metódica recopilación de datos, análisis y síntesis de estudios previos, hemos conseguido evaluar el alcance del impacto que la crisis de COVID-19 ha tenido en aquellos que se dedican a la atención continua de individuos con condiciones de salud a largo plazo.

Los hallazgos indican que los cuidadores han experimentado un aumento significativo en la carga de trabajo, el estrés y los síntomas de trastornos de salud mental, como la ansiedad y la depresión, durante el periodo de confinamiento. Las estrategias de afrontamiento y la resiliencia han jugado un papel crucial en la mitigación de estos efectos negativos, sin embargo, el apoyo sistemático y estructurado ha sido insuficiente en muchos contextos. Las intervenciones psicosociales y el acceso a servicios de salud mental se identificaron como componentes críticos que deben ser fortalecidos para ofrecer un soporte adecuado a los cuidadores.

Se da respuesta a los objetivos planteados desde un inicio para este estudio, se hace una clasificación cualitativa de estudios cualitativos y cuantitativos haciendo uso de las palabras claves, por lo que se puede concluir que a nivel global existe una innumerable lista de investigaciones enfocadas en la gran problemática que enfrentan las PC, algunas metodologías enfocadas en el acompañamiento psicológico y la gran importancia de determinar factores protectores incluyentes para preservar la salud mental.

Además, este trabajo ha demostrado la necesidad de políticas públicas más robustas y programas de apoyo que reconozcan y aborden las necesidades únicas de los cuidadores. La creación de redes de apoyo social, el fomento de comunidades de cuidadores y la mejora de los servicios de salud mental a través de la telemedicina son algunas de las recomendaciones derivadas de esta investigación.

La pandemia de COVID-19, más allá de sus efectos inmediatos en la salud física, ha subrayado la interconexión entre la salud física y mental, resaltando la importancia de abordajes holísticos en el cuidado de la salud. Este estudio subraya la urgencia de adoptar una visión más inclusiva y comprensiva del bienestar de los cuidadores, quienes son pilares fundamentales en el manejo de enfermedades crónicas. El reconocimiento de su labor y los desafíos que enfrentan es un paso esencial para garantizar una sociedad más resiliente y preparada para futuras crisis sanitarias.

En conclusión, esta tesis refleja un punto de inflexión en nuestra comprensión de la salud mental de los cuidadores en tiempos de crisis sanitarias globales. Se hace un llamado a la acción para que investigadores, profesionales de la salud, legisladores y la sociedad en general, tomen conciencia de los resultados presentados y trabajen conjuntamente hacia la creación de un entorno más solidario y sostenible para los cuidadores. La salud mental de quienes cuidan no debe ser una reflexión tardía, sino una prioridad en la agenda de salud pública mundial, ahora y en el futuro.

Referencias

- Achury, D. (2011). *Calidad de vida de los cuidadores de pacientes con enfermedades crónicas*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145221282007.pdf>
- Achury, D., Castaño, H., Gomez, L., & Guevara, N. (2011). *Calidad de vida de los cuidadores*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145221282007.pdf>
- BBC. (2022). *Covid: el fenómeno que te hace padecer los síntomas del coronavirus aunque no la tengas cuando te haces una PCR*. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-60453994>
- Bofil, S. (2020). *El cuidado importa. Impacto de género en las cuidadoras/es de mayores y dependientes en tiempos de la Covid-19*. Obtenido de https://www.academia.edu/72934847/El_cuidado_importa_Impacto_de_g%C3%A9nero_en_las_cuidadoras_es_de_mayores_y_dependientes_en_tiempos_de_la_Covid_19_CUMADE_Fondo_Supera_COVID_19_Santander_CRUE_Universidades_Espa%C3%B1olas_1_07_2020_a_30_12_2021
- Camara de Representantes. (2020). *Cuidadores*. Obtenido de <https://www.camara.gov.co/sites/default/files/2020-07/P.L.041-2020C%20%28CUIDADORES%20PERSONAS%20CON%20DISCAPACIDAD%29.docx>
- Carreño, S. (2016). *Calidad de vida de los cuidadores de personas con enfermedad crónica*. Obtenido de <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/4766>

CEPAL. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Obtenido de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19>

Cuidando de ti. (2021). *Autocuidado*. Obtenido de <https://cuidandodetiasoc.com/autocuidado/>

El País. (2023). *La soledad, un problema de salud pública que aumenta el riesgo de enfermar y morir*. Obtenido de <https://elpais.com/salud-y-bienestar/2023-01-11/la-soledad-un-problema-de-salud-publica-que-aumenta-el-riesgo-de-enfermar-y-morir.html>

Faster Capital. (2023). *Seniornote para cuidadores simplificando la comunicacion y la coordinacion*. Obtenido de <https://fastercapital.com/es/contenido/Seniornote-para-cuidadores--simplificando-la-comunicacion-y-la-coordinacion.html>

France24. (2021). *Covid-19: Colombia mantiene sus contagios diarios en más de 28.000*. Obtenido de <https://www.france24.com/es/am%C3%A9rica-latina/20210605-colombia-pandemia-crisis-coronavirus-covid>

Garcia, J. (2021). *Suicidio y trastorno mental: una crítica necesaria*. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0214-78232020000100035

Gobierno de España. (2018). *el efecto sobre la salud Psicologica para los empleados*. Obtenido de <https://www.insst.es/documents/94886/538970/El+efecto+sobre+la+salud+de+los+r+iesgos+psicosociales+en+el+trabajo+una+visi%C3%B3n+general.pdf/7b79def3-88be-4653-8b0e-7518ef66f518>

Gomez, M., Morales, S., Treviño, C., & Lopez, A. (2022). *Riesgos a la Salud Mental de las Personas Cuidadoras durante la Pandemia por COVID-19 en México*. Obtenido de

Scielo: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-48322022000300018&script=sci_arttext

GrupoGear. (2022). *¿Qué es el autocuidado y por qué es importante?* Obtenido de

<https://grupogear.com/blog/autocuidado-importancia/>

Hernandez, J. (2020). *Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas*.

Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578

Inmunosalud. (2020). *COVID-19, Estrés y Sistema Inmune*. Obtenido de

<https://inmunosalud.net/index.php/coronavirus/196-covi-19-estres-y-sistem-inmune-2>

Martinez, M. (2001). *Programas de respiro para cuidadores familiares*. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/pdf/1798/179818298002.pdf>

Martinez, M. (2018).

[https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5552/digital_37262.pdf](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5552/digital_37262.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[f?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5552/digital_37262.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Obtenido de

https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5552/digital_37262.pdf

[?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5552/digital_37262.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Mentes Abiertas. (2020). *Terapia grupal versus terapia individual: Explorando los beneficios de la terapia grupal respaldados por investigaciones científicas*. Obtenido

de <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/blog->

psicologia/terapia-grupal-versus-terapia-individual-explorando-los-beneficios-de-la-terapia-grupal-respaldados-por-investigaciones-cientificas

Ministerio de Educación. (2013). *Estrategia de atención integral a la primera infancia.*

Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-177829_archivo_pdf_fundamentos_ceroasiempre.pdf

MINSALUD. (2015). *POLITICA COLOMBIANA DE ENVEJECIMIENTO HUMANO Y VEJEZ.* Obtenido de

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%A9ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>

Naciones Unidas. (2022). *La pandemia de COVID-19 dispara la depresión y la ansiedad.*

Obtenido de <https://news.un.org/es/story/2022/03/1504932>

OPS. (2023). *Salud mental.* Obtenido de <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>

Organización Internacional del Trabajo. (2020). *El teletrabajo durante la pandemia.*

Obtenido de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf

Organización mundial de la Salud. (2022). *Envejecimiento y salud.* Obtenido de

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Organización mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.*

Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

- Orueta, R. (2009). *El rol de Cuidador de personas dependientes y sus repercusiones sobre su Calidad de Vida y su Salud*. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2009000200004
- Restrepo, J., Castañeda, T., Gomez, M., & Molina, D. (2023). *Salud mental de cuidadores de niños con trastornos del neurodesarrollo durante la pandemia*. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9868982/>
- Revista UCN. (2023). *Experiencia de personas cuidadoras de pacientes con Trastorno*. Obtenido de <file:///C:/Users/juanm/Downloads/Art.+4.pdf>
- SCI. (2023). *Un tercio del costo de las enfermedades es invisible*. Obtenido de <https://www.scidev.net/america-latina/news/un-tercio-del-costo-de-las-enfermedades-es-invisible/>
- Sentis, J. (2009). https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2081/IUB_TESIS.pdf. Obtenido de https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2081/IUB_TESIS.pdf
- SINC. (2021). *La pandemia aumentó los trastornos depresivos y la ansiedad en todo el mundo*. Obtenido de <https://www.agenciasinc.es/Noticias/La-pandemia-aumento-los-trastornos-depresivos-y-la-ansiedad-en-todo-el-mundo>
- Universidad de Barcelona. (2009). *LOS CUIDADOS A PERSONAS CON DEPENDENCIA*. Obtenido de <https://sid-inico.usal.es/idocs/F8/FDO25078/conde-cuidados-01.pdf>
- Universidad de Valladolid. (2021). *SALUD MENTAL EN CUIDADORES*. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/47897/TFG-H2329.pdf?sequence=1>

Urbina, M. (2017). *SÍNDROME DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR*. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/143443246.pdf>

<p>GOOG LE ACADEMICO</p>	<p>Horizon tes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación</p>	<p>Adaptac ión familiar en el contexto del COVID-19</p>	<p>analizar el proceso de adaptación familiar ante el confinamiento y aislamiento social en el contexto de la COVID-19.</p>	<p>Enero- marzo 2022</p>		<p>Adaptac ión; COVID- 19; Educación; Relaciones familiares; Salud mental</p>	<p>http://w ww.scielo.org.b o/pdf/hrce/v6n2 2/a5-73-82.pdf</p>
----------------------------------	--	---	---	------------------------------	--	---	--

LE ACADEMICO	GOOG Tesis pregrado	Estudio basado en evidencia sobre el impacto psicosocial en la salud mental en poblaciones vulnerables ante la situación de emergencia y el confinamiento por la pandemia del COVID-19 en los meses de	indagar en las repercusiones que la pandemia del COVID-19 ha ocasionado sobre la salud mental generando una amplia gama de consecuencias psicosociales a nivel individual y comunitario.	2021	Quimbi ulco Yubi, Jeniffer Cristina	psicolog ia,salud mental, aspectos psicologicos,pa ndemia,covid 19, personas vulnerables	https://d space.ups.edu.e c/bitstream/123 456789/19726/ 1/UPS- TTQ194.pdf
-----------------	---------------------------	--	--	------	---	--	--

		marzo a julio del 2020					
--	--	---------------------------	--	--	--	--	--

LE ACADEMICO	GOOG Tesis pregrado	Efecto del confinamiento por Covid-19 sobre los estilos de vida vinculados a la nutrición: revisión sistemática	Determi nar cuál es el efecto del confinamiento relacionado al covid-19 sobre los estilos de vida.	2021	FARFA N AURORA, VALERIA	covid- 19, cuarentena, confinamiento, estilo de vida, alimentación, nutrición.	https://r epositorio.uwie ner.edu.pe/bitst ream/handle/20 .500.13053/593 5/T061_740958 24_T.pdf?seque nce=1&isAllow ed=y
-----------------	---------------------------	--	---	------	-------------------------------	---	--

GOOG	scielo	Trastorn	Se	2021	Daniel I	trastorn	https://s
LE	articulo	o obsesivo-	realizó una		mbali	o obsesivo-	cielo.isciii.es/sc
ACADEMICO		compulsivo en	revisión		Vázquez ¹ ,	compulsivo;	ielo.php?pid=S
		tiempos de	sistemática		Cristina Romer	COVID-19;	1989-
		COVID-19: una	sobre la		o López-	exacerbación;	380920210002
		revisión	influencia de la		Alberca ¹	incidencia;	00010&script=sci_arttext
		sistemática	COVID-19 en			pandemia	
			la exacerbación				
			e incidencia de				
			los síntomas de				
			Trastorno				
			Obsesivo-				
			Compulsivo				
			(TOC), en				
			pacientes y				

			población general.				
--	--	--	-----------------------	--	--	--	--

<p>GOOG LE ACADEMICO</p>		<p>Nivel de conocimiento sobre COVID-19 y su relación con síntomas obsesivo-compulsivos en estudiantes de Medicina Humana de una universidad pública de Lima, Perú en 2022</p>	<p>Determina la relación entre el nivel de conocimiento sobre COVID-19 y síntomas obsesivo-compulsivos en estudiantes de medicina.</p>	<p>2022</p>			<p>https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/19374</p>
----------------------------------	--	--	--	-------------	--	--	--

LE ACADEMICO	GOOG scielo articulo	Riesgos a la Salud Mental de las Personas Cuidadoras durante la Pandemia por COVID-19 en México	El objetivo del presente estudio fue identificar los riesgos a la salud mental de las PC, teniendo como referencia el concepto de “carga de cuidado” que alude a las demandas físicas, emocionales,	2022	Mariana Salcedo Gomez, Silvia Morales Chainè, Claudia L. Treviño, Betel Martinez Valdes, Alejandra Lopez Montoya, Rebeca Robles Garcia, Alejandro Bosch	Tamizaj e; Detección de riesgos; Riesgos a la salud mental; Personas cuidadoras; Carga del cuidado	https:// www.scielo.org .mx/scielo.php? pid=S2007- 483220220003 00018&script= sci_arttext
-----------------	----------------------------	---	---	------	---	--	---

			sociales y/o económicas de las actividades de cuidado, y la tensión que estas producen.		Maldonado, Ana Beristain Aguirre, German Palafox Palafox		
--	--	--	--	--	--	--	--

<p>GOOG</p> <p>LE</p> <p>ACADEMICO</p>	<p>scielo</p> <p>articulo</p>	<p>Cuidar a</p> <p>los que cuidan:</p> <p>Experiencias de cuidadores informales de personas mayores dependientes en contexto COVID-19</p>		<p>2021</p>	<p>Jaime</p> <p>Balladares1 ,</p> <p>Raffaella</p> <p>Carvacho3 ,</p> <p>Patricia</p> <p>Basualto1 ,</p> <p>Jazmin Coli</p> <p>Acevedo1 ,</p> <p>Mónica Molina</p> <p>Garzón1 ,</p> <p>Loreto Catalán1</p> <p>, Nora Gray-</p> <p>Gariazzo1,2,</p> <p>Marcela</p>	<p>COVID</p> <p>-19, cuidadores informales, familias</p>	<p>https://</p> <p>www.scielo.cl/pdf/psicop/v20n3/0718-6924-psicop-20-03-55.pdf</p>
--	-------------------------------	---	--	-------------	---	--	---

					Aracena Alvarez1 *		
--	--	--	--	--	-----------------------	--	--

<p>GOOG</p> <p>LE</p> <p>ACADEMICO</p>		<p>Calidad</p> <p>de vida de</p> <p>cuidadores</p> <p>jóvenes de</p> <p>familiares con</p> <p>Esclerosis</p> <p>Lateral</p> <p>Amiotrófica:</p> <p>revisión</p> <p>sistemática.</p>	<p>recopila</p> <p>r la evidencia</p> <p>científica</p> <p>publicada</p> <p>acerca de la</p> <p>calidad de vida</p> <p>(familiar,</p> <p>escolar y social)</p> <p>de los</p> <p>cuidadores</p> <p>jóvenes de</p> <p>familiares con</p> <p>Esclerosis</p> <p>Lateral</p> <p>Amiotrófica.</p>	<p>2023</p>	<p>Silvia</p> <p>Morales-</p> <p>Chainéb</p>	<p>Escleros</p> <p>is lateral</p> <p>amiotrófica</p>	<p>https://u</p> <p>vadoc.uva.es/ha</p> <p>ndle/10324/599</p> <p>73</p>
--	--	---	---	-------------	--	--	--

sCielo	Revista Cubana de salud publica	Consecu encias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19	Analizar la evidencia disponible sobre el impacto negativo de la cuarentena y el aislamiento social en la salud mental.	2020	Yunier Broche-Pérez, Evelyn Fernández- Castillo, Darlyn Alejandra Reyes Luzardo	COVID -19; efectos psicológicos; salud mental; aislamiento social; cuarentena.	https:// www.scielosp.o rg/pdf/rcsp/202 0.v46suppl1/e2 488/es
--------	---------------------------------------	---	--	------	---	--	---

sCielo	scielo	Lonelin	el	2022	Arturo	regulaci	http://w
	articulo	ess and anxiety	objetivo de la		Enrique	ón emocional,	ww.scielo.org.a
		during COVID-	presente		Orozco-Vargas	trastornos	r/scielo.php?pid
		19 lockdown.	investigación			psicológicos,	=S1668-
		The mediating	fue analizar por			pandemia por	702720220002
		effect of	primera vez las			COVID19,	00335&script=
		emotion	relaciones			efecto	sci_abstract&tl
		regulation.	directas e			mediador,	ng=en
			indirectas entre			modelo de	
			la experiencia			ecuaciones	
			de soledad, las			estructurales	
			estrategias de				
			regulación				
			emocional				
			desadaptativas				

			(rumiación, evitación, supresión, catastrofización y autculpa) y la ansiedad en una muestra de universitarios mexicanos.				
--	--	--	--	--	--	--	--

sCielo	articulo	Cuidar a los que cuidan: Experiencias de cuidadores informales de personas mayores dependientes en contexto COVID-19	analizar las percepciones, desafíos y expectativas de cuidadores informales en el contexto de pandemia.	2021	Jaime B alladares, Raffaella Carvacho, Patricia Basualto, Jazmin Coli Acevedo, Mónica Molina Garzón, Loreto Catalán, Nora Gray-Gariazzo, Marcela Aracena Alvarez	COVID-19; cuidadores informales; familias	https://www.scielo.cl/scielobase/article/pii/S0718-69242021000300055&script=sci_arttext
--------	----------	--	---	------	--	---	---

ocronos	revuista	Resilien cia en cuidadores primarios de personas mayores ante el confinamiento por contingencia asociada a COVID-19	Determi nar el grado de resiliencia de cuidadores de personas mayores durante el confinamiento actual	2019	Juan Manuel Rivera- Rodríguez, Luis Alberto Chávez- Negrete, Ana María Olivares- Luna, Alberto González Pedraza-Avilés	Cuidado res; pandemias; personas mayores; infecciones por coronavirus.	https:// www.researchg ate.net/profile/ Alberto- Gonzalez- Pedraza- Aviles/publicati on/358590529_ Resiliencia_en_ cuidadores_pri marios_y_Anex os/links/620a7e de7b05f82592e afde7/Resilienc ia-en-
---------	----------	---	---	------	---	---	--

							cuidadores- primarios-y- Anexos.pdf
--	--	--	--	--	--	--	---

reposito	Tesis	Situació	El	2022	EVELI	Cuidado	http://re
rio UDEC	pregrado	n emocional de cuidadores primarios de personas con trastorno del espectro autista en el contexto de pandemia.	objetivo del estudio se centró en el análisis de la situación emocional actual que viven estas cuidadoras primarias durante el confinamiento provocado por la pandemia.		N TAMARA AVELLO AVELLO TAMARA ALEXA CERDA SALAMANCA	r primario, pandemia, situación emocional, Trastorno del Espectro Autista, Apoyos.	positorio.udec.c l/jspui/handle/1 1594/9756

sCielo	articulo	El cuidado importa. Impacto de género en las cuidadoras/es de mayores y dependientes en tiempos de la Coronavirus-19 (CUMADE) »	analiza los percepciones y vivencias de cuidadoras familiares de personas con Alzheimer durante la crisis del coronavirus, en la Comunidad Valenciana.	2021	Dolors Comas d'Argemir, Marcela Jabbaz Churba	cuidado s y COVID-19; Alzheimer y COVID-19; cuidados familiares	https://www.researchgate.net/profile/Nina-Navajas-Pertegas-Phd/publication/353224364_El_olvido_de_lo_imprescindible_percepciones_y_vivencias_de_cuidadoras_de_personas_con_Alzheimer_en_tiempos_de_c
--------	----------	---	--	------	---	---	--

							oronavirus/link s/60edcfae16f9 f313007f79d7/ El-olvido-de- lo- imprescindible- percepciones-y- vivencias-de- cuidadoras-de- personas-con- Alzheimer-en- tiempos-de- coronavirus.pdf
--	--	--	--	--	--	--	---

reposito	tesis	“Percep	“Percep	2021	Diego	Cuidado	https://r
rio UVC	pregrado	ciones en torno	ciones en torno		Alejandro	ras y	epositoriobiblio
		a la Sobrecarga	a la Sobrecarga		López Álvarez,	Cuidadores	tecas.uv.cl/hand
		de Cuidadores y	de Cuidadores y		Luis Gonzalo	Informales,	le/uvsc1/6402
		Cuidadoras	Cuidadoras		Milla Gómez.	Sobrecarga,	
		Informales a	Informales a			Síndrome de	
		Cargo de	Cargo de			Burnout,	
		Personas	Personas			COVID-19,	
		Mayores	Mayores			Personas	
		Dependientes e	Dependientes e			Mayores.	
		Implicancias en	Implicancias en				
		el Desempeño	el Desempeño				
		del Rol de	del Rol de				
		Cuidar en	Cuidar en				
		Periodo de	Periodo de				

		Confinamiento Social por COVID-19”	Confinamiento Social por COVID-19”				
--	--	--	--	--	--	--	--

Scielo	articulo	SOBRE CARGA, APOYO SOCIAL Y AUTOCUIDA DO EN CUIDADORE S INFORMALES	Conocer el nivel de sobrecarga, el apoyo social percibido, la capacidad de agencia de autocuidado y otros factores relacionados, en cuidadores/as informales de pacientes dependientes de	2012	Karina Espinoza Miranda, Viviane Jofre Aravena	Sobrecarga, apoyo social, autocuidado, cuidadores.	https:// www.scielo.cl/s cielo.php?pid= S0717- 955320120002 00003%20&scr ipt=sci_arttext
--------	----------	--	---	------	--	--	---

			la comuna de Tomé, Chile.				

sCielo	articulo	Interven	identific	2014	Ara	adulto	http://w
		ción en	ar la situación		mercedes	mayor,	ww.scielo.org.c
		cuidadores	actual de los		Cerquera	dependencia,	o/scielo.php?pi
		informales de	programas de		Córdoba,	cuidador	d=\$1900-
		pacientes con	Intervención de		Daysy	informal,	238620140002
		demencia en	los cuidadores		Katherine	demencia,	00006&script=
		Colombia: una	informales de		Pabón Poches	intervención.	sci_arttext
		revisión	pacientes con				
			demencia tipo				
			Alzheimer por				
			el desempeño				
			de su labor por				
			medio de una				
			revisión				
			científica.				

scienced	articulo	Sobrecarga y Burnout en cuidadores informales del adulto mayor	Conocer las condiciones personales, de sobrecarga y su relación con el Síndrome de Burnout en el cuidador informal del adulto mayor.	2015	M.J. De Valle-Alonso, I.E. Hernández-López, M.L. Zúñiga-Vargas y P. Martínez-Aguilera	Anciano ; Adulto mayor; Cuidadores familiares; Sobrecarga; Síndrome de Burnout; México	https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1665706315000184
----------	----------	--	--	------	---	--	---

reposito rio UNICAN	articulo	Cuidar al cuidador informal	Describi r la figura y la situacion actual del cuidador informal en España	2014	Maria Gomez Soto	cuidado res, atencion de enfermeria, dependencia.	https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/5100
------------------------	----------	-----------------------------------	---	------	---------------------	--	---

reposito rio UNAB	articulo	Relació n entre sobrecarga y competencias del cuidar en cuidadores informales de personas con enfermedades crónicas	Identific ar la relacion entre competencias de cuidar y sobrecarga en cuidadores informales de personas con enfermedades cronicas.	2020	Julia Elena Del Ángel-García, Rodrigo César León Hernández, Gregorio Méndez Santos, Isabel Peñarrieta de Córdova, Florabel Flores- Barrios	Cuidado res; Enfermedades Crónicas; Pacientes; Adulto; Diabetes Mellitus; Hipertensión	https://r epository.unab. edu.co/handle/2 0.500.12749/99 02
----------------------	----------	--	--	------	--	--	---

sCielo	articulo	Carga	Caracter	2019	Dany	cuidado	https://
		en cuidadores informales primarios de personas adultas con enfermedades neurológicas crónicas	izar la carga en cuidadores informales primarios de personas con enfermedades neurológicas crónicas de expresión clínica en el adulto.		Fernández Vega, Alexis Lorenzo Ruiz, Tatiana Zaldivar Vaillant	res; carga del cuidador; enfermedades neurológicas crónicas; cuidadores primarios; cuidadores informales	www.scielosp.o rg/article/rcsp/2 019.v45n2/e15 10/es/

	artículo	factores	Examin	2015	Carolina	Calidad	https://ri
		psicosociales y sobrecarga del cuidador informal. resultados preliminares en cuidadores familiares de pacientes con enfermedades cerebrovasculares	ar la relación de la sobrecarga del cuidador familiar con: la presencia de síntomas neuropsiquiátricos en el paciente y el estado de ánimo y calidad de vida percibidos del cuidador		Feldberg, Ricardo F. Allegri, Gastón Saux, Florencia Tartaglini, Dorina Stefani, Natalia C. Irrazábal,* Adriana Leis, Galeno Rojas, Verónica Somale, Fernando	de vida, cuidador familiar, depresión enfermedad cerebrovascular, trastornos conductuales	.conicet.gov.ar/handle/11336/42002

					Cáceres, Ignacio Demey		
--	--	--	--	--	---------------------------	--	--

DIALN ET UNIRIOJA	articulo	Cansanc io, cuidados y repercusiones en cuidadores informales de adultos mayores con enfermedades crónico degenerativas	Determi nar la relación que existe entre el cansancio, el cuidado y los efectos a la salud del cuidador.	2014	María Asunción Vicente Ruiz, Carmen de la Cruz García, Ramón Antonio Morales Navarrete, Clara Magdalena Martínez Hernández y María de los Ángeles	Adulto mayor, enfermedades crónico degenerativas, cuidador, cansancio, cuidados, repercusiones	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6477855
----------------------	----------	--	---	------	--	--	---

					Villarreal Reyna		
--	--	--	--	--	---------------------	--	--

research gate	articulo	CARGA A, DEPRESIÓN Y FAMILISMO EN CUIDADORES S INFORMALES COLOMBIAN OS DE PACIENTES CON ESQUIZOFRE NIA Y PACIENTES	El objetivo de este estudio se centra en comparar los niveles de carga y depresión, así como las relaciones entre estas variables y dos factores del familismo (obligación familiar y apoyo esperado	2020	Belvy Mora- Castañeda1 , Alberto Fernández- Liria2 , María Pedroso- Chaparro3 y María Márquez- González4	esquizof renia, demencia, cuidadores informales, carga, depresión, familismo.	https:// www.researchg ate.net/profile/ Belvy-Mora- Castaneda/publ ication/357057 458_CARGA_ DEPRESION_ Y_FAMILISM O_EN_CUIDA DORES_INFO RMALES_CO LOMBIANOS _DE_PACIEN TES_CON_ES
------------------	----------	--	--	------	--	--	--

		CON DEMENCIA1	de la familia), entre cuidadores colombianos de personas diagnosticadas de esquizofrenia y cuidadores de personas diagnosticadas de demencia.				QUIZOFRENI A_Y_PACIEN TES_CON_DE MENCIA_1/lin ks/61ba0d08fd 2cbd7200a17c0 8/CARGA- DEPRESION- Y- FAMILISMO- EN- CUIDADORE S- INFORMALES -
--	--	------------------	--	--	--	--	---

							COLOMBIAN OS-DE- PACIENTES- CON- ESQUIZOFRE NIA-Y- PACIENTES- CON- DEMENCIA- 1.pdf
--	--	--	--	--	--	--	---

	artículo	Carga	ribir la	2021	Ángela	Atenció	https://r
		del cuidador y	carga del		María Henao-	n de	evistas.ufps.edu
		resiliencia de	cuidador y		Castaño1*Jeim	Enfermería;	.co/index.php/c
		enfermeros en	resiliencia de		my Johana	resiliencia	ienciaycuidado/
		atención	los enfermeros		Blanco-	psicológica;	article/view/30
		domiciliaria	que brindan		Caviedes2Eliza	infecciones por	60
		durante	cuidado en		beth Fajardo-	coronavi-rus;	
		pandemia	programas de		Ramos	atención	
		covid-19	atención			domiciliaria;	
			domiciliaria en			cuidador	
			época de				
			pandemia.				

Scielo	articulo						http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2227-47312020000100004
--------	----------	--	--	--	--	--	---

DIALN ET UNIRIOJA	articulo	Ajuste familiar durante la pandemia de la COVID-19: un estudio de días	conocer las variables que explicaban los problemas de ajuste emocional familiar ante la pandemia del COVID-19, teniendo en cuenta las días de progenitores y sus hijos adolescentes.	2020	Laura Lacomba-Trejo1 , Selene Valero-Moreno1 , Silvia Postigo-Zegarra2 , Marián Pérez-Marín1 , & Inmaculada Montoya-Castilla1	Adolescencia; Cuidador familiar; COVID-19; días; Ajuste psicológico.	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7649334
----------------------	----------	--	--	------	--	--	---

sCielo	articulo	Sobrecarga del cuidador principal del paciente con enfermedad renal crónica durante la pandemia por SARS-CoV-2	describir el nivel de sobrecarga de cuidador principal de los pacientes con enfermedad renal crónica que reciben tratamiento renal sustitutivo en un centro hospitalario de segundo nivel	2021	Ana Grecia Cárabes Espino, Clara Teresita Morales-Álvarez, Maritza Lizeth Cárdenas-Rodríguez, José Manuel Herrera-Paredes	Insuficiencia renal; Cuidadores; Infecciones por coronavirus; Pandemia. (DeCS)	https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-60942021000100307
--------	----------	--	---	------	---	--	---

			en época de pandemia.				
--	--	--	--------------------------	--	--	--	--

sCielo	articulo	Experie	Identific	2022	Carlos	Cuidado	https://
		ncias en ar las	las		Alberto Catalán	res; COVID-19;	www.scielo.org
		cuidadores de experiencias en	experiencias en		-Gómez,Milton	Adulto mayor;	.mx/scielo.php?
		adultos cuidadores de	cuidadores de		Carlos	Diabetes	script=sci_arte
		mayores con adultos	adultos		Guevara-	mellitus tipo 2	xt&pid=S2448-
		diabetes mayores con	mayores con		Valtier, Leticia	(DeCS)	609420220001
		mellitus tipo 2 diabetes	diabetes		Reyna-		00203
		durante la mellitus tipo 2	mellitus tipo 2		Ávila,Velia		
		pandemia durante la	durante la		Margarita		
		COVID-19 pandemia	pandemia		Cárdenas-		
			COVID-19.		Villareal,María		
					de los Ángeles		
					Paz Morales		

sCielo	articulo	Factores de riesgo psicosocial y calidad de vida durante el confinamiento por covid-19 en universidades	identificar los factores de riesgo psicosocial (FRPS) que influyen con más peso en la calidad de vida del personal de universidades y las características sociodemográficas y laborales que diferencian	2022	Diana Gisela Díaz Patiño, Ana Anaya Velasco, Felipe Santoyo Telles	calidad de vida; covid-19; factores de riesgo psicosocial; trabajadores; pandemia; psicología social	https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672022000100028&lang=es
--------	----------	---	---	------	--	--	---

			la percepción de los FRPS después de 15 meses de confinamiento por la pandemia de la covid-19				
--	--	--	---	--	--	--	--

sCielo	articulo	Relacio nes interpersonales y violencia en el sistema familiar en confinamiento por COVID 19 en América Latina: revisión sistemática*	Analizar las relaciones interpersonales y violencia en el sistema familiar en proceso de confinamiento COVID-19 en América Latina desde 2020 a 2021.	2022	Carmen Zambrano- Villalba, Ricardo Sánchez- Medina	Relacio nes interpersonales; violencia intrafamiliar; confinamiento; pandemia; COVID-19	http://w ww.scielo.org.c o/scielo.php?sc ript=sci_arttext &pid=S2011- 453220220001 00216&lang=es
--------	----------	---	--	------	---	--	--

sCielo	articulo	Impacto	exponer	2020	Moisés	Demenc	http://w
		psicosocial de	las posibles		Schapira	ia; Coronavirus;	www.scielo.org.a
		la pandemia por	dificultades			Plan de acción	r/scielo.php?pid
		COVID-19 en	presentadas por				=S1853-
		adultos	personas con				810X20200003
		mayores con	demencia en el				00004&script=
		demencia y sus	contexto de la				sci_arttext
		cuidadores	pandemia por				
			COVID-19,				
			evaluar el				
			impacto del				
			aislamiento				
			físico y del				
			distanciamiento				
			social en				

			pacientes con compromiso cognitivo preexistente, y mitigar las consecuencias de la pandemia en los pacientes y en sus cuidadores				
--	--	--	---	--	--	--	--

revistas	artículo	bienestar	exploró	2022	Regina	Trastorn	https://r
USAC		psicológico y el bienestar	psicológico en		Fernández-	o de sueño,	evistas.usac.ed
		respuesta	psicológico en		Morales,Nasri	aislamiento,	u.gt/index.php/
		conductual	adultos de la		n D.	higiene,	csh/article/view
		durante el	ciudad de		Alloud,Marialy	depresión,	/1004
		confinamiento	Guatemala,		s Castellanos-	alimentación	
		domiciliar	seleccionados a		Cárdenas,Cele		
		decretado por la	través de un		ste L.		
		pandemia del	muestreo por		Espel,Isolda		
		COVID-19 en	redes durante el		Fortin,Karla		
		adultos de la	confinamiento		García-		
		ciudad de	domiciliar		Sáenz,Alesa		
		Guatemala	decretado por la		Guerra,Katia L.		
			pandemia del				
			COVID-19 en				

			su etapa de conten-ción.		Liquez,Karen L. Marroquín- Crocker, José Morales- Reyna		
--	--	--	-----------------------------	--	---	--	--

		Salud mental de los pacientes con enfermedades crónicas durante la pandemia por COVID-19				Coronav irus, COVID- 19, enfermedades crónicas, salud mental, autocuidado.	https:// www.proquest. com/openview/ bae3c2acac867 edf98ebbf6285 da4d9e/1?pq- origsite=gschol ar&cbl=121640 4
--	--	---	--	--	--	--	---

sCielo	articulo	Exper iencias de cuidadoras informales en contextos de emergenci a social y sanitaria de la región del Biobío	analiz ar la experiencia de cuidar a un tercero en contexto de emergencia social y sanitaria, desde la perspectiva de cuidadoras informales	2021	Andre a Fuentes Aguilar,Cés ar Castillo Chávez,Jav iera López Aedo,Catali na Sepúlveda Ávila, Rosa Sepúlveda Saravia	Cuida dor/a; Estrategias de Afrontamien to; Apoyo Percibido y Efecto Emocional	https:// www.scielo.cl/s cielo.php?pid= S0719- 772120210003 00121&script= sci_arttext
--------	----------	--	---	------	---	--	---

			de la Región del Biobío.				
--	--	--	-----------------------------	--	--	--	--

revista	artículo	Impacto psicosocial e intervenciones de apoyo para cuidadores informales de personas dependientes en México	n hacer una revisión de las condiciones, circunstancias, necesidades e impactos psicosociales en los cuidadores informales, derivados de su actividad de procurar asistencia a un dependiente	2021	Hurtado -Vega, Juan Carlos	cuidado res informales, personas dependientes, impacto psicosocial, estrategias de intervención.	http://ri.iberomx:8080/handle/iberomx/6035
---------	----------	--	---	------	----------------------------	--	--

reposito rio UPCH	teisis	“DEPR ESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS CUIDADORE S DE PACIENTES CRÓNICOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA 2020- 2021	Determi nar el nivel de depresión, ansiedad y estrés en los cuidadores de pacientes crónicos que fueron atendidos en el consultorio de Medicina Familiar del Hospital Nacional	2022	Efi Isabel Ocmín López	Depresi ón, Ansiedad, Estrés, Cuidadores, Atención Primaria	https://r epositorio.upch .edu.pe/bitstrea m/handle/20.50 0.12866/11624/ Depresion_Oc minLopez_Efi. pdf?sequence= 1
----------------------	--------	--	--	------	------------------------------	--	---

			Cayetano Heredia entre los años 2020 y 2021.				
--	--	--	---	--	--	--	--

		<p>Efectos de cuidar a personas mayores con Alzheimer sobre el bienestar, depresión y sobrecarga física de los cuidadores informales: Una revisión bibliográfica.</p>	<p>detectar los efectos que repercuten en el cuidador informal respecto al cuidado de personas mayores dependientes que presentan alzheimer o demencia.</p>	2021	<p>Miguel Ángel Moreno Díaz.</p>	<p>persona s mayores, intervenciones, cuidadores informales, sobrecarga física, depresión, bienestar, demencia y alzheimer.</p>	<p>http://dspace.umh.es/handle/11000/26095</p>
--	--	---	---	------	----------------------------------	---	--