

# SÍNDROME DE BURNOUT EN CUIDADORES FORMALES E INFORMALES DEL ADULTO MAYOR. REVISIÓN INTEGRATIVA DE LA LITERATURA

Gerencia del cuidado  
Semillero de Matices

Auxiliar de Investigación: Natalia Bedoya Buritica  
Investigadores: Lilia Andrea Buitrago Malaver- Mercy Soto Chaquir

# RELACIÓN DE LAS ETAPAS EN LAS CUALES SE DESEMPEÑARON COMO AUXILIARES DE INVESTIGACIÓN

- Búsqueda en las bases de datos
- Elaboración de la matriz de artículos
- Revisión y discusión de artículos
- Clasificación de los artículos de acuerdo a los criterios de inclusión
- Construcción del artículo

# SEGÚN DATOS PRELIMINARES POR EL DANE. SEP,05,2018

- Quindío tiene el mayor índice de envejecimiento con: 70.43%
- Valle del cauca: 60.28%
- Risaralda: 59.54 %
- Tolima: 52.08 %
- Nariño: 50.82%
- Bogotá: 50.17%

Dane alerta por rápido ritmo de envejecimiento de la población colombiana



# PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

- Aumento de los reportes de síndrome de burnout en los cuidadores formales e informales de los adultos mayores.
- Una alta prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles en el adulto mayor como: HTA, Insuficiencia cardíaca, osteoporosis, Parkinson, demencia, diabetes, cáncer
- El 80% de las patologías se manejan en casa

- Cuanto mayor el grado de dependencia funcional, mayor el grado de fragilidad lo cual eleva el nivel de sobrecarga del cuidador y afecta la calidad de vida del cuidador y del adulto mayor



# PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son las características del síndrome de burnout en cuidadores formales e informales del adulto mayor, según revisión integrativa de la literatura?



# JUSTIFICACIÓN

- El cuidado del paciente conlleva una gran carga y afectaciones en la esfera social, psicológica, económica y laboral, y del estado de salud en general, que puede repercutir en la calidad de vida del enfermo y del propio cuidador



# JUSTIFICACIÓN

El síndrome de Burnout se manifiesta con ira, frustración, periodos de insomnio, irritabilidad, ansiedad y depresión, lo que puede llevar a la deshumanización en la atención del adulto mayor.

Siendo necesario iniciativas y proyectos de desarrollo social que aumenten las redes de apoyo, además, mejorar el plan de apoyo al cuidador del adulto mayor con dependencia severa.



- Se requiere desde el conocimiento de las características asociadas al burnout, realizar propuestas para favorecer redes de apoyo social, combinar tratamientos e incrementar los programas de salud pública en contacto con la comunidad.



# MARCO DE REFERENCIA

En 1974, el médico psiquiatra Herbert Freudenberger que trabajaba como asistente voluntario en la Free Clinic de Nueva York para toxicómanos, observó que al cabo de un periodo largo, entre 1 y 3 años de trabajo la mayoría sufrían una progresiva pérdida de energía, desmotivación, falta de todo interés por el trabajo hasta llegar al agotamiento, junto con varios síntomas de ansiedad y de depresión

El tipo de trabajo que estas personas hacían se caracterizaba por carecer de horario fijo, contar con un número de horas muy alto, tener un salario muy escaso y un contexto social muy exigente, tenso y comprometido

Freudenberger describió cómo estas personas se vuelven menos sensibles, poco comprensivas y hasta agresivas en relación con los pacientes, con un trato distanciado y cínico con tendencia a culpar al paciente de los propios problemas que padecía.

# DEFINICIÓN BURNOUT

Freudenberger (1974) define burnout como, sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resultaba de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador



# DEFINICIÓN DE CUIDADOR

Se ha definido al cuidador como “aquella persona que asiste o cuida a otra persona afectada de cualquier tipo de discapacidad, minusvalía o incapacidad que le dificulta o impide el desarrollo normal de sus actividades vitales o de sus relaciones sociales



# TIPOS DE CUIDADORES

## Informales

Los cuidadores “informales” no disponen de capacitación, no son remunerados por su tarea y tienen un elevado grado de compromiso, se caracteriza por el afecto y una atención sin límites de horarios. El apoyo informal es brindado principalmente por familiares



# Formales

Este termino hace referencia al personal profesional responsable del cuidado del paciente geriátrico, el que compartirá con el cuidador familiar el carácter directo y prolongado de la atención, aunque con límite de horarios y menor compromiso afectivo.



# DEFINICIÓN ADULTO MAYOR

Según los criterios de la OMS, se define como adulto mayor a toda persona mayor de 60 años, subdivididas en las siguientes categorías.

- Tercera edad: 60-74 años
- Cuarta edad: 75-89 años
- Longevos: 90-99 años
- Centenarios: 100 años





# OBJETIVO GENERAL

Evaluar según la literatura las características y los factores asociados al síndrome de burnout en cuidadores formales e informales del adulto mayor



# OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los factores que contribuyen en la aparición del síndrome de burnout en cuidadores formales e informales de adulto mayor
- Identificar cuales son las características físicas y emocionales del Síndrome de burnout en cuidadores formales e informales de adulto mayor.

# METODOLOGÍA

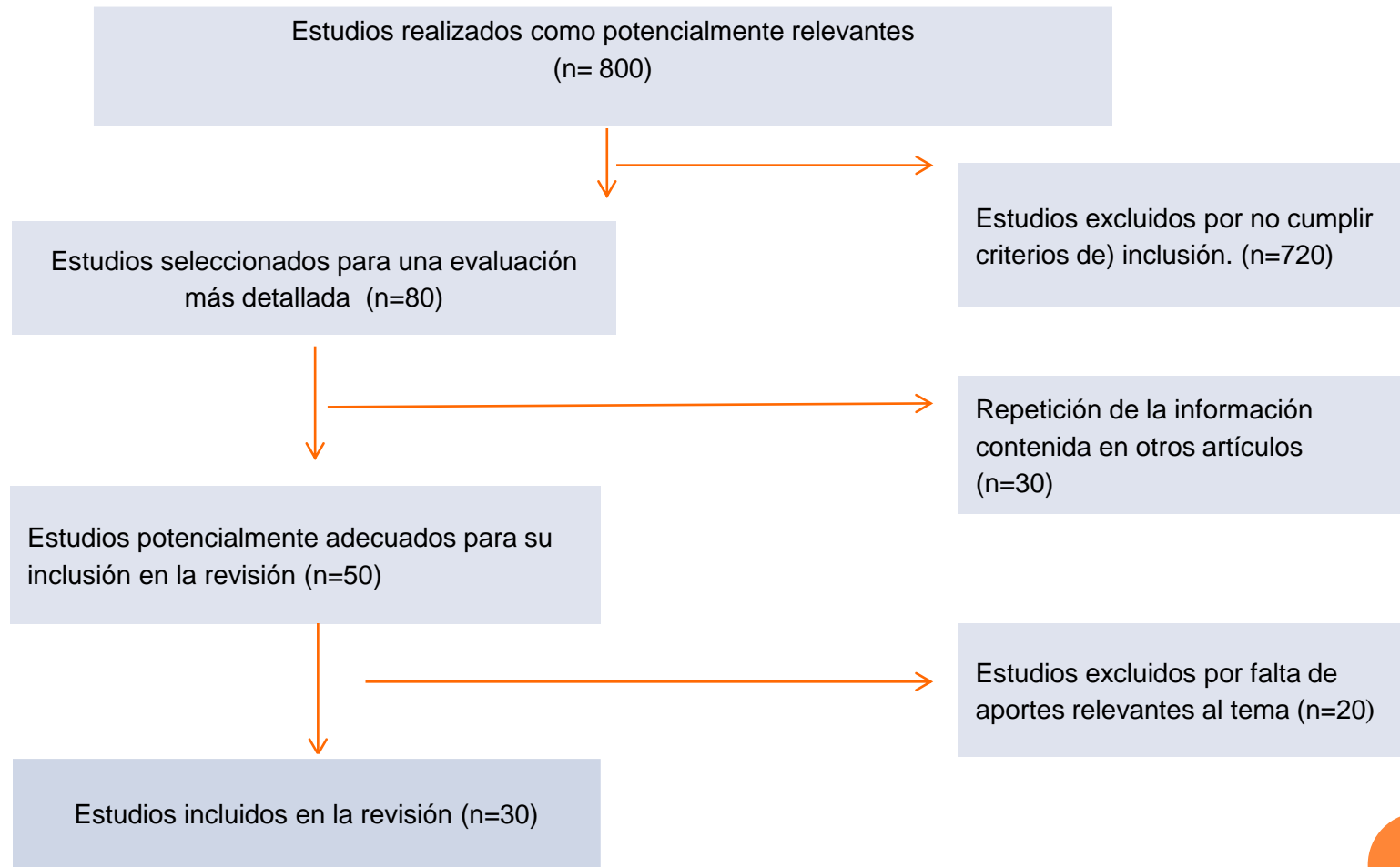
**Criterios de inclusión:** Artículos publicados en bases de datos que respondieran a los objetivos del trabajo, en idioma inglés y español, que cumplieran con los descriptores: síndrome de burnout, cuidador informal, cuidador formal, adulto mayor.

**Criterios de exclusión:** se tuvo en cuenta el año de publicación, fuentes no confiables y otros artículos que no estaban relacionados directamente con el tema de la revisión.

# RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se encontraron 800 artículos totales en las diferentes bases de datos incluidas: Scopus 243, Sciencedirect 280, Ovid35, Medline19, pubMed17, Lilacs28, ProQuest159, cuiden19. Del total de estos artículos 80 cumplían con los criterios de selección, de estos 30 eran adecuados para ser incluidos en el estudio, un 6 % corresponde a estudios cualitativos. (Figura 1 Diagrama de la selección de los artículos)

# DIAGRAMA DE LA SELECCIÓN DE ARTICULOS



# RESULTADOS Y DISCUSIÓN

- En esta revisión se puede evidenciar que ambos cuidadores, formales e informales presentan en algún momento de su vida síndrome de Burnout, con manifestaciones físicas y emocionales similares.
- Según la revisión de los artículos el síndrome de Burnout se presenta con altos niveles en los cuidadores informales comparado con los cuidadores formales

- En ambos cuidadores el síndrome de Burnout se manifiesta con ira, frustración, periodos de insomnio, irritabilidad, ansiedad y depresión.
- El factor que genera mayor presencia del síndrome es el tiempo diario dedicado al cuidado, la deficiencia en el apoyo familiar y la no remuneración en caso de los cuidadores informales

- En cuanto a género un porcentaje del 83.6 % eran mujeres tanto en cuidadores formales como en los informales.
- La edad promedio de los cuidadores oscila entre 35 a 58 años de edad.



- En cuanto a la sobrecarga intensa se presento en los cuidadores informales en un porcentaje del 58.5% de los cuidadores.
- Mientras que en los cuidadores formales se presento en un 33.9% de los cuidadores.

- Sobre los cuidadores informales, se encuentra reiteradamente en la literatura que son mujeres, en su mayoría, amas de casa, con bajo nivel de escolaridad hijas o esposas de la persona receptora del cuidado
- Los cuidadores formales, deben hacer frente a estresores de forma similar a los cuidadores informales, sin embargo, el rol específico de cuidar y recibir un salario, cumplir un horario hace que la labor difiera de forma considerable de la realizada por los cuidadores informales.

# CONCLUSIONES

- El factor relacionado con la sobrecarga y el Burnout fue el tiempo diario dedicado al cuidado.
- Los cuidadores principales son de sexo femenino, por lo tanto se encontró reporte en la literatura, mayor porcentaje de afectación de burnout en las mujeres
- La realización personal es el área más afectada.

- En el cuidador familiar, no formal el síndrome de burnout se manifiesta por pérdida de su identidad, deja de ser el/ella misma convirtiéndose en una relación enfermiza, descuidando su salud física y mental lo que podría afectar el cuidado y bienestar de ambos el paciente/cuidador



- Los cuidadores profesionales se encuentran inmersos en unos niveles críticos que pueden llegar a poner en riesgo su bienestar físico, psicológico y social, motivo por el cual, es necesario seguir profundizando en el estudio del fenómeno



- Los adultos mayores con enfermedades crónicas neurológicas o alteraciones mentales generan mayor dependencia contribuyendo a que se desencadene el síndrome de burnout.
- Es mayor la presencia de sobrecarga en el cuidador informal, lo que se explica porque conviven en el mismo domicilio del adulto mayor y por ende dedican más tiempo a cargo del paciente y no reciben remuneración económica por su trabajo.

# RECOMENDACIONES

- Establecer programas de capacitación para generar habilidades en el cuidado del adulto mayor
- Educar a los cuidadores sobre la importancia de tener espacios para su autocuidado y así poder brindar una atención idónea al adulto sin poner en riesgo su propia salud
- Enseñarle al cuidador que realice actividades que lo apasionen ( ejercicio, deportes, compartir con amistades)

# BIBLIOGRAFÍA

- De Valle-Alonso M.J., Hernández-López I.E., Zúñiga-Vargas M.L., Martínez-Aguilera P.. Sobrecarga y Burnout en cuidadores informales del adulto mayor. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2015 Mar [citado 2018 Nov 07] ; 12( 1 ): 19-27. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632015000100004&lng](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632015000100004&lng)
- Gutiérrez-Rojas Luis, Martínez-Ortega José M., Rodríguez-Martín Francisco D.. La sobrecarga del cuidador en el trastorno bipolar. *Anal. Psicol.* [Internet]. 2013 Mayo [citado 2018 Nov 07] ; 29( 2 ): 624-632. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-97282013000200036&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000200036&lng=es). <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.2.124061>
- RIVERA MORET, Maritza; HERNÁNDEZ, Iliá Rosario; CUEVAS TORRES, Marilis. Síndrome de quemarse en el trabajo y factores de apoyo a cuidadores de personas con enfermedad de Alzheimer. *Informes Psicológicos*, [S.l.], v. 15, n. 1, p. 13 - 30, oct. 2015. ISSN 2422-3271. Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/5467>>. Fecha de acceso: 12 ago. 2018 doi:<http://dx.doi.org/10.18566/infpsicv15n1a01>
- Castillo Avila, I, Torres Llanos, N, Ahumada Gomez, A, Cárdenas Tapias, K, Licon Castro, S. Estrés laboral en enfermería y factores asociados. Cartagena (Colombia). *Salud Uninorte* [Internet]. 2014;30(1):34-43. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81730850005>



- Cerquera Córdoba, Ara Mercedes, & Galvis Aparicio, Mayra Juliana. (2014). Efectos de cuidar personas con Alzheimer: un estudio sobre cuidadores formales e informales. *Pensamiento Psicológico*, 12(1), 149-167. Retrieved August 11, 2018, from [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-89612014000100011&lng=](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612014000100011&lng=)
- Carreño Moreno SP, Barreto Osorio RV, Duran Parra M, Támara Ortiz V, Romero E. Habilidad de cuidado y sobrecarga en cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. *Revista Cubana de Enfermería [revista en Internet]*. 2016 [citado 2018 Ago 11];32(3):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/951>
- Lilian camacho estrada, gladys yokebedhinostrosa arvizu, araceli jiménez mendoza.. sobrecarga del cuidador primario de personas con deterioro cognitivo y su relación con el tiempo de cuidado. *enfermería universitaria eneo-unam*.2010{citado 2018 nov 12}.disponible en:www.revistas.unam.mx/index.php/reu/article/view/25024/23530
- Moreira de Souza R., Turrini R.N.T.. Paciente oncológico terminal: sobrecarga del cuidador. *Enferm. glob. [Internet]*. 2011 Abr [citado 2018 Ago 09] ; 10( 22 ). Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412011000200013&lng=e](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412011000200013&lng=e)

- José Carlos Rodríguez Ruiz, María Isabel Archilla Castillo, Mónica Archilla Castillo.. La sobrecarga de los cuidadores informales. *Metas de enfermería*, ISSN 1138-7262 [revista en la Internet]. 2014{Citado 2018 Nov 12}. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4609748>
- Carlos Vázquez-García, Ramón Esperón, María del Refugio González-Losa.. Síndrome de Burnout en cuidadores de adultos mayores que trabajan en casas de asistencia social. *Revista de Investigación Clínica* [revista en la Internet]. 2013{ Citado 2018 Nov 12}. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revinvcli/nn-2013/nn136g.pdf>
- Mayra Juliana Galvis, Ara Mercedes Cerquera Córdoba.. Relación entre depresión y sobrecarga en cuidadores de pacientes con demencia tipo alzhéimer. *Psicología Desde el Caribe*, 2(33), 190-205. 2016{Citado 2018 Novi 12}. Disponible en: DOI: <http://dx.doi.org/10.14482/psdc.33.2.6307>
- Pablo Santiago Ruth, Domínguez Trejo Benjamín, Peláez Hernández Viridiana, Rincón Salazar Santiago, Orea Tejeda Arturo. Sobrecarga y autoeficacia percibida en cuidadores primarios informales de pacientes con insuficiencia cardíaca. *Rev Clin Med Fam* [Internet]. 2016 Oct [citado 2018 Ago 10]; 9(3): 152-158. en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1699-695X2016000300004&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2016000300004&lng=es).

- Benítez M, Carreño Moreno S. Habilidad de cuidado y sobrecarga en cuidadores familiares de personas con cáncer. RFS [Internet]. 1jul.2015 [citado 11ago.2018];7(2):9-4. Available from:  
<https://www.journalusco.edu.co/index.php/rfs/article/view/949>
- Baztán, J. J., Pérez del Molino, J., Alarcón, T., San Cristobal, E., Izquierdo, G., & Manzarbeitia, J... Inventario de sobrecarga en la familia de pacientes con Alzheimer Cuidadores sin formación especializada, International Journal of Clinical and Health Psychology (2017 17, 56---64. Disponible en:www.elsevier.es/ijchp
- Pérez José Javier Navarro, Marqués Ángela Carbonell.. Sobrecarga familiar, apoyo social y salud comunitaria en cuidadores de personas con trastorno mental grave. Rev. esc. enferm. USP [Internet]. 2018 [cited 2018 Nov 13] ; 52: e03351. Available from:http://www.scielo. br/scielo. hp?script=sci\_ arttext&pid=S0080 -62342018000100447&lng=en.
- Adriana Elizabeth Aguilar Gutiérrez, Jasmín Jiménez Reyes, Sobrecarga del cuidador principal del adulto mayor con enfermedad Alzheimer. Epistemus.2016.{ Citado 2018 Nov 12}. Disponible en:

- Javier Mar, Arantzazu Arrospide, Jose Maria Begiristain, Isabel Larrañaga, Ignacio Quemada.. Calidad de vida y sobrecarga de los cuidadores de pacientes con daño cerebral adquirido. Revista Española de Geriatria y Gerontología [revista en la Internet].2011{2018 Nov 12}.Dispob. en:<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0211139X11000862>
- *Vilma Tripodoro, Verónica Veloso, Victoria Llanos.. Sobrecarga del cuidador principal de pacientes en cuidados paliativos. Argumentos. Revista de crítica social [revista en la Internet].2015{Citado 2018 Nov 12}. Disponible en:<https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/argumentos/article/view/1324/1216>*
- Paula Nogueira, Soraia Assad Nasbine Rabeh, Maria Helena Larcher Caliri, Rosana Spadoti Dantas, Vanderlei José Haas.. sobrecarga del cuidado e impacto en la calidad de vida relacionada a la salud de los cuidadores de individuos con lesión medular. Latino-Am. Enfermagem. nov.-dic. 2012 20(6):[09{Citado 2018 Nov 12}.[http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n6/es\\_06.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n6/es_06.pdf)
- Vázquez-García C, Esperón R, González-Losa MR.. Síndrome de Burnout en cuidadores de adultos mayores que trabajan en casas de asistencia

- Inmaculada Méndez, Esther Secanilla, Juan P. Martínez y Josefa Navarro.. Estudio comparativo de burnout en cuidadores profesionales de personas mayores institucionalizadas con demencias y otras enfermedades. Psychology and Education. [revista en la Internet].2011 {Citado 2018 Nov 12}. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/>
- Torres pinto Xiomara, Carreno moreno sonia, Chaparro Diaz Lorena.. Factores que influyen lahabilidad y sobrecarga del cuidadorfamiliar del enfermo crónico. Univ. Ind. Santander. Salud[online]. 2017, vol.49, n.2, pp.330-338. ISSN 0121-0807{Citado 2018 Novi 12}. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18273/revsal.v49n2-2017006>
- Benítez M, Carreño Moreno S. Habilidad de cuidado y sobrecarga en cuidadores familiares de personas con cáncer. RFS [Internet]. 1jul.2015 [citado 11ago.2018];7(2):9-4. Available from: <https://www.journalusco.edu.co/index.php/rfs/article/view/949>
- Godoy Ramírez, Pérez verdun,Domenech del Rio, Prunera Pardell.. Sobrecarga del cuidador y apoyo social percibido por pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).Elsevier.2014.{Citado 2018 Novi12}.Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-calidad-asistencial-256-articulo-sobrecarga-del-cuidador-y-apoyo-social-01124989X14001171>

- Deví Bastida Josep, Naqui Esteve Maria, Jofre Font Susanna, Fetscher Eickhoff Albert. Relación entre el burnout y la calidad de vida del cuidador de personas con demencia. Gerokomos [Internet]. 2016 Mar [citado 2018 Nov 16] ; 27( 1 ): 19-24. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2016000100005&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2016000100005&lng=es).
- Velázquez Pérez Yuneisi, Espín Andrade Margarita. Repercusión psicosocial y carga en el cuidador informal de personas con insuficiencia renal crónica terminal. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2014 Mar [citado 2018 Nov 15] ; 40( 1 ): 3-17. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662014000100002&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662014000100002&lng=es).
- Villarejo Aguilar L., Zamora Peña M.A., Casado Ponce G.. Sobrecarga y dolor percibido en cuidadoras de ancianos dependientes. Enferm. glob. [Internet]. 2012 Jul [citado 2018 Nov 16] ; 11( 27 ): 159-164. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412012000300009&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412012000300009&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412012000300009>.
- Flores G Elizabeth, Rivas R Edith, Seguel P Fredy. NIVEL DE SOBRECARGA EN EL DESEMPEÑO DEL ROL DEL CUIDADOR FAMILIAR DE ADULTO MAYOR CON DEPENDENCIA SEVERA. Cienc. enferm. [Internet]. 2012 Abr [citado 2018 Nov 16] ; 18( 1 ): 29-41. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95532012000100004&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532012000100004&lng=es) <http://dx.doi.org/10.4067/S0717->

- Stackfleth Renata, Diniz Marina Aleixo, Fhon Jack Roberto Silva, Vendruscolo Thais Ramos Pereira, Fabrício-Whebe Suzele Cristina Coelho, Marques Sueli et al . Sobrecarga de trabajo em cuidadores de idosos fragilizados que vivem no domicílio. Acta paul. enferm. [Internet]. 2012 [cited 2018 Nov 16; 25( 5 ): 768-774. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-21002012000500019&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002012000500019&lng=en). <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002012000500019>
- Martínez Rodríguez Lesnay. Ansiedad, depresión y sobrecarga en cuidadores de adultos centenarios. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2018 Dic [citado 2018 Nov 16] ; 44( 4 ): 61-72. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662018000400061&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662018000400061&lng=es).

# **EL CUIDADO A OTROS PASA POR EL CUIDADO DE LOS CUIDADORES**



Con demasiada frecuencia subestimamos el poder de una caricia, una sonrisa, una palabra amable, un oído atento, un cumplido honesto o el más mínimo acto de cuidado, todos los cuales tienen el potencial de cambiar la vida.

Leo Buscaglia

# ¡GRACIAS!