

Rol de cuidar i salut de les cuidadores informals: aspectes positius de cuidar, estat d'ànim, sobrecàrrega i risc de maltractament a les persones dependents

Antecedents: L'experiència de cuidar comporta canvis en els rols familiars, laborals, aïllament social, un nivell elevat d'estrès crònic i conseqüències sobre la salut física i el benestar emocional de les cuidadores informals, a més d'una càrrega significativa de temps, logística i financera. Aquest efectes negatius per a la salut, les dificultats de les cures, la relació prèvia a la situació de dependència, la vulnerabilitat i dependència de les persones grans, es mantenen de manera consistent com a factors de risc de maltractaments en aquesta població. Aquests maltractaments són un fenomen "complex, polièdric i sovint ocult" en el qual influeixen múltiples situacions de risc relacionades amb l'entorn individual, relacional, comunitari i social de les persones. Tenen conseqüències rellevants en la salut i la qualitat de vida, el que fa necessària la prevenció i detecció de les situacions de risc i el recolzament a les cuidadores en relació a l'exercici del seu rol.

Objectius: Descriure les característiques sociodemogràfiques, els aspectes positius de cuidar, l'estat d'ànim, la sobrecàrrega i la seva relació amb el risc de maltractament a les persones cuidades per part de les cuidadores informals.

Mètodes:

Disseny: Estudi descriptiu transversal de les dades basals de la cohort de cuidadores informals.

Àmbit: 72 Equips d'Atenció Primària de Barcelona i àrea metropolitana i Girona.

Subjectes: Cuidadores informals (familiars o persones de l'entorn no retribuïdes) que tenien cura de persones majors de 65 anys, amb dependència moderada o severa (Barthel), amb capacitat de comprensió i expressió en català o castellà, de respondre els qüestionaris i acceptació voluntària de participació en l'estudi. Mostreig de conveniència i selecció per part de les infermeres, metgesses i treballadors socials dels EAP participants, entre les cuidadores principals que complien els criteris d'inclusió.

Font d'informació i instruments de mesura: Es va fer una entrevista estructurada mitjançant l'administració d'un qüestionari dissenyat ad hoc i instruments estandarditzats i validats. Es van recollir: edat, sexe, nivell d'instrucció, treball remunerat, hores diàries cuidant, disponibilitat d'ajuda, percepció de salut, aspectes positius de cuidar (escala de Tarlow), estat d'ànim (escala de depressió i ansietat de Goldberg), sobrecàrrega (escala de Zarit) i cribratge del risc de maltractament per part de les cuidadores informals (qüestionari CASE, validat al nostre entorn; positiu si puntuació ≥ 4).

Anàlisi estadística: Descriptiva i bivariada (proves habituals) i regressió logística (factors associats a CASE positiu).

Resultats: S'han inclòs en l'estudi 829 cuidadores informals, 686 (82,8) dones, amb una mitjana (DE) d'edat de 63,3 (12,1) anys i 42,4% majors de 65 anys. El 60% tenien estudis primaris i el 21,6% treball remunerat. La mitjana d'hores diàries cuidant era 17,6 (7,5), un 23,4% van dir que no tenien a ningú amb qui compartir la tasca de cuidar i el 30% no tenien gens de temps lliure per fer allò que els hi agrada. El 61,9 perceben la seva salut com a regular o dolenta, la mitjana de puntuacions dels aspectes positius de cuidar era 33,7 (7,7), el 55,1% presenta ansietat probable i el 59% depressió probable i el 68,2% sobrecàrrega. Un 33,4% tenia un test de CASE positiu relacionat amb els APC (OR=0,95; IC 95%: 0,93-0,98); l'ansietat (OR=1,96; IC 95%: 1,23-3,12); sobrecàrrega (OR=2,44,96; IC 95%: 1,45-4,12) i les conductes agressives de la persona cuidada (OR=2,49; IC 95%: 2,10-294).

Conclusions: Les cuidadores informals són majoritàriament dones, d'edat superior a 60 anys i dediquen unes 18 hores al dia a cuidar. Més de la meitat perceben la seva salut com regular o dolenta i tenen trastorns de l'estat d'ànim i sobrecàrrega. El risc de maltractament per part de les cuidadores és del 33% i es relaciona menor percepció dels aspectes positius del cuidar, l'ansietat i la sobrecàrrega i les conductes agressives de la persona cuidada.

Les intervencions dirigides al recolzament del cuidadors i de les cuidadores (períodes de descans, suport familiar, social i sanitari, ajuts a la dependència, ...), s'associen a disminució de la sobrecàrrega i de la simptomatologia ansiosa i depressiva en aquestes persones. És essencial que els professionals d'atenció primària prioritzin la detecció de les seves necessitats de salut (especialment la sobrecàrrega i l'ansietat) i altres determinants (suport familiar i social, suport dels professionals per a les cures, ...), com a estratègia per prevenir el risc de maltractament a les persones dependents.