

Carta al editor

Experiencias y necesidades comunes de cuidadores familiares de enfermedades no transmisibles

Common Experiences and Needs of Family Caregivers of Non-communicable Diseases

Maylin Ravelo Jimenez^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-8413-0253>

¹Universidad de Ciencias Médicas de Artemisa. Artemisa, Cuba.

*Autor para la correspondencia: maylinravelo5@gmail.com

Recibido: 15/05/2024

Aceptado: 18/06/2024

Estimado editor:

Para quien subscribe la presente misiva es muy inspirador compartir experiencias a través de esta vía, pues la carta al editor propicia el intercambio de conocimientos entre investigadores. Parece conveniente, entonces, hacer referencia a la publicación realizada por Valenzuela Mazabel y Ramírez Perdomo en el volumen 39 de 2023, titulada “Necesidades de cuidadores de personas con enfermedades crónicas no transmisibles”.⁽¹⁾

Es importante hacer alusión a este particular, pues es un tema muy pertinente, si se tiene en cuenta la vigencia que tienen, en la actualidad, los cuidados informales a personas dependientes y las crecientes necesidades referidas por los cuidadores familiares. Sin embargo, existen algunas investigaciones que se centran en la persona receptora de cuidados y no en el cuidador familiar, el cual a veces cambia su rol de persona proveedora de cuidados y se convierte en una persona enferma que necesita ser cuidada.⁽²⁾

Si bien resultan innegables las ventajas que proporciona el cuidar a personas con algún grado de dependencia en su propio entorno, también es importante hacer alusión a aquellos factores negativos que matizan el cuidado informal.⁽³⁾ Aunque algunas de esas vivencias son descritas por las autoras, cuando se refieren a la necesidad de apoyo social mencionan, de manera general, a los profesionales de la salud.⁽¹⁾ Sin embargo, es importante resaltar el compromiso y responsabilidad de los profesionales de Enfermería con el cuidado y el protagonismo de sus intervenciones en la comunidad.

Y es que la propia evolución histórica de la disciplina enfermera pone como centro la relación con la persona, a punto de partida de que el cuidado es la esencia y la razón de ser de la profesión.⁽⁴⁾ Otro elemento que parece adecuado resaltar es que con frecuencia los miembros de las familias cuidadoras se enfrentan a las acciones de cuidado sin tener conocimientos sobre la enfermedad, principales síntomas y pronóstico. Lo anterior dificulta la atención a personas dependientes, en especial, si la dependencia está asociada a trastornos demenciales.⁽³⁾

Es muy conveniente que los profesionales de la enfermería brinden un adecuado adiestramiento a los miembros de las familias cuidadoras, los cuales muchas veces carecen del dominio de técnicas de movilización, curas, soporte para la higiene, alimentación, medicación, entre otras. Muchas acciones que realizan estos cuidadores en la actualidad responden a la empírea, lo que con frecuencia suscita daños a la integridad física y emocional de las personas dependientes.⁽³⁾

De igual manera, la mala gestión de los sentimientos y emociones se asocia a mayor aparición de sobrecarga en los cuidadores familiares. Y es que no contar con estrategias psicológicas o de afrontamiento para enfrentarse al cuidado prolongado, genera en ellos mayor ansiedad y depresión.⁽³⁾ León declaró en 2022 que estos dos síntomas son los trastornos emocionales más prevalentes en los cuidadores.⁽⁵⁾ También se presentan sentimientos sobreañadidos de culpa, los cuales laceran la estabilidad emocional de quien provee cuidados.

En la publicación también las investigadoras se refieren a la necesidad de horas de descanso y esparcimiento.⁽¹⁾ En este sentido, es pertinente señalar que la interrupción de la vida social y laboral genera malestar a los cuidadores. Con frecuencia, para quien se dedica al cuidado, se frustran importantes proyectos de vida, aspiraciones académicas y privaciones de la vida

laboral con el consiguiente daño de la economía personal y familiar. Debido a las horas dedicadas al cuidado, también se interrumpe de manera significativa la vida social.⁽³⁾

Todos los elementos antes mencionados pudiesen contribuir a que muchos cuidadores tengan una percepción negativa relacionada con el cuidado. A su vez, esos elementos pudieran exacerbar los síntomas relacionados con la sobrecarga. Entonces, se hace necesario que las investigaciones e intervenciones de enfermería estén dirigidas no solo a las personas enfermas, sino que incluyan a los cuidadores familiares. La evidencia señala que muchas de esas necesidades referidas por los cuidadores son comunes, sin importar que enfermedad es la que causa la dependencia o la necesidad de ser cuidado.

Los profesionales de Enfermería deben enfocar sus acciones en estimular la práctica de la interdisciplinariedad e intersectorialidad en función del soporte al cuidado informal en las comunidades. Se precisa empoderar a los cuidadores de conocimientos, desarrollar habilidades relacionadas con el cuidado, orientar a la búsqueda de horas de descanso, además de entrenarlos en una adecuada gestión de las emociones negativas.

Cuidar es un arte y un privilegio para aquellos que, de alguna manera, sienten la necesidad de hacer el bien, de reciprocitar amor y comprensión, reforzar la empatía, desarrollar competencias y habilidades y fortalecer vínculos afectivos familiares. Es también una oportunidad para que la familia se refuerce como sistema. Más que enmarcar al cuidado como un elemento estresor, se le debe atribuir un carácter bidireccional y a la vez enriquecedor. De esta manera, todas las personas implicadas resultarán ganadoras.

Referencias bibliográficas

1. Valenzuela-Mazabel A, Ramírez-Perdomo CA. Necesidades de los cuidadores de personas con enfermedad crónica no transmisible. Rev Cubana Enfermer. 2023 [acceso 28/4/2024];39(1):e5923 Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/5923>
2. Ramírez-Perdomo CA, Cantillo-Medina CP, Perdomo-Romero AY, Rodríguez-Vélez MF, Escobar-Tobón AL. Cronicidad: significado construido por los cuidadores y las personas cuidadas. Cultura de los cuidados. 2024;68:75-90. DOI: <https://doi.org/10.14198/cuid.23039>

3. Ravelo-Jimenez M, Pascual-Cuesta Y, Cintado-Hernández LZ, Agirre-Raya DA. Experiencias de las familias cuidadoras de personas con enfermedad de Alzheimer. En: IV Convención Internacional de salud: 18,19, 20, 21 de octubre de 2022. La Habana, Cuba; 2022. [acceso 15/04/2024]. Disponible en: https://scholar.google.es/scholar?q=related:78wXJcJbrYKJ:scholar.google.com/&hl=es&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1714600149300&u=%23p
4. Allande-Cussó, Macías-Seda J, Porcel-Gálvez AM. La relación enfermera-paciente: identidad histórica, metodológica y terapéutica en los cuidados de enfermería. Cultura de los Cuidados. 2019;23(55):78-84. DOI: <https://doi.org/10.14198/cuid.2019.55.08>
5. León-Casas I, Rodríguez-Mora A. Aplicación del protocolo modificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales en cuidadores familiares de enfermos con demencia. Acción psicológica. 2022;19(2):45-62. DOI: <https://doi.org/10.5944/ap.19.2.37002>

Conflicto de intereses

El autor declara no tener conflicto de intereses.