
REVISIÓN DE LA EVIDENCIA EMPÍRICA RELACIONADA CON EL SÍNDROME DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR PUBLICADA EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS

REVIEW OF EMPIRICAL EVIDENCE RELATED TO CAREGIVER BURDEN SYNDROME PUBLISHED IN THE LAST TEN YEARS

Ana Márquez Terraza
Universidad de Congreso - CONICET

Resumen: La transición demográfica y epidemiológica que el mundo está atravesando, provoca que aumenten las demandas de cuidado. En este contexto, el estudio del síndrome de sobrecarga se vuelve cada vez más relevante. En este trabajo se realizó una revisión de los trabajos de investigación empírica publicados entre el año 2013 y 2022 que abordaran la sobrecarga del cuidador. Se revisaron un total de 138 artículos, siguiendo un proceso de análisis de información cuantitativa y cualitativa. Se encontró que, si bien a nivel conceptual no hay acuerdo sobre la definición del concepto, no pasa lo mismo a nivel empírico. Además, se destaca la escasez de publicaciones de orden cualitativo. Finalmente se hace hincapié en la importancia de las intervenciones psicoeducativas con cuidadores, de las cuales se ha documentado ampliamente su efectividad.

Palabras Clave: Sobrecarga del cuidador, intervención psicoeducativa, cuidador, dependencia, depresión.

Abstract: The demographic and epidemiological transition that the world is going through causes the demands for care to increase. In this context, the study of overload syndrome becomes increasingly relevant. In this work, a review of empirical research papers published between 2013 and 2022 that addressed caregiver burden was carried out. A total of 138 articles were reviewed, following a process of quantitative and qualitative information analysis. It was found that, although at the conceptual level there is no agreement on the definition of the concept, the same does not happen at the empirical level. In addition, the scarcity of qualitative publications stands out. Finally, emphasis is placed on the importance of psychoeducational interventions with caregivers, whose effectiveness has been widely documented.

Keywords: Caregiver burden, psychoeducational intervention, carer, dependence, depression.

Referencia normalizada: Márquez, A. (2025). Revisión de la evidencia empírica relacionada con el síndrome de sobrecarga del cuidador publicada en los últimos diez años. *Trabajo Social Hoy*, 103(1), 1-23. Doi: 10.12960/TSH.2025.0001

Correspondencia: Ana Márquez Terraza. Email: terrazama@gmail.com

1. INTRODUCCIÓN

Ante la aparición de la enfermedad, sobre todo cuando la misma es de carácter crónico, surge la necesidad de brindar cuidados a la persona padeciente. En general los sistemas de cuidados pueden ser divididos en dos: cuidados formales (brindados por personas formadas y que reciben una remuneración) y cuidados informales (brindados por personas allegadas, generalmente familiares, que usualmente no reciben una compensación económica). Debido al bajo nivel socioeconómico y otros factores relacionados con los ingresos, el segundo grupo de cuidadores es el que predomina (Vélez Lopera *et al.*, 2012).

La familia es el grupo social al cual se le ha adjudicado la tarea de preparar a sus miembros ante la aparición de crisis y cambios que inciden en el bienestar de las personas. Además la familia desempeña un papel fundamental en los tratamientos porque puede hacer una identificación temprana de síntomas, asegurar el cumplimiento de las indicaciones y ayudar al enfermo en el proceso de rehabilitación cuando sea necesario (Pérez Sánchez *et al.*, 2014).

Las personas que asumen el rol de cuidadores se encuentran ante una serie de nuevos desafíos. Las limitaciones y síntomas que presenta la persona cuidada, se suman a una serie de repercusiones económicas, laborales, sociales, físicas, psicológicas y afectivas que la enfermedad y la tarea de cuidar conllevan (Zabala-Gualtero y Cadena-Sanabria, 2018). A pesar del rol clave que los y las cuidadores/as tienen para el tratamiento del enfermo, y la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran, no siempre son tenidos/as en cuenta por el sistema de salud. La persona encargada del cuidado generalmente es vista como un recurso, y es valorada solo en la medida que implica un ahorro en la provisión de cuidados (Tirado Pedregosa *et al.*, 2011). Los cuidadores y cuidadoras reportan que ciertos ámbitos de la salud, como el ámbito hospitalario, llegan a resaltar hostiles por el trato brindado (Quero Rufián *et al.*, 2005).

Esta situación genera una «carga», a la que se le ha dado diferentes nombres: crisis de sobrecarga, colapso, claudicación del cuidador, síndrome del cuidador principal, entre otros (Mendoza Suárez, 2014). Este síndrome está caracterizado principalmente por sentimientos de carga, estrés y tristeza (Zambrano Cruz y Ceballos Cardona, 2007) with poor coping strategies. Objective: To stress the fact that the concept of caregiver burden syndrome (CBS). Si bien no posee un cuadro sintomatológico sistematizado, esto puede deberse a que va más allá del aspecto clínico, ya que implica repercusiones de índole social y económica (Cardona *et al.*, 2013). La conceptualización de este síndrome responde a una visión antropológica del proceso de salud-enfermedad, que va más allá de su aspecto sanitario y lo ubica en un contexto socio-cultural complejo (Tirado Pedregosa *et al.*, 2011).

Entre los factores que se asocian a la aparición del síndrome se encuentran factores relacionados con la actividad de la persona cuidadora, como la cantidad de horas de cuidado diarias, la cantidad de tiempo transcurrido desde el inicio del cuidado, el tipo de tareas realizadas, el cambio continuo de las mismas y la imprevisibilidad de cómo continuará la tarea. También existen factores relacionales, como la disfuncionalidad familiar. Así como factores relacionados con los recursos tanto personales (como la fortaleza emocional), como externos (inadecuado sistema de soporte formal, medios de transporte inadecuados, ambiente físico inadecuado, entre otros) (Suria, 2014).

Los factores personales tanto de la persona enferma, como del/de la cuidador/a, son considerados como moduladores de la aparición del síndrome. En la persona enferma se ha estudiado y comprobado el efecto de sus características personales como su edad (Espinosa *et al.*, 2018), su estado de ánimo, así como el tipo de enfermedad, su gravedad y pronóstico. En relación al/a la cuidador/a se ha encontrado evidencia de que factores como el género y la edad pueden influir. Pero también la personalidad del/de la cuidador/a, su estado de ánimo, sus estrategias de afrontamiento y la resiliencia son factores que modularán la aparición del síndrome de sobrecarga (Mesa Gresa *et al.*, 2017).

El desconocimiento acerca de las enfermedades también es un factor que colabora con la aparición del síndrome de sobrecarga. La necesidad más frecuente que los/as cuidadores/as expresan en diversas investigaciones es de información acerca de la evolución de las enfermedades. Otras necesidades reportadas refieren a la formación, la ayuda física, el acompañamiento en el duelo y el apoyo social (Navarro Martínez *et al.*, 2018).

Entre las consecuencias del síndrome se encuentran la reducción del tiempo de ocio y esparcimiento y la aparición de problemas en el contexto familiar. A nivel anímico se han encontrado reportes de depresión y ansiedad. La salud física también se ve afectada (Espinosa *et al.*, 2018). Además, en relación a la tarea de cuidado, la persona con sobrecarga suele descuidar aspectos básicos como la administración a horario de la medicación, el aseo adecuado, su correcta alimentación, entre otros. Esto lleva a una afectación de la salud de la persona cuidada. Por otro lado, entre los/las cuidadores/as con sobrecarga es más frecuente la aparición de conductas agresivas (Lovo, 2021).

Cabe destacar que este síndrome cobra especial relevancia en el contexto actual. La disminución de la mortalidad ha condicionado el aumento de las enfermedades crónicas que requieren más cuidados. Al mismo tiempo, la disminución de la natalidad ha llevado a que las familias tengan un carácter vertical. Esto indica que las generaciones jóvenes, capaces de responsabilizarse de los cuidados, tienen cada vez menos miembros. Esta situación, sumada a la incorporación de las mujeres al mercado laboral, crean un panorama en el que la provisión de cuidados se torna un desafío cada vez más complejo (Martínez Pizarro, 2020; Pérez Sánchez *et al.*, 2014; Tirado Pedregosa *et al.*, 2011; Zabala-Gualtero y Cadena-Sanabria, 2018). En esta revisión se busca aportar datos sobre la prevalencia del síndrome del cuidador en el contexto hispanohablante. Asimismo, se busca profundizar en las consecuencias de este síndrome, así como corroborar los factores asociados a la aparición y gravedad del mismo.

2. METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una revisión sistemática del tema, siguiendo la metodología propuesta por Sánchez Meca (2010). El primer paso consistió en una búsqueda en las plataformas Scielo, JSTOR y Google Academic utilizando como términos claves: «sobrecarga del cuidador» y «cuidador», «carga del cuidado». Se obtuvo como resultado un total de 229 publicaciones que incluían los términos en el título.

Para seleccionar los artículos con los cuáles se trabajaría, se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

1. Que se trate de una publicación académica.
2. Qué exponga los resultados de una investigación empírica.
3. Que se mida o evalúe la sobrecarga del cuidador de alguna manera.
4. Que haya sido publicado en el período comprendido entre los años 2013 y 2022 en idioma español.

Luego de aplicar estos criterios, el corpus se redujo a un total de 138 documentos. Se establecieron como variables de estudio algunas características relacionadas con la publicación, como el año y el país de origen. Y algunas variables relacionadas con la metodología utilizada en los trabajos, así como con sus resultados. Se obtuvieron datos tanto cuantitativos como cualitativos que fueron analizados de manera diferencial.

Con los primeros se creó una matriz, que fue cargada en el programa estadístico IBM SPSS Statistics. Se realizaron análisis descriptivos e inferenciales. Los datos cualitativos fueron codificados de manera analógica, utilizando un diseño emergente. Se exploraron las relaciones más significativas entre el Síndrome del cuidador y otras variables estudiadas. Se crearon cinco categorías, conforme a la cantidad de evidencia disponible que confirmaba o refutaba las relaciones entre diferentes variables y el síndrome de sobrecarga.

3. RESULTADOS

De las 138 publicaciones analizadas, 94 (68,1%) son artículos de revistas académicas; 43 (31,2%) son tesinas de grado y tesis de posgrado; y una (0,7%) es un reporte de investigación de una universidad. Los países que cuentan con más publicaciones sobre la temática son Colombia con 30 publicaciones, Ecuador con 27 (la mayor parte tesinas), España con 22 y México con 20.

En relación a la metodología empleada, se encontró que existe un evidente predominio del método cuantitativo (utilizado en 124 publicaciones que representan un 89,9% del total). Solo se encontraron cinco investigaciones cualitativas, siete mixtas y dos estudios de caso.

En consonancia con ello, lo más frecuente fue que para evaluar la sobrecarga se utilizaran instrumentos psicométricos estandarizados. Entre ellos, la escala de Zarit, que mediante 22 ítems evalúa el nivel de sobrecarga del cuidador (Regueiro Martínez *et al.*, 2007; Tartaglini *et al.*, 2020), fue utilizado en el 88,4% de los trabajos. En cuatro publicaciones se reportó haber utilizado una versión abreviada de este instrumento. En seis trabajos se utilizó entrevista semidirigida. Un trabajo utilizó la «Escala psicosocial del cuidador» (Pérez Rodríguez *et al.*, 2017), otro trabajo la «Escala de conciencia de sobrecarga y necesidad de apoyo del cuidador» (Bermejo *et al.*, 2017), otro la «Encuesta de caracterización para el cuidado de la diada GPC-UN-D» (Barrera-Ortiz *et al.*, 2016) y otro el «Índice de esfuerzo del cuidador» (Peña-Ibáñez *et al.*, 2016).

Con respecto a las personas que formaron parte de la muestra de las investigaciones, se destaca que solo en tres investigaciones se trabajó de manera exclusiva con cuidadores formales. En cinco de ellas se trabajó con muestras mixtas (con cuidadores formales e informales). Con cui-

dadadores informales se trabajó en 92 de las publicaciones, y dentro de este grupo 37 trabajaron con cuidadores primarios y dos con cuidadores primarios y secundarios. En 38 artículos no se especifica el tipo de cuidador.

Las edades de los participantes variaron entre un mínimo de 15 años y un máximo de 92. El promedio de las edades medias reportadas en los estudios fue de 50,07 años. En relación al género de los participantes, en todas las investigaciones donde se trabajó con muestras mixtas, las participantes de género femenino representaron siempre más del 50% de la muestra. Siendo el porcentaje mínimo de mujeres de 53,4% y la media del porcentaje de cuidadoras femeninas de 79,7%.

El término utilizado para referirse a sobrecarga presentó grandes variaciones, llegando a registrarse 12 términos diferentes que se referían a este fenómeno (ver Tabla 1). Aunque el término utilizado con mayor frecuencia fue «Sobrecarga del cuidador» (en el 36,2% de las publicaciones).

Tabla 1. Términos utilizados para referirse a la sobrecarga del cuidador

Términos utilizados	Frecuencia	Porcentaje
Sobrecarga del cuidador - sobrecarga del cuidador primario	50	36,2
Sobrecarga - carga	28	20,3
Síndrome de carga, sobrecarga	15	10,9
Síndrome del cuidador	13	9,4
Sobrecarga subjetiva - sobrecarga de cuidados percibida	11	8
Síndrome del cuidador cansado - quemado	9	6,5
Carga de trabajo del cuidador	2	1,4
Síndrome de desgaste profesional u <i>Occupational burnout</i>	2	1,4
Fenómeno de sobrecarga	1	0,7
Sobrecarga emocional	1	0,7
Colapso del cuidador	1	0,7
Cansancio del cuidador	1	0,7
Carga del cuidado	1	0,7

Fuente: Elaboración propia, 2023.

La cantidad de participantes que presentaron sobrecarga varió significativamente de un estudio al otro. El estudio que reportó menor cantidad de participantes con sobrecarga señaló que el 12% de los encuestados la presentaba (Díaz *et al.*, 2018), mientras que nueve estudios señalaban que el 100% de las personas evaluadas la presentaban. En promedio, se encontró que el 66,34% de las personas entrevistadas presentaban algún nivel de sobrecarga, con una desviación típica del 24,8%.

Se intentó determinar el origen de esta variabilidad entre los diferentes estudios. Para ello se analizó mediante el coeficiente de correlación de Spearman, la posible relación entre el porcentaje reportado de personas con sobrecarga de cada artículo, con el porcentaje de mujeres y la media de la edad de las personas entrevistadas. Sin embargo, no se encontraron correlaciones estadísticamente significativas.

También se realizó una comparación de grupos teniendo en cuenta el grupo etario al que pertenecían las personas cuidadas de cada investigación. Para ello se utilizó la prueba U de Mann-Whitney y se comparó las investigaciones que trabajaban con cuidadores/as de niños/as y las que trabajaban con otro tipo de cuidadores/as. No hubo diferencias significativas en relación a la cantidad de personas con sobrecarga reportadas. Tampoco se encontraron diferencias entre las investigaciones que trabajaban con cuidadores/as de personas mayores y el resto.

También se realizó un análisis de los resultados informados en las investigaciones de nivel correlacional. Se hizo un recuento de las variables exploradas y se armaron 5 categorías. En la primera se colocaron las variables que presentan evidencia en contra de su relación con la sobrecarga. Son variables que fueron estudiadas en diferentes investigaciones en relación con la sobrecarga, pero en ninguna se encontró una relación significativa.

En la segunda categoría se encuentran variables que tienen casi la misma cantidad de evidencia a favor y en contra de su relación con la sobrecarga. En esta categoría se encuentran variables como el género, la edad, la ocupación, la remuneración recibida, el tipo de cuidador. Se puede ver que son variables relacionadas principalmente con el/la cuidador/a y las condiciones en las que desempeña su tarea. Esto puede explicar la gran variabilidad de los resultados encontrados entre diferentes investigaciones.

En la tercera categoría se ubicaron variables que, si bien tienen alguna evidencia en contra de su relación con la sobrecarga, la gran mayoría de las investigaciones aportan datos a favor de la existencia de una relación. En esta categoría se ubican la depresión y ansiedad del cuidador. Así como la funcionalidad familiar y el nivel de dependencia de la persona cuidada. Cabe destacar que esta última variable, es la que cuenta con mayor cantidad de evidencia que afirma la relación existente entre la misma y la sobrecarga, con un total de 15 investigaciones que reportan haber encontrado correlaciones significativas.

La cuarta categoría está conformada por variables que cuentan con una evidencia empírica consistente (más de cinco investigaciones) que evidencian su relación con la sobrecarga. Aquí se encuentran variables relacionadas con la salud del/de la cuidador/a y su calidad de vida. También el grado de parentesco y la frecuencia con la que se prestan los cuidados. Además, en esta categoría aparecen las investigaciones que evaluaban la efectividad de las intervenciones psicoe-

ducativas y de apoyo destinadas a cuidadores/as. Esto se debe a que en todos los artículos se informó cierto grado de éxito de las mismas.

Finalmente, en la quinta categoría se ubican las variables que, si bien han demostrado una correlación significativa con la sobrecarga, el número de investigaciones que la ha reportado es bajo (cuatro investigaciones o menos). Es un grupo heterogéneo donde se encuentran variables relacionadas el/la cuidador/a, el entorno y el/la paciente. Cabe destacar que las variables relacionadas con las consecuencias de la sobrecarga para el/la paciente, como la agresividad del cuidador, la malnutrición, o la probabilidad de muerte en las hospitalizaciones del/de la paciente, se encuentran en este grupo.

En la Tabla 2 pueden verse las variables agrupadas por categoría, y las referencias bibliográficas para su consulta.

Tabla 2. Variables estudiadas en relación al síndrome de sobrecarga del cuidador.

Variables que presentan evidencia en contra de su relación con la sobrecarga	
Pensamientos disfuncionales	(Castañeda Guerrero <i>et al.</i> , 2015)
Estrato socioeconómico	(Cardona <i>et al.</i> , 2013; Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013; Torres-Avedaño <i>et al.</i> , 2018)
Tiempo desde el diagnóstico	(Pérez Lancho <i>et al.</i> , 2015)
Nivel de Interleuquina del cuidador	(González de Mirena <i>et al.</i> , 2015)
Polifarmacia de la persona cuidada	(Prieto-Miranda <i>et al.</i> , 2015)
Frecuentar servicios de atención primaria	(Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014)
Medicación tomada por el cuidador	(Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014)
Control metabólico del paciente	(Viera Quishpe & Yugcha Pulloquina, 2016)
Autoestima del cuidador	(Nava Arquillo, 2015)
Número de personas que residen en el hogar	(Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013)
Edad del hijo menor del cuidador	(Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013)
Género del paciente.	(Sánchez Martínez <i>et al.</i> , 2016)

Variables que presentan evidencia a favor y en contra de su relación con la sobrecarga	
Género masculino	A favor: (Cabada Ramos & Martínez Castillo, 2017; Fernández Vega <i>et al.</i> , 2019; Islas Salas & Castillejos López, 2016)
Género femenino	A favor: (Cuentas, 2016; Delgado <i>et al.</i> , 2018; Gualpa Lema <i>et al.</i> , 2019; López Espuela <i>et al.</i> , 2015)
Género	En contra: (Cardona <i>et al.</i> , 2013; De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017; Islas Salas & Castillejos López, 2016; Piñeiro <i>et al.</i> , 2017; Vargas <i>et al.</i> , 2019; Zepeda-Álvarez & Muñoz-Mendoza, 2019)
Edad de la persona cuidada	A favor: (Cardona <i>et al.</i> , 2013)
	En contra: (Sánchez Martínez <i>et al.</i> , 2016)
Edad del cuidador	A favor: (Blanco <i>et al.</i> , 2019; Hernández-Piñero, 2020; Islas Salas & Castillejos López, 2016; Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013)
Trabajo fuera del hogar	A favor: (Blanco <i>et al.</i> , 2019)
	En contra: (Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014)
Tipo de cuidador (formal o informal)	A favor: (Borghi <i>et al.</i> , 2013; Cerquera Córdoba <i>et al.</i> , 2017)
	En contra: (Pedraza <i>et al.</i> , 2013)
Nivel de escolaridad del cuidador	A favor: (Muñoz-Campos <i>et al.</i> , 2015; Peña-Ibáñez <i>et al.</i> , 2016)
	En contra: (Cardona <i>et al.</i> , 2013; De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014; Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013; Pedraza <i>et al.</i> , 2013; Retamal-Matus <i>et al.</i> , 2015; Zepeda-Álvarez & Muñoz-Mendoza, 2019)
Estado civil	A favor: (Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013)
	En contra: (De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Pedraza <i>et al.</i> , 2013; Zepeda-Álvarez & Muñoz-Mendoza, 2019)

Cantidad de hijos	A favor: (Cardona <i>et al.</i> , 2013)
	En contra: (Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018)
Resiliencia	A favor: (Mantilla Carvajal & Vera Toala, 2016; Navarro-Abal <i>et al.</i> , 2019)
	En contra: (Cerquera Córdoba <i>et al.</i> , 2017)
Ocupación	A favor: (Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013)
	En contra: (Cardona <i>et al.</i> , 2013)
Remuneración por la tarea de cuidar	A favor: (Hernández-Piñero, 2020; Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018)
	En contra: (Cardona <i>et al.</i> , 2013; Retamal-Matus <i>et al.</i> , 2015)
Tiempo como cuidador	A favor: (Amador Ahumada <i>et al.</i> , 2020; Bello Pineda, Janeth Gabriela, 2014; Chamba Ortiz & Ojeda Orellana, 2019; Hernández-Piñero, 2020; Urbina Camacho & Zapata Freire, 2017)
	En contra: (Cañizares Coto, 2017; Cardona <i>et al.</i> , 2013; De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Piñeiro <i>et al.</i> , 2017; Prieto-Miranda <i>et al.</i> , 2015; Velásquez <i>et al.</i> , 2014)
Convivir con la persona cuidada	A favor: (Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017; Silva Chávez & Pérez Villegas, 2015)
	En contra: (Cardona <i>et al.</i> , 2013)
Ayuda recibida	A favor: (Hernández-Piñero, 2020; Peña-Ibáñez <i>et al.</i> , 2016; Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018)
	En contra: (De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017)

Variables que presentan gran cantidad de evidencia a favor de su relación con la sobrecarga, y menor cantidad de evidencia en contra	
Depresión	A favor: (Dzul-Gala <i>et al.</i> , 2018; Feldberg <i>et al.</i> , 2016; Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017; Hernández-Piñero, 2020; Islas Salas & Castillejos López, 2016; Nava Arquillo, 2015; Navarro-Sandoval <i>et al.</i> , 2017; Piñáñez García <i>et al.</i> , 2016; Vasco Morales, 2016)
	En contra: (Cabada Ramos & Martínez Castillo, 2017)
Ansiedad	(Gualpa Lema <i>et al.</i> , 2019; Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017; Muñoz Tapia & Proaño López, 2015; Nava Arquillo, 2015; Vasco Morales, 2016)
Funcionalidad familiar	A favor: (Cantorán Ramírez & Carrillo Flores, 2017; Cañizares Coto, 2017; Hernández-Piñero, 2020; Nava Arquillo, 2015; Vasco Morales, 2016)
	En contra: (Flores Fernández, 2020)
Grado de dependencia de la persona cuidada	A favor: (Abata Erazo & Guijarro Revelo, 2016; Aguilera Flórez <i>et al.</i> , 2016; Almeyda Ramos, 2018; Arnedo Arrieta <i>et al.</i> , 2013; Bello Pineda, Janeth Gabriela, 2014; Cardona <i>et al.</i> , 2013; Chamba Ortiz & Ojeda Orellana, 2019; Guerra Ugaz & Salazar Usquiano de Plaza, 2019; Heredia Ruiz & León Hernández, 2014; Mendoza Suárez, 2014; Rodríguez-Medina & Landeros-Pérez, 2014; Salazar Maya <i>et al.</i> , 2020; Salazar-Torres <i>et al.</i> , 2019; Silva Chávez & Pérez Villegas, 2015)
	En contra: (Carmona Berríos & Bracho de López, 2008; Piñeiro <i>et al.</i> , 2017; Velásquez <i>et al.</i> , 2014)

Variables que presentan gran cantidad de evidencia empírica de su relación con el síndrome de sobrecarga	
Frecuencia con la que se prestan los cuidados	A favor: (Cardona <i>et al.</i> , 2013; De Valle-Alonso <i>et al.</i> , 2015; Hernández-Cantú <i>et al.</i> , 2017; Hernández-Piñero, 2020; Ortiz Claro <i>et al.</i> , 2013; Prieto-Miranda <i>et al.</i> , 2015; Rodríguez-González <i>et al.</i> , 2017; Salazar-Torres <i>et al.</i> , 2019; Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018; Ulloa Lozano, 2015; Urbina Camacho & Zapata Freire, 2017; Viera Quishpe & Yugcha Pulloquina, 2016)
Intervenciones psicoeducativas	(Arellano González, Johana Alexandra & Esparza Zapata, Silvia Fernanda, 2015; Carreño-Moreno <i>et al.</i> , 2018; García-Cardoza <i>et al.</i> , 2018; Macaya <i>et al.</i> , 2020; Pérez Rodríguez <i>et al.</i> , 2017; Rojas, 2020; Rossón <i>et al.</i> , 2013; Sánchez Martínez <i>et al.</i> , 2016)
Grado de parentesco	(Cañizares Coto, 2017; Hernández-Piñero, 2020; Li Quiroga, 2014; Peña-Ibáñez <i>et al.</i> , 2016; Piñáñez García <i>et al.</i> , 2016; Rodríguez-González <i>et al.</i> , 2017)
Salud del cuidador	(Bello Pineda, Janeth Gabriela, 2014; Cardona <i>et al.</i> , 2013; Cuentas, 2016; Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014; Feldberg <i>et al.</i> , 2016; Hernández-Piñero, 2020; Piñero <i>et al.</i> , 2017; Rodríguez-González <i>et al.</i> , 2017; Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018; Zoila Romero, María Cuba, 2013)
Calidad de vida del cuidador	(Delgado Parada <i>et al.</i> , 2014; García Mesa <i>et al.</i> , 2020; Hernández Llanos & Mora Ramírez, 2016; López Espuela <i>et al.</i> , 2015; Ortunio <i>et al.</i> , 2016; Pinzón & Carrillo, 2016)
Variables que presentan poca cantidad de evidencia empírica de su relación con el síndrome de sobrecarga	
Neuroticismo del cuidador	(Blanco <i>et al.</i> , 2019)
Apoyo social percibido	(Blanco <i>et al.</i> , 2019; Nava Arquillo, 2015; Navarro Pérez & Carbonell Marqués, 2018; Reyes Rojas <i>et al.</i> , 2019)
Bienestar psicológico	(Muñoz Aspiazu, 2019)

Estrés del cuidador	(González de Mirena <i>et al.</i> , 2015)
Escolaridad del paciente	(Muñoz-Campos <i>et al.</i> , 2015)
Adherencia al tratamiento	(Pérez Toro & Quispe Huanachin, 2018)
Haber abandonado actividades para dedicarse al cuidado	(Cardona <i>et al.</i> , 2013; Torres-Avenidaño <i>et al.</i> , 2018; Zepeda-Álvarez & Muñoz-Mendoza, 2019)
Agresividad del paciente	(Rodríguez-González <i>et al.</i> , 2017)
Maltrato por parte del cuidador	(Abata Erazo & Guijarro Revelo, 2016; Heredia Ruiz & León Hernández, 2014)
Capacidad de comunicación del paciente	(Martínez-Urquijo & Morís-de la Tassa, 2019)
Participación en asociaciones	(Navarro Pérez & Carbonell Marqués, 2018; Navarro-Abal <i>et al.</i> , 2019)
Malnutrición del paciente	(Delgado-Cortés <i>et al.</i> , 2018)
Defunción del paciente en hospitalizaciones	(Muñoz-Campos <i>et al.</i> , 2015)
Cantidad y complejidad de tareas del cuidador	(Cardona <i>et al.</i> , 2013; Ruiz <i>et al.</i> , 2014)
Institucionalización del paciente	(Narváes Bravo & Martínez Martínez, 2016)
Experiencia del cuidador	(Hernández-Piñero, 2020)
Religiosidad	(Hernández-Piñero, 2020)
Severidad de los síntomas psicológicos y conductuales en el paciente	(Feldberg <i>et al.</i> , 2016; Hernández-Piñero, 2020; Silva Chávez & Pérez Villegas, 2015)
Gravedad de la enfermedad	(Caqueo-Urizar <i>et al.</i> , 2013; Cardona <i>et al.</i> , 2013; Ulloa Lozano, 2015)
Insatisfacción familiar	(Nava Arquillo, 2015)
Estilo de afrontamiento dirigido a la emoción y la evitación	(Sánchez, 2019)
Autoeficacia	(Pablo Santiago <i>et al.</i> , 2016)

Fuente: Elaboración propia, 2023.

4. CONCLUSIONES

La producción científica en torno a la sobrecarga de los y las cuidadores y cuidadoras es prolífica. Sin embargo, aún hay baches en el conocimiento de este fenómeno. En primer lugar, se encontró que no existe un acuerdo en la denominación de este síndrome. En esta exploración bibliográfica se registraron un total de 13 maneras diferentes de denominarlo. Con la definición conceptual sucede algo parecido. Sin embargo, hay un alto nivel de acuerdo en lo que respecta a la definición operacional. La mayor parte de las investigaciones cuantitativas utilizan la escala de sobrecarga de Zarit.

En relación a la investigación empírica, cabe destacar la disparidad existente entre investigaciones cuantitativas y cualitativas. Teniendo en cuenta que este síndrome se caracteriza por un intenso malestar subjetivo, llama la atención que sea un aspecto escasamente estudiado. Comprender mejor la experiencia de los/las cuidadores/as, a partir de investigaciones cualitativas, podría ser un gran aporte para lograr una definición más precisa del fenómeno.

Cabe destacar que, en cuanto a las relaciones entre el síndrome de sobrecarga y otras variables, se han hecho importantes avances. Se ha comprobado, con cierto grado de certeza, las consecuencias que esta condición trae sobre el/la cuidador/a. Se ha comprobado la relación entre el síndrome de sobrecarga y los síntomas de ansiedad, depresión y malestar físico en los/as cuidadores/as. También se ha comprobado la relación entre algunas características del cuidado, como la frecuencia, la dificultad de las tareas, o el nivel de dependencia del sujeto y el síndrome de sobrecarga.

Lo que resta por estudiar en profundidad, que son variables que aún no cuentan con suficiente evidencia empírica, son los factores protectores frente al síndrome de sobrecarga. Hay evidencia parcial sobre el efecto positivo de resiliencia, la autoeficacia, la participación en asociaciones. Sin embargo, la información recolectada hasta el momento es incipiente. Igualmente, los efectos que tiene la sobrecarga del/de la cuidador/a sobre el/la paciente, también es un área incipiente de investigación, con poca evidencia recolectada.

Finalmente, cabe destacar la importancia de las intervenciones psicoeducativas con los cuidadores. Las experiencias registradas en esta revisión fueron muy variadas, pero todas lograron aportar bienestar a los/las cuidadores/as y/o a los/as pacientes. Es por ello que se debe insistir en la importancia de incluir a las personas cuidadoras en los tratamientos, como pacientes y como cotrabajadores. Se les deben brindar herramientas para cuidar su propia salud, y para desempeñar su tarea de cuidador.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abata Erazo, A. P., y Guijarro Revelo, V. A. (2016). *Sobrecarga del cuidador relacionado al maltrato del adulto mayor en usuarios del servicio de consulta externa del Hospital Luis Gabriel Dávila de la ciudad de Tulcán, durante el período de septiembre a noviembre de 2016*. [Tesis de Especialización, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Red de Repositorios Latinoamericanos. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/2968376>
- Aguilera Flórez, A. I., Castrillo Cineira, E. M., Linares Fano, B., Carnero García, R. M., Alonso Rojo, A. C., López Robles, P. y Prieto Velasco, M. (2016). Análisis del perfil y la sobrecarga del

- cuidador de pacientes en Diálisis Peritoneal y Hemodiálisis. *Enfermería Nefrológica*, 19(4), 359-365.
- Almeyda Ramos, V. V. (2018). *Dependencia funcional del adulto mayor y sobrecarga del cuidador primario en un programa familiar de un hospital público, Cercado de Lima, 2018*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/30259>
- Amador Ahumada, C., Puello Alcocer, E. C. y Valencia Jiménez, N. N. (2020). Características psicoafectivas y sobrecarga de los cuidadores informales de pacientes oncológicos terminales en Montería, Colombia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46, e1463.
- Arellano González, J. A. y Esparza Zapata, S. F. (2015). *Técnica de solución de problemas en la sobrecarga de cuidadores directos de personas con discapacidad de la fundación «Protección y descanso» de Riobamba, período noviembre 2014-abril 2015*. [Tesis, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio Digital UNACH. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/988>
- Arnedo Arrieta, S. M., Domínguez Caro, D. R., Guzmán Pereira, Y. del P., Ospino Barrios, A. P. y Serpa Escobar, Y. P. (2013). *Sobrecarga del cuidador y funcionalidad de niños en situación de discapacidad en una institución de Cartagena, 2013*. [Tesis, Universidad de Cartagena]. Repositorio UdeC. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/handle/11227/2466?show=full&locale-attribute=es>
- Barrera-Ortiz, L., Campos, M. S., Gallardo-Solarte, K., Coral-Ibarra, R. del C. y Hernández-Bustos, A. (2016). Soporte social percibido por las personas con enfermedad crónica y sus cuidadores familiares en cinco macro regiones geográficas de Colombia. *Universidad y Salud*, 18(1), 102-112.
- Bello Pineda, J. G. (2014). *Sobrecarga del cuidador primario de pacientes con enfermedades crónicas degenerativas*. Instituto Mexicano del Seguro Social.
- Bermejo, J. C., Villacieros, M. y Hassoun, H. (2017). Diseño y validación de dos escalas de medida de sobrecarga y necesidad de apoyo profesional para cuidadores formales e informales. *Gerokomos*, 28(3), 116-120.
- Blanco, V., Guisande, M. A., Sánchez, M. T., Otero, P., López, L. y Vázquez, F. L. (2019). Síndrome de carga del cuidador y factores asociados en cuidadores familiares gallegos. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 54(1), 19-26. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.03.005>
- Borghí, A. C., Castro, V. C. de, Marcon, S. S. y Carreira, L. (2013). Sobrecarga de familiares cuidadores de ancianos con la Enfermedad de Alzheimer: un estudio comparativo. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 21, 876-883. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692013000400007>

- Cabada Ramos, E. y Martínez Castillo, V. A. (2017). Prevalencia del síndrome de sobrecarga y sintomatología ansiosa depresiva en el cuidador del adulto mayor. *Psicología y Salud*, 27(1), Article 1.
- Cantorán Ramírez, S. y Carrillo Flores, G. (2017). *Funcionalidad familiar y su asociación con la sobrecarga del cuidador primario en pacientes con cáncer de mama de la UMF 75 Nezahalcóyotl*. [Tesis de Especialización, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio Institucional de la UAEMex. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/64297>
- Cañizares Coto, V. (2017). *Funcionalidad familiar y sobrecarga del cuidador de personas con discapacidad severa en la Magdalena y Chilibulo período de marzo a octubre de 2016*. [Tesis de Especialización, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/10447>
- Caqueo-Urizar, A., Segovia-Lagos, P., Urrutia-Urrutia, Ú., Castillo, C. M. y Lechuga, E. N. (2013). Impacto de la relación de ayuda de cuidadores primarios en la calidad de vida de pacientes con cáncer avanzado. *Psicooncología*, 10(1), Article 1. https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2013.v10.41950
- Cardona, M. D., Segura, A. M., Berbesí, D. Y. y Agudelo, M. A. (2013). Prevalencia y factores asociados al síndrome de sobrecarga del cuidador primario de ancianos. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 31(1), Article 1.
- Carmona Berrios, Z. E. y Bracho de López, C. E. (2008). La muerte, el duelo y el equipo de salud. *Revista de Salud Pública*, 12(2), Article 2.
- Carreño-Moreno, S., Chaparro-Díaz, L., Criado, L., Vega, O. M., Cuenca, I. y Cuenca, I. (2018). Magnitud de efecto de un programa dirigido a cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. *Nova*, 16(29), 11-20.
- Castañeda Guerrero, D. M., Romero Ríos, M. C. y Santamaría Pinzón, M. L. (2015). *Pensamientos disfuncionales y sobrecarga emocional en cuidadores primarios de pacientes con demencia*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Santo Tomás]. CRAiUSTA. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/3293>
- Cerquera Córdoba, A. M., Uribe Rodríguez, A. F., Matajira Camacho, Y. J. y Correa Gómez, H. V. (2017). Dependencia funcional y dolor crónico asociados a la calidad de vida del adulto mayor (Functional dependence and chronic pain associated with the quality of life among the elderly). *PSICOGENTE*, 20(38), Article 38. <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2561>
- Chamba Ortiz, P. A. y Ojeda Orellana, K. P. (2019). Síndrome de sobrecarga en cuidadores familiares de adultos mayores y factores asociados. *Chordeleg*, 2017. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca*, 37(1), Article 1. <https://doi.org/10.18537/RFCM.37.01.02>
- Cuentas, M. C. (2016). Carga subjetiva y calidad de vida relacionada con la salud en cuidadores de niños con discapacidad y niños con multidiscapacidad. *Revista de Psicología*, 6(2), Article 2.

- De Valle-Alonso, M. J., Hernández-López, I. E., Zúñiga-Vargas, M. L. y Martínez-Aguilera, P. (2015). Sobrecarga y *burnout* en cuidadores informales del adulto mayor. *Enfermería Universitaria*, 12(1), 19-27. <https://doi.org/10.1016/j.reu.2015.05.004>
- Delgado, C. E. Y., Arango, A. L., Salazar, A., Arango, E. M., Jaramillo, A. L., Mora, J. E. y Posada Zapata, I. C. (2018). El oficio de cuidar a otro: "Cuando mi cuerpo está aquí pero mi mente en otro lado". *Revista Ciencias de la Salud*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.6771>
- Delgado Parada, E., Suárez Alvarez, Ó., de Dios del Valle, R., Valdespino Páez, I., Sousa Ávila, Y. y Braña Fernández, G. (2014). Características y factores relacionados con sobrecarga en una muestra de cuidadores principales de pacientes ancianos con demencia. *SEMERGEN - Medicina de Familia*, 40(2), 57-64. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2013.04.006>
- Delgado-Cortés, H. M., Sandoval-Flores, M. G., Alonso-Bello, C. D., Rivera-Pérez, R., Martínez-Esteves, M. del R. y Conde-Mercado, J. M. (2018). Relación de la sobrecarga del cuidador y el estado funcional con malnutrición en geriatría. *Revista del Hospital Juárez de México*, 85(1), 20-25.
- Díaz, K., Ramones, M., Vargas, E. y Alejo, M. (2018). Sobrecarga del cuidador familiar principal en pacientes pediátricos con enfermedad renal crónica según la escala de Zarit. *Salud, Arte y Cuidado*, 11(1), Article 1.
- Dzul-Gala, F., Tun-Colonia, J. A., Arankowsky-Sandoval, G., Pineda-Cortes, J. C., Salgado-Burgos, H. y Pérez-Padilla, E. A. (2018). Relación entre la sobrecarga y el índice depresivo de cuidadores primarios de pacientes con enfermedades neuromusculares. *Revista Biomédica*, 29(3), 61-69.
- Espinosa, D., Guzmán, J. A., Bautista, N. V. y Ramos, J. A. (2018). Carga de trabajo del Cuidador del Adulto Mayor. *CINA RESEARCH*, 2(3), Article 3.
- Feldberg, C., Saux, G. I., Tartaglini, M. F., Irrazabal, N. C., Leis, A. M., Rojas, G., Somale, V., Cáceres, F., Demey, I., Allegri, R. F. y Stefani, D. (2016). Factores psicosociales y sobrecarga del cuidador informal. Resultados preliminares en cuidadores familiares de pacientes con enfermedades cerebrovasculares. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 25(3), 259-266.
- Fernández Vega, D., Lorenzo Ruiz, A. y Zaldivar Vaillant, T. (2019). Carga en cuidadores informales primarios de personas adultas con enfermedades neurológicas crónicas. *Revista Cubana de Salud Pública*, 45, e1510.
- Flores Fernández, A. G. (2020). *Funcionalidad familiar y su relación con el síndrome del cuidador cansado en familias con miembros discapacitados de la parroquia Checa del Distrito Metropolitano de Quito, durante noviembre 2018-mayo 2019*. [Tesis de Maestría, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/20895>

- García-Cardoza, I. I., Zapata-Vázquez, R., Rivas-Acuña, V. y Quevedo-Tejero, E. del C. (2018). Efectos de la terapia cognitivo-conductual en la sobrecarga del cuidador primario de adultos mayores. *Horizonte sanitario*, 17(2), 131-140. <https://doi.org/10.19136/hs.a17n2.2039>
- García Mesa, D., Delgado-Reyes, A. C. y López, J. V. S. (2020). Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores primarios de población infantil con Trastorno del Espectro Autista de la ciudad de Manizales. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 20(2), Article 2. <https://doi.org/10.18270/chps.v20i2.3666>
- González de Mirena, E., Gil, Y., Younes, T., Molina, A., Mejías, A., Rubio, A., Superlano, L., Perrelli, A. y Calzolaio, V. (2015). Estrés, sobrecarga e interleuquina pro-inflamatoria (IL1) y anti-inflamatoria (IL4) en cuidadores de pacientes oncológicos. *Revista Venezolana de Endocrinología y Metabolismo*, 13(2), 78-85.
- Gualpa Lema, M. C., Yambay Bautista, X. R., Ramírez Coronel, A. A. y Vázquez Cárdenas, A. L. (2019). Carga laboral y ansiedad encuidadores de personas con discapacidad severa. *Universidad Ciencia y Tecnología*, 23(95), Article 95.
- Guerra Ugaz, S. T. y Salazar Usquiano de Plaza, C. del P. (2019). *Grado de carga del cuidador familiar asociado al grado de dependencia del adulto mayor atendido en el servicio de hospitalización - Hospital Essalud - Ferreñafe, 2017*. [Tesis, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Institucional UNPRG. <http://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/4418>
- Heredia Ruiz, M. R. y León Hernández, E. I. (2014). *Valoración del fenómeno de sobrecarga del cuidador y su relación con el maltrato infringido a pacientes neurológicos en el servicio de neurología del Hospital de Especialidades Eugenio Espejo en el período de enero-marzo del 2014*. [Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. En Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/7342>
- Hernández-Cantú, E. I., Reyes-Silva, A. K. S., Villegas-García, V. E. y Pérez-Camacho, J. (2017). Ansiedad, depresión y sobrecarga en cuidadores primarios de pacientes internados en un hospital general de zona en Nuevo León, México. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 25(3), 213-220.
- Hernández Llanos, M. J. y Mora Ramírez, G. M. (2016). *Sobrecarga y calidad de vida del cuidador principal de personas con secuela de accidente cerebro vascular, en una clínica de Chiclayo 2015*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/4244>
- Hernández-Piñero, L. (2020). Caracterización de ancianos con síndrome demencial y de sus cuidadores». *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 45(2), Article 2. <http://revzoiolmarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/2114>
- Islas Salas, N. L. y Castillejos López, M. de J. (2016). Prevalencia de sobrecarga, depresión y nivel de dependencia en cuidadores primarios informales de niños con lesión cerebral de un centro de rehabilitación infantil. *Psicología y Salud*, 26(1), Article 1.

- Li Quiroga, M. L. C. (2014). *Nivel de sobrecarga del cuidador del paciente con esquizofrenia y factores asociados en el Hospital Regional Docente Las Mercedes durante el período octubre-diciembre 2013*. [Tesis, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de Tesis USAT. <http://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/303>
- López Espuela, F., González Gil, T., Jiménez Gracia, M. A., Bravo Fernández, S. y Amarilla Donoso, J. (2015). Impacto en la calidad de vida en cuidadores de supervivientes de un ictus. *Enfermería clínica*, 25(2), 49-56.
- Lovo, J. (2021). Influencias del colapso del cuidador sobre el paciente. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 14(1), 47-48.
- Macaya, M. C., Muro, Y. L. y Pacheco, I. (2020). Intervención enfermera para el estudio de la salud percibida por cuidadores: Talleres dirigidos a formar al cuidador. *European Journal of Health Research*, 6(2), 145-156.
- Mantilla Carvajal, R. E. y Vera Toala, R. A. (2016). *La resiliencia como factor de mitigación del síndrome de carga en el cuidador principal de pacientes con discapacidad severa, correspondientes al distrito de salud de Calderón de septiembre a noviembre de 2016*. [Tesis de Especialización]. Repositorio PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13280/TESIS%20RESILIENCIA%20Y%20SINDROME%20DE%20CARGA.pdf>
- Martínez Pizarro, S. (2020). Síndrome del cuidador quemado. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 13(1), 97-100.
- Martínez-Urquijo, A. y Morís-de la Tassa, G. (2019). La anosognosia en la enfermedad de Alzheimer influye negativamente en los síntomas depresivos del cuidador. *RqR Enfermería Comunitaria*, 7(2), 5-16.
- Mendoza Suárez, G. (2014). Síndrome de sobrecarga en familiares encargados del cuidado de pacientes con enfermedad neurológica crónica. *Revista de la Sociedad Peruana de Medicina Interna*, 27(1), Article 1.
- Mesa Gresa, P., Ramos Campos, M. y Redolat Iborra, R. (2017). Cuidado de pacientes oncológicos: Una revisión sobre el impacto de la situación de estrés crónico y su relación con la personalidad del cuidador y otras variables moduladoras. *Psicooncología: investigación y clínica biopsicosocial en oncología*, 14(1), 93-106.
- Muñoz Aspiazu, S. S. (2019). *Síndrome del cuidador, su influencia en el bienestar psicológico de un custodio de adultos mayores*. [Tesis, Universidad Técnica de Babahoyo]. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/6264>
- Muñoz Tapia, K. B. y Proaño López, A. R. (2015). *Comparación de ansiedad y sobrecarga de trabajo entre cuidadores informales de niños de 0 a 17 años con cardiopatías congénitas y parálisis cerebral infantil en la consulta externa de pediatría del Hospital Carlos Andrade Marín en los meses de septiembre a noviembre de 2014*. [Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/11951>

- Muñoz-Campos, N. M., Lozano-Nuevo, J. J., Huerta-Ramírez, S., Escobedo-de la Cruz, R. C., Torres-Reyes, P. y Loaiza-Félix, J. (2015). Asociación entre colapso del cuidador y pronóstico de pacientes geriátricos hospitalizados en el servicio de Medicina Interna. *Medicina Interna de Mexico*, 31(5), 528-535.
- Narváes Bravo, M. L. y Martínez Martínez, D. (2016). Caracterización del síndrome de sobrecarga del cuidador en familiares de pacientes institucionalizados y no institucionalizados con diagnóstico de enfermedad de Alzheimer mediante la escala Zarit. *Inclusión y Desarrollo*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.inclusion.3.1.2016.101-107>
- Nava Arquillo, B. (2015). *Convivencia con un drogodependiente: Consecuencias psicológicas, satisfacción con la familia, niveles de sobrecarga y esfuerzo en el familiar cuidador*. [Tesis Doctoral, Universidad de Sevilla]. Depósito de Investigación Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/handle/11441/36582>
- Navarro-Abal, Y., López-López, M. J., Climent-Rodríguez, J. A. y Gómez-Salgado, J. (2019). Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes. *Gaceta Sanitaria*, 33, 268-271. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.11.009>
- Navarro Martínez, M., Jiménez Navascués, L., García Manzanares, M. a C., Perosanz Calleja, M. de y Blanco Tobar, E. (2018). Los enfermos de Alzheimer y sus cuidadores: Intervenciones de enfermería. *Gerokomos*, 29(2), 79-82.
- Navarro Pérez, J. J. y Carbonell Marqués, Á. (2018). Sobrecarga familiar, apoyo social y salud comunitaria en cuidadores de personas con trastorno mental grave. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 52. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017029403351>
- Navarro-Sandoval, C., Uriostegui-Espíritu, L. C., Delgado-Quiñones, E. G. y Sahagún-Cuevas, M. N. (2017). Depresión y sobrecarga en cuidadores primarios de pacientes geriátricos con dependencia física de la UMF 171. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 55(1), 25-31.
- Ortiz Claro, Y. G., Lindarte Clavijo, A. A., Jiménez Sepúlveda, M. A. y Vega Angarita, O. M. (2013). Características sociodemográficas asociadas a la sobrecarga de los cuidadores de pacientes diabéticos en Cúcuta. *Revista Cuidarte*, 4(1), 459-466.
- Ortunio, M., Herrera Leonet, E. y Guevara Rivas, H. (2016). Síndrome de carga y calidad de vida del cuidador de pacientes pediátricos. *Revista de Bioética Latinoamericana*, 17(1), 1-17.
- Pablo Santiago, R., Domínguez Trejo, B., Peláez Hernández, V., Rincón Salazar, S. y Orea Tejeda, A. (2016). Sobrecarga y autoeficacia percibida en cuidadores primarios informales de pacientes con insuficiencia cardíaca. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 9(3), 152-158.
- Pedraza, Á. M., Rodríguez-Martínez, C. E. y Acuña, R. (2013). Validación inicial de una escala para medir el nivel de sobrecarga de padres o cuidadores de niños asmáticos. *Biomédica*, 33(3), 361-369. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v33i3.813>

- Peña-Ibáñez, F., Álvarez-Ramírez, M. Á. y Melero-Martín, J. (2016). Sobrecarga del cuidador informal de pacientes inmovilizados en una zona de salud urbana. *Enfermería Global*, 15(43), 100-111.
- Pérez Lancho, M. C., Carrasco Calzada, A., Sánchez Cabaco, A., Urchaga Litago, J. D., Fernández Mateos, L. M. y Barahona Esteban, N. (2015). Influencia del tipo de demencia y tiempo de evolución en el estado del cuidador. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 103-114.
- Pérez Rodríguez, M., Álvarez Gómez, T., Martínez Badaló, E. J., Valdivia Cañizares, S., Borroto Carpio, I. y Pedraza Núñez, H. (2017). El síndrome del cuidador en cuidadores principales de ancianos con demencia Alzhéimer. *Gaceta Médica Espirituana*, 19(1), Article 1.
- Pérez Sánchez, L., Oropeza Tena, R., Peñaloza, J. L. y Rodríguez, C. C. (2014). Perspectiva sistémica del cuidado y calidad de vida del adulto mayor. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(2), 784-801.
- Pérez Toro, L. y Quispe Huanachin, E. (2018). *Carga del cuidador y adherencia al tratamiento en pacientes con esquizofrenia atendidos en el departamento de salud mental Huancavelica 2018*. [Tesis, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio UNH. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2152>
- Pinzón, E. A. y Carrillo, G. M. (2016). Carga del cuidado y calidad de vida en cuidadores familiares de personas con enfermedad respiratoria crónica. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 34(2), 193-201. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v34n2a08>
- Piñáñez García, M. C., Re Domínguez, M. L. y Núñez Cantero, A. M. (2016). Sobrecarga en cuidadores principales de Adultos Mayores. *Revista de salud pública del Paraguay*, 6(2), Article 2.
- Piñeiro, I., Rodríguez, S., Albite, A., Freire, C. y Ferradás, M. del M. (2017). Sobrecarga y salud percibida en cuidadores informales de pacientes con enfermedad mental. *European Journal of Health Research*, 3(3), Article 3. <https://doi.org/10.30552/ejhr.v3i3.75>
- Prieto-Miranda, S. E., Arias-Ponce, N., Muñoz, E. Y. V. y Jiménez-Bernardino, C. A. (2015). Síndrome de sobrecarga del cuidador en familiares de pacientes geriátricos atendidos en un hospital de segundo nivel. *Medicina Interna de México*, 31(6), 660-668.
- Quero Rufián, A., Briones Gómez, R., Prieto González, M. Á., Pascual Martínez, N., Navarro López, A. y Guerrero Ruiz, C. (2005). Los cuidadores familiares en el Hospital Universitario de Traumatología y Rehabilitación de Granada. *Index de Enfermería*, 14(48-49), 14-17.
- Regueiro Martínez, A. Á., Pérez-Vázquez, A., Gómara Villabona, S. M. y Ferreiro Cruz, M. C. (2007). Escala de Zarit reducida para la sobrecarga del cuidador en atención primaria». *Atención Primaria*, 39(4), 185-188. <https://doi.org/10.1157/13100841>

- Retamal-Matus, H., Aguilar, L., Aguilar, M., González, R. y Valenzano, S. (2015). Factores que influyen en la sobrecarga de los cuidadores de adultos mayores en dos instituciones de la ciudad de Punta Arenas, Chile. *Psicogeriatría*, 5(3), 119-124.
- Reyes Rojas, M., Flórez Enciso, E., Coronel Brochero, L. y Cadena Wilches, A. (2019). Sobrecarga, calidad de vida, bienestar en cuidadoras de niños con discapacidad en dos regiones de Colombia. *Duazary: Revista Internacional de Ciencias de la Salud*, 16(Extra 2), 134-145. <https://doi.org/10.21676/2389783X.2948>
- Rodríguez-González, A. M., Rodríguez-Míguez, E., Duarte-Pérez, A., Díaz-Sanisidro, E., Barbosa-Álvarez, Á. y Clavería, A. (2017). Estudio observacional transversal de la sobrecarga en cuidadoras informales y los determinantes relacionados con la atención a las personas dependientes. *Atención Primaria*, 49(3), 156-165. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2016.05.006>
- Rodríguez-Medina, R. M. y Landeros-Pérez, M. E. (2014). Sobrecarga del agente de cuidado dependiente y su relación con la dependencia funcional del adulto mayor. *Enfermería Universitaria*, 11(3), 87-93. [https://doi.org/10.1016/S1665-7063\(14\)72671-5](https://doi.org/10.1016/S1665-7063(14)72671-5)
- Rojas, K. Y. (2020). Programas de respiro en el domicilio y acompañamiento a las personas cuidadoras primarias, una estrategia clave para humanizar la relación de cuidados en el ámbito familiar: El caso de Alkar Zaintzen. *Revista de Servicios Sociales*, 73, 61-78. <https://doi.org/10.5569/1134-7147.73.05>
- Rossón, S., Fuentealba, C., Hormazábal, C., Villena, C. y Briebe, F. (2013). Enfermedad de Parkinson y demencia, calidad de vida y sobrecarga del cuidador. Intervención multidisciplinaria en Atención Primaria. *Revista Chilena de Salud Pública*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.5354/0719-5281.2013.26639>
- Ruiz, M. A. V., García, C. de la C., Navarrete, R. A. M., Hernández, C. M. M. y Reyna, M. de los Á. V. (2014). Cansancio, cuidados y repercusiones en cuidadores informales de adultos mayores con enfermedades crónico degenerativas. *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 4(2), 151-160.
- Salazar Maya, Á. M., Cardozo García, Y. y Escobar Ciro, C. L. (2020). Carga de cuidado de los cuidadores familiares y nivel de dependencia de su familiar. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 22. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie22.cccf>
- Salazar-Torres, L. J., Castro-Alzate, E. S. y Dávila-Vásquez, P. X. (2019). Carga del cuidador en familias de personas con enfermedad mental vinculadas al programa de hospital de día de una institución de tercer nivel en Cali (Colombia). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(2), 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2017.08.002>
- Sánchez, E. N. (2019). *Relación entre la sobrecarga y el afrontamiento al estrés en cuidadores formales de pacientes gerontes con demencia en la ciudad de Paraná*. [Tesis, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio UCA. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9034>

- Sánchez Martínez, R. T., Molina Cardona, E. M. y Gómez-Ortega, O. R. (2016). Intervenciones de enfermería para disminuir la sobrecarga en cuidadores: Un estudio piloto. *Revista Cuidarte*, 7(1), 1171-1184. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v7i1.251>
- Sánchez Meca, J. (2010). Cómo realizar una revisión sistemática y un meta-análisis. *Aula abierta*, 38(2), 53-64.
- Silva Chávez, P. D. y Pérez Villegas, V. E. (2015). *Identificación del síndrome del cuidador cansado y su relación con la funcionalidad del adulto mayor a su cargo en pacientes de la consulta externa del servicio de geriatría del Hospital Quito núm. 1 de la Policía en el período comprendido entre octubre de 2014 y enero de 2015*. [Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/8876>
- Suria, E. S. (2014). Cansancio del rol de cuidador: Análisis de sus factores relacionados. *REDUCA (Enfermería, Fisioterapia y Podología)*, 6(3), Article 3.
- Tartaglino, M. F., Feldberg, C., Hermida, P. D., Heisecke, S. L., Dillon, C., Ofman, S. D., Nuñez, M. L. y Somale, V. (2020). Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit: Análisis de sus propiedades psicométricas en cuidadores familiares residentes en Buenos Aires, Argentina. *Neurología Argentina*, 12(1), 27-35. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2019.11.003>
- Tirado Pedregosa, Gerardo, López-Saez López, Asunción, Capilla Díaz, Concepción, Correa Brenes, A. y Geidel Domínguez, B. (2011). La Valoración en el Síndrome del Cuidador. *Desarrollo científico de enfermería*, 19(3), 102-106.
- Torres-Avendaño, B., Agudelo-Cifuentes, M. C., Pulgarin-Torres, Á. M. y Berbesi-Fernández, D. Y. (2018). Factores asociados a la sobrecarga en el cuidador primario. Medellín, 2017. *Universidad y Salud*, 20(3), Article 3. <https://doi.org/10.22267/rus.182003.130>
- Ulloa Lozano, M. M. (2015). *Sobrecarga de cuidadores primarios de niños con parálisis cerebral que acuden al Centro de Rehabilitación Integral Especializado, núm. 5*. [Tesis, Universidad del Azuay]. Repositorio Institucional UAZAY. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/4981>
- Urbina Camacho, M. de los Á. y Zapata Freire, G. A. (2017). *Síndrome de sobrecarga del cuidador y su relación con el cuidado de personas con discapacidad grave y muy grave registrados en el Centro de Salud núm. 2 «Las Casas» y pertenecientes al distrito 17d05 en la ciudad de Quito, 2016*. [Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/12982>
- Vargas, S., Andres, D. V. y Morales, J. (2019). Nivel de carga de trabajo en cuidadores del adulto mayor residentes en albergues de Lima Norte. *Revista Peruana de investigación en salud*, 3(2), 76-80. <https://doi.org/10.35839/repis.3.2.263>
- Vasco Morales, P. A. (2016). *Correlación existente en cuidadores acerca del nivel de sobrecarga, grado de depresión y nivel de ansiedad en la atención de pacientes de la fundación Jóvenes contra el Cáncer, de la ciudad de Quito, durante el año 2015*. [Tesis Pontificia Universidad Católica del

- Ecuador]. Red de Repositorios Latinoamericanos. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/2966285>
- Velásquez, V. F., López, L. y Barreto, Y. (2014). Cuidadores familiares campesinos: Carga de cuidado, tiempo de cuidado y grado de funcionalidad. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.IE16-2.cfcc>
- Vélez Lopera, J. M., Berbesí Fernández, D., Cardona Arango, D., Segura Cardona, A. y Ordóñez Molina, J. (2012). Validación de escalas abreviadas de zarit para la medición de síndrome del cuidador primario del adulto mayor en Medellín. *Atención Primaria*, 44(7), 411-416. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2011.09.007>
- Viera Quishpe, D. B. y Yugcha Pulloquina, S. E. (2016). *Síndrome del cuidador cansado y su relación con el control metabólico en pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2 que asisten al centro de salud de Chimbacalle, en el período comprendido entre junio a julio del 2016*. [Tesis de Especialización, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/12591>
- Zabala-Gualtero, J. M. y Cadena-Sanabria, M. O. (2018). Enfermedad de Alzheimer y Síndrome de Carga del Cuidador: La importancia de cuidar al cuidador. *Medicas UIS*, 31(1), 9-14. <https://doi.org/10.18273/revmed.v31n1-2018001>
- Zambrano Cruz, R. y Ceballos Cardona, N. P. (2007). Síndrome de carga del cuidador. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 36(1), 26-39.
- Zepeda-Álvarez, P. J. y Muñoz-Mendoza, C. L. (2019). Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores con dependencia severa en atención primaria de salud. *Gerokomos*, 30(1), 2-5.
- Zoila Romero, M.^a C. (2013). Síntomas somáticos en cuidadores de pacientes geriátricos con o sin sobrecarga, del área urbano-marginal Payet, Independencia, Lima, Perú. *Revista Médica Herediana*, 24(3), 204-209.