

COMUNICACIÓN BREVE

Anxiety and depression as predisposing factors of poor quality of life in caregivers of people with chronic conditions

Ansiedad y depresión factores predisponentes de mala calidad de vida en cuidadores de personas con conformidades crónicas

María Andreina Pulido Montes¹  , Liana Magreth Peñaranda¹  

¹Universidad Cooperativa de Colombia, Colombia.

Citar como: Pulido Montes MA, Peñaranda LM. Anxiety and depression as predisposing factors of poor quality of life in caregivers of people with chronic conditions. Salud Integral y Comunitaria. 2024; 1:4. <https://doi.org/10.62486/sic20244>

Enviado: 10-08-2023

Revisado: 30-12-2023

Aceptado: 05-03-2024

Publicado: 06-03-2024

Editor: Prof. Dr. Javier González Argote 

ABSTRACT

Chronic diseases represent a significant public health problem, being responsible for 74 % of world mortality, with 41 million deaths per year. In the Americas, 15 million people between 30 and 69 years of age die each year due to these pathologies, and in Colombia, 76 % of morbidity is due to chronic diseases such as psychiatric diseases, hypertensive heart disease, heart disease, diabetes and epilepsy. These diseases affect not only patients but also their caregivers, who suffer physical, social, biological and mental alterations, as well as changes in their social and economic dynamics. Caring for a chronically ill person can lead caregivers to experience insomnia, depression and anxiety, due to the responsibility of meeting the needs of the sick person. It is crucial to address the mental health of caregivers and perform specific nursing interventions to prevent and manage caregiver burnout, thereby improving the quality of life for both patients and their caregivers. Anxiety and depression are common among caregivers, influenced by sudden role change, decreased free time and leisure activities, and exclusive focus on caregiving. From the nursing discipline, it is essential to develop holistic interventions that include the family and community in the care plan, improving the relationship and communication between nurse, patient and caregiver. Education and constant follow-up are fundamental tools to support caregivers and detect mental health problems early.

Keywords: Chronic Diseases; Caregivers; Mental Health; Nursing Intervention; Quality Of Life.

RESUMEN

Las enfermedades crónicas representan un significativo problema de salud pública, siendo responsables del 74 % de la mortalidad mundial, con 41 millones de muertes anuales. En las Américas, 15 millones de personas de entre 30 y 69 años mueren cada año debido a estas patologías, y en Colombia, el 76 % de la morbilidad se debe a enfermedades crónicas como las psiquiátricas, la cardiopatía hipertensiva, las enfermedades del corazón, la diabetes y la epilepsia. Estas enfermedades afectan no solo a los pacientes sino también a sus cuidadores, quienes sufren alteraciones físicas, sociales, biológicas y mentales, además de cambios en su dinámica social y económica. El cuidado de una persona con enfermedad crónica puede llevar a los cuidadores a experimentar insomnio, depresión y ansiedad, debido a la responsabilidad de satisfacer las necesidades del enfermo. Es crucial abordar la salud mental de los cuidadores y realizar intervenciones de enfermería específicas para prevenir y manejar el cansancio del cuidador, mejorando así la calidad de vida tanto de los pacientes como de sus cuidadores. La ansiedad y la depresión son comunes entre los cuidadores, influenciados por el cambio repentino de rol, la disminución del tiempo libre y las actividades de ocio, y el enfoque exclusivo en el cuidado del enfermo. Desde la disciplina de enfermería, es esencial desarrollar intervenciones holísticas que incluyan a la familia y la comunidad en el plan de cuidados, mejorando la relación y comunicación entre enfermera, paciente y cuidador. La educación y el seguimiento

constante son herramientas fundamentales para apoyar a los cuidadores y detectar problemas de salud mental tempranamente.

Palabras clave: Enfermedades Crónicas; Cuidadores; Salud Mental; Intervención de Enfermería; Calidad de Vida.

INTRODUCCIÓN

Las enfermedades crónicas continúan siendo un problema de salud pública y una de las razones por lo cual día a día las personas fallecen, estas enfermedades no tienen por origen un proceso infeccioso, sin embargo, dejan consecuencias para la salud y la calidad de vida de las personas que las padecen.⁽¹⁾

Estas enfermedades son responsables de 41 Millones de muertes anuales lo que equivale al 74 % de la mortalidad a nivel mundial, en Las Américas 15 Millones de personas con edades entre 30 Y 69 Años Mueren cada año, en Colombia la situación no es diferente, según estimaciones del Ministerio De Salud Y Protección Social (MSPS), el 76 % de la morbilidad es ocasionada por las este tipo de enfermedades; las patologías con mayor prevalencias son las enfermedades psiquiátricas y la cardiopatía hipertensiva, seguida por enfermedades del corazón, diabetes o epilepsia.⁽²⁾

DESARROLLO

Cabe destacar que estas enfermedades no solo impactan a la persona en situación de cronicidad sino también a su familia, en especial a la persona que toma el rol del cuidador, Existen diversos reportes en la literatura científica de alteraciones en las dimensiones físicas, sociales, biológicas sino también en la salud mental, al igual que alteraciones en la dinámica social, evidenciado por aislamiento, disminución de actividades sociales, cambios en la relación con el paciente y otros familiares, cambios en la económica del cuidador el cual en ocasiones debe abandonar el trabajo para encargarse del cuidado de la persona enferma.⁽³⁾

Algunos estudios han encontrado que entre el 46 y 59 % de los cuidadores presentan sufrimiento, al asumir la responsabilidad de satisfacer las necesidades de la persona enferma, y llegan a presentar hasta dos y tres veces más probabilidad de presentar insomnio, depresión, ansiedad, siendo necesario tomar medidas para abordar la salud mental de los cuidadores y realizar intervenciones específicas de enfermería enfocadas en la prevención y manejo del rol del cansancio del cuidador, logrando así una atención de integral que mejore la calidad de vida de las personas enfermas y sus cuidadores.⁽⁴⁾

La ansiedad y la depresión son las condiciones más prevalentes en los cuidadores, debido a factores como el cambio repentino del rol, la disminución del tiempo libre y las actividades de ocio, el direccionamiento de los recursos emocionales y espirituales específicamente al enfermo, la realización de actividades de cuidado básico, administración de medicamentos entre otros. Hacen que la persona en el rol de cuidador no tome conciencia de sus propias necesidades dando prioridad al cuidado de su ser querido o persona que cuidan algunas veces las 24 horas del día.

Desde la disciplina de enfermería es importante que se realice una reflexión que permita finalmente desarrollar intervenciones de atención holística, recordando el impacto de la enfermedad crónica en la familia y especialmente en los cuidadores, permitiendo que la persona enferma reciba los mejores cuidados de la mano de cuidadores que se encuentren mentalmente sanos; para enfermería puede ser un desafío incluir en el plan de cuidados a la familia y a la comunidad; para ello es necesario mejorar la relación y comunicación enfermera - paciente - cuidador.⁽⁵⁾

CONSIDERACIONES FINALES

Es importante que el personal de enfermería dentro de la planificación de los cuidados incluya el fomento de la implicación familiar y social, que disminuya la carga del cuidador, la educación también se convierte en una herramienta que fundamental para el cuidador para que adquieran conocimientos y habilidades que faciliten el cuidado y por ende la carga de cuidado, así mismo el acompañamiento y seguimiento es fundamental para detectar tempranamente la presencia de problemas de ansiedad y depresión que en ultimas repercute en el paciente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Silva J. Enfermedades crónicas no transmisibles, tarea pendiente de la Salud Pública Mundial. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río. 2023; 27:1-2.
2. Organización Panamericana De La Salud. Enfermedades no transmisibles. OPS. 2022. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

3. Laguado E. Perfil del cuidador del paciente con Enfermedad Renal Crónica: una revisión de la literatura. *Enfermería Nefrológica*. 2019; 22(4); 352-359. <https://doi.org/10.4321/s225428842019000400002>
4. Mares K, Cardona V, Franco D, Medina I, Medina J, y Carrillo-Cervantes A. Ansiedad, depresión y soledad en cuidadores de personas con enfermedad crónica. *Index de Enfermería*. 2022; 31(3):166-169.
5. Castro P, Astudillo M, Cruz N, y González M. [internet] 2022 [citado 4 de octubre de 2023 internet]. Nursing care in adaptation to the role of informal caregivers of people with Parkinson's disease. *Revista Científica de La Sociedad de Enfermería Neurológica (English Ed.)*, 57, 11-21. Disponible de: Nursing care in adaptation to the role of informal caregivers of people with Parkinson's disease - ScienceDirect

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no hay conflictos de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: María Andreina Pulido Montes, Liana Magreth Peñaranda.

Análisis formal: María Andreina Pulido Montes, Liana Magreth Peñaranda.

Investigación: María Andreina Pulido Montes, Liana Magreth Peñaranda.

Redacción-borrador original: María Andreina Pulido Montes, Liana Magreth Peñaranda.

Redacción-revisión y edición: María Andreina Pulido Montes, Liana Magreth Peñaranda.