



809 - EVALUACIÓN DE LA SOBRECARGA DEL CUIDADOR MEDIANTE EL CUESTIONARIO DE ZARIT EN LA CONSULTA DE INSUFICIENCIA CARDÍACA EN UN HOSPITAL DE SEGUNDO NIVEL DE ATENCIÓN

Carlos Samuel Forero Segura, Carmen de Juan Álvarez, Marta Rodríguez Sanz, Ana Fernández Peinado, Beatriz López Gómez, Juan Bosch Belón, Rolando Álvaro Inturias Álvarez y Janira Fernández Mondelo

Medicina Interna, Hospital Universitario Severo Ochoa, Madrid, España.

Resumen

Objetivos: Identificar a los familiares de pacientes con insuficiencia cardíaca crónica que presentan signos de sobrecarga, mediante la aplicación del cuestionario de percepción de sobrecarga del cuidador de Zarit, en una consulta especializada de un hospital de segundo nivel asistencial.

Métodos: Se realizó un estudio observacional y descriptivo a través de encuestas aplicadas a los cuidadores principales de pacientes atendidos en la consulta de insuficiencia cardíaca entre marzo y abril de 2025. Las encuestas incluyeron la escala de percepción de sobrecarga del cuidador de Zarit, aplicadas tras obtener el consentimiento verbal de los participantes. Se recopilaban variables epidemiológicas, clínicas y sociológicas, además de las puntuaciones obtenidas en el cuestionario. Se excluyeron aquellos familiares que rechazaron participar o que no eran los cuidadores habituales al momento de la consulta.

Resultados: Se realizaron 21 encuestas. De los cuidadores principales, 6 eran hombres (28,57%) y 15 mujeres (71,43%), con una edad media de 59,4 años. La edad de los pacientes era de 86,5 años. En cuanto al parentesco con el paciente, el 80,95% eran hijos y el 21,04% eran cónyuges. De los encuestados, 17 (80,95%) tenían vida laboral activa y 4 (19,05%) estaban jubilados. Según los resultados del cuestionario de Zarit, el 90,47% de los cuidadores no presentaban signos de sobrecarga, con una puntuación media de 21,31 puntos sobre un máximo de 110. Dos cuidadores presentaron niveles significativos de sobrecarga: uno con sobrecarga moderada (55 puntos) y otro con sobrecarga intensa (67 puntos).

Discusión: Los pacientes con patologías crónicas complejas como la insuficiencia cardíaca, caracterizadas por una alta morbilidad y mortalidad, requieren cuidados intensivos que pueden ser física y emocionalmente exigentes para sus cuidadores. Por esta razón, es fundamental incluir la evaluación emocional del cuidador como parte del abordaje multidisciplinar en las consultas especializadas. El cuestionario de Zarit es una herramienta ampliamente utilizada para evaluar subjetivamente la carga percibida por los cuidadores, no solo de personas con demencia, sino también de pacientes con enfermedades crónicas. Sin embargo, en nuestro entorno, la sobrecarga del cuidador no suele abordarse de forma rutinaria, lo que puede impactar negativamente tanto en el cuidador como en el paciente. Aunque los resultados del presente estudio no evidencian una

sobrecarga generalizada como la reportada en la literatura, podrían existir factores que hayan influido en esta discrepancia, tales como una aplicación poco rigurosa del cuestionario por parte del participante, el estigma social que existe a la hora de hablar de los problemas de salud mental o la participación de cuidadores que no ejercen un rol principal. Aun así, el estudio permitió identificar casos de sobrecarga significativa, los cuales pueden tener repercusiones en la adherencia al tratamiento, el pronóstico clínico y la calidad de vida del paciente. Entre las principales limitaciones del estudio se encuentran el reducido tamaño muestral y su diseño descriptivo y transversal.

Conclusiones: La aplicación del cuestionario de Zarit ha permitido detectar cuidadores con signos de sobrecarga, lo que representa una oportunidad para brindar orientación, apoyo multidisciplinario y seguimiento, no solo centrado en el paciente, sino también en el bienestar del cuidador.