

# La sobrecarga del cuidador de pacientes con cáncer y sus consecuencias

**Álvaro Javier Moncayo Chaucanez**  
**Mitchell Andrea Chavez Muñoz**  
Estudiantes del Programa de Enfermería  
Universidad Mariana

**Magaly Morales Chinchá**  
Docente del Programa de Enfermería  
Universidad Mariana

El cáncer es una enfermedad que afecta a un gran número de la población, sin ningún tipo de distinción por sexo, edad, raza o condición socioeconómica, trae consecuencias tanto al paciente que padece la enfermedad como para su familia; sin embargo, la mayoría de veces se cuenta con la presencia de un familiar o cuidador primario que toma mayor responsabilidad en el cuidado. Este cuidador no tienen ningún tipo de preparación y desarrolla esta actividad de acuerdo con sus conocimientos, esto puede traer algunas consecuencias negativas en el cuidador, si no se toman medidas de autocuidado y de apoyo por parte de otros cuidadores, ya que puede ocasionar sobrecarga en el cuidador primario, lo cual va afectar su calidad de vida y su bienestar físico, mental y social, ya que el cuidado de una persona con una enfermedad crónica, como es el cáncer, demanda gran parte del tiempo que el cuidador utilizaba para actividades familiares, laborales y de ocio, las cuales se ven afectadas como consecuencia de la sobrecarga ejercida por el cuidador.

De acuerdo con el estadio de la enfermedad de su familiar, el cuidador primario puede tener diferentes grados de dependencia física y mental, generando en el cuidador un descuido de su propia salud, teniendo que sobrellevar múltiples funciones: cuidado de sus hijos, cumplir un horario laboral, responder económicamente por una familia y, adicional a ello, estar pendiente del tratamiento médico, aseo, alimentación y manejo

de algunos dispositivos médicos que hagan parte del tratamiento de su familiar, lo cual inevitablemente causará en el cuidador el desarrollo de estrés por la múltiples funciones que debe cumplir, es decir, aumento de la sobrecarga.

Existen muchos estudios que demuestran que la sobrecarga del cuidador se presenta con mayor frecuencia en la mujer, teniendo en cuenta que el cuidado ha sido atribuido a esta a lo largo de la historia; sin embargo, el rol del cuidador puede ser ejercido por cualquier persona, por tal motivo, es importante identificar las causas de la sobrecarga e intervenirlas de forma oportuna, por medio de la orientación o educación al paciente, según su estado de salud, y a su familiar. Así mismo, es necesario dar a conocer la importancia de la participación en el cuidado del paciente por varios miembros de la familia, para evitar que la responsabilidad recaiga en un solo cuidador, brindar una orientación sobre el manejo adecuado del paciente en términos de tratamiento médico, como citas, controles, administración de medicamentos, pero también educando en el manejo de las posibles complicaciones o dificultades que se pueden presentar en el manejo del paciente dentro de su hogar.

En este sentido, la sobrecarga del cuidador es un tema de gran relevancia, ya que la presencia de enfermedades crónicas o que generan algún tipo de dependencia, entre

estas el cáncer, se seguirán presentando y, por tanto, siempre habrá la presencia de un cuidador primario que se encuentre en riesgo de desarrollar sobrecarga; por ello, es importante trabajar en la prevención de esta problemática, desde las instituciones de salud, con la orientación brindada al paciente, pero principalmente al cuidador primario, haciendo énfasis en su autocuidado, ya que de su estado de salud va a depender la calidad de cuidado que brinde a su familiar.

Así las cosas, se debe tener en cuenta la importancia de la aplicación de teorías como la teoría de déficit de autocuidado de Orem, la cual, gracias a la subteoría de sistemas de enfermería, permite brindar una adecuada atención al paciente, de acuerdo con su grado de discapacidad o dependencia, y una orientación y educación al paciente y su cuidador en actividades que permitan su participación y autocuidado, en busca de su propio bienestar, generando en el paciente un grado de responsabilidad y participación en su cuidado, de acuerdo con su condición clínica para que disminuya el exceso de actividades en el cuidador primario y, por lo tanto, la aparición de sobrecarga.

Teniendo en cuenta que los cuidados brindados por el cuidador primario carecen de algún tipo de fundamento o son brindados de forma empírica, es responsabilidad del equipo de salud y de los futuros profesionales transmitir los conocimientos adquiridos, durante la formación, en aspectos de prevención de la enfermedad, en este caso con medidas educativas y eficaces que se puedan aplicar en el cuidado de los pacientes con algún grado de dependencia, especialmente en pacientes con cáncer que requieren manejo de dispositivos como parte de su tratamiento, como también a manejar de forma adecuada los posible efectos adversos de algunos tratamientos en estos pacientes como son la quimioterapia y radioterapia.

En este punto hay algo muy relevante por destacar y es la aparición de un nuevo actor en esta problemática, ya que al lado de la figura del paciente crónico nace la figura del cuidador familiar, quien es el encargado, en muchas ocasiones, de asumir la responsabilidad del cuidado de su ser querido, estando al tanto de su tratamiento farmacológico y no farmacológico, de llevarlo a los controles, incrementándose su labor cotidiana, en ocasiones generándole estrés y alteración en su calidad de vida, de allí la importancia de incluir al cuidador en actividades educativas y de acompañamiento que

le den mayor conocimiento en cuanto al manejo del paciente crónico, así como también estrategias para afrontar la labor de acompañamiento a su familiar sin olvidarse de sí mismos, dándoles a conocer estrategias de manejo del tiempo libre, del estrés, que contribuirán a disminuir la carga del cuidador mediante el fortalecimiento de la habilidad del cuidado, lo cual redundará en una mejor calidad de vida tanto para el cuidador como para el paciente crónico. (Ortiz et al., 2020, p. 71)

## Referencias

- Ortiz, V., Gallardo, K., Morales, R., Torres, J. y Benavides, F. (2020). Pensando en los cuidadores de pacientes crónicos en tiempos de pandemia. *Boletín Informativo CEI*, 7(3), 70-71. <http://editorial.umariana.edu.co/revistas/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2381>

