

FACTORES ASOCIADOS AL NIVEL DE SOBRECARGA DE LOS CUIDADORES INFORMALES DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES, EN CONTROL EN EL CONSULTORIO “JOSÉ DURÁN TRUJILLO”, SAN CARLOS, CHILE

FACTORS ASSOCIATED TO THE LEVEL OF OVERLOAD IN INFORMAL CARETAKERS OF DEPENDANT SENIOR ADULTS UNDER CONTROL IN THE JOSE DURAN TRUJILLO OUTPATIENT CLINIC, SAN CARLOS, CHILE

ELENA ESPINOZA LAVOZ*, **VIVIANA MÉNDEZ VILLARROEL**, **ROXANA LARA JAQUE**,
PILAR RIVERA CAAMAÑO

Departamento de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud y de los Alimentos, Universidad del Bío-Bío.
Casilla 447, Chillán, Chile. Fax: (56-42) 253085, elespino@ubiobio.cl

RESUMEN

Junto al envejecimiento poblacional surge el incremento de personas dependientes que necesitan de un cuidador. Éste, enfrentado a múltiples demandas de atención, genera el síndrome denominado Sobrecarga del Cuidador. La presente investigación tuvo por objetivo determinar el nivel de sobrecarga del cuidador informal y relacionarla con características del cuidador y del adulto mayor. Es un estudio analítico de corte transversal, cuya muestra estuvo compuesta por 80 cuidadores informales de adultos mayores dependientes, controlados en el Consultorio José Durán Trujillo, San Carlos, Chile. Los datos se obtuvieron de la aplicación de la Escala de sobrecarga de Zarit (Lanz *et al.*, 1996) y de una encuesta de caracterización sociodemográfica. La información fue procesada en el programa EPIINFO 2000, se usó estadística descriptiva, prueba χ^2 y Coeficiente Gamma. Los resultados relacionados con los cuidadores mostraron que 79% eran mujeres, 56% tenían entre 20 y 50 años, 49% presentaba escolaridad básica, 55% tenía pareja y 75% hijos. El 85% realizaba cuidados día y noche, 90% percibió su estado de salud buena o regular, 20% tiene sobrecarga leve y 38% sobrecarga intensa. Respecto a los adultos mayores, 62% eran mujeres, 82% tenían entre 70 y 84 años, 54% sin escolaridad y 44% escolaridad básica, 87% controlaba esfínteres, 24% presentaba patologías cardiovasculares. Resultó significativa la relación entre sobrecarga y presencia de hijos y entre sobrecarga y existencia de otra actividad laboral del cuidador. Se concluye que tener hijos y desarrollar otra actividad laboral influyen negativamente en el nivel de sobrecarga del cuidador informal.

Palabras clave: Adulto mayor, sobrecarga, cuidador informal.

ABSTRACT

It has been determined that along with the aging of the overall population there has been an increasing in the number of dependent individuals that are in need of a caretaker. Now, this caretaker facing multiple attention demands suffers a syndrome called “Caretaker Overload.” This current research has as objective to determine the overload level of the informal caretaker and to relate such overload with the characteristics of the caretaker and the senior individual under his/her care”. It is a descriptive study, analytical, transversal, based on a sampling of 80 informal caretakers of dependent senior adults under control at the Jose Duran Trujillo Outpatient Clinic, San Carlos. The data were obtained applying the Zarit Overload Scale, plus a socio-demographic characterization survey to the senior adult population and their caretakers. The information collected was processed utilizing the EPIINFO 2000 Program. For the statistical analysis we used

descriptive statistics, the X2 test, and the Gamma Rate. The results as related to the caretakers showed that 79% were women; 56% were between 20 and 50 years old; 49% had evidence of primary schooling; 55% had a living-in partner; and 75% had children. 85% of caretakers provided care day and night; 90% perceived their health status as good or fair; 20% had a slight overload; and 38% an intense overload. As related to the Senior Adult population, 62% were women; 82% were between 70 and 84 years of age; 54% did not have any schooling; 44% had primary schooling; 87% were able to control bodily functions (sphincters); 24% show cardiovascular pathologies. The relationship between overload and the presence of children, plus other work activity demands among caretakers was significant. We concluded that the fact of having children and developing another work occupation made in them a negative impact in the care of the dependant senior adult.

Keywords: Senior adult, overload, informal caretaker.

Recibido: 28.07.09. Revisado: 15.08.09. Aceptado: 31.08.09.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, el envejecimiento de la población está adquiriendo cada vez mayor importancia. Se pronostica que para el año 2025, más de la mitad de los países latinoamericanos tendrán al menos un 10% de población anciana, con las consecuentes implicancias políticas, económicas y sociales debido a las múltiples necesidades que este grupo demanda (Instituto Nacional de Estadísticas, 2005).

El envejecimiento poblacional es una de las más importantes expresiones de la transición demográfica. Se produce cuando bajan fuertemente las tasas de natalidad y se reduce la proporción de niños y jóvenes en la población, lo que tiene como complemento necesario un gradual incremento del peso relativo de los adultos mayores. Este es un fenómeno global, que en América Latina y el Caribe, igual que en Chile, comienza a partir del final de siglo recién pasado (Albala *et al.*, 2002).

En Chile este proceso de envejecimiento poblacional es más rápido de lo esperado. De acuerdo con información del Instituto Nacional de Estadísticas (INE), en 1992 el 9,8% de la población correspondía a individuos mayores de 60 años, aumentando este porcentaje, en el año 2002, a un 11,4%.

Según las proyecciones entregadas por el INE para el año 2050, se prevé que existirán 170 adultos mayores por cada cien niños de menos de 14 años (INE, 2005).

Los cambios propios del envejecimiento asociados a estilos de vida insanos y generalmente malas condiciones socioeconómicas, llevan al anciano a una situación de mayor vulnerabilidad de su salud funcional, llegando a producirse pérdida de autonomía en diferentes grados, situación en la cual el adulto mayor depende de otra persona para efectuar las actividades de la vida diaria (Ministerio de Salud, 2003).

Surge de esta manera la figura del cuidador informal, quien asume el rol de colaborar en el cumplimiento de las actividades de la vida diaria que el anciano no es capaz de desarrollar por sí mismo. Esta actividad de cuidar es asumida, generalmente, por familiares u otras personas con multiplicidad de roles y sin preparación en el tema, lo que los expone a sufrir un conjunto de signos y síntomas denominados Sobrecarga (Montorio *et al.*, 1998).

Múltiples estudios indican que para los ancianos, vivir en su propia casa es uno de los valores más significativos, por lo que ellos quieren ser atendidos en su domicilio y dan a la familia un papel central en ese cuidado. Generalmente es la esposa, las hijas o las

nueras quienes adoptan el papel de cuidadoras, centrando su actividad cotidiana en atender al adulto mayor, lo que implica, en muchos casos, renunciar a sus relaciones sociales, reducir sus horas de descanso e incluso llegar a tener sentimientos de culpa al realizar actividades propias no relacionadas con el cuidado del otro (Revista Consumer, 2001).

Muñoz *et al.* (2004), en su estudio realizado en la ciudad de Chillán, observaron que el 72% de los cuidadores informales presentaba algún grado de sobrecarga y un 48% tenía sobrecarga intensa. Concluyeron, además, que la existencia de parentesco, condición de pareja, presencia de patología no transmisible, síntomas de ansiedad y/o depresión incrementan notablemente el nivel de sobrecarga del cuidador.

Basado en lo expuesto anteriormente y existiendo tanto a nivel nacional como internacional escasas investigaciones orientadas al ámbito de la sobrecarga, el propósito del presente estudio fue determinar los factores asociados al nivel de sobrecarga de los cuidadores informales de adultos mayores dependientes, en control en el Consultorio José Durán Trujillo de la ciudad de San Carlos, Chile, durante el año 2006.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

1. **Diseño del estudio:** corresponde a un estudio descriptivo, analítico, de corte transversal, realizado entre marzo y diciembre del año 2006.

2. **Universo:** estuvo constituido por 222 cuidadores informales de adultos mayores dependientes, controlados en el consultorio José Durán Trujillo de San Carlos.

3. **Muestra:** se consideró un muestreo aleatorio simple, obteniendo un tamaño mues-

tral de 80 cuidadores, informales de adultos mayores dependientes (clasificados según la aplicación del instrumento de Evaluación Funcional del Adulto Mayor (EFAM), realizado previamente en el establecimiento mencionado). Esta muestra correspondió al 36% del universo, lo que indica que se trabajó con un error de estimación correspondiente al 7%, para un nivel de confianza del 95%.

4. Criterios de inclusión:

- a. Adulto mayor del área urbana inscrito en el Consultorio José Durán Trujillo de la ciudad de San Carlos, Chile.
- b. Adulto mayor con clasificación de dependencia luego de la aplicación del EFAM.

5. Criterios de exclusión:

- a. Adulto mayor que viva solo.
- b. Adulto mayor institucionalizado.

6. **Unidad de análisis:** correspondió al cuidador informal de adulto mayor dependiente, residente en el área urbana, bajo control en el consultorio José Durán Trujillo de San Carlos, Chile.

7. Variables:

Variable dependiente: Nivel de sobrecarga.

Variables independientes:

- a) Características sociodemográficas del cuidador.
 - Edad.
 - Género.
 - Escolaridad.
 - Existencia de pareja.
 - Existencia de hijos.
 - Ingreso económico.
 - Percepción en relación a ingreso económico.
 - Parentesco con el adulto mayor.
 - Realización de actividades recreativas.
 - Realización de actividades laborales.

- Antigüedad en el cuidado del adulto mayor.
- Colaboración en el cuidado.
- Jornada de trabajo como cuidador.
- Estado de salud.
- Percepción de su estado de salud.

b) Características sociodemográficas del adulto mayor:

- Edad.
- Escolaridad.
- Género.
- Postración.
- Control de esfínteres.
- Abuso de alcohol.
- Percepción del estado de salud.
- Presencia de la patología.

8. Recolección de datos: los datos se obtuvieron en el domicilio del adulto mayor, mediante la aplicación de un instrumento de recolección de antecedentes sociodemográficos y de salud, tanto del adulto mayor como de su cuidador, previa realización de prueba piloto con el propósito de determinar el grado de comprensión del instrumento en una población de similares características. Con el fin de evaluar el grado de sobrecarga del cuidador informal, se utilizó la Escala de Evaluación de Sobrecarga de Zarit.

9. Descripción de los Instrumentos de recolección de datos:

Escala de Evaluación de Sobrecarga de Zarit y Zarit (Lanz *et al.*, 1996): Instrumento que tiene por objetivo valorar la vivencia subjetiva de sobrecarga sentida por el cuidador, en distintas áreas de su vida (física, síquica, social y económica). Esta escala fue adaptada al español y validada por Martín y Cols. en 1996, arrojando buenos valores de fiabilidad y consistencia interna. Consta de 22 ítemes, puntuándose en un gradiente de frecuencia que va desde 1 (no presentado) a 5 (casi siempre), y los puntos de corte son:

- 22 a 46 puntos: sin sobrecarga
- 47 a 55 puntos : sobrecarga leve
- 56 a 110 puntos: sobrecarga intensa.

Cuestionario de antecedentes sociodemográficos y de salud: instrumento de recolección de datos elaborado por las autoras, consta de preguntas cerradas, 8 dirigidas al adulto mayor y 11 al cuidador informal. Este instrumento se basó en el análisis de literatura concerniente a características de este grupo etario, siendo presentado a la consulta de expertos en el tema, quienes facilitaron sus sugerencias.

10. Análisis estadístico: se elaboró una base de datos obtenida de la aplicación de los instrumentos previamente descritos, utilizando para su procesamiento el programa estadístico EPI-INFO 2000.

En el análisis estadístico se contemplaron métodos descriptivos univariados: distribuciones de frecuencias absolutas y relativas (%); y bivariados para la aplicación de la prueba χ^2 y el cálculo del coeficiente gamma para determinar relación entre las variables.

III. RESULTADOS

Los adultos mayores que participaron en el presente estudio correspondieron principalmente a mujeres (62%); el 57% tenía entre 70 y 79 años y un 37% más de 80. Respecto de la escolaridad, el 54% no tenía estudios formales y el 44% había cursado sólo la educación básica. Desde el punto de vista de salud, el 11% de los adultos mayores se encontraban en situación de postración, el 13% no controlaba esfínteres, el 3% abusaba del alcohol, el 10% percibía su salud como mala y el 45% como regular. En relación con la presencia de enfermedades, el 24% presentaba problemas cardiovasculares, y un 19%

otras patologías como problemas pulmonares y visuales, entre otros.

Los resultados relacionados con los cuidadores informales muestran que en su mayoría corresponde a mujeres con un 79%, un 56% tenía entre 20 y 50 años, el 49% tenía escolaridad básica y el 34% escolaridad media; además, el 55% tenía pareja y el 75% hijos. El 62% percibía ingresos económicos por otra actividad laboral desarrollada y el 74% consideraba que sus ingresos no le alcanzaban para satisfacer todas sus necesidades.

El 78% de los cuidadores informales tenía algún parentesco con el adulto mayor que cuidaban, de los cuales el 52% son hijos, el 8% nueras y el 18% otros familiares. Más de las tres cuartas partes (77%) de estos cuidadores afirmó no realizar actividades recreativas. El 76% confirmó que llevaba entre 5 años y más al cuidado de ese adulto mayor. Más de la mitad afirma haber re-

cibido algún tipo de colaboración en el cuidado y el 85% afirmó realizar la actividad de cuidado durante el día y la noche. El 90% de los cuidadores percibe su estado de salud entre bueno y regular.

Respecto a la sobrecarga del cuidador informal de adulto mayor dependiente, el 20% de éstos se encuentra levemente sobrecargado y un 38% con una sobrecarga intensa.

El análisis relacional de las características del adulto mayor dependiente, escolaridad, sexo, postración, control de esfínteres y abuso de alcohol, no mostró relación significativa con la sobrecarga del cuidador informal.

Acerca de la relación entre la sobrecarga del cuidador informal de adultos mayores dependientes y sus propias características, se encontró una relación significativa entre la sobrecarga del cuidador y la presencia de hijos ($p < 0.01$) (Figura 1), observándose lo mismo entre la realización de otra actividad laboral y la sobrecarga ($p < 0.05$) (Figura 2).

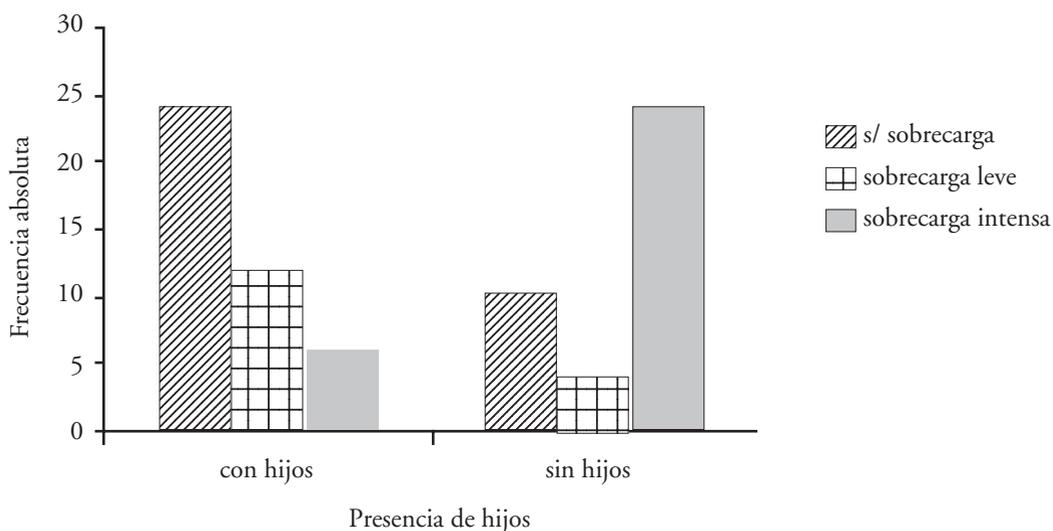


Figura 1. Relación entre Sobrecarga del cuidador informal y la existencia de hijos.

$$\chi^2 = 20.62$$

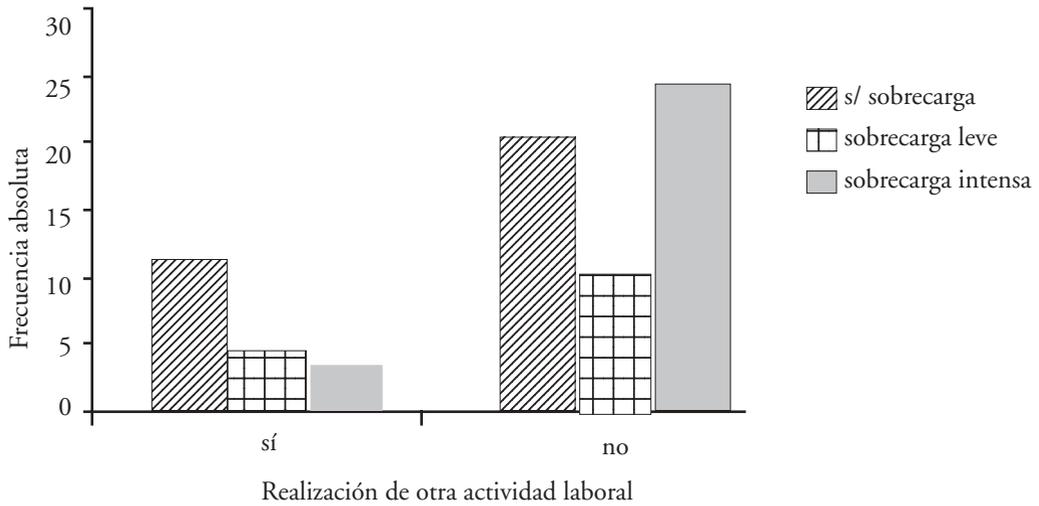


Figura 2. Relación entre sobrecarga del cuidador informal y la realización de otra actividad laboral.

$\gamma = 0,407$

Las variables estudiadas del perfil del cuidador que no mostraron una relación significativa fueron: edad, sexo, escolaridad, existencia de pareja, ingresos económicos, percepción de situación económica, parentesco con el adulto mayor, realización de acti-

vidades recreativas, antigüedad al cuidado del adulto mayor, colaboración recibida en el cuidado, jornada de trabajo al cuidado del adulto mayor, estado de salud y percepción de su propia salud.

Análisis descriptivo del cuidador informal

Edad	Frecuencia	Porcentaje
< de 20 años	5	6
20-50 años	45	56
51-65 años	11	14
>65 años	19	24
Total	80	100

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	63	79
Masculino	17	21
Total	80	100

Escolaridad del	Frecuencia	Porcentaje
Sin escolaridad	11	14
Básica	40	49
Media	27	34
Superior	2	3
Total	80	100

Existencia de pareja	Frecuencia	Porcentaje
Con pareja	44	55
Sin pareja	35	44
Sin información	1	1
Total	80	100
Existencia de hijos		
Existencia de hijos	Frecuencia	Porcentaje
Sí	60	75
No	20	25
Total	80	100
Ingreso económico		
Ingreso económico	Frecuencia	Porcentaje
Sí	50	62
No	30	38
Total	80	100
Percepción en relación a I. económico		
Percepción en relación a I. económico	Frecuencia	Porcentaje
Alcanza	21	26
No alcanza	59	74
Total	80	100
Parentesco		
Parentesco	Frecuencia	Porcentaje
Pareja	18	22
Hijo	42	52
Nuera	6	8
Otro	14	18
Total	80	100
Realización de actividades recreativas		
Realización de actividades recreativas	Frecuencia	Porcentaje
Sí	18	23
No	62	77
Total	80	100
Realización de actividad laboral		
Realización de actividad laboral	Frecuencia	Porcentaje
Sí	21	26
No	59	74
Total	80	100
Antigüedad en el cuidado		
Antigüedad en el cuidado	Frecuencia	Porcentaje
< de 5 años	19	24
5 años o más	61	76
Total	80	100
Colaboración en el cuidado		
Colaboración en el cuidado	Frecuencia	Porcentaje
Sí	42	52
No	38	48
Total	80	100
Jornada de trabajo		
Jornada de trabajo	Frecuencia	Porcentaje
Solo el día	12	15
Día y noche	68	85
Total	80	100

Estado de salud	Frecuencia	Porcentaje
Sano	34	43
Crónico	6	8
Agudo	39	48
Sin información	1	1
Total	80	100

Percepción de su salud	Frecuencia	Porcentaje
Buena	36	45
Regular	36	45
Mala	8	10
Total	80	100

Nivel de sobrecarga	Frecuencia	Porcentaje
Sin sobrecarga	34	42
Sobrecarga leve	16	20
Sobrecarga intensa	30	38
Total	80	100

Análisis descriptivo del adulto mayor.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
< 70 años.	5	6
70-74 años	27	34
75-79 años	19	23
80-84 años	20	25
85 y más años	10	12
Total	80	100

Escolaridad	Frecuencia	Porcentaje
Sin escolaridad	43	54
Básica	35	44
Media	1	1
No recuerda	1	1
Total	80	100

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	50	62
Masculino	30	38
Total	80	100

Presencia de postración	Frecuencia	Porcentaje
Sí	9	11
No	71	89
Total	80	100

Control de esfínteres	Frecuencia	Porcentaje
Sí	70	87
No	10	13
Total	80	100

Abuso de alcohol	Frecuencia	Porcentaje
Sí	2	3
no	78	97
Total	80	100
Percepción de su salud		
Percepción de su salud	Frecuencia	Porcentaje
Buena	36	45
Regular	36	45
Mala	8	10
Total	80	100
Última enferm. detectada		
Última enferm. detectada	Frecuencia	Porcentaje
HTA	10	13
P Cardíacos	5	6
Prob. visuales	3	4
Prob. pulmonares	3	4
Diabetes	4	5
Otros	9	11
Sin respuesta	46	50
Total	80	100

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El envejecimiento saludable implica disfrutar de la vejez en condiciones económicas y personales seguras, participando activamente en la vida familiar y social y con una buena percepción de la salud. Sin embargo, existen evidencias que muestran que un porcentaje de la población anciana necesita de un cuidador ya sea formal o informal (familiar). La presente investigación se centró en el cuidador familiar o informal cuya relación de cuidado está regida por el afecto y solidaridad, en la mayoría de los casos.

A pesar de la creencia común que el anciano, en la sociedad contemporánea, ha sido abandonado por su familia, las investigaciones en todo el mundo indican lo contrario. La familia sigue siendo la principal fuente de sostén para los adultos de edad avanzada, y no sólo la principal fuente de apoyo, sino también la preferida por los ancianos y a la que acuden, generalmente, en primera instancia (Anzola *et al.*, 1994).

La familia del anciano, particularmente los hijos y cónyuges, proveen asistencia tan-

to en ocasiones del diario vivir como en momentos de crisis; ésta brinda apoyo de tipo afectivo, social, funcional, económico o material. Esta asistencia toma formas tales como la ayuda en tareas domésticas, aseo, compañía, transporte o el acompañamiento a diversos lugares, suministro de información y provisión de medicamentos. El tipo y la cantidad de ayuda recibida de los hijos está asociada a factores como los lazos afectivos, la proximidad residencial, el estado civil, el sexo, la salud, las necesidades del anciano, el ingreso económico de sus hijos, y el sexo de los mismos (Sánchez, 2000).

Martínez *et al.* (2000), en su estudio "Sobrecarga de los cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia: factores determinantes", reveló que la percepción de sobrecarga corresponde al factor más importante que influye en la calidad de atención que otorga un cuidador, independiente de las características de la persona que es atendida.

Por otra parte, Lara *et al.* (2001), en Cuba, realizaron una investigación descriptiva-prospectiva entre los años 1998-1999 deno-

minada “Síndrome del Cuidador en una población atendida por equipo multidisciplinario de atención geriátrica”. Estos autores plantearon la importancia de la pesquisa precoz de los síntomas de sobrecarga que llevan al denominado Síndrome del Cuidador y la relevancia de conocer los factores que predisponen a padecer este mal, que convierte al cuidador en un paciente silencioso, afectando la calidad de los cuidados otorgados al anciano.

Al término de este estudio se puede concluir que las variables existencia de hijos y realización de una actividad laboral, además del cuidado, influyen en la presencia de sobrecarga en los cuidadores informales de adultos mayores dependientes.

Al contrastar los resultados de la presente investigación con otros estudios, se pudo observar que, al igual que en el estudio de Montorio *et al.* (1998), en la presente investigación se encontró que la actividad de cuidar es asumida generalmente por hijos, nueras u otros familiares con multiplicidad de roles y sin preparación en el tema, lo que los expone a sufrir diferentes niveles de sobrecarga.

El estudio realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas de España, denominado “Descripción de cuidadores de adultos mayores” (1995), reveló que los cuidadores y los ancianos dependientes corresponden en su mayoría al sexo femenino, siendo los cuidadores principales el cónyuge o hijo que no trabaja. Planteó además la necesidad de la creación de asociaciones de apoyo para cuidadores con consejería profesional de enfermería.

Por otra parte, Muñoz *et al.*, (2004), en el estudio “Factores que influyen en el nivel de sobrecarga de los cuidadores informales de adultos mayores dependientes, adscritos al Consultorio Violeta Parra de Chillán”, observaron mayores niveles de sobrecarga, ya que el 72% de los cuidadores informales presentaba sobrecarga (48% intensa), mien-

tras que en la presente investigación, se encontró un 58% de sobrecarga (38% intensa).

En un estudio similar, realizado por Méndez y Moraga, (2005) con cuidadores informales de Collipulli, se determinó que un 70,49% de los cuidadores presentaba algún nivel de sobrecarga y alrededor del 50% de ellos tenía sobrecarga intensa, situación similar a la encontrada por Muñoz *et al.* (2004).

REFERENCIAS

- ALBALA C, BUNOUT D, GARCÍA C, (2002) Apuntes 2º Diplomado en Geriatria y Gerontología. INTA Universidad de Chile, pp. 15-25.
- ANZOLA E, GALINSKY D, MORALES F, SALAS A, SÁNCHEZ M ed(s) (1994) La atención de los ancianos: un desafío para los años 90, Washington, D.C., Organización Panamericana de la Salud Publicación Científica 546: pp. 360-368.
- CENTRO DE INVESTIGACIONES SOCIO-LÓGICAS (CIS), (1995), Encuesta a personas cuidadoras. Instituto Nacional de Servicios Sociales. Cuidados en la vejez. El apoyo informal. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICAS, (2005), www.inec.cl
- LANZ, P; MARTÍN M; MIJI L; NADAL S; RICO J, MARÍA; SALVADÓ I; TAUSSIG M (1996) Adaptación para nuestro medio de la escala de sobrecarga del cuidador de Zarit, *Revista Gerontológica* 6: 338-346.
- LARA L, DÍAZ M, HERRERA E, SILVEIRA P, (2001), “Síndrome del cuidador en una población atendida por equipo multidisciplinario de atención geriátrica. *Revista Cubana de Enfermería*” 17: 107-111 [en línea] Disponible en Internet <http://www.infomed.sld.cu/revistas/enf/vol17_2_01/enf07201.htm>
- MARTÍNEZ A, NADAL S, BEPERET M, MENDIÓROZ P (2000) Sobrecarga de los

- cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia: factores determinantes. Revista Anales 23: 101-110 [En línea]. Disponible en Internet <<http://www.cfnavarra.es/salud/anales/textos/vol23/suple1/suple10a.html>
- MÉNDEZ V, MORAGA P, (2005) Factores que influyen en la sobrecarga de cuidadores informales de adultos mayores dependientes controlados en el consultorio adosado al hospital de Collipulli”, Trabajo Final para optar al Título de Diplomado en Geriatría, Nutrición y Epidemiología del Envejecimiento de la Universidad de Chile, pp. 32-33.
- MINISTERIO DE SALUD (2003), Manual EFAM. Chile.
- MONTORIO I, IZAL M, LÓPEZ A y SÁNCHEZ M, (1998) La Entrevista de Carga del Cuidador. Utilidad y validez del concepto de carga. Revista Anales 14: 229-249
- [En línea]. Disponible en Internet. < http://www.um.es/analeps/v14/v14_2/mv08v14-2.pdf
- MUÑOZ C, NOVOA D, ORTIZ T, RETAMAL C, (2004), Factores que influyen en el nivel de sobrecarga de los cuidadores informales de adultos mayores dependientes, adscritos al consultorio Violeta Parra de Chilla , Tesis para optar al grado de licenciado en Enfermería Escuela de Enfermería Universidad del Bío Bío Chillán Chile, pp 52-54
- REVISTA CONSUMER, (2001) La labor de los cuidadores, poco valorada. [En línea]. Disponible en Internet < <http://revista.consumer.es/web/es/20010201/actualidad/informe1/28158.jsp>
- SÁNCHEZ C “ed” (2000), Gerontología social, Buenos Aires: Editorial Espacio pp 24-25, 166-187.