

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.

ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2025,

Volumen 9, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

RELACIÓN ENTRE EL GRADO DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR DEL ADULTO MAYOR CON DIABETES Y SU ADHERENCIA TERAPÉUTICA

**RELATIONSHIP BETWEEN THE DEGREE OF CAREGIVER
OVERLOAD OF OLDER ADULTS WITH DIABETES AND
THEIR THERAPEUTIC ADHERENCE**

Merlos Pérez Zaira Irais

Instituto Mexicano del seguro social

Verónica Ramírez Contreras

Instituto Mexicano del seguro social

Uriel Ventura Soriano

Instituto Mexicano del seguro social

Nadia Esmeralda Crisantos Reyes

Instituto Mexicano del seguro social

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i4.19444

Relación entre el grado de sobrecarga del cuidador del adulto mayor con diabetes y su adherencia terapéutica

Merlos Pérez Zaira Irais

mc05zairamerlosmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-1245-679X>

Instituto Mexicano del seguro social

México

Verónica Ramírez Contreras

veronica.ramirezc@imss.gob.mx

<https://orcid.org/0009-0002-8620-0750>

Instituto Mexicano del seguro social

México

Uriel Ventura Soriano

doooorsolumbar@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-9429-0585>

Instituto Mexicano del seguro social

México

Nadia Esmeralda Crisantos Reyes

nadia.crisantosre@imss.gob.mx

<https://orcid.org/0009-0001-7753-4487>

Instituto Mexicano del seguro social

México

RESUMEN

El cuidador primario es aquella persona que asume la responsabilidad de atender, apoyar y asistir, ya sea en el aspecto físico o emocional, a individuos con algún tipo de discapacidad, limitación o condición que les impida realizar por sí mismos sus actividades diarias. La sobrecarga del cuidador hace referencia a las dificultades o tensiones que éste percibe como consecuencia de las demandas excesivas a nivel físico, emocional, psicológico y social. Por otro lado, la adherencia terapéutica se entiende como el cumplimiento y la constancia en el seguimiento de un tratamiento médico. En el marco de esta investigación, se aplicará el cuestionario de Zarit para evaluar el nivel de sobrecarga del cuidador y el cuestionario de Morisky-Green para medir la adherencia al tratamiento, con el objetivo de analizar la relación existente entre ambas variables. Se realizó un estudio analítico, prospectivo, observacional y transversal en 400 sujetos, siendo 200 sujetos adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2 y 200 sujetos cuidador, por medio del cálculo de poblaciones finitas. Se encontró que del total de participantes se encontró 61% con algún grado de sobrecarga, así como no se encontró en ningún sujeto alta adherencia terapéutica.

Palabras clave: cuidador primario, sobrecarga, adherencia terapéutica.

Relationship between the degree of caregiver overload of older adults with diabetes and their therapeutic adherence

ABSTRACT

The primary caregiver is the person who assumes the responsibility of caring for, supporting, and assisting, whether physically or emotionally, individuals with some type of disability, limitation, or condition that prevents them from independently performing their daily activities. Caregiver burden refers to the difficulties or tensions that caregivers perceive as a result of excessive physical, emotional, psychological, and social demands. On the other hand, therapeutic adherence is understood as compliance and consistency in following a medical treatment. Within the framework of this research, the Zarit questionnaire will be used to assess the level of caregiver burden and the Morisky-Green questionnaire will be used to measure treatment adherence, with the aim of analyzing the relationship between both variables. An analytical, prospective, observational, cross-sectional study was conducted in 400 subjects, 200 of whom were geriatric patients with type 2 diabetes mellitus and 200 who were caregivers. The study was conducted using finite population calculations. Of the total participants, 61% had some degree of caregiver burden, and no subjects had high therapeutic adherence. No relationship was found between caregiver burden and therapeutic adherence.

Keywords: primary caregiver, burden, therapeutic adherence.

Artículo recibido 20 julio 2025

Aceptado para publicación: 20 agosto 2025



INTRODUCCIÓN

La definición de cuidador abarca distintos aspectos. De acuerdo con la Real Academia Española, el término “cuidador” se reconoce principalmente como un adjetivo, aunque también puede emplearse como sustantivo. Desde la perspectiva médica y en el marco de la relación médico-paciente, se describe como la persona que actúa como medio, recurso e instrumento para proporcionar atención, apoyo y cuidado tanto físico como emocional. Este rol se desempeña de forma constante, prioritaria y con compromiso hacia aquellos pacientes que lo necesitan, es decir, personas con discapacidad, limitaciones o condiciones que dificultan la realización de actividades diarias y esenciales.⁽¹⁾

En México, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2021), la esperanza de vida ha aumentado, alcanzando un promedio de 78.1 años para las mujeres y 72.4 años para los hombres. Este incremento en la longevidad conlleva un aumento en la prevalencia de enfermedades crónico-degenerativas, como la Diabetes Mellitus tipo 2, especialmente en la población adulta mayor.

⁽²⁾

El adulto mayor se define según la Organización Mundial de la Salud como cualquier persona, sea hombre o mujer que sobrepase los 60 años de edad.⁽³⁾

La sobrecarga del cuidador se podría entender como un estado de fatiga emocional, acompañado de estrés persistente y agotamiento físico y mental, consecuencia del cuidado constante y no remunerado de una persona en situación de dependencia. Esta condición repercutе de forma negativa en el disfrute del tiempo libre, las relaciones sociales, la autonomía personal y el bienestar psicológico.⁽⁴⁾

La adherencia terapéutica se entiende como el nivel en el que la conducta de una persona —ya sea tomar la medicación, mantener una dieta o realizar modificaciones en su estilo de vida— coincide con las indicaciones previamente establecidas y acordadas con un profesional de la salud.⁽⁵⁾

Diversas investigaciones han abordado la sobrecarga del cuidador primario en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. Setyoadi et al. (2024), en una revisión de múltiples países, señalan que la falta de conocimientos y de apoyo adecuado genera estrés físico, mental y económico en los cuidadores, lo que a su vez repercutе de manera negativa en la calidad del cuidado que reciben los pacientes.⁽⁶⁾



En un estudio realizado en Croacia, se destacó que los cuidadores presentan un deterioro significativo en su calidad de vida, con un impacto particularmente marcado en las áreas psicológicas y sociales, consecuencia directa de las demandas propias de su rol.⁽⁷⁾

La situación en México también refleja esta problemática. Según la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), en 2018 más del 70% de los cuidadores son mujeres, y aproximadamente una de cada tres experimenta una sobrecarga emocional o física considerable, lo que evidencia la vulnerabilidad de este grupo en el contexto nacional.⁽⁸⁾

De igual forma, un estudio multinacional publicado en PubMed Central (2022) muestra que existe una correlación entre la mayor carga del cuidador y el deterioro en el estado de salud del paciente con diabetes mellitus tipo 2, lo que pone en evidencia la relación bidireccional entre ambas condiciones.⁽⁹⁾

En un estudio realizado en población mexicana, según Martín del Campo Navarro se demostró que el 48.2% de los cuidadores presentó sobrecarga intensa, así como se encontró relación significativa con estado civil y ocupación.⁽¹⁰⁾

Al día de hoy existe poca información sobre la relación de sobrecarga del cuidador y adherencia terapéutica en pacientes adultos mayores con diabetes, por lo que la información no ha sido concluyente. Por tal motivo es importante la identificación de esta relación que condicione situaciones indeseables en el adulto mayor o su cuidador y de esta manera poder como médico familiar intervenir para mejorar estas condiciones,

METODOLOGÍA

Estudio transversal, analítico, prospectivo y observacional en 400 sujetos, 200 adultos mayores con diabetes, y sus respectivos cuidadores. El tamaño de la muestra se obtuvo mediante la fórmula de poblaciones finitas. Se incluyó a los cuidadores de pacientes adultos mayores con diabetes, así como a los propios pacientes adultos mayores con diagnóstico de diabetes mellitus, sin distinción de sexo, estado civil o nivel de escolaridad, siempre y cuando estuvieran siendo atendidos en la Unidad de Medicina Familiar No. 35 “Ignacio Zaragoza”. También se consideraron únicamente aquellos cuidadores y pacientes que aceptaron participar voluntariamente en la investigación, excluyendo a los pacientes adultos mayores con comorbilidades distintas a la diabetes, así como aquellos que no contaran con un cuidador. También quedaron fuera los cuidadores o pacientes con dificultades auditivas severas



que interfirieran en la adecuada comprensión de los cuestionarios aplicados. Finalmente, no se incluyeron quienes no firmaron el consentimiento informado. El riesgo que se presenta en este estudio se clasifica como “con riesgo mínimo”. Esta investigación incluye criterios conforme a lo establecido a la Ley General de Salud y otros documentos internacionales evaluado y autorizado por comités locales de investigación y ética. El cual cuenta con número de registro SIRELCIS R – 2023 – 3509 – 024 teniendo como variable independiente considerada en este estudio fue el grado de sobrecarga del cuidador del paciente adulto mayor con diagnóstico de diabetes mellitus, evaluada a través del cuestionario de Zarit de 8 items con un alfa de Cronbach de 0.68 a 0.83, como variable dependiente se estableció la adherencia terapéutica del paciente adulto mayor con diabetes, la cual fue medida mediante el cuestionario de Morisky-Green de 22 items con un alfa de Cronbach de 0.82 a 0.93 y finalmente, se incluyeron como variables sociodemográficas el sexo, la edad, el nivel de escolaridad y el estado civil de los participantes, con el propósito de caracterizar la muestra y explorar posibles asociaciones con las variables principales.

Se utilizó estadística descriptiva para variables cualitativas: porcentajes y para variables cuantitativas desviación estándar; así como regresión logística para establecer asociación entre variable independiente y dependientes. Se utilizó software IBM SPSS V.28 considerando significancia estadística cuando $p \leq 0.05$.

RESULTADOS

En este estudio se incluyeron un total de 400 participantes (200 adultos mayores con diabetes y sus respectivos cuidadores) para determinar la relación entre el grado de sobrecarga del cuidador del adulto mayor con diabetes y su adherencia terapéutica, se realizó un análisis con base a chi cuadrada, tomando en cuenta significancia estadística cuando $p \leq 0.5$.

Se realizó la aplicación de instrumentos (Zarit y Morinsky Green) en la UMF 35 de forma presencial e individualizada, con previa autorización y firma de consentimiento informado.

Se realizó el vaciado de datos en el programa Excel para posteriormente realizar la asociación de las distintas variables con el sistema SPSS.

Respecto a las variables sociodemográficas del cuidador se obtuvo un rango de edad entre 22 y 89 años, con una mediana de 67 años, y una media de 52 años, respecto al sexo 74.5% de estos son del sexo



femenino y 25.5% del sexo masculino, en cuanto a la escolaridad se observó que el 73 (36.5 %) cuentan con secundaria, 66 (33 %) cuenta con primaria, 28 (14%) sabe leer y escribir, 21 (10.5%) con bachillerato y solo 10 (5%) cuenta con licenciatura, en lo que concierne a estado civil 46 (23%) son solteros, 46 (23%) en unión libre, 63 (31.5%) casados, 28 (14%) eran divorciado y solo 17 (8.5%) eran viudos. Según prueba T de student no hay diferencia entre la media del puntaje de Zarit en hombre y mujeres ($p=0.447$).

Dentro de la población de cuidadores evaluados, la mayoría presentó sobrecarga leve, con 79 participantes (39.5%), seguida de aquellos sin sobrecarga, que correspondieron a 78 personas (39%), y finalmente 43 cuidadores (21.5%) con sobrecarga intensa.

En lo que respecta a la población de pacientes adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2, y considerando las variables sociodemográficas, se encontró que 126 (63%) eran mujeres y 74 (37%) hombres. La edad de los participantes osciló entre los 60 y 90 años, con una escolaridad predominante de 91 (45.5 %) sabe leer y escribir, 57 (28.5%) cuenta con primaria, 57 (28.5%) con bachillerato y 6 (3%) cuentan con secundaria, el estado civil 144 (72%) eran casados, 37 (18.5%) viudos, 8 (4%) eran divorciados, 6 (3%) eran solteros y solo 5 (2.5%) unión libre, según la clasificación de Morinsky Green ningún participante obtuvo alta adherencia, 9 (4.5%) con moderada adherencia, 191 (95.5 %) con baja adherencia.

No se encontró relación entre la sobrecarga del cuidador y la adherencia terapéutica



GRÁFICA 1. Clasificación cuestionario zarit cruzada con clasificación cuestionario morinsky green (mg).

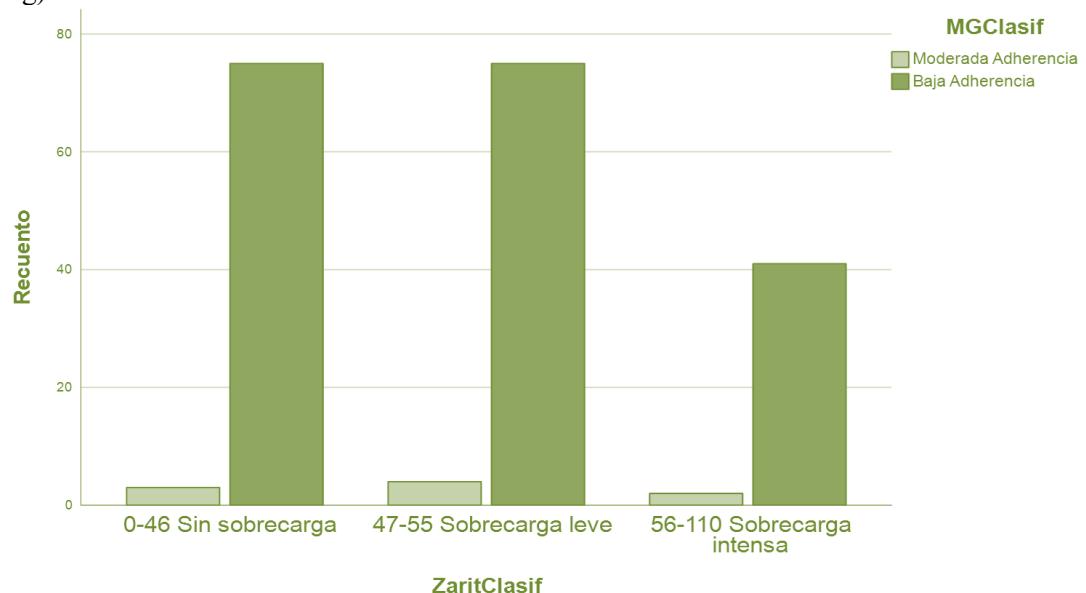


TABLA 1. Frecuencia de puntaje de cuestionario morinsky green

Nivel de adherencia	Frecuencia	Porcentaje
Alta adherencia	0	0
Moderada adherencia	9	4.5
Baja adherencia	191	95.5
Total	200	100

En este estudio, la mayoría de los cuidadores fueron mujeres mayores de 50 años, con escolaridad básica, lo cual coincide con el perfil reportado en estudios nacionales como la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), donde más del 70% de los cuidadores son mujeres, y muchos de ellos no cuentan con estudios superiores ⁽⁸⁾

En cuanto al nivel de sobrecarga, el 39.5% de los cuidadores presentó sobrecarga leve, el 39% no reportó sobrecarga, y el 21.5% presentó sobrecarga intensa. Estos hallazgos son consistentes con los resultados de Martin del Campo Navarro et al., quienes encontraron que cerca del 48% de los cuidadores de adultos mayores con DM2 en México presentaban sobrecarga significativa. ⁽¹⁰⁾

Por otro lado, la evaluación de adherencia terapéutica en los adultos mayores con DM2 mostró que el 95.5% presentó baja adherencia según el cuestionario de Morisky-Green.

A pesar de esta falta de asociación directa, se considera fundamental seguir fortaleciendo el apoyo psicosocial a los cuidadores, dado su papel esencial en la atención del adulto mayor con enfermedades crónicas.

CONCLUSIONES

El estudio proporciona información enriquecedora, a pesar de no encontrarse una significativa entre A partir de los hallazgos obtenidos en esta investigación, se identificó la necesidad de implementar estrategias integrales en el primer nivel de atención, que permitan abordar de manera conjunta la sobrecarga del cuidador y la baja adherencia terapéutica en los pacientes adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2. Entre las acciones propuestas se encuentra la implementación de programas de apoyo psicosocial para cuidadores, mediante talleres psicoeducativos y grupos de apoyo dentro de las unidades de salud, enfocados en el manejo del estrés, el desarrollo de estrategias de afrontamiento y la mejora de la autoeficacia. Asimismo, se resalta la importancia de la capacitación continua, con formación básica en diabetes, adherencia terapéutica y autocuidado dirigida tanto a cuidadores como a pacientes.

De igual manera, se propone fomentar la evaluación rutinaria de la sobrecarga del cuidador, utilizando instrumentos como la Escala de Zarit en consultas de adulto mayor, con el fin de detectar oportunamente situaciones de riesgo y canalizar a los cuidadores hacia el apoyo necesario. Finalmente, se recomienda fortalecer el enfoque multidisciplinario en medicina familiar, incorporando la participación de trabajo social, psicología clínica y otras disciplinas afines, con el propósito de brindar intervenciones centradas en la familia y en el binomio paciente-cuidador, favoreciendo así un manejo más integral y humano de la enfermedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rae.es. [citado el 1 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/cuidador>
2. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Esperanza de vida. México: INEGI; 2021. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/temas/esperanza>
3. Canitas. Adulto mayor OMS: ¿Qué dice la OMS sobre los adultos mayores? [Internet]. México: Canitas; 2024 [citado 2023]. Disponible en: <https://canitas.mx/guias/adulto-mayor/oms/#%c2%bfen+tabaja+la+oms+en+relaci%c3%b3n+a+las+personas+mayores%3f>



4. World Health Organization. International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision) [Internet]. Geneva: WHO; 2022 [citado 2023]. Disponible en: <https://icd.who.int/en>
5. Organización Mundial de la Salud. (2003). Adherencia a los tratamientos a largo plazo: pruebas para la acción. Citado en González-Martínez, J., & Hernández-Cuevas, C. (2018). Adherencia terapéutica: concepto, factores determinantes y estrategias para mejorarla. *Revista Mexicana de Ciencias Farmacéuticas*, 49(3), 26-36. Recuperado de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870-72032018000300226&script=sci_arttext
6. Setyoadi H, Nurrachmah L, Hamid A, et al. The Burden of Family Caregivers in the Care of Type 2 Diabetes Mellitus Patients: A Literature Review. *Open Access Maced J Med Sci*. 2024;12(1):15-21. doi:10.3889/oamjms.2024.12345
7. Kolaric B, Rahelić D, Šakić V. The Quality of Life of Caregivers of People with Type 2 Diabetes. *Healthcare (Basel)*. 2023;11(2):123. doi:10.3390/healthcare11020123
8. Wong R, Peláez M, Palloni A, et al. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2018. México: Instituto Nacional de Geriatría (INGER); 2020. Disponible en: <https://www.enasem.org>
9. Smith A, Johnson T, et al. Correlation between the burden of family caregivers and health status of people with diabetes mellitus. *BMC Public Health*. 2022;22(1):452. doi:10.1186/s12889-022-12345-6 / 6. Muro R, Castillo L, et al. Caregiver Burden in the Management of Frail Elderly Patients with Diabetes. *Health*. 2021;13(10):1332–1339. doi:10.4236/health.2021.1310107
10. Martín del Campo Navarro R, Garza Palacios B, López González M, et al. Grado de sobrecarga y caracterización de cuidadores de personas adultas mayores con DM2. *Revista CuidArte*. 2019;10(1):e614. Disponible en: <https://revistas.udesar.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/614>

