

La resiliencia como factor protector del cuidador informal en la labor del cuidado: Una revisión sistemática cualitativa en salud

Resilience as a Protective Factor for Informal Caregivers in Caregiving: A Systematic Review

Irene Soto-Fernández ¹<https://orcid.org/0000-0002-1140-9544>

Patricia Domínguez-Isabel ² <https://orcid.org/0000-0001-6894-2270>

Blanca Espina Jerez ³ <https://orcid.org/0000-0001-9961-072X>

Maria Jesus Bocos Reglero ⁴ <https://orcid.org/0000-0003-3288-7796>

Maria Angustias Torres Alaminos ⁵ <https://orcid.org/0000-0002-4523-5634>

Sagrario Gómez-Cantarino ⁶ <https://orcid.org/0000-0002-9640-0409>

¹ Proyecto estructurante Historia y Epistemología, UICISA:E, Coimbra, Portugal, Escuela Pública, Toledo, España

² Proyecto estructurante Historia y Epistemología, UICISA:E, Coimbra, Portugal, Hospital Virgen de la Salud – Servicio de Urgencias, Toledo, España

³ Proyecto estructurante Historia y Epistemología, UICISA:E, Coimbra, Portugal, Universidad Complutense, España

^{4,5,6} Proyecto estructurante Historia y Epistemología, UICISA:E, Coimbra, Portugal, Universidad de Castilla-La Mancha, Departamento de Enfermería, Fisioterapia y Terapia Ocupacional, Toledo, España

Resumen:

Introducción: El envejecimiento puede generar una situación de dependencia creando la necesidad de cuidados atendidos por cuidadores/as informales, figuras importantes para satisfacer las necesidades básicas de esa población mayor. Los cuidadores/as informales son relevantes para la sociedad por su labor en referencia al cuidado. Por tanto, es importante incidir en su resiliencia como factor protector asociado al cuidado y reforzarlo con políticas sociales. **Objetivo:** Realizar una revisión sistemática para analizar la resiliencia como factor protector en la salud del cuidador/a informal que está al cuidado de personas mayores dependientes. **Métodos:** Se realizó una revisión sistemática desde el enfoque PRISMA y el método PICO. Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica desde marzo a enero de 2021 en las bases de datos de Pubmed, Web of Science y SciELO. Se revisaron sistemáticamente los artículos científicos relacionados con la resiliencia asociados a la salud del cuidador/a informal en base a una serie de

criterios de inclusión. Se utilizaron descriptores DeCS y MesH con el operador booleano "AND" y "OR" y palabras clave como "cuidado", "cuidador informal", "dependencia", "envejecimiento" y "resiliencia". Resultados: Inicialmente se han encontrado 936 estudios. Una vez aplicados los criterios de inclusión la muestra ha quedado conformada por 9 artículos científicos. La resiliencia es un factor protector asociada a la salud del cuidador informal que conlleva un aumento de la calidad de vida tanto física como mental. Conclusiones. Cuidar a quien cuida es importante para que la sociedad se vea indirectamente reforzada en esta ardua tarea. Las investigaciones sobre la resiliencia asociadas al cuidado son de vital interés a todos los niveles (social, económico, particular) y se puede considerar como una estrategia social a la hora de proteger la salud y el bienestar del cuidador/a informal.

Palabras-clave: Cuidados Informales; Dependencia; Envejecimiento; Resiliencia y Salud.

Abstract:

Introduction: Ageing can generate a situation of dependency, creating the need for care provided by informal carers, who are important figures in meeting the basic needs of this older population. Informal caregivers are relevant to society because of their care work. Therefore, it is important to focus on their resilience as a protective factor associated with caregiving and to reinforce it with social policies. Objective: To conduct a systematic review to analyse resilience as a protective factor in the health of informal caregivers caring for dependent elderly people. Methods: A systematic review was carried out using the PRISMA approach and the PICO method. A literature search was carried out from March to January 2021 in Pubmed, Web of Science and SCIELO databases. Scientific articles related to resilience associated with informal caregiver health were systematically reviewed based on a set of inclusion criteria. DeCS and MesH descriptors were used with the Boolean operator "AND" and "OR" and keywords such as "care", "informal caregiver", "dependence", "ageing" and "resilience". Results. Initially 936 studies were found. Once the inclusion criteria had been applied, the sample consisted of 9 scientific articles. Resilience is a protective factor associated with the health of the informal caregiver that leads to an increase in both physical and mental quality of life. Conclusions: Caring for the caregiver is important for society to be indirectly strengthened in this arduous task. Research on resilience associated with caregiving is of vital interest at all levels (social, economic, particular) and can be considered as a social strategy to protect the health and well-being of the informal caregiver.

Keywords: Ageing; Dependency; Health; Informal caregiver; Resilience.

Envío: 18/03/2021

Aceptación: 28/04/2021

1 Introducción

Los avances científicos han proporcionado un aumento de la esperanza de vida de las personas en todo el mundo y un mayor bienestar, alargando en consecuencia la edad de la muerte. Sin embargo, estos avances no han podido erradicar las enfermedades crónicas generadoras de una necesidad en los cuidados de las personas mayores que las sufren (Schmidt, 2016). Por ello, el envejecimiento y la dependencia son un tándem inseparable, especialmente a partir de los 85 años (Whitbourne & Whitbourne, 2012). La enfermedad en la persona mayor conforma una situación de dependencia y este hecho augura que un familiar cargará con los cuidados de esta persona (Pereira & Soares, 2015). Esta situación genera una dependencia para el cuidado y ese cuidado lo lleva a cabo un cuidador/a, y si el cuidado se da en el ámbito familiar, el cuidador/a recibe el nombre de cuidador/a familiar o informal.

Ya en 1969, Zarit apuntó que normalmente el cuidado en el hogar de una persona dependiente es asumido por un familiar. Cuando se origina una situación de dependencia dentro de un hogar, se da una reestructuración de la familia por el cuidado de ese familiar pero no es meditada sino que viene en cierto modo impuesta por el nivel socioeconómico y la disponibilidad del cuidador/a para el cuidado en el momento que se origina la necesidad (Hedler, 2016). Además, las políticas sociales de los países europeos tienen conciencia de que la persona mayor prefiere envejecer en su hogar y, para ello, fomentan programas de cuidados de larga duración en los domicilios con el fin de complacer dicho propósito (OCDE, 2015).

La labor de cuidar a personas en situación de dependencia es un recurso muy valioso para la sociedad y genera un ahorro importante en las arcas estatales (Banchero & Mihoff, 2017). En este sentido, se asume por un familiar un servicio no remunerado que si lo proporcionara el estado sería muy costoso económicamente. Por otra parte, es un recurso limitado y cada vez más escaso ya que el tener menos hijos en la actualidad disminuye los potenciales cuidadores/as informales del futuro (Banchero & Mihoff 2017).

El cuidador/a informal de persona dependiente tiene sentimientos ambivalentes con respecto al cuidado. Por un lado, presenta algunas nociones negativas del cuidado (Banchero & Mihoff 2017), pero por otro, no se debe olvidar que cuidar también tiene una serie de consecuencias positivas (Machado, 2020).

En definitiva, existen múltiples formas de abordar el cuidado desde una perspectiva positiva trayendo múltiples beneficios para las partes implicadas, entre ellas se encuentra la resiliencia del cuidador/a informal.

La resiliencia se definió por Ferreira en el 1975 como extensión física de un cuerpo ante una adversidad y la posterior vuelta a su ser evitando la deformidad. Más adelante, en 2001 el concepto fue pulido por Lindström, quien llamó resiliencia al proceso de superación ante momentos difíciles con el objetivo de aprender de lo vivido y manejar habilidades para afrontar mejor la vida, es decir, un afán de superación continuo individual ante las adversidades del día a día de cada persona. Es un mecanismo de

protección natural del individuo para disminuir los posibles factores de riesgo que le van surgiendo a lo largo de su vida. Pesce (2005) define cuatro factores de protección de la resiliencia y pretende dar las herramientas necesarias para afrontar una situación de estrés y generar resiliencia en el individuo.

Si se extrapola la resiliencia a la tarea de cuidar, Pinheiro (2004) afirma que tanto las personas mayores que realizan la labor del cuidado como la persona en situación de dependencia, a pesar de estar en una difícil situación tienen una predisposición a la positividad y así crean su bienestar, de esta manera se llega a un envejecimiento con éxito y la labor de cuidar es más fácil. Por otro lado, Pessotti (2018) y Trapp (2015) señalan la correlación positiva existente entre la calidad de vida del cuidador y la resiliencia, corroborando que los cuidadores con más resiliencia tienen mayor calidad de vida percibida, son más religiosos y tienen menores síntomas depresivos (Pessotti, 2018).

Por ello, la resiliencia parece ser una fortaleza personal para el cuidado asociado a la calidad de vida física y mental del cuidador/a informal (Trapp, 2015), significando un óptimo instrumento en el cuidado que predispone al positivismo en el cuidador/a informal.

Otros autores como Araújo y Faro (2016) dan nociones para mantener la resiliencia, en ellas están: tener una dieta sana, crear endorfinas (risa, deporte, sueño...), guiar las emociones, gobernar los impulsos, ser optimista, examinar el entorno, empatizar con los demás, ser autoeficaces, tener disciplina y tener confianza en sí mismo (Araújo & Faro 2016). De este estudio se extrae que si el cuidador/a informal cumple con los apartados expuestos anteriormente, se genera una mayor resiliencia y esto revertirá en su bienestar y finalmente en la persona cuidada.

Quero (2005), apunta que la formación de las personas conforma un factor protector ante las adversidades de la vida, es decir, ellas tienen una mayor resiliencia. También ocurre lo mismo con el ejercicio físico, las personas que lo practican de forma habitual tienen un mejor ánimo y entrenan una de las habilidades que le conforman mayor resiliencia (Araújo & Faro 2016).

Por todo lo anterior, es importante capacitar al cuidador/a informal en la labor de cuidar para darle las habilidades necesarias y potenciar su resiliencia (Pinheiro, 2004), ya que aumentará la capacidad del cuidador/a para llevar en mejores garantías la difícil tarea del cuidado (Martínez-Linares, 2020).

2 Metodología

A continuación, se detalla la metodología que se ha utilizado para conformar la revisión sistemática referida al factor protector de la resiliencia en la salud del cuidador/a informal de personas mayores en situación de dependencia.

2.1 Diseño

Se ha llevado a cabo una revisión sistemática siguiendo la guía de *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) (Beller, 2013), realizando una búsqueda exhaustiva en las siguientes bases de datos: PubMed, Web of Science y

SciELO. Los artículos analizados corresponden a la franja temporal comprendida entre los años 2015 a 2020. Los resultados de la investigación se sintetizaron mediante estrategias que evitan el sesgo y el error aleatorio. Estas estrategias incluyeron la clasificación sistemática de todos los artículos potencialmente relevantes y la descripción del diseño metodológico. También el análisis y la extracción de información de los mismos, así como la presentación e interpretación de los resultados.

La búsqueda se realizó desde el 01 marzo de 2020 hasta el 31 enero de 2021. Para iniciar la revisión sistemática y poner en marcha el motor de búsqueda se formuló la pregunta de investigación diseñada a través de la metodología PICO (Gálvez, 2004 & Santillán, 2018), estructurando los datos de la manera siguiente:

P: (Paciente o problema de interés), el cuidador/a informal que cuida a personas mayores dependientes.

I: (Intervención), observación del factor protector en la salud del cuidador/a informal.

C: (Comparación), personas mayores que no se encuentran en una situación de dependencia.

O: (Outcomes) la resiliencia.

Por ello se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Es la resiliencia un factor de protección en la salud del cuidador/a informal de personas mayores en situación de dependencia? Siendo una cuestión clara y directa que protegerá de posibles sesgos.

2.2 Criterios de Selección

2.2.1 Criterios de Inclusión

Como se observa en la Figura 1, los documentos recuperados durante las búsquedas se verificaron con los siguientes criterios de inclusión: (1) informe original a texto completo publicado; (2) artículos que incluyen la perspectiva de los cuidados familiares de personas dependientes mayores de 60 años; (3) estudios que indican las experiencias y las necesidades de los cuidadores/as informales en los cuidados de personas mayores; (4) artículos publicados en un periodo anterior a 5 años previos a la revisión sistemática; (5) artículos escritos en inglés, portugués o español.



Figura 1: Nota: elaboración propia.

2.2.2 Criterios de Exclusión

Los documentos desechados durante la búsqueda se verificaron con los siguientes criterios de exclusión: (1) artículos sin acceso libre, (2) estudios sobre los cuidados formales, (3) investigaciones realizadas en el ámbito institucional (socio sanitario, residencias de mayores), (4) artículos en donde no se encontrasen en una situación de dependencia y (5) artículos de revisión sistemática. Se detalla un resumen a continuación en la Figura 2.



Figura 2: Nota: elaboración propia.

2.3 Estrategias de Búsqueda de la Literatura Científica

Esta investigación se ha llevado a cabo por la emergente dificultad de incluir estudios que reflejaran la experiencia positiva en los cuidados del cuidador/a informal, los factores de protección asociados al cuidado y la disposición de la sociedad ante ello. También se debió a la necesidad de incorporar estudios que abarcaran la perspectiva de la humanización de la atención en el ámbito del hogar en la figura del cuidador/a informal. En este tipo de estudio se han incluido diseños cualitativos a través de una revisión sistemática de la literatura científica.

Las fuentes de datos consultadas fueron las que se describen a continuación:

- PubMed es un impulsor de búsqueda de acceso libre y permite consultar los materiales de la base de datos *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE).
- Web of Science es un servicio en línea de información científica, suministrado por Clarivate Analytics, integrado en ISI Web of Knowledge, Wok. Creada por Eugene Garfield y fundada en 2016, aunque su fecha de lanzamiento fue en 1997.
- Scientific Electronic Library Online (SciELO) es un modelo para la publicación de revistas en internet. Su fecha de lanzamiento es 1997.

Las fuentes elegidas fueron principalmente primarias. Se usaron tanto artículos científicos como informes ministeriales, dictámenes o estadísticas. La literatura

científica se buscó en la lengua de origen documental y por ello, hay articulado en inglés, portugués y español.

La terminología tesauros elegida con DeSH son: “cuidado familiar”, “dependencia psicológica”, “envejecimiento”, “resiliencia psicológica y “salud” y con *Medical Subject Headings* (MeSH): “ageing” “dependency psychological”, “Health”, “informal caregiver” and “resilience phycological”. Además las palabras clave seleccionadas se han enlazado entre sí con los siguientes operadores booleanos AND y OR para obtener unos resultados de búsqueda más completa.

Una vez formulada la búsqueda con las palabras clave y los operadores booleanos empleados, se pueden observar los resultados obtenidos en el Tabla 1. Finalmente, el resultado del proceso de búsqueda de la revisión sistemática han sido nueve artículos.

Tabla 1: Búsqueda de artículos

Base de datos	Total de la Búsqueda	Palabras clave	Artículos seleccionados	Titulo del articulo
Pub Med	785	Cuidado informal, Dependencia, Envejecimiento, Salud, Resiliencia	6	1.En sus propias palabras: cómo los cuidadores familiares de personas con demencia entienden la resiliencia
				2.Adapting the Resilience Framework for Family Caregivers of Hospice Patients With Dementia
				3.Family Dynamics and Personal Strengths among Dementia Caregivers in Argentina
				4.Mediating effect of social support on the relationship between resilience and burden in caregivers of people with dementia
				5.Family caregivers of elderly with dementia Relationship between religiosity, resilience, quality of life and burden
				6.Personal strengths and health related quality of life in dementia caregivers from Latin America
Web of Science	144	Cuidado informal, Dependencia, Envejecimiento, Salud, Resiliencia	2	1.Psychometric properties of a resilience scale in family caregivers of older adults
				2.Implementación del programa de intervención psicológica en resiliencia para cuidadores informales de pacientes con demencia tipo Alzheimer PIRCA
SCIELO	7	Cuidado informal, Dependencia, Envejecimiento, Salud, Resiliencia	1	1.Caregivers' resilience is independent from the clinical symptoms of dementia

2.4 Proceso de Identificación y Selección de Estudios

En la Figura 3 se presenta el diagrama de flujo que configura el proceso de selección de los artículos científicos de la revisión sistemática bajo el modelo PRISMA. Se obtuvieron un total de 936 registros iniciales, siendo Pubmed la base de datos en los que se obtuvo un mayor registro de trabajos que cumpliesen los criterios de inclusión del estudio. Posteriormente se procedió a eliminar los artículos duplicados, reduciendo considerablemente el número de artículos encontrados (n=794). A este número de reportes encontrados, se aplicó el filtro de la accesibilidad de los textos y el periodo temporal, obteniendo un total de artículos resultantes (n=106). Posteriormente, se

rechazaron aquellos que no cumplieran con los objetivos propuestos (n=52), y/o con la pregunta de investigación, el número resultante fue n=54. Se escogieron 29 artículos para leer a texto completo por ceñirse a los objetivos planteados en la revisión sistemática. Una vez analizado el contenido de dichos artículos científicos de forma pormenorizada y, una vez se comprobó que si cumplieran los criterios de inclusión y exclusión se seleccionaron para el trabajo un total 9 estudios de investigación. La muestra de artículos seleccionados recoge datos y análisis de diferentes lugares a nivel mundial y ha quedado formado por los siguientes trabajos: Trapp et al. (2015), Dias et al. (2016), Elnassen et al. (2016), Han et al. (2016), Cerquera Córdoba et al. (2017), O'Dowyer et al. (2017), Pessotti et al. (2018), Mandujano et al. (2020) y Ruisoto et al. (2020).

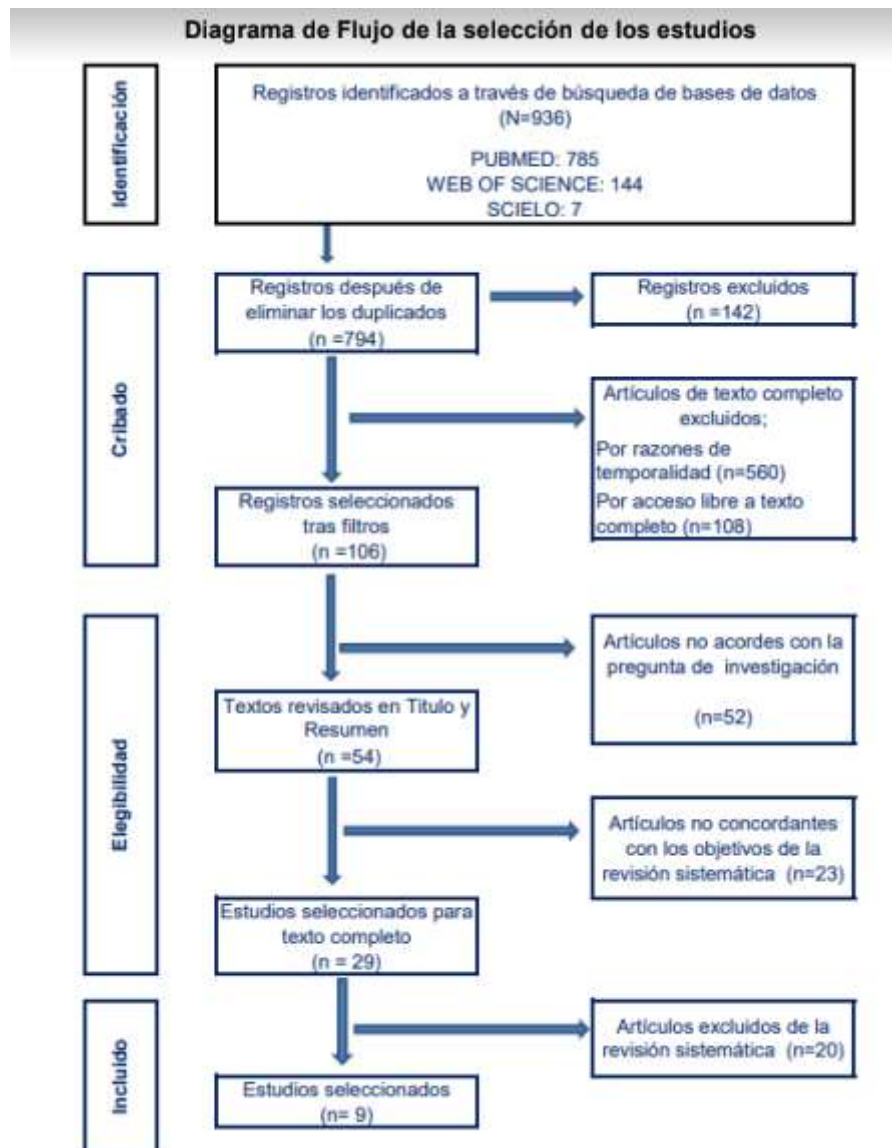


Figura 3: Elaborado según PRISMA (2009).

2.5 Evaluación de la calidad metodológica

Los nueve artículos científicos finales resultantes se evaluaron mediante la escala de criterios PEDRo (Verghagen et al. 1998), empleada para categorizar la investigación con el fin de identificar la calidad de cada publicación (Maher, 2003). Está fundamentada en

los criterios de la escala Delphi y el rango de puntuación va de 0 a 10 valorando 11 criterios. Las valoraciones comprendidas entre 9-10 puntos son consideradas una excelente calidad metodológica, de 6-8 puntos buena, de 4-5 aceptable y <3 como escasa calidad metodológica (Verhagen, 1998). Esta escala no evalúa la calidad externa del estudio sino la interna (Shiwa, 2017). A continuación, en la Tabla 2 se observa que los estudios de la revisión sistemática tienen una puntuación superior o igual a 7, por lo que se evidencia una correcta calidad metodológica de los trabajos seleccionados.

Tabla 2. Escala PeDro de artículos seleccionados

Autores	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Total
Trapp, (2015)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	NO	SI	SI	8
Dias, (2016)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	10
Erasson, (2016)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	10
Han, (2016)	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	9
Cerquera, (2017)	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	9
O'Dowry, (2017)	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	8
Pessotti, (2018)	SI	SI	NO	SI	NO	NO	SI	NO	SI	SI	SI	7
Mandaiano, (2020)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	10
Ruisoto, (2020)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	10

Nota: elaboración propia

3 Resultados

De los artículos seleccionados encontramos 6 realizados en países latinoamericanos desde el año 2015 (Argentina y México), 2016 (Argentina/Brasil), 2017 (Colombia), 2018 (Brasil) y 2020 (México). Estos estudios tienen una horquilla de participantes de 10 (Colombia, 2017) a 130 (Argentina/México, 2015), con un número total de 478. Estos muestran una correlación positiva significativa entre la resiliencia y calidad de vida del cuidador/a familiar, que sugiere que los cuidadores/as resilientes tienen una mejor percepción de vida. Por otro lado, si nos situamos en otros lugares del mundo como Australia (2017), EEUU (2019) y España (2020), los participantes oscilan de 21 a 283. En estos últimos estudios la resiliencia se conforma como un recurso individual del cuidador/a familiar innata o adquirida que evita la sobrecarga del cuidado sobre todo en la figura de la mujer cuidadora. A continuación se detallan los resultados en la Tabla 3.

Tabla 3: Descripción de los estudios seleccionados

Autor/Fecha/País	Título de Estudio	Tipo de Estudio	Muestra	Objetivo	Tipo de Intervención	Resultados
Trapp, S.H., Ferrin, P.B., Aggarwal, R., Perata, S.V., Skoff, M.E., Morelli, E., Peña Obeso, L., A.S. Arango-Lasprilla, J.C., en 2018, América Argentina y México	Fortalezas personales y calidad de vida relacionada con la salud en los cuidadores de demencia de América	Estudio Transversal descriptivo	Muestreo aleatorio de 130 cuidadores/as familiares entre ambos países	Examinar si las fortalezas personales, incluyendo la resiliencia, el optimismo y el sentido de coherencia estaban asociadas con la calidad de vida relacionada con la salud mental y física (HRQOL) de los cuidadores de demencia en México y Argentina	Encuesta de salud de forma corta (SF-36), evalúa funcionamiento físico, social, limitaciones de roles físicos y emocionales, salud general, mental, dolor y vitalidad. Escala de resiliencia para adultos (RSA), valora competencia personal. Sentido de la escala de la coherencia (SOC) evalúa el sentido, la comprensión y la capacidad de acción. Escala de orientación de la vida revisada (LOT-R), evalúa el optimismo.	Los resultados son: las fortalezas personales (resiliencia, sentido de la coherencia y optimismo) se asociaron en un 88,4% a la calidad de vida mental relacionada con la salud del cuidador/a. Las fortalezas personales representaron 8,9% de la calidad de vida física del cuidador/a familiar, y el sentido de la coherencia es el que se asocia más significativamente a esta salud. Todas las fortalezas están interrelacionadas entre sí y correlacionan tanto la calidad de vida relacionada con la salud física y mental del cuidador/a familiar.
Pereira, C., Fontes, L. C., Tedrus, G., & Leloni, D. T. en 2018, Brasil	Family caregivers of elderly with dementia: Relationship between religiosity, resilience, quality of life and burden	Estudio Transversal	Muestreo aleatorio de 10 cuidadores/as / persona cuidada con demencia	Evaluar la percepción de la calidad de vida (QoL) de los los cuidadores/as familiares, la carga, la resiliencia y la religiosidad y relacionarlos con aspectos cognitivos y la aparición de síntomas neuropsiquiátricos de los ancianos con Demencia	En la intervención se usaron la escala GDS-15, la versión de los cuidadores, la entrevista de carga, la escala de resiliencia, el inventario de depresión Beck y el PQUERL.	La regresión lineal mostró que la resiliencia está relacionada con GDS, mejor puntuación (p<0.001), la gravedad de la demencia (p=0.008), la religiosidad intrínseca más alta (IR) (p=0.044) y la menor aparición de síntomas depresivos (p=0.001)
Dias, Rachel, Simões-Neto, José Pedro, Santos, Raquel Lúcia Souza, Maria Fernanda Barros de Aquino, Maria Alice Tourinho Lacenta, Isabel Barreto, Kimara, Nathalie Ramos Santos, A. Dourado, Maria Cristina Nascimento en	La resiliencia de los cuidadores es independiente de los síntomas clínicos de la demencia	Diseño Transversal	Muestreo aleatorio de 58 cuidadores/as / persona cuidada con demencia, de acuerdo a la derivación de sus médicos de referencia	Investigar la relación entre la resiliencia de los cuidadores y los factores sociodemográficos y clínicos de las personas con demencia	Los datos sociodemográficos de pacientes y cuidadores se recopilaron mediante un cuestionario estructurado. Utilizamos la adaptación brasileña de todos los instrumentos clínicos	Los cuidadores informaron niveles moderados a más altos de resiliencia, niveles más bajos de ansiedad y síntomas depresivos y niveles moderados de carga. La resiliencia no se relacionó con el género del cuidador (p= 0,663), ni problemas clínicos (p=0,607) o emocionales (p= 0,420). La regresión mostró que la resiliencia estaba relacionada con la calidad de vida del cuidador (p <0,01) e inversamente asociada con sus síntomas depresivos (p <0,01). No hubo relación entre la resiliencia de los cuidadores y las características sociodemográficas y clínicas de las personas con demencia. Podemos asumir que la resiliencia es una característica individual
Enrassen, A. G., Trujillo, M.A., Paralta, S. V., Skoff, M. E., Morelli, E., Ferrin, P. B., & Arango-Lasprilla, J. C. en 2018, Argentina	Family Dynamics: Estudio and Personal Transversal Strengths among Dementia Caregivers	Estudio Transversal	En este estudio participaron cuidadores de personas con demencia (N=105) de Argentina	Examinar si las dinámicas familiares más saludables estaban asociadas con mayores fortalezas personales de resiliencia, sentido de coherencia y optimismo entre los cuidadores de personas con demencia en Argentina	Se creó un cuestionario para recopilar información demográfica de los cuidadores. Las fortalezas personales del cuidador y la dinámica familiar se evaluaron mediante una serie de cuestionarios durante una visita al neurólogo	Como resultados se resaltó que la dinámica familiar explicó el 32% de la variación en el sentido de coherencia. Una mayor estructura familiar y una disminución de los problemas familiares se asociaron de forma única con una mayor capacidad de recuperación. Una mayor comunicación y una disminución de los problemas familiares se asociaron de forma única con un mayor sentido de coherencia
Han S, Chi HC, Han C, Oliver DP, Washington K, Dennis G, en 2018 EEUU	Adapting the Resilience Framework for Family Caregivers of Hospice Patients With Dementia	Estudio Transversal	Se estudiaron 38 cuidadores (30 mujeres; 8 hombres) con una edad media de 62 años (desviación estándar, DE 7,4)	Identificar los desafíos y las posibles soluciones a los recursos para la resiliencia y las consecuencias esperadas desde la perspectiva de los cuidadores familiares de pacientes de hospicio con demencia	Los desafíos son: dificultades en la comunicación, la prestación de atención y la toma de decisiones, la falta de conocimiento y como desafío emocional. La preocupación por la selección del centro de atención, la muerte con dignidad y la falta de conciencia pública. Los recursos de resiliencia se identificaron a nivel individual, comunitario y social. Los beneficios son la capacidad de brindar una mejor atención y tener una mejor calidad de vida tanto para los pacientes como para los cuidadores	Nuestros hallazgos muestran que varios cuidadores resilientes han encontrado y utilizado recursos que pueden ser informativos y útiles para otros cuidadores. Su experiencia puede informar las intervenciones y crear conciencia sobre la importancia de proporcionar recursos de resiliencia en múltiples niveles.
O'Dwyer, G. T., Moyle, W., Taylor T., Greese, J. & Zimmer-Gembeck, M. en 2017 Australia	In Their Own Words: Estudio How Family Carers Perceive of Resilience with Dementia Understand Resilience	Estudio Transversal descriptivo	Muestreo de conveniencia de 81 cuidadores/as familiares con una elección final de 21 participantes	Explorar las definiciones de resiliencia de los cuidadores y sus opiniones sobre los factores asociados con la resiliencia	Encuesta transversal con entrevistas semiestructuradas centradas en la resiliencia, el apoyo, los sentimientos de suicidio y de homicidio asociados al cuidado	Los resultados se diferencian por temáticas: 1 - La presencia de la resiliencia: la mayoría de la muestra evidencia su existencia. 2 - El camino a la resiliencia: La mitad de la muestra refiere que la resiliencia es adquirida y una necesidad. Una cuarta parte subraya que es innata y refiere que las normas culturales y de género influyen en las relaciones de cuidado y la resiliencia. Por otro lado, la suerte, el alto status económico o los apoyos prácticos y emocionales confieren un refuerzo de la resiliencia y un sentimiento de agrado para sobrevivir. 3 - Se evidencia que la falta de algunas características clave dificulta la labor del cuidado
Carquera Córdoba, A. M., Pabón, D. K., & Ruiz, A. L. en 2017 Colombia	Implementación del programa de intervención psicológica en resiliencia para cuidadores informales de pacientes con demencia tipo Alzheimer PIRCA	Se diseñó un estudio experimental transversal descriptivo comparativo, tipo pre-test/post-test	Participaron 10 cuidadores informales que no recibían remuneración, ni capacitación y convivían con el paciente	El objetivo de este estudio es la implementación del programa PIRCA (Programa de Intervención en Resiliencia para Cuidadores Informales de pacientes con Alzheimer) para observar los cambios presentados en los sujetos después de haber participado en el programa	En la intervención se usaron programa PIRCA (Programa de Intervención en Resiliencia para Cuidadores Informales de pacientes con Alzheimer)	Los resultados indicaron que los puntajes de las variables con mayor variabilidad fueron depresión de estado, euforia estado, sobrecarga, y estrategias de afrontamiento como búsqueda de apoyo social y religión, con lo que se concluye que intervenir la resiliencia responde a una necesidad básica de los cuidadores ya que está presente en las características de personalidad del cuidador
Mandajano-Jaquez, M., Domínguez Quedes, M. T. & Gaviole - Romero J. C. en 2020 México	Propiedades psicométricas de una escala de resiliencia en cuidadores familiares de adultos mayores	Estudio de tipo transversal, empírico, cuantitativo, instrumental, ya que los datos de los participantes fueron recolectados y analizados en un periodo de tiempo particular y además se adecuaron y estudiaron las propiedades psicométricas del	Se recolectaron datos de dos muestras independientes de cuidadores familiares de adultos mayores en la ciudad de Hermosillo, México: 125 cuidadores de 18 a 73 años (M edad=47,8, DT=12) para realizar análisis factoriales exploratorios y 160 cuidadores de 19 a 62 años (M edad=48,7, DT=13) para realizar análisis factoriales confirmatorios	El objetivo de este estudio fue probar la validez de constructo de un inventario de resiliencia empleando procedimientos exploratorios confirmatorios	En la intervención se usaron en el REBI con 12 ítems: resiliencia instrumental y resiliencia emocional	Los análisis revelaron dos dimensiones claras y estadísticamente robustas en REBI con 12 ítems: resiliencia instrumental y resiliencia emocional. Este estudio muestra que REBI es un instrumento válido para evaluar la resiliencia en una población mexicana de cuidadores familiares de adultos mayores
Ruizolo, P., Contador, I., Fernández-Clavio, B., Serra, L., Jorjani, C., Flores, N., Ramos, P., & Rivera-Navarro, J. en 2020 España	Efecto mediador del apoyo social en la relación entre resiliencia y sobrecarga en cuidadores de personas con demencia	Estudio transversal descriptivo	Se evaluó a un total de 263 cuidadores primarios y familiares en España para valorar las características sociodemográficas, el estado clínico de las PCO y las variables específicas de los cuidadores y cuidadores	Este estudio examinó diferentes factores predictivos de sobrecarga en una muestra de cuidadores familiares de pacientes con demencia (PWD). En particular, se probó la influencia del apoyo social y la resiliencia sobre la carga, considerando los posibles efectos de la mediación	Protocolo estandarizado	Los resultados avisan que el rol de cuidador con discapacidad fue más común en las mujeres, reportando niveles de carga significativamente más altos que los hombres. La resiliencia y el apoyo social explicaron la mayor parte de la variación en la carga. Además, el apoyo social medió parcialmente la relación entre la resiliencia y sobrecarga en los cuidadores.

4 Discusión

Lo que se puede extraer de los estudios revisados es que la resiliencia está presente en gran parte de los cuidadores/as familiares de una forma innata o adquirida (O'Dowyer, 2017) como fortaleza personal que aumenta la calidad de vida tanto física como mental del cuidador/a familiar (Trapp, 2015). Además, se asocia a unas características específicas (rasgos, comportamientos, recursos, valores y factores ambientales) intrínsecas en el cuidador/a familiar (O'Dowyer, 2017) evidenciándose que los cuidadores resilientes tienen menores síntomas depresivos, menor carga percibida y mayor calidad de vida (Pessotti, 2018). Por otro lado, se vincula un incremento de la resiliencia del cuidador/a familiar al factor de la suerte, un alto nivel adquisitivo y a las normas culturales y de género que predeterminan la mentalidad de la mujer cuidadora (O'Dowyer, 2017).

5 Conclusiones

El objetivo general de este trabajo fue analizar las consecuencias positivas del cuidado en el cuidador/a informal abordando la resiliencia como factor protector en la salud del mismo, que está al cuidado de personas mayores en situación de dependencia.

En este mismo sentido, la literatura revisada plantea que el cuidador/a informal resiliente aborda el cuidado con positividad y esto le genera bienestar y se plasman unas nociones básicas para abordar el cuidado con resiliencia similares a las características atribuibles al cuidador/a principal valoradas en la revisión sistemática.

En definitiva, estas investigaciones son vitales dada la evolución de la población mayor hacia el envejecimiento y la dependencia, ya que los cuidadores/as informales son determinantes en su cuidado y su incremento es emergente. Por esta razón, es importante conocer los factores de protección de los que puede disponer el cuidador/a informal, para incidir sobre su salud y prevenir problemas futuros, además de potenciar unos cuidados de calidad a la población mayor dependiente de forma indirecta.

La investigación cualitativa da lugar a una reflexión sobre la resiliencia en el cuidador/a informal a través de un estudio que consigue los objetivos propuestos empleando teorías junto con unos métodos y técnicas cualitativas. Esta metodología da importancia y coherencia al factor protector de la resiliencia en el cuidador/a informal describiendo un conocimiento sobre la misma a través de dicha investigación.

Agradecimientos

A nuestro grupo de investigación HISAG-EP. Este estudio no ha sido financiado por ninguna entidad y no existen conflictos de intereses entre los autores.

6 Referencias

Araújo, C. L. & Faro, A. C. (2016). Estudio sobre la resiliencia en ancianas del Valle de Paraíba, São Paulo, Brasil. *Enfermería Global*, 15(42), 63-80.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412016000200004&lng=es&tlng=es.

Banchero, S. & Mihoff, M. A. (2017). Personas mayores cuidadoras: sobrecarga y dimensión afectiva. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 7(1), 7-35. Epub 31 de mayo de 2017. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-70262017000100007&lng=es&tlng=es

Beller, E.M., Glasziou, P.P., Altman, D.G., Hopewell, S., Bastian, H., Chalmers, I., Gøtzsche, P.C., Lasserson, T. & Tovey, (2013). D. PRISMA for abstracts: Reporting systematic reviews in journal and conference abstracts. *PLoS Med* 10

Cerquera Córdoba, A. M., Pabón, D. K., & Ruíz, A. L. (2017). Implementación del programa de intervención psicológica en resiliencia para cuidadores informales de pacientes con demencia tipo Alzheimer PIRCA. *Universitas Psychologica*, 16(2), 1-12. <https://doi.org/10.11144/Ja veriana.upsy16-2.ipip>

Dias, R., Simões-Neto, J. P., Santos, R. L., Sousa, M. F. B. de, Baptista, M. A.T., Lacerda, I. B., Kimura, N. R. S., & Dourado, M. C. N. (2016). Caregivers' resilience is independent from the clinical symptoms of dementia. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 74(12), 967-973. <https://dx.doi.org/10.1590/0004-282x20160162>

Ferreira, A.B.H. (1975). *Novo dicionário da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Elnasseh, A., Trujillo, M., Peralta, S., Stolfi, M., Morelli, E., Perrin, P. & Arango-Lasprilla, J., (2016). Family Dynamics and Personal Strengths among Dementia Caregivers in Argentina. *International Journal of Alzheimer's Disease*. 2016. 1-10. 10.1155/2016/2386728.

Gálvez, A. (2004). Un ejemplo pedagógico: Cómo formular preguntas susceptibles de respuesta. *Evidentia* 2004 ene-abr;1(1). En: <http://cuiden.publicaciones.saludcastillayleon.es:80/evidentia/n1/4articulo.php> [ISSN: 1697-638X].

Han, S., Chi, N. C., Han, C., Oliver, D. P., Washington, K., & Demiris, G. (2019). Adapting the Resilience Framework for Family Caregivers of Hospice Patients With Dementia. *American journal of Alzheimer's disease and other dementias*, 34(6), 399–411. <https://doi.org/10.1177/1533317519862095>

Hedler, H.C., Faleiros, V. P., Santos, M. J. S., & Almeida, M. A. A. (2016). Representación social del cuidador y cuidador familiar de los ancianos. *Katálisis Magazine*, 19(1), 143-153. doi: <https://dx.doi.org/10.1590/1414-49802016.00100015>.

Lindström, B. (2001). O significado de resiliencia. *Adolescência Latino-Americana*. 133-137

Lopes, C.C., Oliveira, G.A., Stigger, F.S. & Lemos, A.T. (2020). Asociación entre la ocurrencia de dolor y sobrecarga en cuidadores primarios y el nivel de independencia del anciano en las actividades de la vida diaria: un estudio transversal. *Cad Saúde Colet*. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010184>.

- Machado, D., Silva, G., Bastos, A.E., Nazaré, M., Xavier, C. & Souza, G. A., (2020). Experiencias subjetivas de vida de los cuidadores familiares de adultos mayores dependientes. Biblioteca Científica Electrónica Online.
DOI: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.1258>
- Maher, C.G., Sherrington, C., Herbert, R.D., Moseley, A.M. & Elkins, M.M. (2003). Reliability of the PEDro scale for rating quality of randomized controlled trials., 83. Phys Ther, 713-21
- Mandujano Jaquez, M.F., Domínguez Guedea, M.T. & Gaxiola Romero, J.C. (2020). Psychometric properties of a resilience scale in family caregivers of older adults. Acta Colombiana de Psicología, 23(2), 63-74. <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.4>
- Martínez-Linares, J. M., Andújar-Afán, F. A., Martínez-Yébenes, R., & López-Entrambasaguas, O. M. (2020). A Qualitative View of Homecare Support Workers on Unmet Health Needs of People with Dependency. International journal of environmental research and public health, 17(9), 3166.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17093166>
- O'Dowyer, ST, Moyle, W., Taylor, T., Creese, J. y Zimmer-Gembeck, M. (2017). En sus propias palabras: cómo los cuidadores familiares de personas con demencia entienden la resiliencia. Ciencias del comportamiento (Basilea, Suiza) , 7 (3), 57.
<https://doi.org/10.3390/bs7030057>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. Salud de un vistazo 2015: Indicadores de la OCDE. París: Publicación de la OCDE. doi: 10.1787/health_glance-2015-en.
- Pereira, L. S., & Soares, S. M. (2015). Fatores que influenciam a qualidade de vida do cuidador familiar do idoso com demência [Factors influencing the quality of life of family caregivers of the elderly with dementia]. Ciencia & saude coletiva, 20(12), 3839–3851. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152012.15632014>
- Pesce, R. P., Assis, S. G., Avanci, J. Q., Santos, N.C., Malaquias, J. V. & Carvalhaes, R. (2005). Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliencia. Cad. Saúde Pública. Rio de Janeiro. 430-448.
- Pessotti, C., Fonseca, L. C., Tedrus, G., & Laloni, D. T. (2018). Family caregivers of elderly with dementia Relationship between religiosity, resilience, quality of life and burden. Dementia & neuropsychologia, 12(4), 408–414. <https://doi.org/10.1590/1980-57642018dn12-040011>
- Pinheiro, D.P.N. (2004). A resiliência em discussão. Psicologia em estudo, Maringá. 9, 1, 67-75.
- Quero A., Briones R., Prieto M.a A., Pascual N., Navarro A. & Guerrero C. Los cuidadores familiares en el Hospital Universitario de Traumatología y Rehabilitación de Granada. Index Enfermería 2005; 48/49:14-17
- Ruisoto, P., Contador, I., Fernández-Calvo, B., Serra, L., Jenaro, C., Flores, N., Ramos, F., & Rivera-Navarro, J. (2020). Mediating effect of social support on the relationship

between resilience and burden in caregivers of people with dementia. Archives of gerontology and geriatrics, 86, 103952. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.103952>

Santillán, A. (2018). [Cómo comenzar la búsqueda bibliográfica desde la pregunta PICO](#). Enfermería basada en la evidencia [blog]

Schmidt, A. E., Ilinca, S., Schulmann, K., Rodrigues, R., Principi, A., Barbabella, F., Sowa, A. et al., (2016). Fit for caring: factors associated with informal care provision by older caregivers with and without multimorbidity. European Journal of Ageing, 13(2), 103-113. doi: 10.1007/s10433-016-0373-4

Shiwa, S., Costa, L., Moser, A., de Carvalho Aguiar, I. & de Oliveira, L. (2017). PEDro: la base de datos de evidencias en fisioterapia. Fisioterapia en movimiento, 24 (3). DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-51502011000300017>

Trapp, S. K., Perrin, P. B., Aggarwal, R., Peralta, S. V., Stolfi, M. E., Morelli, E., Peña, L. A., et al. (2015). Personal strengths and health related quality of life in dementia caregivers from Latin America. Behavioural Neurology, 2015, 1-8. doi: 10.1155/2015/507196

Verhagen, A.P., de Vet, H.C.W., de Bie, R.A., Kessels, A.G.H., Boers, M., Bouter, L.M. & Knipshchild, P.G.(1998) .The Delphi list: a criteria list for quality assessment of randomized clinical trials for conducting systematic reviews developed by Delphi consensus. , 51 J Clin Epidemiol. 1235-41

Whitbourne, S. K. & Whitbourne, S. B. (2012). Demography of Aging. En S. K. Whitbourne & M. J. Sliwinski (Eds.), The Wiley-Blackwell Handbook of 394 Adulthood and Aging. Oxford, England: Wiley-Blackwell. doi:10.1002/9781118392966.ch2