



CARTA AL EDITOR

El cuidado informal en atención primaria: ¿quién cuida a los que cuidan?

Informal caregiving in primary care: Who cares for the caregivers?

Sr. Editor,

Me dirijo a usted con respecto al artículo recientemente publicado en su revista titulado «Barreras y facilitadores en el cuidado de personas mayores dependientes: una visión desde los cuidadores informales en la atención primaria», el cual aborda un tema crucial dentro del sistema de salud: la carga que enfrentan los cuidadores informales de las personas mayores dependientes. El estudio presenta una visión general de los desafíos y apoyos que estos cuidadores reciben. Sin embargo, considero que el artículo deja varios puntos sin abordar¹.

El artículo menciona la insatisfacción de los cuidadores con la calidad de atención del sistema sanitario, pero no profundiza en las causas de esta deficiencia. ¿Por qué los cuidadores perciben que el sistema de salud no les proporciona suficiente orientación? ¿Se trata de un problema de financiación, de gestión o de falta de profesionales de salud? ¿Qué tipo de atención o ayuda sería la más adecuada para ellos?

Otro aspecto que el artículo menciona, pero no desarrolla con la profundidad necesaria, es la ausencia de redes de apoyo. No se indaga en las causas de la distribución desigual del cuidado, ni en el aislamiento que muchos cuidadores experimentan. Comprender por qué otros familiares no participan (sea por falta de tiempo, conocimientos o implicación) es clave para diseñar políticas que promuevan la corresponsabilidad y eviten que el peso del cuidado recaiga siempre sobre una sola persona.

Por otro lado, el estudio señala acertadamente la falta de programas de formación específicos para cuidadores informales, pero no profundiza en cómo su implementación podría mejorar la calidad del cuidado, ni en qué medida estos programas deberían abarcar conocimientos fundamentales para prevenir errores, como la administración de medicamentos. Sin acceso a formación adecuada, no solo se sobrecarga al cuidador con una responsabilidad para la que

no está preparado, sino que también se compromete la seguridad y la calidad del cuidado de la persona dependiente².

Además de contar con programas de formación validados, es esencial garantizar que sean accesibles y estén adaptados a las necesidades reales de los cuidadores, un aspecto que el artículo no desarrolla en detalle. Para ello, propongo la incorporación de herramientas como el test de sobrecarga de Zarit completo³, la Escala de Apoyo Social Percibido (MOS-SSS), el General Health Questionnaire (GHQ-12), la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) y el Cuestionario COPE (Brief COPE), que permitirían medir el impacto emocional del cuidado intensivo y orientar mejor los apoyos necesarios. El respaldo estatal no puede limitarse a la persona dependiente; debe incluir también a quienes la cuidan.

En definitiva, abordar esta problemática requiere políticas públicas que reconozcan y respalden de forma efectiva a los cuidadores informales mediante apoyo del sistema de salud, formación adecuada, ayuda financiera y medidas que promuevan una distribución más equitativa del cuidado dentro de las familias. De lo contrario, esta labor seguirá siendo invisibilizada, y quienes la ejercen continuarán asumiéndola en soledad y con un alto coste personal.

Finalmente, es importante señalar algunas limitaciones metodológicas que afectan la validez interna y externa del estudio. La población participante no se describe en detalle, lo que impide valorar su diversidad y representatividad, y limita la posibilidad de extrapolar los resultados. Además, el tamaño muestral reducido dificulta sustentar la solidez de las conclusiones. Aunque se emplearon entrevistas semiestructuradas y un análisis de contenido convencional con enfoque inductivo, no se utilizaron instrumentos validados, lo que limita la posibilidad de replicación y comparación con otros estudios. El uso exclusivo de preguntas abiertas puede haber favorecido sesgos de interpretación o deseabilidad social. Complementar este enfoque con herramientas estandarizadas habría permitido triangular los datos y reforzar la solidez empírica del análisis.

Bibliografía

1. Valencia Guevara A, Iriarte E, Campos Romero S. Barreras y facilitadores en el cuidado de personas mayores depen-

- dientes: una visión desde los cuidadores informales en la atención primaria. *Aten Primaria*. 2025;57:103210 [consultado 08 May 2025]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-barreras-facilitadores-el-cuidado-personas-S0212656724003524>
2. Balladares J, Carvacho R, Basualto P, Coli Acevedo J, Molina Garzón M, Catalán Hernández L, et al. Cuidar a los que cuidan: Experiencias de cuidadores informales de personas mayores dependientes en contexto COVID-19. *Psicoperspectivas*. 2021;20 [consultado 08 May 2025]. Disponible en: <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/2397/1508>
3. Cejalvo E, Gisbert-Pérez J, Martí-Vilar M, Badenes-Ribera L. Systematic review following COSMIN guidelines: Short forms of Zarit Burden Interview. *Geriatr Nurs*. 2024;59:278–95, <http://dx.doi.org/10.1016/j.gerinurse.2024.07.002>.

Irene Ruyin Bordes Capolat*

*Departamento de Medicina y Ciencias de la Salud,
Universitat de Barcelona, Barcelona, España*

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: ibordeca14@alumnes.ub.edu