



**RELACIÓN DEL APOYO SOCIAL Y LA SOBRECARGA DEL  
CUIDADOR DE ADULTOS MAYORES EN SAN JUAN DE  
PASTOCALLE**

***RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND CAREGIVER  
BURDEN IN OLDERADULTS IN SAN JUAN DE PASTOCALLE***

Monserrate Teca-Imbaquingo<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0007-3771-9368>

Universidad Técnica de Cotopaxi, Latacunga, Ecuador

andrea.luna9196@utc.edu.ec

Andrea Luna-Echeverría<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0009-0007-7650-8010>

Universidad Técnica de Cotopaxi, Latacunga, Ecuador UTC

andrea.luna9196@utc.edu.ec



## **RESUMEN**

La actividad de cuidar a adultos mayores involucra una gran demanda y esfuerzo constante. Diversas investigaciones muestran efectos en las personas cuidadoras. La presente investigación busca analizar la relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador de adultos mayores dentro de la parroquia de San Juan de Pastocalle, ubicada en la provincia de Cotopaxi, Ecuador. Se utiliza un proceso metodológico cuantitativo, con el cual se aborda la relación entre las variables en una muestra de 100 cuidadores, recolectadas con visitas domiciliarias a cada cuidador mediante una encuesta, donde se obtuvieron las características socio-demográficas de adultos mayores y los cuidadores respectivamente. Los datos fueron analizados mediante una prueba de relación de chi-cuadrado o una prueba exacta de Fisher, con un nivel de confianza del 95%. Los principales resultados muestran relaciones significativas, por ejemplo, que el apoyo social y la sobrecarga están ligadas al nivel de parentesco con el adulto mayor, sobre todo recae en los hijos/as; siendo un 70% en el género femenino, además teniendo una mayor sobrecarga en el cuidado con un promedio de más de 15 horas diarias para el mismo, considerándolo como un apoyo social importante. Finalmente, se concluye que existe una relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador de adultos mayores, información obtenida de las características socioeconómicas del cuidador, así como los potenciales riesgos de la sobrecarga, como la presencia de estrés, cansancio, soledad y más muestras de agotamiento mental que pueden afectar negativamente la relación del cuidador con el adulto mayor.

**PALABRAS CLAVE:** Cuidadores, Sobrecarga, Adultos mayor, Apoyo social, Envejecimiento.

## **ABSTRACT**

The activity of elderly caring involves a great demand and constant effort. Several researches show effects on caregivers. The research seeks to analyze the relationship between social support and caregiver overload of the elderly within the parish of San Juan de Pastocalle, located in the province of Cotopaxi, Ecuador. The article presents a state of the art of the incidents and socio-demographic characteristics that affect the caregiver of older adults. A quantitative methodological process is used, with which the relationship between the variables in a sample of 100 caregivers is addressed, collected with home visits to each caregiver through a survey, where the socio-demographic characteristics of older adults and caregivers respectively were obtained. Data were analyzed by a chi-square ratio test or a Fisher's exact test, with a confidence level of 95%. The main results show significant relationships, for example that social support and overload are linked to the level of kinship with the elderly, especially falling on children, being 70% in the female gender, also having a greater overload in care with an average of more than 15 hours a day for it, considering it as an important social support. Finally, it is concluded that there is a relationship between



social support and caregiver overload of older adults, information obtained from the

socioeconomic characteristics of the caregiver, as well as the potential risks of overload, such as the presence of stress, fatigue, loneliness and more signs of mental exhaustion that can negatively affect the relationship between the caregiver and the elderly.

**KEYWORDS:** Caregivers; Overload; Older adults; Social support; Aging

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población es un fenómeno mundial que ha llevado a un aumento en la necesidad de cuidado de adultos mayores. En Ecuador, según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) (2010), la población de adultos mayores representó el 9,6% de la población total del país, y se espera que esta proporción aumente a medida que la población siga envejeciendo. La mayoría de los adultos mayores en Ecuador, reciben cuidado de sus familiares, y la sobrecarga del cuidador es un fenómeno común en este contexto.

Hernández et al (2019) destaca que el envejecimiento de la población es un fenómeno normal y que el mismo trae consigo diversas y profundas modificaciones en las estructuras sociales, culturales y económicas de un grupo, comunidad, ciudad e incluso país. Morante y Pozo (2018) complementan enfatizando que, con el envejecimiento, aumenta el número de personas que necesitan cuidados y, por ende, mayor exigencia en la prestación de servicios públicos o privados, formales o informales y de tiempo completo o parcial.

En este sentido, los cuidadores familiares son los principales responsables de brindar cuidados a los adultos mayores y a menudo experimentan altos niveles de sobrecarga física, emocional y económica. En la parroquia San Juan de Pastocalle, ubicada en la provincia de Cotopaxi en Ecuador, según datos del GAD parroquial



(2021) la población de adultos mayores ha aumentado significativamente en los últimos años, lo que ha llevado a un aumento en la cantidad de cuidadores familiares y, por lo tanto, a una mayor necesidad de investigar la relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador.

Por lo tanto, la sobrecarga del cuidador está asociada directamente con la poca falta y atención del apoyo social que perciben los cuidadores de adultos mayores (Guato et al. 2019; Martínez et al. 2019; Lemus et al. 2018; Chasi 2020). De tal manera, la sobrecarga del cuidador puede afectar negativamente la calidad del cuidado que brindan los cuidadores a los adultos mayores, lo que puede tener consecuencias negativas para la salud de los adultos mayores. Donde el apoyo social, es un factor importante que puede ayudar a los cuidadores a hacer frente a la sobrecarga del cuidado. El apoyo social se refiere al apoyo emocional y práctico que reciben los cuidadores de sus familiares, amigos y de la comunidad en general. El apoyo social puede ayudar a los cuidadores a sentirse más capaces y seguros en su papel como cuidadores, lo que puede reducir su nivel de estrés y mejorar la calidad del cuidado que brindan a los adultos mayores.

Sin embargo, a pesar de la importancia del apoyo social en la reducción de la sobrecarga del cuidador, hay poca investigación sobre este tema en la parroquia San Juan de Pastocalle por lo que surge la necesidad de indagar ¿Cuál es la relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador de adultos mayores en la parroquia San Juan de Pastocalle y cómo puede mejorarse el apoyo social para reducir la sobrecarga del cuidador y mejorar la calidad del cuidado que brindan los cuidadores a los adultos mayores estableciendo y dando respuesta a la problemática mediante el objetivo de analizar la relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador de adultos mayores en la parroquia San Juan de Pastocalle.



## **Características socio-demográficas de los cuidadores de adultos mayores**

Las características socio-demográficas de los cuidadores de adultos mayores son un factor importante a tener en cuenta ya que en la parroquia San Juan de Pastocalle, como en muchos otros lugares del mundo, el cuidado informal de los adultos mayores es una práctica común y necesaria para muchas familias. Por lo tanto, a partir de un análisis de autores se llega a los siguientes indicadores, como clave, para la caracterización de los elementos socio-demográficos.

Como primer elemento la edad, la misma que es clave en los cuidadores informales de adultos mayores. La misma puede variar significativamente, desde jóvenes adultos hasta personas mayores. Según Vega y González (2019) la edad media de los cuidadores informales de adultos mayores es de 47 años, esto según los datos obtenidos en su investigación. Mientras que Ferrada y Contreras (2020) encontraron que la mayoría de los cuidadores informales eran mujeres y tenían entre 50 y 59 años. Estos datos, son variables y dependientes según la localidad. Tal como se evidenció en las referencias citadas.

Se aborda el género, ya que la mayoría de los cuidadores informales de adultos mayores son mujeres, tal como lo confirma el estudio realizado de Farro (2021) donde en la ciudad de Quito el 82.5% de los cuidadores informales eran mujeres. Esta situación se debe en gran medida a la tradicional asignación de roles de género en la sociedad, en la que se espera que las mujeres asuman la responsabilidad del cuidado de los miembros mayores de la familia.

Además, es importante tener en cuenta la relación con el adulto mayor, ya que, en muchos casos, el cuidador informal es un familiar cercano del adulto mayor, como un hijo o una hija, un cónyuge o un nieto. Sin embargo, también hay casos en los que el cuidador es un amigo cercano o un vecino a lo que le sobrecarga y el trabajo del



cuidador incide de manera significativa. A su vez, el estado civil de los cuidadores puede variar. Algunos están casados o en unarelación de pareja estable, mientras que otros son solteros, viudos o separados. El estado civil puede tener un impacto en la cantidad de tiempo y energía que el cuidador puede dedicar al cuidado del adulto mayor, especialmente si tiene responsabilidades adicionales, como el cuidado de hijos.

No obstante, el nivel de educación de los cuidadores también puede variar e incidir en el cuidado del adulto mayor. Algunos pueden tener una educación básica, mientras que otros tienen estudios universitarios que, aunque no es un elemento que identifique o discrimine la atención y cuidado si queda como un antecedente que llama la atención al momento de relacionarla sobrecarga del cuidador. Tal como lo manifestó Vélez et al (2020) el 29.6% de los cuidadores tenían educación secundaria y el 20.6% tenían educación universitaria donde el público que tenía un nivel superior de educación, la sobrecarga era mayor a las demás muestras.

Finalmente, un elemento que caracteriza las dimensiones socio- demográficas son los ingresos del cuidador, la misma que puede tener un impacto significativo en la situación financiera y social de los cuidadores. En muchos casos, los cuidadores tienen que reducir su jornada laboral o dejar de trabajar para poder cuidar al adulto mayor. Según un estudio realizado en México en 2020, el 63% de los cuidadores de adultos mayores informaron una disminución en sus ingresos después de convertirse en cuidadores informales, debido al tiempo que se dedicaba en la atención integral hacia el adulto mayor (Rodríguez et al, 2020).

**Las incidencias de la sobrecarga en el cuidado de adultos mayores** La sobrecarga puede manifestarse de diferentes maneras, incluyendo problemas físicos, emocionales, económicos y sociales. Donde el nivel de sobrecarga puede variar según la situación particular de cada cuidador y puede estar relacionado con la intensidad de la atención que se requiere para la persona cuidada y el nivel de apoyo



social percibido por el cuidador  
(Rodríguez y Chaparro, 2020).

Además, el cuidado de adultos mayores puede generar cambios significativos en la vida de los cuidadores, como la reducción del tiempo disponible para sus propias actividades y la limitación de su participación social (Martínez et al, 2019). Esto puede afectar negativamente su bienestar y calidad de vida.

Es importante señalar que, la sobrecarga del cuidador de adultos mayores puede tener consecuencias graves, tanto para el cuidador como para la persona cuidada. Por ejemplo, puede aumentar el riesgo de depresión, ansiedad y estrés en el cuidador, lo que puede afectar la calidad del cuidado que brinda y la salud de la persona cuidada (Maldonado, 2022). También, la sobrecarga del cuidador puede ser un factor importante que contribuye al abandono del cuidado y la institucionalización de la persona cuidada (Blusseau et al, 2020).

Por lo tanto, es necesario implementar intervenciones que reduzcan el nivel de sobrecarga del cuidador de adultos mayores, como el apoyo emocional y social, la capacitación y educación en cuidados de adultos mayores, el acceso a servicios de respiro y el alivio de la carga financiera asociada con el cuidado. Estas intervenciones pueden mejorar la calidad de vida tanto del cuidador como de la persona cuidada, y reducir la necesidad de institucionalización. No obstante, existen otras medidas que pueden ayudar a reducir la sobrecarga del cuidador de adultos mayores. Por ejemplo, tecnología puede ser una herramienta útil para el cuidado de los adultos mayores, ya que puede ayudar a monitorear su salud y seguridad, y permitir que el cuidador se sienta más seguro y tranquilo (Cruz, 2022).

Además, existen organizaciones y grupos de apoyo para cuidadores de adultos mayores que pueden proporcionar una red de apoyo emocional y práctico, y brindar



oportunidades para conectarse con otros cuidadores que están pasando por situaciones similares (Hernández et al. 2019).

En este punto, es importante considerar la necesidad de un enfoque interdisciplinario en el cuidado de adultos mayores, involucrando a profesionales de la salud, trabajadores sociales y otros especialistas para abordar las necesidades físicas, emocionales y sociales de la persona cuidada y el cuidador. Tal como lo menciona Fajardo et al. (2020) que los modelos de atención integrada pueden mejorar la coordinación entre los diferentes proveedores de atención médica y servicios de apoyo.

## **METODOLOGÍA**

Se presenta un enfoque cuantitativo, el cual ha sido ampliamente utilizado en estudios sobre cuidadores de adultos mayores y su sobrecarga (Rivera-Navarro & García-Sánchez, 2019; Pucciarelli, López-Martínez, & Pereira-García, 2018). La población objetivo fue seleccionada mediante un muestreo aleatorio simple (Méndez et al., 2019) con un total de 100 participantes. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario aplicado mediante visitas domiciliarias donde se precauteló que el cuidador fuera mayor de edad y este netamente involucrado en el cuidado del adulto mayor.

De los resultados obtenidos y en cuanto al análisis de los datos, se aplicó la estadística descriptiva para exponer a modo de tabla los datos socio-demográficos de las características del adulto mayor y el cuidador. Para determinar la relación entre el apoyo social y sobrecarga del cuidador, se aplicó la prueba de chi-cuadrado y una prueba exacta de Fisher.

Finalmente, de los resultados encontrados se procede a fundamentar con una revisión bibliográfica, de fuentes relevantes, se pretende enriquecer la comprensión del



tema, lo cual es fundamental para contextualizar los resultados obtenidos (García-Pérez, Núñez-Rivas, & Fernández-García, 2019)

## RESULTADOS

Se encuestó a un total de 100 cuidadores, pertenecientes a la parroquia San Juan Pastocalle, donde se abordó un cuestionario online dividido en dos categorías: las características socio-demográficas del adulto mayor, las características socio-demográficas de cuidador, las mismas que se procede a relacionar el apoyo social con la sobrecarga del cuidador del adulto mayor, obteniendo de esta manera, tres tablas que se presenta a continuación.

Tabla 1. Características socio-demográficas de los adultos mayores

Variable	N	%
Edad ( $X=80,9 \pm 5,5$ )		
Genero		
Masculino	43	43%
Femenino	57	57%
Estado civil		
Casado/a	50	50%
Viudo/a	39	39%
Divorciado/a	7	7%
Soltero/a	4	4%
Nivel de escolaridad		
Primaria	17	17%
Primaria incompleta	25	25%
Secundaria completa	1	1%
Secundaria incompleta	1	1%
Ninguna	56	56%
Actividad remunerada		
Si	16	16%
No	84	84%
Discapacidad		
Auditiva	15	15%
Física	23	23%
Visual	4	4%
Psicosocial	2	2%
Ninguna	56	56%
Enfermedades		
Enfermedades catastróficas (insuficiencia renal, cáncer, etc.)	8	8%
Enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, hipertensión, reumatismo, artritis, etc.)	64	64%



Enfermedades degenerativas (Parkinson, demencia, etc.)	5	5%
Enfermedades psiquiátricas (esquizofrenia, depresión, etc.)	2	2%
Otra	1	1%
Ninguna	19	19%

Creación propia a partir de los resultados obtenidos en la encuesta realizada a la muestra de estudio

Se evidencia que los adultos mayores tienen una edad media de  $80,9 \pm 5,5$ , el mayor porcentaje de edad corresponde al femenino, con un 57%, en contraste al masculino, con un 43%. En cuanto al estado civil, se tiene el 50% de la muestra son casados/as, el 39% corresponde a viudo/a, el 7% divorciado y apenas un 4% son solteros.

Dentro del nivel de escolaridad el 56% no cuenta con ningún tipo de estudio, el 17% la primaria completa, el 25% primera incompleta, la secundaria completa e incompleta con el 1% de manera consecutiva. Estos datos reflejan similitud a otras investigaciones que tienen las mismas características socio-demográficas, debido al contexto en relación, el mismo que es una comunidad rural (Serrano, 2014; Murillo et al 2019).

Sobre la actividad remunerada el 84% de los adultos mayores no practican ni generan ingresos que apoyen a la condición social y familiar del entorno donde se desarrolla. El 56% de la población en mención no tiene ninguna discapacidad, en contraste al 23% con problemas físicos, el 15% auditiva, el 4% visual y el 2% problemas psicosociales.

En cuanto a las enfermedades que padecen los adultos mayores, el 64% posee enfermedades crónicas no transmisibles, el 8% catastróficas, el 5% degenerativas, el 2% psicológicas y el 1% otro tipo de enfermedades. En mención, la muestra de adultos mayores presenta un grado similar de discapacidades y problemas de salud, presentados en otras investigaciones (Serrano, 2014; Murillo et al, 2019; Rodríguez et al, 2021)



Tabla 2. Características socio-demográficas del cuidador.

Variable	N	%
Edad (X=39,21 ±10,74)		
Género		
Masculino	30	30%
Femenino	70	70%
Estado civil		
Casado/a	42	42%
Viudo/a	1	1%
Divorciado/a	16	16%
Soltero/a	40	40%
Unión de Hecho	1	1%
Nivel de escolaridad		
Primaria	28	28%
Primaria incompleta	4	4%
Secundaria completa	30	30%
Secundaria incompleta	23	23%
Técnico/tecnólogos	2	2%
Estudios Universitarios Completos	8	8%



Estudios Universitarios Incompletos	2	2%
Ninguna	3	3%
Actividad remunerada		
Si	96	96%
No	4	4%
Parentesco		
Hijo/a	72	72%
Nuera	5	5%
Yerno	2	2%
Sobrino	2	2%
Vecino	3	3%
Otro	16	16%
Tiempo histórico del cuidado al adulto mayor		
1 a 11 meses	1	1%
1 a 3 años	14	14%
4 a 6 años	26	26%
Más de 7 años	59	59%
Horas de cuidado		
1 a 5 horas	8	8%
6 a 10 horas	32	32%
11 a 15 horas	19	19%
Más de 15 horas	41	41%

Creación propia a partir de los resultados obtenidos en la encuesta realizada a la muestra de estudio

En la tabla 2, se abordan las características socio-demográficas de los cuidadores, donde se tiene la edad media de  $39,21 \pm 10,74$ , con el mayor porcentaje representado en un 70% siendo mujeres antes un 30% hombres. Dentro del estado civil, el 42% son casados/as, el 40% soltero/a en y la diferencia dividió entre unión de hecho, viudo/a, divorciado/a. Dentro del nivel de escolaridad se resalta un 8% culminados estudios universitarios, un 30% secundaria completa y un 28% primaria completa. Y, el 72% de la muestra el parentesco con el adulto mayor es de ser hijo/a, por otra parte, un 16% sin parentesco familiar. En modo de análisis, se tiene una muestra joven y con estudios, en contraste a lo evidenciado en otras investigaciones como las de Pascal et al (2015); Pereira et al. (2017); Bustamante et al (2017).



En el tiempo histórico de ciudad al adulto mayor el 59% de la muestra cuenta con más de 7 años de cuidado constante, el 26% entre 4 a 6 años, el 14% entre 1 a 3 años y el 1% menos de 1 año de cuidado. Dentro de esta premisa, se profundizó el total de horas de cuidado al día la cual el 41% de los cuidadores tiene más de 15 horas de cuidados al día, el 19% entre 11 a 15 horas, el 32 entre 6 horas y el 8% menos de 6 horas, datos similares en contraste a investigaciones de contexto similares (Serrano, 2014; Murillo et al2019).

Tabla 3. Relación entre la sobrecarga y el apoyo social recibido en el cuidado del adulto mayor.

Variable	Si	Categoría No
<b>Sexo <math>P^a=0,11</math></b>		
Hombre	17(56,66%)	13 (43,34%)
Mujer	51 (72,85%)	19 (27,15%)
<b>Estado civil <math>P^a=0,058</math></b>		
Casado/a	32 (54,76%)	10 (45,24%)
Viudo/a	1 (100%)	0 (0%)
Divorciado/a	11(68,75%)	5(31,25%)
Soltero/a	23 ( 57,5%)	17(42,5%)
Unión de Hecho	1 (100%)	0(0%)
<b>Nivel de escolaridad <math>P^a=0,22</math></b>		
Primaria	23(82,1)	5 (17,9)
Primaria incompleta	3(75%)	1(25%)
Secundaria completa	19(63,3%)	11(36,7%)
Secundaria incompleta	15(65,2%)	8(34,8%)
Técnico/tecnólogos	2(100%)	0(0%)
Estudios Universitarios Completos	4(50%)	4(50%)
Estudios Universitarios Incompletos	0(0%)	2(100%)
Ninguna	2(66,6)	1(33,3)
<b>Parentesco <math>P^a=0,0005</math></b>		
Hijo/a	47 (65.28%)	25 (34.72%)
Nuera	5 (100%)	0 (0%)
Yerno	2 (100%)	0 (0%)
Sobrino	1 (50%)	1 (50%)
Vecino	3 (100%)	0 (0%)
Otro	10 (62.5%)	6 (37.5%)
<b>Tiempo histórico del cuidado al adulto mayor <math>P^a=0,0022</math></b>		
1 a 11 meses	1(100%)	0(100%)



1 a 3 años	13(92,9%)	1(7,1%)
4 a 6 años	19(76%)	6(24%)
Más de 7 años	35(59,3%)	24(40,7%)
Horas de cuidados $P^{\alpha}=0,075$		
1 a 5 horas	4(50%)	4(50%)
6 a 10 horas	25(78,1%)	7(21,5%)
11 a 15 horas	9(47,4%)	10(52,6%)
Más de 15 horas	30(73,2%)	11(26,8%)

Creación propia. Prueba de  $\chi^2$  o prueba exacta de Fisher en frecuencias menores de 5. Nivel de confianza del 95%.

La tabla en mención evidencia la relación entre el apoyo social recibido y la sobrecarga del cuidado en el adulto mayor, donde se declara 6 variables con sus debidas hipótesis. Se realizó una prueba de chi-cuadrado en todas las variables y en aquellas que demostraban frecuencias esperadas menores de 5 se realizó una prueba exacta de Fisher con un nivel de confianza del 95% o en su representación al 0,05 de significatividad, donde los valores menores se dan por aceptada la hipótesis alternativa demostrando una relación significativa como fueron los casos de HB4. Existe una relación significativa en el parentesco del cuidador del adulto mayor, donde al ser hijo/a la sobrecarga es mayor al de otros elementos. De igual manera, HB5. Existe una relación significativa del tiempo histórico del cuidado al adulto mayor donde a mayor tiempo de cuidado el nivel de apoyo social es clave para evitar la sobrecarga del cuidado del adulto mayor.

Por otra parte, es importante resaltar la variable del estado civil, que, aunque este sobre el valor de  $>0,05$ , es necesario profundizar el estudio con una muestra más grande que nos permita comprobar las hipótesis y verificar si existe una relación significativa entre la relación del estado civil dentro del apoyo social y la sobrecarga del cuidador de adultos mayores. De esta premisa, es importante resaltar la literatura existente, estudios realizados por: Murillo et al 2019; Bustamante et al (2017); Pascal et al (2015) y Pereira et al



(2017), manifiestan que la sobrecarga del cuidador del adulto mayor incide en el nivel de apoyo social recibido. Donde, se evidencia en la presente investigación, que el 68% de los cuidadores manifiestan que el apoyo social es clave para evitar la sobrecarga en el cuidado del adulto mayor.

Se proporciona un análisis integral de las características demográficas y socioeconómicas tanto de los cuidadores como de los adultos mayores en la parroquia San Juan Pastocalle. A través de un cuestionario online evidenciando factores cruciales que afectan la dinámica del cuidado en la comunidad estudiada. Entre ellos, la edad media de los adultos mayores, su composición por género, estado civil y nivel de escolaridad son coherentes con otros estudios en contextos rurales similares (Serrano, 2014; Murillo et al 2019). La falta de ingresos en la mayoría de los adultos mayores y su alto nivel de discapacidad y enfermedades crónicas resalta la vulnerabilidad de este grupo y la necesidad de apoyo social y cuidado.

En relación con los cuidadores, el estudio presenta datos demográficos y socioeconómicos muy detallados. La mayoría de los cuidadores son mujeres jóvenes con algún nivel de educación, y la mayoría son hijos de los adultos mayores que cuidan. Este perfil difiere de lo encontrado en otros estudios (Pascal et al, 2015; Pereira et al, 2017; Bustamante et al, 2017), lo que puede reflejar particularidades del contexto estudiado o diferencias en los métodos de recolección de datos.

El análisis de la relación entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador es particularmente relevante. Los hallazgos muestran que el parentesco y el tiempo histórico de cuidado tienen una relación significativa con la sobrecarga del cuidador. Estos resultados sugieren que, a medida que el tiempo de cuidado aumenta, el apoyo social se vuelve aún más importante para evitar la sobrecarga del cuidador. Esto subraya la necesidad de políticas y programas de apoyo a los cuidadores en este contexto.



Por otro lado, también se sugiere que puede haber una relación entre el estado civil del cuidador y la sobrecarga del cuidador, pero se necesita un estudio más amplio para verificar esta hipótesis. Esta sería una vía interesante para futuras investigaciones. La afirmación de que el 68% de los cuidadores consideran que el apoyo social es clave para evitar la sobrecarga subraya aún más la importancia del apoyo social en este contexto. Sin embargo, sería útil tener más detalles sobre qué tipos de apoyo social son los más valiosos y cómo pueden ser proporcionados de manera más efectiva. En general, este estudio proporciona una valiosa visión de las dinámicas del cuidado de los adultos mayores en el contexto rural de San Juan Pastocalle y destaca la importancia del apoyo social para mitigar la sobrecarga de los cuidadores.

## CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos en el estudio, se puede concluir y generalizar que las características socio-demográficas del adulto mayor y del cuidador es clave para el desarrollo armónico de la relación del cuidado que existe entre estos dos elementos. En la población de estudio, se visualiza que el rol del cuidador fue tomado desde una mirada informal, es decir, los miembros del entorno familiar han adquirido el papel del cuidador en el adulto mayor, generalmente caracterizado por el hijo/a en un 72%. Un número alto en relación a la evidencia empírica de otras investigaciones (Murillo et al 2019; Bustamante et al 2017; Pascal et al 2015; Pereira et al 2017; Martínez et al 2019; Rodríguez y Chaparro 2020). Por otra parte, el adulto mayor al no tener una actividad remunerada 86%, incide en la carga familiar y por ende el apoyo social debe ser más influyente. Así mismo, un dato relevante es a relación del género, la cual el 70% son mujeres, pero a pesar de un alto índice de mujeres que cuida a los adultos mayores, no se demostró una relación significativa entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador del adulto mayor con relación al hombre, ya que ambos géneros tienen el mismo nivel de sobrecarga.



Pero se rescata la información recogida de que las mujeres constituyen el principal cuidador de los adultos mayores (Elizalde & Virto 2021; Hernández et al 2020; Piña & Gómez 2020).

El nivel de apoyo social y sobrecarga que recibe el cuidador de adultos mayores, dentro de la población de estudio, de la parroquia San Juan de Pastocalle, es del 68%, un dato similar y dentro de la media de otros estudios que se han citado en la investigación. La evidencia de los datos y el contraste con otras investigaciones ha demostrado que el apoyo social puede proporcionar un sentido de conexión y pertenencia, lo que puede ser especialmente importante para los cuidadores que pueden sentirse aislados o solos en su rol.

Por otro lado, cuando los cuidadores no tienen acceso al apoyo social adecuado, pueden experimentar altos niveles de estrés y agotamiento. Esto puede llevar a una sobrecarga del cuidado que puede tener efectos negativos tanto en la salud física como mental del cuidador y del adulto mayor.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Blusseau, V., Garcés, L., Orozco, M., Palma, G., & Prada, S. (2020). Diseño de una solución de base tecnológica y exportable para la asistencia de adultos mayores en economías desarrolladas [Tesis de grado, Universidad del Norte]. <http://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/10924#page=1>
- Bustamante, M., Lapo, M., Torres, J., & Camino, M. (2017). Factores socioeconómicos de la calidad de vida de los adultos mayores en la provincia de Guayas, Ecuador. *Información Tecnológica*, 28(5), 165-176. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642017000500017>
- Chasi, P. (2020). Sobrecarga en cuidadores informales de adultos mayores en el Ecuador, estudio realizado en el sector Norte, Centro y Sur del Distrito



Metropolitano de Quito, en el año 2019 [Tesis de grado, Universidad Técnica Particular de Loja]. <https://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/26169>  
Cruz, L. (2022). Sobrecarga del cuidador y apoyo social percibido en cuidadores de adultos mayores [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]



- <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/95004>
- Elizalde, B., & Virto, L. (2021). El cuidado a personas mayores: ¿Qué nos ha enseñado la actual crisis del COVID-19?. Cuadernos Gerontológicos, Capitulo de libro. Sociedad Navarra De Geriatria Y Gerontología
- Fajardo, E., Soto, A., & Henao, A. (2020). Sobrecarga del cuidador del adulto mayor en el barrio tierra firme de Ibagué (Colombia). Salud Uninorte, 35(2), 264-276. <https://doi.org/10.14482/sun.35.2.618.97>
- Farro, R. (2021). Cuidador familiar del adulto mayor: Efectividad del programa de consejería sobre cuidados de prevención de caídas corporal. Revista Cienciay Tecnología, 17(2), 149-159. <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/3572>
- Ferrada, I., & Contreras, M. (2020). Revisión sistemática sobre la participación social de las personas mayores en América Latina. <http://repositoriodigital.ucsc.cl/handle/25022009/2128>
- Gobierno Autónomo Descentralizado parroquia rural San Juan de Pastocalle. (2021). Redición de cuentas 2020 en el marco de la planificación estratégica de GAD parroquial rural de San Juan de Pastocalle. Cotopaxi. <https://pastocalle.gob.ec/cotopaxi/wp-content/uploads/2021/09/RC-2020-Informe-Javier.pdf>
- García, S., Núñez, H., & Fernández, P. (2019). Revisión sistemática y meta análisis de los estudios sobre el apoyo social en personas mayores. Revista Española de Geriatria y Gerontología, 54(3), 150-157. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.09.003>
- Guato, P., Mendoza, S., Chiriboga, M., & Sáez, K. (2019). Perfil biosociodemográfico del cuidador principal informal del adulto mayor en una región de Ecuador. Revista Eugenio Espejo, 17(1), 63-77. <https://doi.org/10.37135/ee.04.16.08>
- Hernández, E., Muñoz, Y., & Avella, L. P. (2019). Rol del médico familiar en el nuevo modelo integral de atención en salud en Colombia. Revista Cubana de Medicina General Integral, 35(3), 1-16. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=94468>
- Hernández, M., Fernández, M., Blanco, M., Alves, M., Fernández, M., Souto, A., González, M., & Clavería, A. (2019). Depresión y sobrecarga en el cuidado de personas mayores. Revista Española de Salud Pública, 93, e201908038. Epub 07 de septiembre de 2020. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272019000100089&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272019000100089&lng=es&tlng=es).



- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2010). Población Demográfica – Provincia Cotopaxi. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/descargas/Manu-lateral/Resultados-provinciales/cotopaxi.pdf>
- Lemus, N., Linares, L., & Linares, L. (2018). Nivel de sobrecarga de cuidadores de adultos mayores frágiles. *Revistas de Ciencias Médicas de Pinar del Rio*, 22(5),894-905.  
<http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3636>
- Maldonado, P. (2022). Niveles de estrés, depresión y ansiedad en cuidadores de personas con diferentes tipos de discapacidad del Centro de Salud Corazón de Jesús 2021 [Tesis de grado, Universidad Técnica del Norte].  
<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/12162>.
- Martínez, J., Fernández, J., Mendoza, L., & Cuesta, J. (2019). Características de los cuidadores informales de adultos mayores en el Distrito Metropolitano de Quito, Ecuador. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 45(2), 27-36.  
<https://doi.org/10.31034/0378.7899.2019.2014>
- Méndez, L., Díaz, M., & Márquez, M. (2019). Muestreo aleatorio simple: una guía práctica para su uso en la investigación educativa. *Educación Médica Superior*, 33(1), e1038. <https://doi.org/10.25176/et.v33i1.1038>
- Morante, E., & Pozo, L. (2018). Efectividad de intervención educativa en sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes. *Revista Cubana de Enfermería*, 34(4), 56-70. <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v34n4/1561-2961-enf-34-04-e1490.pdf>
- Murillo, V., Chiriboga, E., Arboleda, E., & Caicedo, E. (2019). Funcionalidad familiar y apoyo social percibido. Abordaje desde la intervención comunitaria en Ecuador. *Revista Venezolana de Gerencia*, 24(88), 1249-1261.  
<https://www.redalyc.org/journal/290/29062051016/29062051016.pdf>
- Pascual Y., Garzón M., & Silva H. (2015). Características sociodemográficas de los pacientes con enfermedad de Alzheimer y sus cuidadores principales. *Revista Cubana de Enfermería*, 31(2), 1-2.



- Pereira, S., & Duque, E. (2017). El cuidado de los ancianos dependientes: La carga de los cuidadores familiares. *Revista Kairós: Gerontología*, 20(1), 187-202. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i1p187-202>
- Piña, M., & Gómez, V. (2020). Envejecimiento y género: Reconstruyendo los roles sociales de las personas mayores en los cuidados. *Revista Rupturas*, 9(2), 23-38. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rup/v9n2/2215-2989-rup-9-02-23.pdf>
- Pucciarelli, H., López, M., & Pereira, L. (2018). Sobrecarga y apoyo social en cuidadores familiares de adultos mayores dependientes en la ciudad de Córdoba, Argentina. *Revista de Psicología*, 26(2), 223-241. doi: 10.5354/0719-0581.2018.51518
- Rivera, J., & García, J. (2019). Sobrecarga del cuidador en personas mayores: Revisión de estudios españoles. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 54(2), 102-109. doi: 10.1016/j.regg.2018.08.004
- Rodríguez, L., y Chaparro, L. (2020). Soporte social y sobrecarga en cuidadores: revisión integrativa. *Revista Cuidarte*, 11(1). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.885>
- Rodríguez, M., Netro, M., Casas, X., González, M., & Rodríguez, J. (2021). Influencia del apoyo social y la sobrecarga del cuidador en la calidad de vida del adulto mayor. *NURE Investigación: Revista Científica de Enfermería*, (113), 4. <https://doaj.org/article/00405d13a9ca4af58ad0b3965e1e39bc>
- Rodríguez, M., Díaz, M., Cervera, V., Banda, P., Rodríguez, C., Tejada, M. (2020). Participación de familiares cuidadores para el confort de personas mayores hospitalizadas. *Gerokomos*, 31(2), 71-75. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2020000200003](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2020000200003)
- Serrano, D. (2014). Influencia de apoyo social y uso de servicios de salud sobre la depresión en cuidadores de adultos mayores en zona rural. *Revista Chilena de Salud Pública*, 18(1), 61-71.



<https://sintesisdejurisprudencia.uchile.cl/index.php/RCSP/article/view/30756>

Vega, O., y González, D. (2019). Soporte social percibido y competencia para el cuidado en el hogar, Ocaña, Colombia. *Nova*, 17(32), 95-108.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-24702019000200095](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-24702019000200095)

Vélez, M. (2020). La sobrecarga en los cuidadores informales de adultos mayores en el Barrio Amazonas de la ciudad de LagoAgrio, durante el periodo septiembre 2018 febrero 2019, [Tesis de Licenciatura de la Universidad Técnica Particular de Loja]. <https://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/26701>