

XI JORNADA ASTURIANA DE SALUD MENTAL/AESME

Miriam Pérez Sainero,
Unidad Desintoxicación Hospitalaria

Marta Álvarez González,
Unidad Desintoxicación Hospitalaria

Silvia Casaprima Suárez
Centro de Salud Mental La Ería



La soledad del cuidador. El duelo anticipado.

Introducción

El aumento de la esperanza de vida se asocia a un mayor riesgo de sufrir demencia. Cuidar de un familiar con demencia es una tarea exigente y puede suponer consecuencias negativas en la salud del cuidador. Se hace referencia a emociones como ira, frustración, soledad, tristeza, pero menos al duelo anticipado, que son los sentimientos de dolor que se experimentan previo al fallecimiento de la persona cuidada y viene originado por el sentimiento de pérdida que supone el deterioro cognitivo. Se trata de una experiencia cuya gestión adecuada implica múltiples beneficios para el bienestar del cuidador.

Objetivo: conocer cómo afecta el duelo anticipado a los cuidadores principales.

Métodología

Análisis de estudios descriptivos así como de revisiones bibliográficas en bases de datos como: Medline y Cochrane. Búsqueda en internet en el buscador google académico.



Resultados

1 EL 5% de la población mundial presenta afectaciones debidas a la demencia.

2 El 87% de los cuidadores principales suele tener algún parentesco y/o vínculo afectivo con el paciente.

80% ♀ 20% ♂

3 **Duelo anticipado** descrito por Erich Lindermann como las reacciones que se tenían tras una sensación de amenaza vital, de muerte inminente o por la separación de un ser querido antes de que esta pérdida ocurriera.

4 En el caso de los familiares que cuidan de personas con enfermedad de Alzheimer, el duelo, no sólo viene provocado por la muerte real, sino que **comienzan a vivir un duelo cuando el ser querido pierde sus capacidades** y se produce muerte psíquica.



5 El **cuidador** experimenta sentimientos de **pérdida de su propia vida**: pérdida de libertad personal, oportunidades profesionales, y de actividades de ocio y sociales.

6 **Síntomas** más comunes: estrés, cansancio, alteraciones del sueño, irritabilidad, frustración y depresión

7 Se describe una **asociación significativa entre el duelo anticipado y la percepción de sobrecarga y niveles de depresión y ansiedad**; el duelo anticipado tiene importancia durante la enfermedad y también tras el fallecimiento del familiar, pudiendo incrementar el riesgo de aparición de duelo complicado.

Conclusiones

La enfermera es el profesional más cercano a los cuidadores principales y ha de tener en cuenta su proceso de duelo, detectando necesidades de cuidados e identificando situaciones de riesgo. Debe entender que tanto el duelo anticipado como el duelo real deben ser abordados y tratados para evitar repercusiones negativas. Sería interesante abrir líneas de investigación en relación a planes de cuidados enfermeros, enfocados a cubrir estas necesidades.

Bibliografía

1. Pastor S. Revisión bibliográfica sobre el duelo anticipado y depresión en familiares y cuidadores de enfermos de Alzheimer y otras demencias. [Trabajo fin de grado]. Valencia: Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir; 2021 [citado 25 Ago 2024]. Disponible en: <https://riucv.ucv.es/handle/20.500.12466/2563>
2. Requena MC, Suárez-Álvarez S. Duelo pre-muerte en cuidadores de enfermos de Alzheimer. Validación de una guía. Rev Esp Geriatr Gerontol [Internet]. 2020 Jul [citado 25 Ago 2024];55(4):216–24. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.regg.2020.02.001>
3. Bermejo I, Gallego-Alberto L, Losada A, Mérida L, García I, Márquez-González M. Duelo anticipado en familiares de personas con demencia. Variables psicosociales asociadas y su impacto sobre la salud del cuidador. Una revisión de literatura. Rev Esp Geriatr Gerontol [Internet]. 2023 May [citado 25 Ago 2024];58(4):101374. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.regg.2023.05.001>