

Una de cada cuatro personas cuidadoras no profesionales, desgastadas física y emocionalmente a raíz de la pandemia

Dv, 16/07/2021 per Catalunya Religió



([Fundació Pere Tarrés](#)) Agotamiento, estrés emocional, falta de tiempo para uno/a mismo/a, problemas de conciliación personal y laboral... Estas son algunas de las sensaciones que a raíz de la pandemia manifiestan haber sentido los cuidadores no profesionales, es decir, aquellas personas encargadas de cuidar el domicilio de un familiar en situación de dependencia que no están vinculadas a un servicio de atención profesionalizado. Lo analiza el informe "Evaluación de la Calidad de Vida de las Personas Cuidadoras. Impacto de servicios y prestaciones en el contexto Covid-19", que se ha presentado este miércoles en el marco de una jornada organizada por la Fundación Pere Tarrés y que concluye que la calidad de vida de los cuidadores ha empeorado en los últimos meses como consecuencia del Covid-19.

El estudio, que se ha elaborado gracias a la financiación estatal a cargo del 0,7% del IRPF, sigue tres objetivos: evaluar la calidad de vida de las personas cuidadoras no profesionales así como la afectación que ha tenido la pandemia, e identificar el estado de los servicios o prestaciones que incluye actualmente el sistema de servicios sociales español y cómo ellos pueden influir en la ecuación.

Con respecto al primer objetivo de análisis, el informe analiza, en base a las respuestas de 349 personas a un cuestionario, 7 variables que determinan la calidad de vida (físicas, emocionales, familiares, relacionales, materiales, de desarrollo personal y de apoyo formal) y extrae conclusiones preocupantes, como que 2 de cada 3 personas cuidadoras dedica menos de 30 minutos a su higiene personal o que un 73,3% de los encuestados asegura sentirse estresado al menos una vez por semana. Un 35,8% también indica que considera que no recibe suficientes muestras de afecto por parte de su familia. En el aspecto económico o material, también es muy significativo que la situación económica de muchas de

estas personas es precaria, hasta el punto de que un 29,9% no dispone de adaptaciones de ningún tipo en su domicilio a pesar de tener cuidado de una persona dependiente.

La Covid-19 impacta sobre los cuidadores

En cuanto a la influencia de la Covid-19 en el trabajo que realizan las personas cuidadoras no profesionales, la afectación ha sido importante. Hasta un 83,3% de la muestra encuestada ha manifestado que la pandemia ha tenido algún efecto negativo en su calidad de vida, mientras que una de cada cuatro personas ha remarcado de forma explícita que la situación le ha provocado un importante desgaste físico y emocional, tanto a causa del miedo por uno mismo como por el hecho de ser también directamente responsable de la seguridad sanitaria de la persona dependiente. Precisamente por el miedo al contagio, un 7,8% de los cuidadores no profesionales han explicado que han extremado las medidas de higiene y de prevención. Por ello, un 4,1% también ha manifestado haber sufrido un mayor estrés emocional por la imposibilidad o dificultad de asumir el rol de cuidador en el caso de haber resultado contagiado. Esta circunstancia también ha aumentado la percepción de soledad por parte de la persona cuidadora.

Además, un 8% también ha indicado que la situación generada por Covid-19 ha generado la imposibilidad de acceder a servicios de apoyo como los centros de día o la asistencia domiciliaria, y esto, lógicamente, ha repercutido también de forma negativa tanto en las personas dependientes como en sus cuidadores y cuidadoras.

Por si fuera poco, el confinamiento y la reducción del apoyo informal y formal durante los primeros meses de la pandemia han implicado para las personas encuestadas un aumento de las horas de cuidado, tal como han indicado el 14,7% de los encuestados. Esto ha aumentado el estrés y también las tensiones familiares. De hecho, un 5,6% expresó que ha tenido que vivir situaciones complejas y de gran desgaste emocional al no poder conciliar la situación laboral con la familiar. De rebote, esto ha acabado perjudicando la vida personal de la persona cuidadora, que ha visto cómo ante esta disyuntiva ha optado por reducir el tiempo de ocio, la autonomía y la libertad personal.

Prestaciones insuficientes y trámites lentos y complejos

En cuanto al tercer objetivo, el análisis de los recursos y prestaciones sociales destinados a atender a las personas dependientes, el informe recoge las valoraciones de las personas encuestadas sobre estos servicios, y concluye que en algunos casos no consiguen mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras, sino que incluso lo empeoran. Las personas encuestadas destacan como aspectos negativos la cantidad insuficiente de las prestaciones económicas previstas para la ayuda a la dependencia que, en el caso de las personas cuidadoras, no sirve para aliviar las de la carga de los cuidados, la lentitud y complejidad del proceso para solicitar la cartera de servicios disponibles o el desfase entre el período de tiempo que pasa desde que se aprueba el grado de dependencia hasta que se concreta el acceso a la prestación.

Una vez concedida la prestación, el grado de satisfacción de los usuarios y usuarias no mejora mucho, según la encuesta. Las personas cuidadoras no profesionales entrevistadas enumeran carencias como la falta de dotación de personal asignado a las tareas de cuidado para personas dependientes, la rotación

de trabajadores y trabajadoras, la poca flexibilidad en horarios y en funciones por parte de las empresas concesionarias o la falta de formación de algunos de estos trabajadores y trabajadoras, que genera la necesidad de una supervisión constante de las tareas para las que han sido contratados. Todo ello, en lugar de aligerarla, agrava la sobrecarga de la persona cuidadora no profesional.

Retrato robot: mujer de entre 46-65 años con estudios

Del informe se extrae también un retrato robot de la persona cuidadora en España, que tiene mucho que ver con la concepción del trabajo de los cuidados como una tarea feminizada y poco reconocida socialmente. La persona cuidadora es de manera muy mayoritaria una mujer (el 85,3% de las personas que han participado en el estudio lo son), tiene entre 46 y 65 años (el 63,6%), vive con su pareja o ex pareja (el 58,4%) o también con su hijo/hija o hijos (el 51,8%). Además, cuatro de cada diez personas de la muestra tiene estudios universitarios y casi la mitad están trabajando actualmente. El 70,4% se consideran los principales responsables de las tareas de cuidado, y dedican de media 12,4 horas diarias.