

# Apoyo al cuidador



El cuidador no remunerado convive, mantiene y provee atención a la persona mayor cuando su capacidad de cuidado está disminuida. Los cuidadores de personas con grandes reducciones de la capacidad funcional están expuestos a un riesgo elevado de sufrir estrés patológico y depresiones.

**El estrés y la sobrecarga producida por esta actividad tienen un impacto profundo en el estado:**



## SE RECOMIENDA OFRECER:



**Intervenciones psicológicas**



**Formación profesional**



**Apoyo al cuidador**

Sobre todo (*pero no exclusivamente*) cuando las necesidades de las personas mayores son amplias y complejas y cuando los cuidadores están sometidos a una sobrecarga considerable.

## Por lo anterior, se sugiere aplicar:

- ▶ La prueba de sobrecarga del cuidador (Zarit)

Fuente: Organización Mundial de la Salud. (2017). Atención integrada para personas mayores (AIPM). Directrices para las intervenciones comunitarias dirigidas a limitar el deterioro de la capacidad intrínseca. OMS. Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258981/9789241550109-eng.pdf;jsessionid=FEDDF200CE54BFF218A62171FFC95C43?sequence=1>