

Cuidar familiares y amigos enfermos tiene impactos negativos

Nueva encuesta del Transamerica Institute demuestra que los cuidadores arriesgan su salud y sus finanzas en cuidar a sus seres queridos

LOS ANGELES, CA. - 19 de septiembre de 2017 - Nueve de cada 10 cuidadores familiares sienten que es importante brindarle una buena calidad de vida a la persona que cuidan y quieren ayudar y disfrutar su tiempo con la persona que cuidan. Mientras que muchos de los cuidadores prestan su servicio por voluntad propia, el 55 por ciento de estos cuidadores han tenido un deterioro en su salud personal durante su cuidado al beneficiario. Al mismo tiempo, el 69 por ciento le dio poca o ninguna consideración a su propia situación financiera al aceptar ser un cuidador. Estos resultados forman parte de la encuesta, [*Las caras de los cuidadores: Una mirada a fondo de la prestación de cuidado y sus efectos*](#), publicado hoy por la organización sin fines de lucro, [Transamerica Institute®](#) en colaboración con [el Centro Transamerica de estudios de jubilación®](#) (TCRS) y [el Centro Transamerica para estudios de salud](#) (TCHS).

"Millones de estadounidenses prestan sus servicios como cuidadores a parientes o amigos enfermos que necesitan ayuda de día en día. El hecho que la gente vive más tiempo, el alto costo de cuidados a largo plazo y el envejecimiento de la generación de Baby Boomers, es probable que aumente el número de los cuidadores familiares sin paga," dijo Catherine Collinson, CEO y presidente del Instituto y TCRS. "Es hora de crear conciencia a los problemas que enfrentan los cuidadores para que puedan cuidar de sus seres queridos y mientras protegen su salud personal y su bienestar financiero".

Esta encuesta a nivel nacional del Transamerica Institute de más de 3.000 cuidadores no profesionales (inclusive el 15% Hispánicos) ofrece una mejor comprensión de las obligaciones y el impacto que el cuidar tiene en su propia salud y bienestar, empleo, finanzas y preparativos para la jubilación. Ofrece un análisis en profundidad y retratos demográficos de los cuidadores por situación laboral, género, generación, ingreso familiar, etnia, cuidadores principales/no principales, y cuidadores voluntarios/no voluntarios (el 25 por ciento de Hispánicos dicen no tienen otra opción para cuidar a su ser querido). El informe también ofrece resultados sobre los beneficiarios de la atención, incluyendo su estado de salud y situación financiera.

La vida diaria y los deberes de los cuidadores

"Las responsabilidades de cuidado crean compromisos de tiempo y energía para hacer una variedad de tareas, desde la atención personal hasta la administración del hogar, y la administración de medicamentos y tratamientos. Estas responsabilidades pueden ser

satisfactorias, pero también agotadoras,” según Héctor De La Torre, director ejecutivo de TCHS. El setenta y cuatro por ciento de los cuidadores han estado prestando cuidados durante al menos un año y el 27 por ciento han estado proporcionando cuidado durante más de cinco años.

Este cuidado es trabajo de tiempo completo para muchos – el 36 por ciento de los cuidadores pasan 100 o más horas al mes en su cuidado, con una media de 50 horas al mes a través de todos los cuidadores. Las tareas que consumen más tiempo son proporcionar compañía (media de 33 horas), preparación de comidas (media de 20 horas), y cuidado personal y alimentación (media de 12 horas cada uno).

Los cuidadores hispanos son el grupo que pasa más tiempo cuidando a sus queridos, 80 horas al mes (mediana), casi lo doble de los cuidadores blancos (50 horas) y los cuidadores asiáticos/de las islas del Pacífico y afroamericanos (45 horas). Los cuidadores hispanos (47 por ciento) también son más propensos a dar sus servicios 100 horas o más cada mes, en comparación con otras etnias.

Entre el 49 por ciento de los cuidadores que realizan tareas médicas/de enfermería, cerca de la mitad (54 por ciento) dicen que aprendieron estas tareas a través de personal del hospital o de un consultorio médico. “Muchos cuidadores necesitan un entrenamiento formal para desempeñar sus deberes de cuidador, especialmente aquellos involucrados en tareas médicas o de enfermería. Sin una formación adecuada, están poniendo la salud del beneficiario y su propia salud en peligro,” según De La Torre.

La situación de empleo precaria de los cuidadores

Muchos cuidadores están manteniendo puestos de trabajo, además de sus deberes de cuidado, lo que requiere un acto de equilibrio diario. Más de la mitad de los cuidadores (52 por ciento) están empleados a tiempo completo o a tiempo parcial. Entre los empleados actuales o que han estado empleados durante su tiempo como cuidador, tres de cada cuatro (76 por ciento) han hecho algún tipo de ajuste a su empleo por sus obligaciones de cuidado, que van desde el uso de vacaciones y días de enfermedad (30 por ciento), a tomar menos horas o responsabilidades (26 por ciento), a dejar sus empleos o retirarse (14 por ciento).

Una realidad difícil para los cuidadores es que sus deberes de cuidado pueden entrar en conflicto con sus responsabilidades laborales. El 28 por ciento de los cuidadores que están empleados o han estado empleados durante su tiempo como cuidador han recibido acciones adversas de parte de su empleador como resultado de sus responsabilidades de cuidado.

Las posibles implicaciones financieras negativas por ser un cuidador

“Las responsabilidades de cuidado pueden afectar las finanzas de un cuidador, que van desde la pérdida de ingresos debido al tiempo fuera del trabajo a incurrir en gastos de bolsillo para su

beneficiario de cuidado. Con tiempo, puede tener un impacto negativo en la propia jubilación del cuidador,” dijo Collinson.

Los cuidadores gastan \$150 por mes (mediana) de su bolsillo para cubrir los gastos de su beneficiario. Setenta y cinco por ciento de los cuidadores no reciben ninguna forma de asistencia financiera o pago por su trabajo.

Sólo el 56 por ciento de los cuidadores auto-describen su bienestar financiero como excelente o bueno. Cuarenta y tres por ciento citan “apenas sobrevivir” como una prioridad financiera actual. Quizás una de las medidas más notables de la seguridad financiera personal a largo plazo es el ahorro total para su jubilación. Los cuidadores han ahorrado \$68,000 (mediana estimada) en las cuentas totales de jubilación (por hogar). El 23 por ciento de los cuidadores hispanos y el 20 por ciento de los cuidadores afroamericanos afirman que no tienen ahorros para la jubilación, en comparación con el 13 por ciento de los blancos y el 11 por ciento de los cuidadores de Asia y las islas del Pacífico.

Los efectos de salud por ser un cuidador

“Dadas las exigencias de ser un cuidador, especialmente cuando en balance con un trabajo y otras responsabilidades, algunos cuidadores pueden poner su propia salud en peligro,” dijo De La Torre.

Mientras que tres de cada cuatro (74 por ciento) cuidadores dicen que están en excelente o buena salud, aproximadamente uno de cada seis (17 por ciento) cuidadores indica que su salud general ha empeorado/disminuido desde comenzar sus servicios de cuidador. Cincuenta y cinco por ciento de los cuidadores dicen que sus deberes de cuidado los dejan físicamente o emocionalmente agotados. Cuarenta y cuatro por ciento dicen que sus deberes los dejan sentir completamente abrumados. Los cuidadores quieren y necesitan ayuda con sus deberes de cuidador – 88 por ciento de los cuidadores les gustaría obtener más información sobre uno o más temas relacionados con el cuidado.

“Los cuidadores desempeñan un papel vital en nuestra sociedad al brindar apoyo a familiares y amigos. Es un trabajo de amor que viene sin un cheque de pago. Como cuidadores, muchos están poniendo en riesgo su propia salud y seguridad financiera. Desde una perspectiva social, es imperativo que aumentemos la conciencia de los problemas y riesgos que enfrentan los cuidadores y ofrecer apoyo que pueda ayudarles a manejar sus deberes para dar mejor servicio a sus seres queridos y a ellos mismos,” dijo Collinson.

Sobre Transamerica Institute®

Transamerica Institute es una fundación privada sin fines de lucro dedicada a identificar, investigar y educar al público sobre la jubilación, la cobertura de salud y mejores resultados en salud y bienestar personal y otros asuntos relevantes que enfrentan los estadounidenses hoy

en día. Comprende dos centros de investigación: [Centro Transamerica de Estudios para la Jubilación](#) y [Centro Transamerica para Estudios de Salud](#). El Instituto es financiado por las contribuciones de Transamerica Life Insurance Company y sus afiliados y puede recibir fondos de terceros no afiliados. El Instituto y sus representantes no pueden dar ERISA, impuestos, inversión o asesoramiento jurídico. Este material se proporciona únicamente con fines informativos y no debe interpretarse como ERISA, asesoramiento fiscal, de inversión o jurídico. Las partes interesadas deben consultar y confiar únicamente en sus propios asesores independientes con respecto a su situación particular y los conceptos presentados aquí. Para obtener más información, consulte www.transamericainstitute.org

Sobre la Encuesta de Cuidadores Inaugural

Esta encuesta se realizó en línea en los Estados Unidos por Harris Poll en nombre del Transamerica Institute entre el 13 de marzo y el 21 de abril de 2017 entre 3.074 cuidadores. Los encuestados cumplieron con los siguientes criterios: residentes de EE. UU., De 18 años de edad o mayores, y cuidaron a un familiar o amigo con una condición episódica, permanente o temporal que necesita ayuda para cuidarse (adulto o niño) en cualquier momento en los últimos 12 meses. Los resultados fueron ponderados por raza / grupos étnicos (hispanos, negros /afroamericanos (no hispanos), asiáticos (no hispanos), todos los demás (no hispanos)] a las distribuciones de la población de 18 años de cada grupo para el género, la educación , ingreso familiar, tamaño del hogar, estado civil, situación laboral; y para ajustar las diferencias de actitud y comportamiento entre los que están en línea versus los que no lo son, los que se unen a los paneles en línea versus los que no lo hacen, y los que respondieron a esta encuesta versus los que no lo hicieron. De los más de 3000 encuestados, 466 se identificaron como hispanos, y de los hispanos respondedores, 174 completaron la encuesta en español. Vea informe para [la metodología completa](#).