



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2025,  
Volumen 9, Número 2.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i2](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2)

# **SOBRECARGA DEL CUIDADOR PRINCIPAL DE PACIENTES CON ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA: UN DIÁLOGO EDUCATIVO COMO ESTRATEGIA DE APOYO Y APRENDIZAJE**

**PRIMARY CAREGIVER OVERLOAD IN PATIENTS WITH  
CHRONIC KIDNEY DISEASE: AN EDUCATIONAL DIALOGUE  
AS A SUPPORT AND LEARNING STRATEGY**

**Naomi Moran-Torres**

Universidad Técnica de Machala – Ecuador

**Dayana Chuchuca-Vacacela**

Universidad Técnica de Machala – Ecuador

**Sara Vera-Quiñonez**

Universidad Técnica de Machala - Ecuador

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i2.17105](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17105)

## Sobrecarga del cuidador principal de pacientes con enfermedad renal crónica: un diálogo educativo como estrategia de apoyo y aprendizaje

Naomi Moran Torres<sup>1</sup>

[mishel2002torres@gmail.com](mailto:mishel2002torres@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0001-4463-0771>

Universidad Técnica de Machala  
Ecuador

Dayana Chuchuca Vacacela

[dayanaanabell06@gmail.com](mailto:dayanaanabell06@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0004-7353-1352>

Universidad Técnica de Machala  
Ecuador

Sara Vera Quiñonez

[svera@utmachala.edu.ec](mailto:svera@utmachala.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0003-3633-9236>

Universidad Técnica de Machala  
Ecuador

### RESUMEN

La enfermedad renal crónica es un desafío global de salud pública debido a su alta incidencia y el deterioro progresivo de la función renal, lo que genera dependencia en los pacientes y destaca el rol fundamental del cuidador principal en su calidad de vida. El objetivo del presente estudio fue analizar la influencia de la sobrecarga en la salud de los cuidadores primarios de pacientes con afección crónica renal, con énfasis en un diálogo educativo como estrategia de reflexión y aprendizaje. La metodología empleada fue cuantitativa – descriptiva, de diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 70 cuidadores principales provenientes de un hospital en la ciudad de Machala. Los resultados más relevantes evidenciaron que el 70% de los cuidadores presentan sobrecarga ligera, mientras que el 16% menciona que no presenta esta carga en los cuidadores, seguido de un 14% que presenta sobrecarga intensa. En la dimensión de sobrecarga física se reportó una alta frecuencia, observándose así una sobrecarga intensa con un 56.2%. La experiencia del cuidado impacta en la vida de los cuidadores evidenciándose una sobrecarga, siendo en su mayoría en las dimensiones emocional y en las relaciones sociales y familiares.

**Palabras claves:** sobrecarga, cuidador, insuficiencia renal crónica, enfermería

---

<sup>1</sup> Autor Principal

Correspondencia: [mishel2002torres@gmail.com](mailto:mishel2002torres@gmail.com)

# Primary caregiver overload in patients with chronic kidney disease: an educational dialogue as a support and learning strategy

## ABSTRACT

Chronic kidney disease is a global public health challenge due to its high incidence and the progressive deterioration of renal function, which generates dependence in patients and highlights the fundamental role of the primary caregiver in their quality of life. The aim of the present study was to analyze the influence of overload on the health of primary caregivers of patients with chronic kidney disease, with emphasis on an educational dialogue as a strategy for reflection and learning. The methodology used was quantitative - descriptive, non-experimental and cross-sectional design. The sample consisted of 70 main caregivers from a hospital in the city of Machala. The most relevant results showed that 70% of the caregivers presented slight overload, while 16% mentioned that they did not present this burden, followed by 14% who presented intense overload. In the dimension of physical overload, a high frequency was reported, with an intense overload of 56.2%. The caregiving experience has an impact on the life of the caregivers, evidencing an overload, mostly in the emotional dimensions and in social and family relationships.

**Keywords:** overload, caregiver, chronic renal insufficiency, nursing

*Artículo recibido 03 febrero 2025  
Aceptado para publicación: 18 marzo 2025*



## INTRODUCCIÓN

La insuficiencia renal crónica (IRC) constituye un problema significativo de salud pública a nivel mundial y regional, con un impacto especialmente marcado en Europa y América Latina. Según la Organización Panamericana de la Salud, las enfermedades renales son la undécima causa de muerte a nivel global. Estas cifras reflejan la falta de acceso a terapias esenciales como la diálisis, hemodiálisis y el trasplante renal, exacerbando las dificultades de los sistemas de salud para abordar esta patología (Organización Mundial de la Salud, 2023).

Actualmente la IRC es una de las causas de muerte de mayor crecimiento. Barrios et al (2022) en su estudio menciona basado en otras investigaciones que cerca de 850 millones de toda la población sufren daño renal por diferentes factores de riesgos tales como enfermedades degenerativas. Esto implica una dependencia de quienes padecen estas enfermedades. Es ahí donde intervienen los cuidadores principales los cuáles hoy en la actualidad cumplen un rol importante en la calidad de vida del paciente que sufre una afección renal crónica. Esta condición requiere un manejo constante y prolongado el cual implica en la vida del cuidador una serie de desafíos físicos, emocionales y sociales tanto para los pacientes como para quienes los cuidan. En México cerca del 62% de los cuidadores de sexo femenino presentaban un colapso intenso relacionado al cuidado del paciente (Ramírez y Aranda, 2024).

Los cuidadores tienden a sufrir de sobrecarga, estos cuidadores normalmente suelen ser familiares, amigos, personas cercanas a la familia quienes enfrentan una carga significativa debido a la demanda de cuidados continuos que se requiere, así como la administración de tratamientos y el soporte emocional que se deben brindar al paciente con tal afección, lo cual puede derivar en trastornos, agotamiento, estrés y deterioro de su propia salud.

El rol del cuidador principal conlleva importantes desafíos que pueden afectar negativamente su calidad de vida. El cuidado de pacientes con IRC, particularmente aquellos en tratamiento de hemodiálisis, no solo implica atender las necesidades del enfermo, sino que también puede impactar profundamente en el ámbito familiar y laboral del cuidador. Cerca del 52% en el Ecuador mencionan que su calidad de vida se ha visto perjudicada ante su labor como cuidador (Cárdenas y Paredes, 2022).

Las exigencias del cuidado, combinadas con la falta de apoyo emocional y social, pueden provocar un deterioro en la salud física y mental del cuidador, afectando a su vez la calidad del cuidado que



proporcionan. Esta problemática también resalta la importancia de promover investigaciones que profundicen en las características de los cuidadores primarios, las dimensiones de su calidad de vida afectadas y las soluciones viables para atender sus necesidades. En consecuencia, es primordial reconocer la importancia de atender tanto al paciente como al cuidador, considerando que este último constituye un pilar esencial en el manejo de la enfermedad.

La intervención del personal de enfermería juega un papel clave en este contexto, al proporcionar apoyo psicológico, emocional y físico tanto a los pacientes como a sus cuidadores. Estrategias como la escucha activa, el confort y la capacitación para la planificación del cuidado pueden aliviar la carga emocional y organizativa que enfrentan los cuidadores principales. Estas estrategias deben buscar un equilibrio que permita a los cuidadores atender sus propias necesidades sin descuidar las de sus familiares, ya que el descuido de su salud física y mental puede desencadenar efectos negativos tanto para ellos mismos como para los pacientes a su cargo. Asimismo, se considera la teoría del déficit de autocuidado de Dorotea Orem como un enfoque útil para abordar las necesidades de los cuidadores de pacientes con enfermedad renal crónica (ERC) ya que estos individuos experimentan una sobrecarga cuando las demandas de cuidar a su familiar enfermo superan sus propias capacidades y recursos.

En este marco, la presente investigación tuvo como objetivo analizar la influencia de la sobrecarga en la salud de los cuidadores primarios de pacientes con afección crónica renal, con énfasis en un diálogo educativo como estrategia de reflexión y aprendizaje. Reconocer la importancia de estos actores en el sistema de atención permitirá generar soluciones efectivas que favorezcan el bienestar conjunto del paciente y su cuidador, fortaleciendo la capacidad de ambos para afrontar los desafíos que impone esta enfermedad crónica.

## **METODOLOGÍA**

El presente trabajo de investigación se desarrolló con un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo-descriptivo y de tipo transversal, realizado en una institución de salud pública en la ciudad de Machala en el área de Diálisis en el año 2024-2025. El tipo de muestra fue no probabilístico por conveniencia, con un tamaño muestral de 70 cuidadores, el mismo que se calculó en base a un tamaño de la población de 100 pacientes, con un nivel de confianza del 90% y con un margen de error del 5%.



Los criterios de inclusión fueron las personas que estuvieran cuidando a un paciente con enfermedad renal crónica y que acudían a hemodiálisis durante un período mínimo de 1 mes, que los mismos sean familiares o amigos cercanos, que los pacientes se sometan al menos dos veces por semana a hemodiálisis y aquellos cuidadores que aceptaron de forma voluntaria participar en este estudio, firmando el consentimiento informado. Y como criterios de exclusión a los cuidadores que estén en medio de un conflicto familiar severo que pueda interferir con su participación, aquellos que presentaban condiciones físicas o cognitivas que limitaran significativamente su capacidad para brindar cuidado y participar en la investigación.

Para la recolección de datos se empleó como instrumento la Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit (EZ), el mismo que fue analizado mediante el índice de confiabilidad de Alfa de Cronbach. Esta escala integra de manera consistente todas las dimensiones relacionadas con la sobrecarga del cuidador. La EZ está compuesta por 22 ítems tipo Likert, con cinco opciones de respuesta que van de 1 a 5 puntos. El puntaje total obtenido varía entre 22 y 110 puntos, permitiendo clasificar a los cuidadores en tres categorías: "ausencia de sobrecarga" (menos de 46 puntos), "sobrecarga ligera" (47-55 puntos) y "sobrecarga intensa" (más de 56 puntos). Cabe destacar que la "sobrecarga ligera" constituye un factor de riesgo para desarrollar una "sobrecarga intensa", la cual se asocia con un aumento en la morbilidad y mortalidad médica, psiquiátrica y social del cuidador.

Para facilitar el análisis de los datos se la dividió en cuatro dimensiones. Cada dimensión consideró aspectos puntuales de la sobrecarga que constituye la experiencia del cuidador, entre ellas, la dimensión física en donde se consideraron los aspectos como la carga de tareas diarias y como estas afectan su salud; la segunda dimensión es la sobrecarga emocional en donde se analizaron las emociones como el estrés, frustración y ansiedad que afectan su salud mental; la tercera dimensión es en base a las relaciones sociales y familiares donde se priorizó el impacto de las relaciones interpersonales y de su vida social en la sobrecarga del cuidador principal; y como cuarta dimensión la percepción de su cuidado enfocada en la auto percepción que tiene el cuidador principal de su rol en el cuidado del paciente.

Cabe resaltar que para llevar a cabo la investigación se realizaron algunos pasos para llegar a cumplir con el objetivo de este trabajo, considerando que en la primera instancia se redactó un oficio dirigido al director de Docencia e Investigación del establecimiento de salud, solicitando autorización para



intervenir con los cuidadores. Además, se requirió un estimado de pacientes que permanecen con sus cuidadores durante el procedimiento de hemodiálisis. Con esta información, se aplicó el consentimiento informado a los cuidadores como segunda instancia. Una vez obtenidos los consentimientos, se llevó a cabo la recolección de datos, la cual se aplicó una semana después de haber recibido la autorización por parte de los profesionales de la unidad, de manera simultánea, se realizó una intervención educativa en el área de diálisis dirigida a los cuidadores primarios, durante esta sesión, se abordaron temas fundamentales como la importancia de los grupos de apoyo, la salud mental y física, la escucha activa, así como actividades de reflexión y relajación, esta etapa constituyó la tercera instancia del proceso investigativo. Finalmente, en la cuarta instancia de esta investigación, se utilizó el software SPSS, que facilitó la interpretación de los resultados.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los datos sociodemográficos de esta investigación fueron recolectados tanto de los cuidadores como de los pacientes. La información obtenida de los pacientes se centró en los aspectos más relevantes para el estudio, priorizando aquellos que contribuyen de manera significativa a la evaluación de la sobrecarga en los cuidadores.

**Tabla 1.** Características sociodemográficas del cuidador

Característica sociodemográfica	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	10	14 %
	Femenino	60	86 %
	Total	70	100 %
Parentesco	Hijo/a	22	31.4 %
	Padre	22	31.4 %
	Madre	13	18.6 %
	Hermano/a	2	2.9 %
	Cónyuge	2	2.9 %
	Amigo/a	2	2.9 %
	Vecino/a	1	1.4 %
	Nieto	6	8.6 %
	Total	70	100 %
Nivel de instrucción	Primaria	5	7.1 %
	Secundaria	38	54.3 %

	Universitaria	27	38.6 %
	Total	70	100 %
¿Recibe algún ingreso económico?	Sí	29	41.4 %
	No	41	58.6 %
	Total	70	100 %
¿Cuánto tiempo se dedica al cuidado del paciente crónico?	1 a 6 horas	10	14 %
	7 a 12 horas	24	34 %
	13 a 18 horas	26	38 %
	19 a 24 horas	10	14 %
	Total	70	100%

La distribución de los cuidadores en este estudio revela que el 14 % son hombres y el 86 % mujeres, evidenciando una ligera mayoría femenina en esta función. Esta tendencia es consistente con patrones socioculturales en Ecuador, donde las mujeres asumen con mayor frecuencia el rol de cuidadoras. La predominancia femenina en el cuidado resalta la importancia de analizar el impacto de género en la experiencia del cuidado y en la carga emocional que este implica. En comparación, el estudio de Arredondo y Jurado (2022) reportó una mayor prevalencia de cuidadoras mujeres, con un porcentaje significativamente más alto (80.6%). Esto sugiere que las mujeres podrían experimentar con mayor frecuencia una carga emocional y un malestar asociado a la labor de cuidado.

Los datos muestran que el 31.4% de los cuidadores son hijos, seguidos por padre con similitud de porcentaje (31.4%), madre (18.6%), hermanos (2.9%), cónyuge (2.9%), amigo (2.9%), vecino (1.4%) y nietos representando un 8.6%, lo que resalta la importancia del núcleo familiar en el cuidado y su impacto en la carga emocional y la disponibilidad de tiempo. A diferencia en el estudio de Arredondo y Jurado (2022) se encontró una mayor presencia de cónyuges como cuidadores principales (38.7%), seguido de hijas e hijos (22.6%). Esta diferencia podría deberse a variaciones culturales y contextuales en la estructura familiar y en las expectativas sobre el rol del cuidador, lo que influye en las dinámicas de apoyo y en la carga emocional asumida.

El 54.3% de los cuidadores tienen educación secundaria, el 38.6% tienen educación universitaria, mientras que solo el 7.1% han completado educación primaria. Aunque son pocos los cuidadores los que carecen de formación adecuada, esto puede implicar que se dificulte el manejo de las complejidades del

cuidado de pacientes crónicos, lo que podría contribuir a un mayor nivel de estrés y dificultades en la toma de decisiones respecto a la salud del paciente. En un estudio Navarrete (2023) reporta que el 10% de los cuidadores tienen educación primaria, el 33% educación secundaria, y el 50% han alcanzado educación superior. Estos datos sugieren que una mayor proporción de cuidadores posee un nivel educativo más alto, lo que puede facilitar un mejor manejo de las responsabilidades del cuidado y una mayor capacidad para tomar decisiones informadas sobre la salud del paciente.

El 58.6% de los cuidadores señalan que no reciben ingreso económico, mientras que solo un 41.4% indican que sí, lo que puede agravar la carga financiera y emocional del cuidado. Este aspecto es principal, ya que la falta de ingresos puede limitar el acceso a recursos y apoyo, incrementando la sensación de sobrecarga. En contraste, Barba (2022) indica que el 72.9% de los cuidadores se encontraban por encima del estado de pobreza.

La mayoría de los cuidadores en este estudio dedica entre 13 a 18 horas diarias al cuidado (38%), con un 34% que invierte entre 7 a 12 horas, seguidos de un 14% que dedica entre a 1 a 6 horas y otro 14% de 19 a 24 horas diarias, lo que puede afectar su bienestar físico y emocional. En similitud, Arredondo y Jurado (2022) indicaron un promedio de 15.26 horas diarias de cuidado durante un periodo de tres años y tres meses, evidenciando una carga significativamente mayor.

Los resultados demográficos muestran que los cuidadores de pacientes con afección crónico renal son predominantemente familiares, con un perfil que indica una educación limitada y, en muchos casos, una falta de ingresos económicos. La combinación de estas variables puede intensificar la sobrecarga, ya que los cuidadores enfrentan no solo la responsabilidad emocional de cuidar a un ser querido, sino también la presión económica y la falta de preparación.

**Tabla 2.** Sobrecarga general

Nivel de Sobrecarga	Número de Cuidadores	Porcentaje
Ausencia de sobrecarga	11	16%
Sobrecarga ligera	49	70%
Sobrecarga intensa	10	14%
Total	70	100%

La tabla 2 sobre la sobrecarga general de los cuidadores proporciona una visión integral de su situación, revelando que solo un 16% de ellos no experimenta sobrecarga. En la categoría de sobrecarga ligera, un 70% de los cuidadores se encuentra en esta situación. Por otro lado, un 14 % de los cuidadores reporta una sobrecarga intensa, lo que es motivo de preocupación. En contraste, García, Gómez y Morales (2024) determinaron que el 81% de los cuidadores principales de pacientes con enfermedad renal crónica sometidos a hemodiálisis no experimentaban algún grado de sobrecarga, un 12% presentaron sobrecarga leve, seguido de un 7% con sobrecarga intensa. Este bajo porcentaje indica que la gran mayoría enfrenta dificultades significativas en su rol de cuidadores, lo que pone de manifiesto el impacto que esta labor puede tener en su bienestar general. Aunque exista una diferencia en los datos de ausencia de sobrecarga, no hay mayor discrepancia en sobrecarga leve e intensa, resaltando que esta carga puede manifestarse en diferentes áreas, incluyendo la salud física, emocional y social, y podría acumularse con el tiempo, llevando a una mayor vulnerabilidad si no se abordan adecuadamente, destacando que a pesar de no estar en una crisis severa, sí experimentan niveles de estrés que pueden afectar su salud y calidad de vida, considerando que llegar a una sobrecarga intensa no solo afecta a los cuidadores, sino que también puede influir negativamente en la calidad del cuidado que proporcionan a las personas a su cargo.

**Tabla 3.** Sobrecarga por dimensiones

Dimensiones	Ausencia	de	Sobrecarga	Sobrecarga
	Sobrecarga (%)		Ligera (%)	Intensa (%)
Sobrecarga Física	43,8 %		00 %	56,2 %
Sobrecarga Emocional	80 %		20 %	00 %
Relaciones Sociales y Familiares	75 %		25 %	00%
Percepción de su Cuidado	80 %		20 %	00 %

El análisis de las frecuencias por dimensiones revela información clave sobre la experiencia de sobrecarga en cuidadores en diferentes aspectos de su vida. En la dimensión de sobre carga física, la mayoría se encuentra en la categoría de "sobrecarga intensa" con un 56,20%. En este sentido, aunque enfrentan desafíos físicos, una gran parte de los cuidadores logra manejar su carga sin llegar a un estado de agotamiento extremo. Sin embargo, el 43,80 % que experimenta "ausencia de sobrecarga" indica que

existe un grupo vulnerable que podría necesitar atención y apoyo adicional para evitar el agotamiento. A diferencia de otro estudio Vega (2023) señala que las dimensiones valoradas fueron la función social y física, el cual indica que los cuidadores consideran que el cuidado no afecta significativamente sus interacciones sociales y que pueden realizar actividades físicas sin experimentar limitaciones relacionadas con su salud.

En cuanto a la sobre carga emocional, el 20 % de los cuidadores reporta una "sobrecarga ligera", mientras que el 80 % está en la categoría de "ausencia de sobrecarga". Este hallazgo es significativo, ya que sugiere que las emociones asociadas con el cuidado pueden ser abrumadoras para una parte considerable de la población cuidadora, enfatizando la necesidad de recursos que aborden no solo el bienestar físico, sino también el emocional. En un estudio realizado por Salazar y Espitia (2024) señala que gran parte de los cuidadores cuando no logran satisfacer sus necesidades básicas en su vida personal y no cuenta con las herramientas psicológicas adecuadas para el afrontamiento del estrés generado por la sobrecarga, se incrementa una mayor carga que repercute su salud física y mental, además se menciona que si estos problemas no se abordan de manera correcta y a tiempo generan un impacto negativo en la calidad de vida y bienestar personal de los cuidadores.

En la dimensión de relaciones sociales y familiares, se observa un patrón similar, con un 25% de los participantes en la categoría de "sobrecarga ligera" y un 75% en "ausencia de sobrecarga". Estos resultados sugieren que, si bien la mayoría de los cuidadores logran mantener sus vínculos sociales y familiares, una proporción considerable enfrenta dificultades para equilibrar dichas relaciones con sus responsabilidades de cuidado. Por otro lado, Salazar (2020) señala en su estudio que, en lo referente a la funcionalidad familiar del cuidador, el 22,1% de los participantes presentaba una disfunción moderada, mientras que el 3,5% evidenciaba una disfunción grave. En este sentido, los hallazgos del presente estudio confirman que la percepción de la funcionalidad familiar es compartida tanto por el cuidador como por su entorno familiar.

Finalmente, en la percepción de su cuidado, el 20% reporta "sobrecarga ligera" y el 80% "ausencia de sobre carga". Este dato sugiere que muchos cuidadores son conscientes de su carga, pero hay un grupo que siente que su situación es insostenible. En conjunto, estos resultados resaltan la importancia de proporcionar apoyo integral a los cuidadores, abordando tanto sus necesidades físicas como



emocionales, para mejorar su calidad de vida y su capacidad para cumplir con sus responsabilidades. En un estudio de Álvarez (2024) señala la importancia de la percepción del cuidado personal llevando así la implementación de estrategias de apoyo que no solo beneficiaría el bienestar de los cuidadores, sino que también mejoraría la calidad de vida de quienes reciben el cuidado, promoviendo una sociedad más empática y solidaria.

**Tabla 4** Sobrecarga por sexo

Nivel de sobrecarga	Sexo				Total de cuidadores	
	Femenino		Masculino			
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Ausencia de sobrecarga	8	13%	3	30%	11	16%
Sobrecarga ligera	42	70 %	7	70%	49	70%
Sobrecarga intensa	10	17%	0	0%	10	24%
Total	60	100%	10	100%	70	100%

El análisis de la tabla 4 muestra la distribución de cuidadores según diferentes niveles de sobrecarga. La mayoría de los cuidadores son mujeres, y entre ellas el 17% experimenta una sobrecarga intensa, mientras que en los hombres este porcentaje es 0%. Esto sugiere que las mujeres están más expuestas a una mayor carga emocional y física en el rol de cuidadores. Por otra parte, aunque la misma proporción de hombres y mujeres experimentan sobrecarga ligera (70%), un porcentaje significativamente mayor de hombres (30%) no experimenta sobrecarga en comparación con las mujeres (13%). Esto podría estar relacionado con diferencias en la distribución de responsabilidades, el acceso a apoyo social o la percepción del cuidado.

En el estudio de García, Gómez, & Morales (2024) obtuvieron en la muestra mayor predominancia del sexo femenino, siendo que el 55% se encuentra en la categoría “sin sobrecarga”, el 10% en “sobrecarga leve”, seguido de un 7% en “sobrecarga intensa”. Mientras que un 26% del sexo masculino se encontraba en la categoría “sin sobrecarga” y un 2% presentando “sobrecarga leve”. En comparación con el presente estudio, se refleja una gran similitud en los resultados, en donde el grupo femenino representa una clara mayoría y con ello una distribución mayor de sobrecarga. Esta información puede ser útil para



comprender las dinámicas de género en el cuidado y para considerar políticas que apoyen a los cuidadores, especialmente en el caso de las mujeres, quienes pueden estar enfrentando una carga mayor. En la presente investigación los datos recolectados revelan que los cuidadores primarios de pacientes con enfermedad renal crónica enfrentan una notable sobrecarga que puede afectar seriamente su bienestar. En este contexto, los diálogos educativos son fundamentales, ya que les brindan herramientas para comprender la enfermedad, mejorar su manejo y reducir el estrés asociado al cuidado, permitiendo que los cuidadores se sientan más acompañados, fortaleciendo su resiliencia y evitando el agotamiento, asegurando que puedan desempeñar su rol sin comprometer su propia salud. Por lo tanto, se empleó un diálogo educativo basado en la comunicación afectiva entre el personal de enfermería y los cuidadores primarios de pacientes con enfermedad renal crónica. Se abordaron temas esenciales como el acceso a grupos de apoyo, la importancia del bienestar físico, emocional y psicológico, y estrategias para reducir la sobrecarga del cuidador. Asimismo, se promovió la reflexión sobre el nivel de estrés experimentado y se fomentaron estrategias de afrontamiento, como técnicas de relajación, ejercicios de respiración y mindfulness. También se enfatizó la relevancia del autocuidado y la necesidad de reservar tiempo para actividades placenteras, con el objetivo de fortalecer la resiliencia del cuidador y mejorar su calidad de vida. En el estudio de Tinoco (2021) menciona que los círculos de diálogo o diálogos educativos son una intervención que ofrecen apoyo para el afrontamiento de la sobrecarga del cuidador, estos son un espacio donde el cuidador se expresa y comparte emociones acerca de su sentir diario y preocupaciones. En el mismo estudio señala que el personal de enfermería hace uso de la comunicación y escucha activa para abordar una atención de calidad en la sobrecarga del cuidador.

## **CONCLUSIONES**

La influencia de la sobrecarga en la salud de los cuidadores primarios de pacientes con afección crónica renal revela que un alto porcentaje experimenta algún grado de sobrecarga, lo que repercute directamente en su bienestar físico y emocional.

La sobrecarga emocional influye significativamente en la salud de los cuidadores primarios de pacientes con ERC, especialmente en las mujeres, quienes asumen en mayor medida este rol, considerando que factores como la falta de ingresos, el estrés continuo y la limitada preparación agravan esta carga, afectando su bienestar físico y psicológico.



Muchos cuidadores han logrado mantener relaciones sociales y familiares, aunque una parte significativa enfrenta dificultades para equilibrarlas con sus responsabilidades de cuidado.

La dependencia del familiar influye notoriamente en la salud física y emocional del cuidador, generando una alta sobrecarga, especialmente en el ámbito emocional. Gran parte de los cuidadores experimenta agotamiento físico y un alto nivel de afectación emocional.

La dependencia del familiar impacta significativamente la salud física y emocional del cuidador, aumentando su nivel de sobrecarga. En este contexto, se implementó diálogos educativos para fortalecer el rol de los cuidadores y mejorar su bienestar proporcionando así herramientas para gestionar el estrés, optimizar el cuidado y reducir el impacto negativo en la calidad de vida, garantizando un mejor equilibrio entre sus responsabilidades y su bienestar personal.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arias et al, M. (Octubre de 2021). Sobrecarga y calidad de vida de cuidadores de personas con cáncer en cuidados paliativos. *Revista Cuidarte*, 12(2).

<https://doi.org/https://doi.org/10.15649/cuidarte.1248>

Arredondo y Jurado, A. (2021). Variables asociadas a la carga en cuidadores primarios de personas con enfermedad renal crónica. *Psicología y Salud*, 32(1).

<https://doi.org/https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2706>

Arriaga y Hernández, M. (29 de Enero de 2023). Apoyo social y dependencia percibida en cuidadores familiares de pacientes con enfermedades crónicas. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 7(1), 3657. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4681](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4681)

Barba et al, L. (2022). Niveles de sobrecarga en cuidadores del adulto mayor con y sin deterioro cognitivo. Estudio comparado. *La Revista Eugenio Espejo*, 16(2).

<https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.14.08>

Barrios et al, A. ., (Abril-Junio de 2022). Detección de factores de riesgo de enfermedad renal crónica en adultos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 38(2). Obtenido de

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252022000200007#aff1](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252022000200007#aff1)

Berronez, A. E. (01 de Julio de 2023). Sobrecarga del cuidador primario de pacientes con discapacidad física. *Salud Con Ciencia*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.55204/pcc.v3i1.14>



- Cantillo y Ramírez, C. (2021). Habilidad del cuidador, sobrecarga percibida y calidad de vida del cuidador de personas en diálisis. *Enfermería nefrológica*, 24(2), 1-12.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.37551/S2254-28842021017>
- Carabes et al, A. (2022). Sobrecarga del cuidador principal del paciente con enfermedad renal crónica durante la pandemia por SARS-CoV-2. *Sanus*(6), 2-12.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.244>
- Cárdenas y Paredes, V. (2022). Síndrome de sobrecarga y calidad de vida del cuidador de pacientes con discapacidad en el primer nivel de atención. *Polo del Conocimiento*, 7(1). Obtenido de  
<https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3504/7934>
- Chango y Guarate, M. (Noviembre-Diciembre de 2021). Sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 5(6), 1-11.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v5i6.1315](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1315)
- Del Cisne et al, P. (Enero-Abril de 2023). Perfil biosociodemográfico del cuidador principal informal del adulto mayor en una región de Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 17.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.16.08>
- Fernández et al, S. (Enero-Julio de 2020). Sobrecarga en cuidadores de adultos mayores con demencia. *Revista de Medicina Isla de la Juventud*, 21(1). Obtenido de  
<https://remij.sld.cu/index.php/remij/article/view/277/474>
- Figue et al, A. (Enero-Febrero de 2023). Nuevos mecanismos implicados en el desarrollo de la enfermedad cardiovascular en la enfermedad renal crónica. *Nefrología*, 43(1), 1-160.  
<https://doi.org/10.1016/j.nefro.2022.03.002>
- Garcés y Mejías, M. (2022). Adopción del rol del cuidador principal del paciente adulto posterior a una estancia hospitalaria. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2(1). Obtenido de  
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=109167>
- Labarca y Pérez, M. (Junio de 2020). Necesidad de capacitación al cuidador del adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina*, 58(3). Obtenido de  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75232019000300003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75232019000300003)



- Lázaro y Esparza, A. (2020). AFRONTAMIENTO EN CUIDADORES PRIMARIOS DE PACIENTES CON INSUFICIENCIA RENAL CRÓNICA. *Revista electrónica de psicología Iztaçala*, 23(2).  
<https://doi.org/https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/76181>
- León, Y. (2020). Calidad de vida de los cuidadores principales de pacientes en hemodiálisis. *Medicentro Electrónica*, 24(2). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30432020000200422&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30432020000200422&script=sci_arttext)
- Luna y Urbina, P. (Nomviembre-Diciembre de 2023). Colapso en el Cuidador Primario del Paciente con Enfermedad Renal Crónica en Tratamiento Sustitutivo de la Función Renal. *Revista Multidisciplinar Cienca Latina*, 7(6). [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i6.9345](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9345)
- Madrid López, R. .. (2023). Abordaje de la sobrecarga del cuidador principal de pacientes con demencia desde su prevalencia, factores de protección y de riesgo. *European Journal Of Health Research*, 9(1), 1-18. <https://doi.org/https://doi.org/10.32457/ejhr.v9i1.2232>
- Maria C. Toffoletto, K. L.-G. (Marzo-Abril de 2019). Determinantes sociales de salud, sobrecarga familiar y calidad de vida de cuidadores familiares de pacientes oncológicos en cuidados paliativos. *Revista Salud Pública*, 21(2).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.15446/rsap.V21n2.76845>
- Martínez et al, G. (Marzo-Abril de 2020). Enfermedad renal crónica, algunas consideraciones actuales. *Revista Médica MULTIMED*, 24(2).
- Mendoza-Parra, P. G.-T. (Diciembre de 2022). Autocuidado del cuidador informal de personas mayores en algunos países de Latinoamérica: Revisión descriptiva. *Enfermería: Cuidado Humanizados*, 11(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.22235/ech.v11i2.2917>
- Moscoso y Matovelle, P. (22 de 08 de 2023). Sobrecarga del cuidador, riesgo laboral en cuidadores informales de personas con discapacidad en Cuenca-Ecuador. *Pacha Revista De Estudios Contemporáneos Del Sur Global*, 4(11).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.46652/pacha.v4i11.204>
- Olivares et al, E. (Febrero de 2024). Análisis de la fragilidad y su relación con la calidad de vida en pacientes con enfermedad renal crónica avanzada. *Enfermería Nefrológica*, 26(3), 268-76.  
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.37551/s2254-28842023026>



- Organización Mundial de la Salud. (13 de Marzo de 2023). Obtenido de Organización Panamericana de la Salud: <https://www.paho.org/es/noticias/13-3-2023-conmemoran-dia-mundial-rinon-exhortando-deteccion-temprana-enfermedades-cronicas>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado el 16 de Septiembre de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Organización Mundial de la Salud. (Mayo de 2024). Autocuidado para la salud y el bienestar. *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/self-care-for-health-and-well-being>
- Peralta y Cámos, M. (Mayo-Agosto de 2020). CALIDAD DE VIDA EN PACIENTES CON ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA CON TRATAMIENTO EN HEMODIALISIS HOSPITAL REGIONAL DE ICA, AGOSTO – DICIEMBRE 2019. *Revista Médica PANACEA*, 9(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35563/rmp.v9i2.327>
- Pérez et al, C. (Junio de 2022). Habilidad de cuidado y sobrecarga en cuidadores de personas en hemodiálisis y diálisis peritoneal. *Index de Enfermería*, 30(3). Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962021000200004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962021000200004)
- Quishpi et al, V. (2019). *Sobrecarga del cuidador primario de pacientes con discapacidad física*. *Penipe 2019*. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6107>
- Ramirez y Arias, M. (Diciembre de 2022). Carga y rasgos de personalidad en cuidadores principales de personas mayores. *AXIOMA- Revista Científica de Docencia, Investigación y Poryección Social*(26). <https://doi.org/https://doi.org/10.26621/ra.v1i26.741>
- Rojas et al, K. (2020). SOBRECARGA Y CALIDAD DE VIDA EN EL CUIDADOR INFORMAL DEL PACIENTE CON ENFERMEDAD RENAL. *COMUNIDAD Y SALUD*, 18(1). Obtenido de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/fcs/cysv18n1/art01.pdf>
- Santana et al, J. (Septiembre-Octubre de 2022). Caracterización de cuidadores de adultos mayores con demencia. *Revista Médica Electrónica*, 44(5). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1684-18242022000500822&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1684-18242022000500822&script=sci_arttext&tlng=pt)



Toapanta y Beltrán, N. (2022). Síndrome de sobrecarga del cuidador en personas con discapacidad.

*Sapienza: Revista Internacional de Estudios Interdisciplinarios*, 3(8), 156–166.

<https://doi.org/https://doi.org/10.51798/sijis.v3i8.570>

