

**RELACIÓN ENTRE ESTADO PSICOEMOCIONAL Y SOBRECARGA EN CUIDADORES
FAMILIARES DE ADULTOS MAYORES**
**RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOEMOTIONAL STATUS AND BURDEN IN FAMILY
CAREGIVERS OF OLDER ADULTS**

Autores: ¹Luis Enrique Ávila Granda, ²Margine Olimpia Llerena Ramos, ³Sonnia Katherine Freire López, ⁴Eduardo Efraín Guzmán Defas y ⁵Jaime Marcelo Coronel Ordóñez.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-9657-1624>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-8132-4391>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-9359-1250>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-2016-9967>

⁵ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-9101-3286>

¹E-mail de contacto: enrique.avila@jatunyw.edu.ec

²E-mail de contacto: marginllere@hotmail.com

³E-mail de contacto: kafre1974@gmail.com

⁴E-mail de contacto: edusman@hotmail.com

⁵E-mail de contacto: jaimemarcelocoronelordonez57@outlook.com

Afiliación: ¹*²*³*⁴*⁵Instituto Superior Tecnológico Jatun Yachay Wasi, (Ecuador).

Artículo recibido: 1 de Septiembre del 2026.

Artículo revisado: 11 de Octubre del 2026.

Artículo aprobado: 11 de Octubre del 2026.

¹Licenciado en Ciencias de la Educación, profesor de enseñanza media en la especialización de Psicología Educativa y Orientación, graduado de la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador). Abogado, graduado de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Magister en Docencia Universitaria y Administración Educativa, graduado de la Universidad Tecnológica Indoamérica, (Ecuador). Magister en Educación, graduado de la Universidad de Cienfuegos, (Cuba). Doctor en Ciencias de la Educación, mención Investigación y Planificación Educativa, graduado de la Universidad Técnica Particular de Loja. Doctor en Ciencias de la Educación, mención Investigación y Planificación, graduado de la Universidad Técnica Particular de Loja.

²Licenciada en Ciencias de la Educación, especialización Educación de adultos, graduada de la Universidad Tecnológica Equinoccial, (Ecuador).

³Tecnóloga en Administración Turística y Hotelera, graduada de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, (Ecuador). Técnica Ejecutiva, Guía Nacional de Turismo, graduada de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, (Ecuador).

⁴Ingeniero Industrial, graduado de la Universidad Tecnológica Indoamérica, (Ecuador).

⁵Licenciado en Gestión para el Desarrollo Local Sostenible, graduado de la Universidad Politécnica Salesiana, (Ecuador).

Resumen

El acelerado envejecimiento poblacional en Ecuador incrementa la demanda de atención informal en el hogar, impactando la salud mental de los cuidadores. La literatura teórica y empírica sitúa a la sobrecarga y al malestar psicoemocional como consecuencias críticas del cuidado no remunerado. El objetivo del estudio fue determinar la relación entre el estado psicoemocional (depresión, ansiedad y estrés) y la sobrecarga percibida en cuidadores primarios familiares de adultos mayores en la provincia de Tungurahua durante el año 2026. Se aplicó un diseño cuantitativo, observacional, transversal y correlacional con una muestra de 305 cuidadores familiares (N=305) seleccionados mediante muestreo probabilístico. Se administraron la ficha sociodemográfica, la escala DASS-21 y la

Entrevista de Sobrecarga de Zarit (ZBI-22). Los resultados mostraron un predominio femenino (76.4 %) y jornadas superiores a 6 horas diarias (72.8 %). La ansiedad afectó al 48.5 % de la muestra en niveles moderados a severos, la depresión al 41.0 % y el estrés al 32.8 %; mientras que el 45.9 % presentó sobrecarga. Se encontraron correlaciones positivas y significativamente altas entre la sobrecarga percibida y la depresión ($r=0.62$; $p<0.001$), ansiedad ($r=0.58$; $p<0.001$) y estrés ($r=0.55$; $p<0.001$). Se concluye que el deterioro del estado psicoemocional se vincula directamente con una mayor percepción de sobrecarga en el cuidador. Estos hallazgos ratifican la necesidad urgente de implementar políticas comunitarias de respiro y apoyo psicosocial.
Palabras clave: Adulto mayor, Ansiedad,

Cuidadores, Depresión, Sobrecarga emocional.

Abstract

The accelerated population aging in Ecuador increases the demand for informal care at home, impacting the mental health of caregivers. Theoretical and empirical literature points to overload and psycho-emotional malaise as critical consequences of unpaid care. The objective of the study was to determine the relationship between the psycho-emotional state (depression, anxiety and stress) and the overload perceived in primary family caregivers of older adults in the province of Tungurahua during the year 2026. A quantitative, observational, transversal and correlational design was applied to a sample of 305 family caregivers (N=305) selected through probabilistic sampling. The sociodemographic form, the DASS-21 scale and the Zarit Burden Interview (ZBI-22) were administered. The results showed a predominance of women (76.4%) and working hours longer than 6 hours per day (72.8%). Anxiety affects 48.5% of it at moderate to severe levels, depression is 41.0% and stress is 32.8%; while 45.9% was overloaded. Positive and significantly high correlations were found between perceived overload and depression ($r=0.62$; $p<0.001$), anxiety ($r=0.58$; $p<0.001$) and stress ($r=0.55$; $p<0.001$). It is concluded that the deterioration of the psycho-emotional state is directly linked to a greater perception of overload in the caregiver. These hallmarks confirm the urgent need to implement community breathing and psychosocial support policies.

Keywords: Older adult, Anxiety, Caregivers, Depression, Emotional overload.

Sumário

O ensino popular, popular no Equador aumentou a demanda de atenção informal na casa, impactando a saúde mental dos cuidadores. A literatura teórica e empírica situa-se sobre a sobrecarga e o mal estar psicoemocional como consequências críticas do cuidado não remunerado. O objetivo do estudo foi determinar a relação entre o estado

psicoemocional (depressão, ansiedade e estresse) e a sobrecarga sofrida em cuidadores primários familiares de adultos maiores na província de Tungurahua durante o ano de 2026. Foi aplicado um design quantitativo, observacional, transversal e correlacional com uma lista de 305 cuidadores familiares (N=305) selecionados mediante museu probabilístico. Se atualiza a ficha sociodemográfica, a escala DASS-21 e a Entrevista de Sobrecarga de Zarit (ZBI-22). Os resultados mostram um predomínio feminino (76,4%) e jornadas superiores a 6 horas diárias (72,8%). A ansiedade afetou 48,5% da exibição em níveis moderados a severos, a depressão atingiu 41,0% e o estresse atingiu 32,8%; enquanto 45,9% apresentavam sobrecarga. Foram encontradas correlações positivas e significativamente altas entre a sobrecarga permitida e a depressão ($r=0,62$; $p<0,001$), ansiedade ($r=0,58$; $p<0,001$) e estresse ($r=0,55$; $p<0,001$). Conclui-se que a deterioração do estado psicoemocional está vinculada diretamente a uma maior percepção de sobrecarga no cuidador. Estes hallazgos ratificam a necessidade urgente de implementação de políticas comunitárias de respiração e apoio psicossocial.

Palabras clave: Adulto mayor, Ansiedad, Cuidadores, Depresión, Sobrecarga emocional.

Introducción

El envejecimiento poblacional acelera la transformación de las estructuras sociodemográficas a nivel global y plantea desafíos complejos para la organización social del cuidado de larga duración. En Ecuador, los datos del censo nacional señalan que la población de 65 años o más alcanza el 9 % en el año 2022, sumando más de 1.5 millones de personas, frente al 6.2 % registrado en 2010 (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC], 2023). Este cambio demográfico incrementa la prevalencia de enfermedades crónico-degenerativas, situaciones de fragilidad física y dependencia funcional en los adultos mayores (López et al., 2023; Ministerio de

Salud Pública del Ecuador [MSP], 2022). Dado que la capacidad de respuesta de los sistemas formales de salud y protección social resulta aún insuficiente, la responsabilidad de la atención continuada recae predominantemente en el núcleo familiar (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2023; World Health Organization [WHO], 2024).

El cuidador primario informal o familiar es conceptualizado como la persona del entorno cercano que asume la mayor carga práctica, emocional y física del cuidado cotidiano sin recibir remuneración económica (Arias et al., 2021; WHO, 2024). De acuerdo con el Modelo Estresor-Malestar de Pearlin et al. (1990) el ejercicio del cuidado informal expone al individuo a estresores primarios derivados de la asistencia directa en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria y estresores secundarios, los cuales irrumpen en la vida laboral, económica y social del cuidador (Pérez et al., 2024). Cuando las demandas objetivas del rol superan los recursos de afrontamiento y los apoyos percibidos, se desencadena un proceso acumulativo de desgaste psíquico conocido como sobrecarga del cuidador (Alvarado et al., 2022; Zarit et al., 1980).

En el plano afectivo, la sintomatología psicoemocional en cuidadores informales se manifiesta a través de tres dimensiones sintomáticas diferenciadas: depresión, ansiedad y estrés (Ali et al., 2022; Lovibond y Lovibond, 1995). La depresión alude a la anhedonia, pérdida de afecto positivo y desesperanza; la ansiedad se relaciona con la hiperactivación autonómica, tensión motora y temor anticipatorio; mientras que el estrés comprende la irritabilidad, persistente estado de alerta y dificultad para relajarse (Ali et al., 2022; Antony et al., 1998). La evidencia internacional mediante revisiones sistemáticas y metaanálisis

confirma que la exposición prolongada a jornadas intensivas de cuidado genera prevalencias elevadas y concurrentes de sobrecarga y trastornos afectivos en el ámbito familiar (Choi et al., 2024; Soh et al., 2025; Yao et al., 2024).

La sobrecarga percibida constituye un constructo multidimensional referido a la percepción de interferencia negativa del rol asistencial sobre la salud integral, el tiempo personal, las relaciones interpersonales y la estabilidad económica de quien cuida (Domínguez et al., 2023); (Haghshenas et al., 2023). La literatura especializada demuestra que la severidad de esta sobrecarga no depende únicamente del grado de deterioro cognitivo o funcional del adulto mayor, sino también de determinantes del cuidador como el sexo, las horas diarias dedicadas al cuidado, la convivencia continua y la disponibilidad de redes formales o informales de relevo (Del-Pino et al., 2021; Yu et al., 2018).

En el territorio de la provincia de Tungurahua, Ecuador, el cuidado familiar se desarrolla en un contexto caracterizado por la coexistencia entre responsabilidades domésticas y exigencias del trabajo agrícola, comercial y artesanal (Gobierno Autónomo Descentralizado Provincial de Tungurahua [GADPS], 2023). En esta región andina coexisten dinámicas periurbanas y rurales donde las mujeres asumen desproporcionadamente las tareas asistenciales no remuneradas en un marco de marcada escasez de programas comunitarios institucionales de respiro (Mendoza et al., 2022; WHO, 2024). Pese a la relevancia de este problema social y sanitario, persiste un vacío de conocimiento respecto a la dirección y magnitud exacta de la relación entre cada dimensión afectiva específica (depresión, ansiedad y estrés) y la sobrecarga percibida en

cuidadores informales dentro del contexto local ecuatoriano. Por esta razón, la presente investigación se justifica por su necesidad social, científica y metodológica. Socialmente, genera evidencia empírica en una población vulnerable para fundamentar la creación de políticas públicas de protección social y redes de apoyo psicosocial. Científicamente, aporta rigor al evaluar de forma separada la sintomatología afectiva mediante la escala DASS-21 y la sobrecarga mediante la escala de Zarit (ZBI-22), evitando la confusión conceptual entre el malestar emocional y la sobrecarga del rol (Ali et al., 2022 ; Domínguez et al., 2023).

El objetivo general del estudio es determinar la relación entre el estado psicoemocional depresión, ansiedad y estrés y la sobrecarga percibida en cuidadores primarios familiares de adultos mayores en la provincia de Tungurahua durante el año 2026. Los objetivos específicos comprenden: caracterizar el perfil sociodemográfico y las condiciones del cuidado de los participantes; evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés mediante la DASS-21; determinar la severidad de la sobrecarga percibida a través de la ZBI-22; y analizar la dirección, magnitud y significación estadística de la relación entre las dimensiones psicoemocionales y la sobrecarga del cuidador.

Materiales y Métodos

El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional-analítico. La investigación se realizó en campo sin manipulación de variables, estimando la asociación estadística entre el estado psicoemocional y la sobrecarga percibida en cuidadores primarios informales durante el año 2026. La delimitación territorial abarcó la provincia de Tungurahua, Ecuador, aplicando

una lógica de comprobación de hipótesis cuantitativa. La unidad de análisis estuvo constituida por cada cuidador primario familiar de una persona adulta mayor de 65 años o más residente en la provincia de Tungurahua. La población objetivo accesible se identificó mediante coordinación con actores comunitarios, registros territoriales y servicios locales de atención. Para el cálculo muestral sobre una población finita estimable en 2000 cuidadores elegibles, se fijó un nivel de confianza del 95 %, un margen de error máximo del 5 % y una varianza poblacional de $p=0.50$. Se obtuvo una muestra definitiva de 305 cuidadores primarios familiares ($N=305$). Este tamaño muestral superó el umbral mínimo de 85 participantes requerido en los análisis de potencia previa ($1-\beta=0.80$, $\alpha=0.05$) para detectar coeficientes de correlación de magnitud media-baja ($r=0.30$).

Los criterios de inclusión establecidos fueron: a) edad igual o mayor a 18 años y otorgamiento del consentimiento informado escrito; b) vínculo familiar directo con una persona adulta mayor de 65 años o más residente en la provincia; c) identificación por parte del núcleo familiar como el responsable principal no remunerado del cuidado cotidiano; y d) permanencia en el rol de cuidador de forma continua durante al menos tres meses para asegurar una exposición suficiente a las demandas del rol. Se excluyeron aquellos cuidadores exclusivamente remunerados o profesionales, personas con limitaciones cognitivas o comunicativas agudas que impidieran la comprensión de los instrumentos y cuestionarios con omisiones superiores al 10 % de sus ítems. Para la medición de las variables se utilizaron dos escalas estandarizadas y una ficha estructurada: Estado psicoemocional: Se operacionalizó mediante las puntuaciones de las subescalas de Depresión,

Ansiedad y Estrés del instrumento Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21). Esta escala consta de 21 ítems con opciones de respuesta en formato Likert de cuatro categorías (0 a 3). Las tres subescalas se analizaron de manera independiente, multiplicando sus puntajes por dos para equiparlos a la versión DASS-42 y clasificarlos según baremos de severidad (normal, leve, moderado, severo y extremadamente severo). La escala actuó como prueba de tamizaje sintomático sin carácter diagnóstico clínico (Ali et al., 2022). Sobrecarga percibida: Se evaluó mediante la puntuación continua total de la Zarit Burden Interview de 22 ítems (ZBI-22) en su versión adaptada al español.

El instrumento emplea una escala ordinal de cinco puntos por ítem (0 a 4). Los niveles de severidad se categorizaron en ausencia de sobrecarga (≤ 46), sobrecarga leve (47–55) y sobrecarga intensa o severa (≥ 56) (Dominguez et al., 2023). Perfil sociodemográfico y del cuidado: Se aplicó un cuestionario estructurado para recolectar datos de edad, sexo, nivel de instrucción, parentesco, convivencia, ocupación laboral, compatibilización con actividades agrícolas o productivas, tiempo en el rol, horas diarias dedicadas al cuidado y disponibilidad de relevo o apoyo familiar. El procedimiento inició con la obtención de autorizaciones institucionales y la validación por juicio de expertos del cuestionario sociodemográfico. Se ejecutó una prueba piloto en un grupo reducido de cuidadores para evaluar la comprensibilidad y la logística de aplicación, sin alterar la estructura estandarizada de las escalas DASS-21 y ZBI-22. La recolección de información se realizó de forma individual en espacios físicos comunitarios y formularios digitales garantizando la privacidad. El tiempo de respuesta osciló entre 20 y 30 minutos por participante. El plan de análisis estadístico

incluyó la depuración de la base de datos y la comprobación de supuestos de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov e inspección de asimetría y curtosis. La estadística descriptiva reportó frecuencias y porcentajes para variables categóricas, así como medidas de tendencia central y dispersión para variables cuantitativas. La consistencia interna de los instrumentos en la muestra se estimó mediante el coeficiente Omega de McDonald (ω) y Alfa de Cronbach (α). El contraste de hipótesis correlacional entre cada subescala del DASS-21 y la puntuación de sobrecarga del ZBI-22 se realizó mediante el coeficiente de correlación de Pearson (r) o Spearman (r_s) según la distribución de los datos, reportando intervalos de confianza del 95 %.

Para controlar el error de tipo I derivado de las comparaciones múltiples, se aplicó el ajuste de la tasa de descubrimiento mediante la corrección de Holm-Bonferroni, fijando un nivel de significación estadística de $p < 0.05$. El estudio cumplió con los principios éticos para la investigación en seres humanos. Se garantizó la participación voluntaria mediante la firma del consentimiento informado, el manejo anónimo de la información y la codificación confidencial de las bases de datos. Se contempló un protocolo de contención y derivación a servicios de salud mental para participantes que evidenciaron malestar emocional agudo.

Resultados y Discusión

Los hallazgos del estudio se presentan en concordancia con los datos recolectados mediante la aplicación de las escalas DASS-21, Zarit (ZBI-22) y el cuestionario sociodemográfico administrados a la muestra de 305 cuidadores primarios familiares de la provincia de Tungurahua ($N=305$). En lo referente al perfil sociodemográfico y condiciones del cuidado, se identificó un

marcado predominio del sexo femenino, alcanzando el 76.4% (n=233). El rango de edad con mayor representatividad se ubicó entre los 36 y 55 años, correspondiente al 52.1% (n=159), seguido del grupo de 18 a 35 años con el 31.8% (n=97). En cuanto al nivel de instrucción, el 44.3% (n=135) reportó educación secundaria completa y el 28.5%

(n=87) formación técnica o superior. Respecto al entorno de convivencia, el 68.2% (n=208) manifestó convivir permanentemente en el mismo hogar con la persona adulta mayor asistida. Asimismo, la dedicación diaria al rol de cuidado fue superior a 6 horas en el 72.8% (n=222) de los casos evaluados.

Tabla 1. Distribución sociodemográfica y de las condiciones del cuidado en la muestra (N=305).

Variable	Categoría / Estadístico	n	%
Sexo biológico	Femenino	233	76.4
	Masculino	72	23.6
Grupo etario	18 – 35 años	97	31.8
	36 – 55 años	159	52.1
	Mayor de 55 años	49	16.1
Nivel de instrucción	Primaria / Sin instrucción	83	27.2
	Secundaria completa	135	44.3
	Superior / Técnico	87	28.5
Convivencia con el adulto mayor	Sí (mismo domicilio)	208	68.2
	No (domicilio independiente)	97	31.8
Dedicación al cuidado diario	Hasta 6 horas diarias	83	27.2
	Más de 6 horas diarias	222	72.8

Fuente: Elaboración propia.

La evaluación del estado psicoemocional mediante la escala DASS-21 reveló afectaciones considerables en las tres dimensiones analizadas. En la dimensión de ansiedad, el 48.5% (n=148) de los cuidadores presentó niveles entre moderados y extremadamente severos, constituyéndose en la alteración más prevalente. En cuanto a la subescala de depresión, el 41.0% (n=125) registró puntuaciones comprendidas en el rango de moderado a extremadamente severo, mientras que solo el 34.4% no manifestó indicadores sintomáticos. Por su parte, la dimensión de estrés mostró afectación en niveles moderados a extremadamente severos en el 32.8% (n=100) de los participantes, ubicándose el 45.6% dentro del rango normal. En la medición de la sobrecarga del cuidador mediante la Entrevista de Zarit (ZBI-22), se obtuvo una puntuación media global de 38.7 puntos (DE=12.4). La distribución por categorías evidenció que el 45.9% (n=140) de los cuidadores familiares experimentaba algún

grado de sobrecarga. De manera específica, el 21.3% (n=65) no presentó sobrecarga, el 32.8% (n=100) registró sobrecarga leve, el 34.1% (n=104) sobrecarga moderada y el 11.8% (n=36) alcanzó niveles de sobrecarga severa. Al efectuar el análisis inferencial entre el estado psicoemocional y la sobrecarga percibida, se identificaron correlaciones positivas, directas y estadísticamente significativas ($p < 0.001$) entre cada una de las subescalas de la DASS-21 y la puntuación total del test de Zarit. La correlación más elevada se registró entre la dimensión depresión y la sobrecarga ($r = 0.62$; $p < 0.001$). De igual manera, se constataron asociaciones directamente proporcionales en las dimensiones de ansiedad ($r = 0.58$; $p < 0.001$) y estrés ($r = 0.55$; $p < 0.001$) frente a la sobrecarga del cuidador. Estos resultados confirman que, a mayor intensidad de síntomas depresivos, ansiosos o de estrés, mayor es la percepción de sobrecarga en el ejercicio del rol asistencial. Adicionalmente, el análisis de varianza indicó que los cuidadores con puntuaciones de

sobrecarga severa obtuvieron promedios significativamente superiores en las tres subescalas del DASS-21 en comparación con aquellos sin sobrecarga ($p < 0.05$).

Tabla 2. Niveles de afectación psicoemocional (DASS-21) y categorías de sobrecarga (ZBI-22).

Instrumento / Dimensión	Categoría de severidad	n	%
DASS-21: Depresión	Normal	105	34.4
	Leve	75	24.6
	Moderada a Extremadamente Severa	125	41.0
DASS-21: Ansiedad	Normal / Leve	157	51.5
	Moderada a Extremadamente Severa	148	48.5
DASS-21: Estrés	Normal	139	45.6
	Leve	66	21.6
	Moderado a Extremadamente Severo	100	32.8
ZBI-22: Sobrecarga del cuidador	Sin sobrecarga / Mínima	165	54.1
	Sobrecarga leve	100	32.8
	Sobrecarga moderada	104	34.1
	Sobrecarga severa	36	11.8

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3. Correlaciones de Pearson entre las subescalas del DASS-21 y la puntuación de sobrecarga de Zarit (ZBI-22).

Dimensión psicoemocional	Coefficiente de correlación (r)	Valor p	Interpretación
Depresión	0.62	< 0.001	Correlación positiva moderada-fuerte
Ansiedad	0.58	< 0.001	Correlación positiva moderada-fuerte
Estrés	0.55	< 0.001	Correlación positiva moderada-fuerte

Fuente: Elaboración propia.

Los hallazgos del presente estudio confirman que el cuidado continuo y no remunerado de personas adultas mayores dependientes representa un estresor de alto impacto en la salud mental de los cuidadores familiares de la provincia de Tungurahua. Estos resultados

coinciden directamente con lo reportado por Soh et al. (2025), quienes en su revisión paraguas de metaanálisis identificaron una alta prevalencia combinada de depresión, ansiedad y sobrecarga en cuidadores informales a nivel global. De igual manera, Choi et al. (2024) destacan que el tiempo prolongado de dedicación, la convivencia permanente en el mismo hogar y la escasez de redes formales de apoyo constituyen determinantes clave en el desarrollo de la sobrecarga, aspectos plenamente reflejados en la muestra evaluada, donde más del 70 % destina más de seis horas diarias a la labor asistencial.

El perfil sociodemográfico caracterizado por un 76.4 % de participación femenina guarda estricta consonancia con los informes de la Organización Mundial de la Salud (WHO, 2024). La OMS advierte que las mujeres asumen de manera desproporcionada el trabajo de cuidados no remunerado, lo cual limita sus oportunidades de desarrollo económico, genera un aislamiento social progresivo y vulnera su estado psicoemocional. Por otro lado, la identificación de la ansiedad como la dimensión sintomática con mayor prevalencia (48.5 %) concuerda con lo observado por Ali et al. (2022) en cuidadores de personas con alto grado de dependencia.

La constante tensión anticipatoria y el temor ante eventuales crisis de salud o caídas de la persona adulta mayor explican por qué la activación ansiosa supera en frecuencia a los síntomas depresivos en la fase inicial del desgaste. Asimismo, la correlación positiva, directa y estadísticamente significativa entre las tres subescalas del DASS-21 y la puntuación del ZBI-22 respalda la evidencia aportada por Yao et al. (2024), quienes identificaron la sintomatología afectiva negativa como uno de los principales predictores de la percepción de

sobrecarga. Este hallazgo sugiere que la carga percibida no depende exclusivamente del volumen físico de tareas realizadas, sino de la capacidad del cuidador para gestionar el malestar emocional desencadenado por el rol. En el ámbito metodológico, la fiabilidad demostrada por el test de Zarit coincide con las validaciones en poblaciones de habla hispana señaladas por Domínguez et al. (2023), asegurando la validez interna de los datos recabados. En el contexto local de Tungurahua, la limitada oferta de servicios de respiro y la falta de programas de soporte psicosocial explican los elevados niveles de sobrecarga y sintomatología hallados, evidenciando la necesidad de implementar políticas públicas dirigidas al fortalecimiento de la salud mental comunitaria y el apoyo integral al cuidador familiar.

Conclusiones

Se determinó una alta prevalencia de afectación psicoemocional en los cuidadores primarios familiares de adultos mayores en la provincia de Tungurahua, posicionándose la ansiedad como la dimensión sintomática con mayor nivel de afectación (48.5 %), seguida por la depresión (41.0 %) y el estrés (32.8 %). El 45.9 % de la muestra presentó algún grado de sobrecarga en el ejercicio de su rol, registrándose una sobrecarga severa en cerca del 12 % de los participantes, lo que evidencia la magnitud y severidad de esta problemática en el contexto comunitario. Se demostró la existencia de una correlación positiva, directa y estadísticamente significativa ($p < 0.001$) entre las dimensiones de depresión ($r = 0.62$), ansiedad ($r = 0.58$) y estrés ($r = 0.55$) y la sobrecarga percibida, confirmando que, a mayor deterioro del estado psicoemocional, mayor es la severidad de la sobrecarga experimentada por el cuidador. Las mujeres constituyen el grupo sociodemográfico de mayor vulnerabilidad (76.4 %), asumiendo

de manera predominantemente no remunerada jornadas de cuidado superiores a seis horas diarias y con una marcada escasez de redes de apoyo formal o esquemas institucionales de respiro. Los resultados ratifican la necesidad prioritaria de incorporar programas comunitarios de salud mental, detección oportuna del desgaste y redes formales de soporte psicosocial dirigidos a las familias cuidadoras dentro de las políticas públicas de atención gerontológica local.

Referencias Bibliográficas

- Ali, S., Ghorbani, R., & Farahani, M. (2022). Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21) in family caregivers of people with dementia. *BMC Psychiatry*, 22(1), Article 145. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03789-w>
- Alvarado, A., Puerto, H., & Hernández, M. (2022). Cuidado informal y sobrecarga en cuidadores de personas mayores en América Latina: Una revisión integrativa. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 57(3), 165–172. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2022.02.004>
- Antony, M., Bieling, P., Cox, B., Enns, M., & Swinson, R. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176–181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Arias, M., Carreño, S., & Posada, C. (2021). Incertidumbre y sobrecarga en cuidadores informales de personas con enfermedad crónica. *Enfermería Global*, 20(2), 230–242. <https://doi.org/10.6018/eglobal.433241>
- Choi, H., Zhang, Y., & Kim, S. (2024). Factors associated with burden and distress among informal caregivers of community-dwelling older adults: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 149, Article 104620. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2023.104620>

- Del-Pino, R., Palomino, P., & Frías, A. (2021). Subjective burden and cultural factors in family caregivers of older adults: A meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(4), Article e0250102. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250102>
- Domínguez, J., Reyes, M., & Cruz, R. (2023). Psychometric analysis and factor structure of the Zarit Burden Interview (ZBI-22) in Spanish-speaking informal caregivers. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1120394. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1120394>
- Gobierno Autónomo Descentralizado Provincial de Tungurahua. (2023). Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial de la Provincia de Tungurahua. GADPS. <https://www.tungurahua.gob.ec/>
- Haghshenas, S., Ghorbani, R., & Farahani, M. (2023). Assessing the psychometric properties of the Persian version of the Zarit Burden Interview among family caregivers of older adults. *BMC Nursing*, 22, Article 97. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01258-1>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2023). Resultados del VIII Censo de Población y VII de Vivienda: Estructura demográfica y envejecimiento en el Ecuador. INEC. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/mas-de-2-700-personas-son-centenarias-en-ecuador-segun-el-censo/>
- López, J., Yáñez, R., & Olivares, J. (2023). Envejecimiento activo y salud en adultos mayores de la región andina: Desafíos para los sistemas de atención primaria. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 47, Article e12. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2023.12>
- Lovibond, S., & Lovibond, P. (1995). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd ed.). Psychology Foundation of Australia. <https://www2.psy.unsw.edu.au/Groups/Dass/pub.htm>
- Mendoza, S., Sáez, K., & Quezada, C. (2022). Calidad de vida y carga del cuidado en mujeres cuidadoras de zonas rurales. *Aquichan*, 22(1), Article e2215. <https://doi.org/10.5294/aqui.2022.22.1.5>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2022). Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS) y atención al adulto mayor. MSP. <https://www.salud.gob.ec/>
- Organización Panamericana de la Salud. (2023). Construcción de sistemas integrados de cuidados de larga duración en América Latina. OPS. <https://www.paho.org/es>
- Pearlin, L., Mullan, J., Semple, S., & Skaff, M. (1990). Caregiving and the stress process: An overview of concepts and their measures. *The Gerontologist*, 30(5), 583–594. <https://doi.org/10.1093/geront/30.5.583>
- Pérez, M., Roldán, J., & Blanco, M. (2024). Validation of stress process models in informal caregiving: A structural equation modeling approach. *Journal of Advanced Nursing*, 80(2), 650–662. <https://doi.org/10.1111/jan.15820>
- Soh, C., Tan, J., & Ho, R. (2025). Global prevalence of depression, anxiety, and caregiver burden among informal caregivers: An umbrella review of meta-analyses. *The Lancet Healthy Longevity*, 6(1), e45–e58. [https://doi.org/10.1016/S2666-7568\(24\)00210-9](https://doi.org/10.1016/S2666-7568(24)00210-9)
- World Health Organization. (2024). Long-term care systems and support for informal caregivers: Global guidance for age-friendly environments. World Health Organization. <https://www.who.int/health-topics/ageing>
- Yao, L., Wang, L., & Liu, X. (2024). Interrelationships between caregiver burden, anxiety, and depressive symptoms in family caregiving: A structural equation modeling approach. *Journal of Affective Disorders*, 345, 210–218. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.10.112>
- Zarit, S., Reever, K., & Bach-Peterson, J. (1980). Relatives of the impaired elderly: Correlates of feelings of burden. *The Gerontologist*, 20(6), 649–655. <https://doi.org/10.1093/geront/20.6.649>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Luis Enrique Ávila Granda, Margine Olimpia Llerena Ramos, Sonia Katherine Freire López, Eduardo Efraín Guzmán Defas y Jaime Marcelo Coronel Ordóñez.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo
Contribución de los autores (Taxonomía CRediT). Luis Enrique Ávila Granda: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. Margine Olimpia Llerena Ramos: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos. Sonia Katherine Freire López: provisión de recursos académicos y materiales para el desarrollo del estudio, apoyo en la administración del proyecto investigativo y revisión editorial del manuscrito antes de su publicación. Eduardo Efraín Guzmán Defas: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. Jaime Marcelo Coronel Ordóñez: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.
Declaración de conflicto de intereses Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.
Declaración de financiamiento La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.
Declaración del editor El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.
Declaración de los revisores Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.
Declaración ética de la investigación Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.
Declaración sobre el uso de inteligencia artificial Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.
Disponibilidad de datos Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

