



**XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA  
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer  
Rompiendo fronteras**



**Estudio Exploratorio del  
Impacto de la Sobrecarga  
en las Funciones Ejecutivas  
de Personas Cuidadoras de  
Familiares con Demencia:  
el Rol del Malestar Emocional y la Resiliencia**

**Alba Mozún Martín**  
Psicóloga Sanitaria en AFA  
Navarra



00, INDICE

# 1. Introducción

# 2. Objetivos

# 3. Metodología

# 4. Resultados

# 5. Discusión

# 6. Conclusiones

01 · INTRODUCCIÓN

# Introducción

**55-153M**

Personas con demencia  
Proyección mundial para 2050

**80%**

Cuidado por familiar

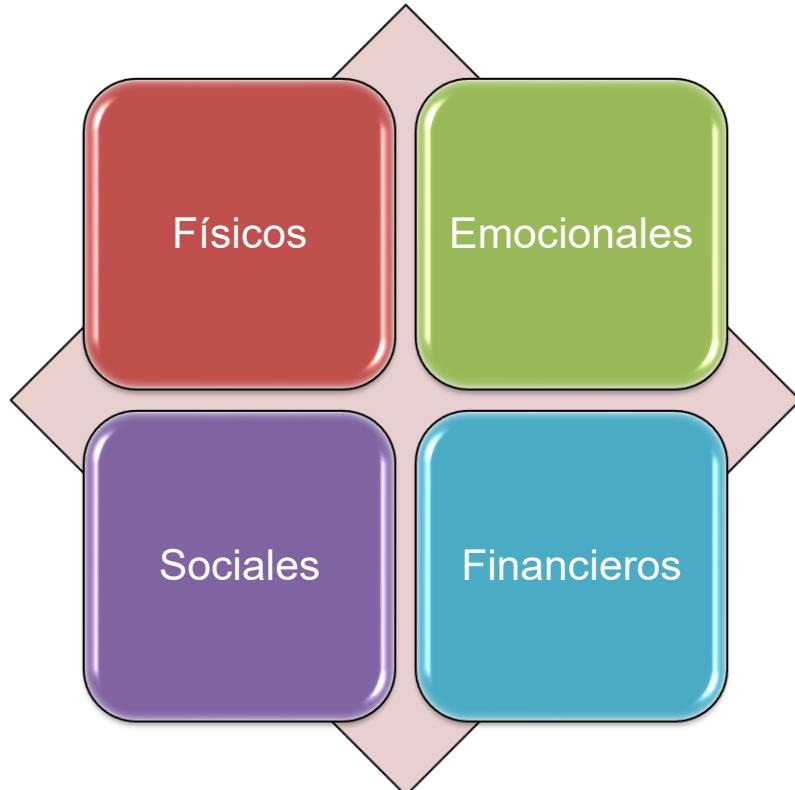
**Tendencia**

Aumento de familias cuidadoras



01 · INTRODUCCIÓN

# ¿Por qué explorar?



El **bienestar** de la persona cuidadora repercute en la atención que esta ofrece a su familiar con demencia.

## ▪ **SOBRECARGA**

Conjunto de síntomas derivados de la situación de estrés crónico vivida por la persona cuidadora.

## ▪ **MALESTAR EMOCIONAL**

Parte específica de la sobrecarga, definida como “discomfort” o sensación subjetiva de que el propio bienestar emocional está mermado.

01 · INTRODUCCIÓN

# El cuidado

Peor rendimiento cognitivo:

01. Memoria
02. Atención
- 03. Funciones ejecutivas**

Modulan emociones, conducta y toma de decisiones

Permiten actuar de forma eficaz, creativa y socialmente aceptada

Clave para adaptarse y responder a las exigencias del cuidado

Facilitan el control cognitivo, fomentando la resiliencia y la reevaluación cognitiva

01 · INTRODUCCIÓN

# Resiliencia

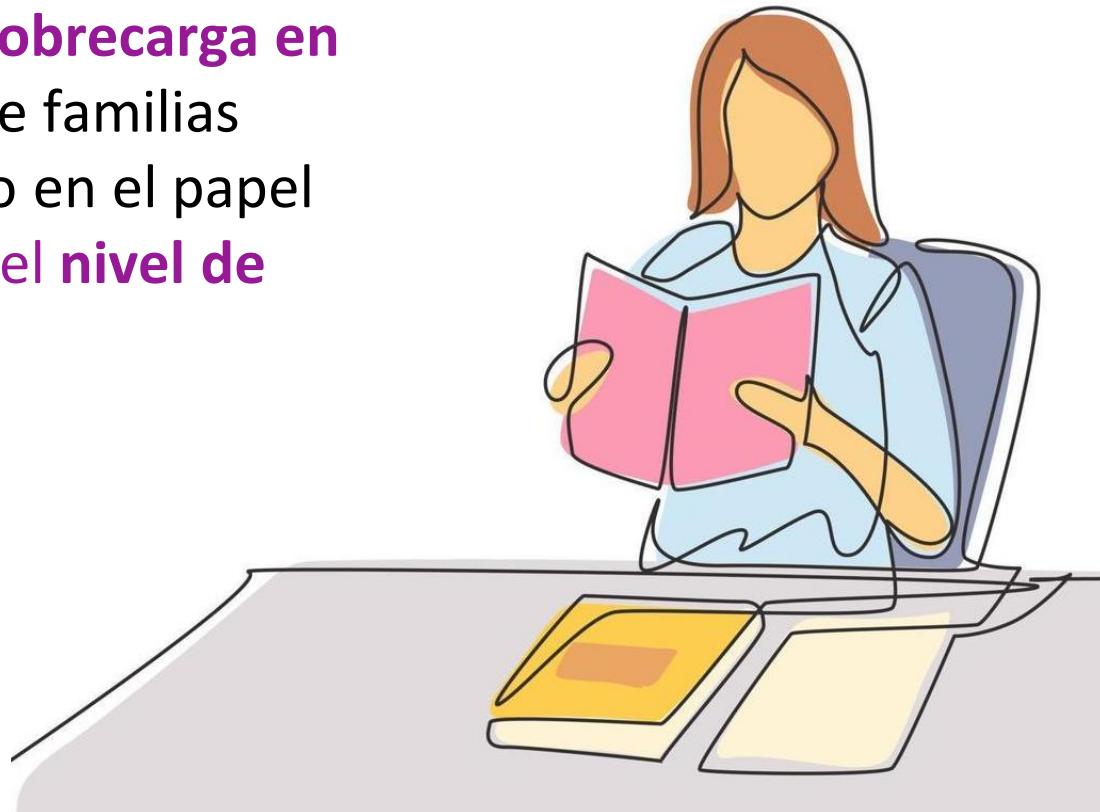


“Capacidad de **enfrentarse de manera adaptativa al estrés**, lo que significa en personas cuidadoras un mejor ajuste psicológico y desarrollo de estrategias de afrontamiento.”

02 · OBJETIVO

## Objetivo principal

Analizar el impacto de la **sobrecarga en las funciones ejecutivas** de familias cuidadoras, profundizando en el papel del **malestar emocional** y el **nivel de resiliencia**.



02 · OBJETIVO

## Objetivos secundarios

- 1** Explorar el nivel de sobrecarga y malestar emocional de las personas cuidadoras, así como identificar los factores asociados, tanto sociodemográficos como los vinculados a la persona cuidada.
- 2** Estudiar la relación entre sobrecarga y malestar emocional de las personas cuidadoras.
- 3** Estudiar las diferencias en las funciones ejecutivas entre las personas cuidadoras con y sin sobrecarga.
- 4** Estudiar las diferencias en las funciones ejecutivas entre las personas cuidadoras con y sin malestar emocional.

03 · METODOLOGÍA

# Metodología

## Diseño

Estudio cuantitativo, correlacional, no experimental  
y transversal



## Muestra

Familias de personas con demencia de AFAN

### Inclusión

Ser cuidador/a principal, uso  
de la asociación y participación  
voluntaria

### Exclusión

No cuidar actualmente, vivir  
lejos y CI inferior a normal



Asociación de Familiares de  
Personas con **Alzheimer y**  
**otras Demencias** de Navarra

Nafarroako **Alzheimerra eta**  
**bestelako dementzia** duten  
pertsonen Senideen Elkartea

03 · METODOLOGÍA

# Procedimiento

## APROBACIÓN ESTUDIO

Junta directiva  
AFAN

## RECOGIDA DATOS

Consentimiento informado  
Datos sociodemográficos

## ESCALAS AUTOADMINISTRADAS

Sobrecarga  
Resiliencia  
Estado emocional

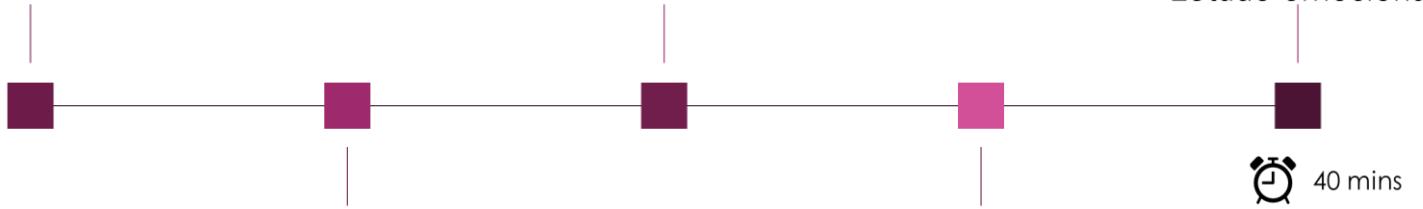
⌚ 40 mins

## DIFUSIÓN Y RECLUTAMIENTO

Redes sociales,  
WhatsApp, email

## ADMINISTRACIÓN PRUEBAS

Neuropsicóloga



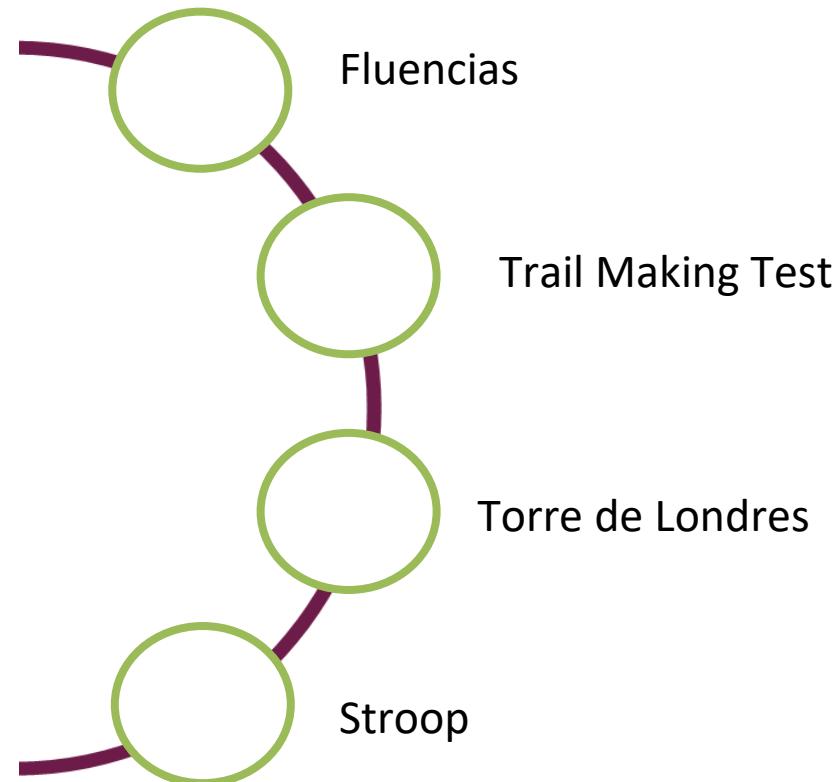
# Instrumentos

## Persona cuidadora

- TAP
- CRC
- Zarit
- DME-C
- BRCS
- Escalas FFEE

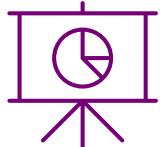
## Persona cuidada

- MMSE
- Lawton y Brody
- Barthel



03 · METODOLOGÍA

# Análisis estadístico



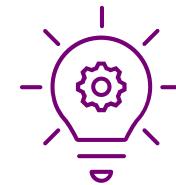
## Análisis descriptivo

- Características sociodemográficas y clínicas de la muestra.



## Correlación y comparación de grupos

- Correlación sobrecarga y malestar emocional: **Prueba Pearson**
- Prueba exacta **Fisher**: vs categóricas
- Prueba de rangos de **Wilcoxon**: vs cuantitativas



## Análisis general

- Corrección de puntuaciones con baremos Neuronorma
- Software: RStudio
- Significancia:  $p < 0,05$

04 · RESULTADOS

# Descriptivos persona cuidadora

<b>N = 30<sup>1</sup></b>	
<b>Sexo</b>	
Hombre	8 (27%)
Mujer	22 (73%)
<b>Edad en el momento de la valoración</b>	60 [54–73]
<b>Estado civil</b>	
Soltero/a	7 (23%)
Casado/a	19 (63%)
Divorciado/a	3 (10%)
Viudo/a	1 (3,3%)
<b>Parentesco con la persona diagnosticada</b>	
Pareja	15 (50%)
Hijo/a	13 (43%)
Hermano/a	2 (6,7%)
Otros	0 (0%)
<b>Nº de años de estudios completados</b>	12 [10–16]
<b>Ingresos medios mensuales en el hogar de la persona afectada</b>	2.450 [1.500–3.500]
<b>Nº de años de cuidado de la persona con demencia</b>	4 [1–6]

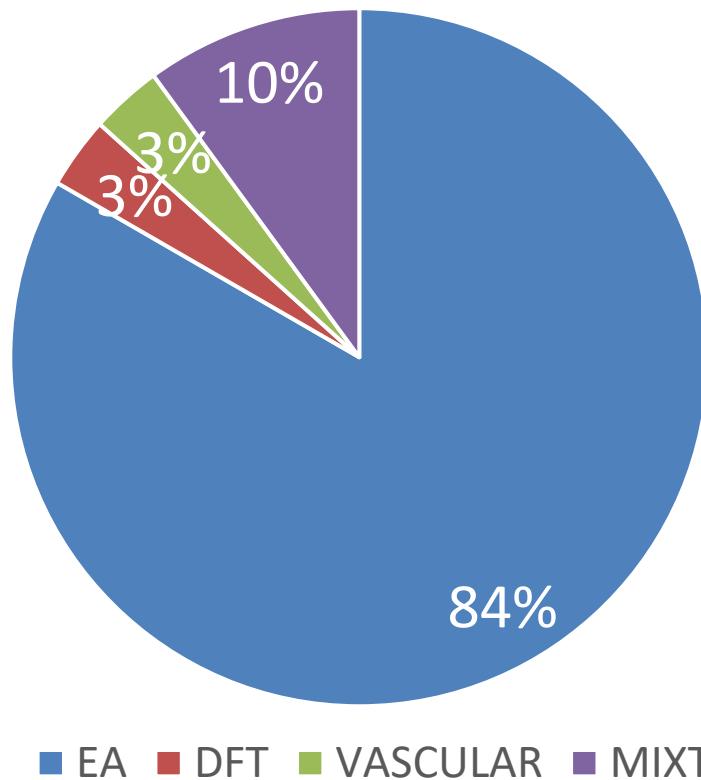
<b>Tipo de ayudas con las que cuenta</b>	
Ninguna	10 (33%)
Persona Contratada	4 (13%)
Centro de Día	15 (50%)
Residencia	1 (3,3%)
<b>Nº de horas diarias que dedica al cuidado de la persona afectada</b>	19 [4–24]
<b>Nº personas convivientes</b>	16 [53,3%]
<b>CI estimado</b>	106 [104–101]
<b>Puntuación total y nivel de Reserva Cognitiva</b>	16 [11–18]
<b>Reserva cognitiva media</b>	12 (39,7%)
<b>Reserva cognitiva superior</b>	18 (60%)
<b>Puntuación total y nivel de resiliencia</b>	15 [14–18]
<b>Baja resiliencia</b>	7 (23%)
<b>Resiliencia</b>	23 (77%)

Nota: <sup>1</sup> N(%); Mediana [RIC1–RIC3]. CI= Cociente Intelectual. Esta tabla muestra las variables estudiadas de las familias cuidadoras

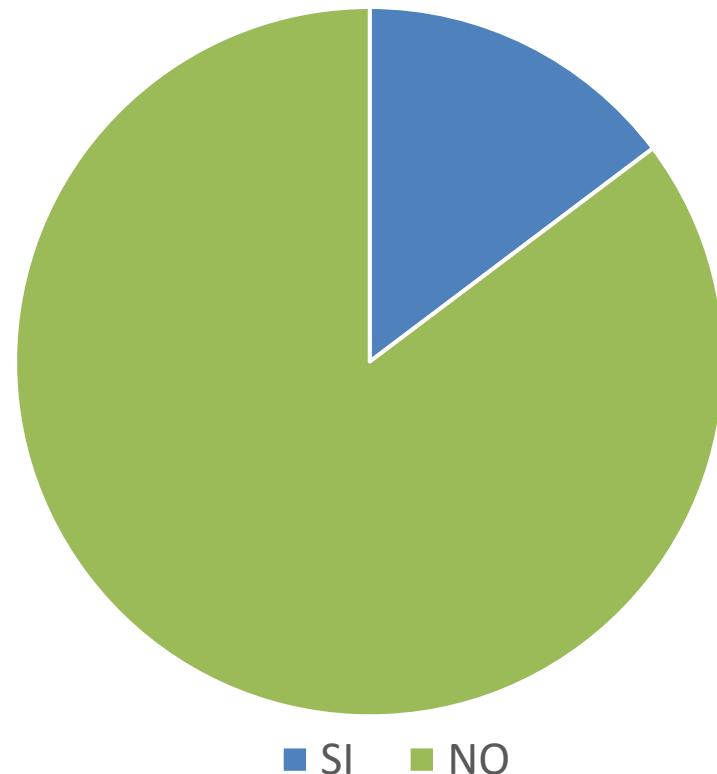
04 · RESULTADOS

## Descriptivos persona afectada

DIAGNÓSTICO

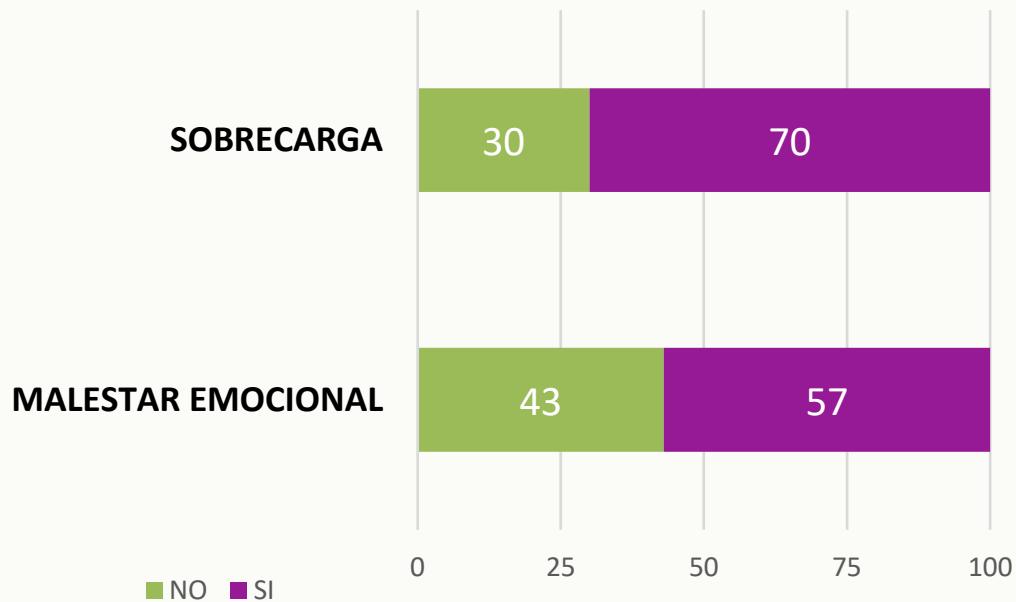


ALTERACIONES CONDUCTA



04 · RESULTADOS

# Niveles sobrecarga y malestar emocional



## Preocupaciones principales (DME-C)

- Preocupación sobre el futuro
- La progresión de la enfermedad y adaptación al cambio
- Inseguridad en el rol del cuidado
- Bienestar propio y de la persona cuidada

04 · RESULTADOS

# Factores asociados a sobrecarga

## DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS

- Años de cuidados ( $p=0,027$ )

## TENDENCIAS

- Persona cuidadora
  - Mayor % mujeres con sobrecarga
- Persona cuidada
  - Mayor deterioro cognitivo
  - Mayor dificultad en ABVDs
  - Diagnóstico no EA

	Ausencia de Sobre carga	Sobre carga <sup>1</sup>	p-valor <sup>2</sup>
<b>Variables persona cuidadora</b>			
N	<b>9</b>	<b>21</b>	
<b>Sexo</b>			0,2
Hombre	4 (44%)	4 (19%)	
Mujer	5 (56%)	17 (81%)	
<b>Nº de años de cuidado de la persona con demencia</b>	1 [1–3]	5 [3–6]	<b>0,027</b>
<b>Variables persona afectada</b>			
<b>Tipo de demencia diagnosticada</b>			
EA	9 (100%)	16 (76%)	0,8
DFT	0 (0%)	1 (4,8%)	
Vascular	0 (0%)	1 (4,8%)	
Mixta	0 (0%)	3 (14%)	
<b>Estado cognitivo (MMSE)</b>	19 [13–24]	16 [6–23]	0,3
<b>Categoría de estado cognitivo</b>			
Deterioro Ligero	2 (22%)	1 (4,8%)	0,1
Deterioro Moderado	6 (67%)	11 (52%)	
Deterioro Grave	1 (11%)	9 (43%)	
<b>Estado funcional: ABVD</b>	95 [85–100]	80 [70–95]	0,1
<b>Categoría de estado funcional</b>			
Independiente	4 (44%)	5 (24%)	0,7
Leve	4 (44%)	13 (62%)	
Moderada	1 (11%)	2 (9,5%)	
Grave	0 (0%)	1 (4,8%)	

04 · RESULTADOS

# Factores asociados malestar emocional

No diferencias significativas

## TENDENCIAS

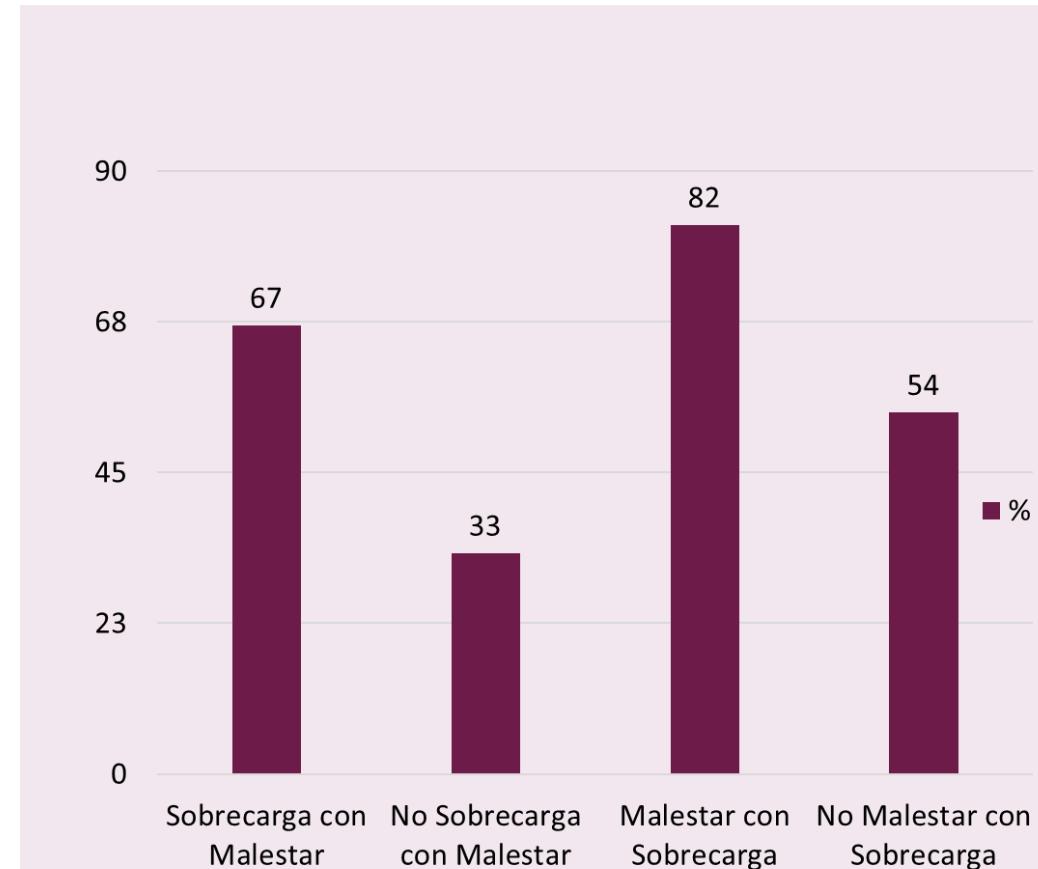
- Persona cuidadora
  - Nº de horas diarias
- Persona cuidada
  - Mayor deterioro cognitivo
  - Mayor dificultad ABVDs
  - Presencia alteraciones conducta

	No Malestar Emocional	Malestar Emocional	p-valor
<i>Variables persona cuidadora</i>			
N	13	17	
Nº de horas diarias que dedica al cuidado de la persona afectada	15 [3–19]	19 [4–24]	0,2
<i>Variables persona afectada</i>			
<b>Tipo de alteraciones de conducta que presenta</b>			0,2
Ninguna	13 (100%)	13 (76%)	
Agresividad	0 (0%)	0 (0%)	
Apatía	0 (0%)	2 (12%)	
Alucinaciones/Delirios	0 (0%)	2 (12%)	
Agitación	0 (0%)	0 (0%)	
<b>Estado cognitivo (MMSE)</b>	19 [16–24]	12 [6–20]	0,3
<b>Categoría de estado cognitivo</b>			0,2
Deterioro Ligero	2 (15%)	1 (5,9%)	
Deterioro Moderado	9 (69%)	8 (47%)	
Deterioro Grave	2 (15%)	8 (47%)	
<b>Estado funcional: ABVD</b>	85 [75–100]	80 [75–100]	0,8
<b>Categoría de estado funcional</b>			>0,9
Independiente	4 (31%)	5 (29%)	
Leve	7 (54%)	10 (59%)	
Moderada	1 (7,7%)	2 (12%)	
Grave	1 (7,7%)	0 (0%)	

## 04 · RESULTADOS

# Relación sobrecarga y malestar emocional

- Correlación ( $r=0,19$ ;  $p=0,307$ )
  - Positiva, pero débil
  - No significativa
- Diferencias significativas en los niveles de sobrecarga según malestar emocional ( $p=0,044$ )



04 · RESULTADOS

## Perfil FFEE

### Sobrecarga

- No diferencias significativas.
- Tendencias en TOL
  - Mejores puntuaciones:
    - Movimientos totales ( $p=0,082$ ).
    - Tiempo violado ( $p=0,051$ ).

### Malestar emocional

- Diferencia significativa en reglas violadas TOL ( $p=0,031$ ).
- Tendencias en TOL
  - Mejores puntuaciones:
    - Tiempo de inicio ( $P=0,054$ ).
  - Peores puntuaciones:
    - Tiempo de ejecución ( $p=0,11$ ).
    - Resolución de problemas ( $p=0,2$ ).

05 · DISCUSIÓN

# Discusión



Alta prevalencia de **sobrecarga y malestar emocional** en familias cuidadoras de personas con demencia.

05 · DISCUSIÓN

# Factores relevantes

## Género

Mayor prevalencia de sobrecarga en mujeres cuidadoras

## Tiempo de cuidado

Más horas diarias dedicadas al cuidado aumentan el riesgo

## Deterioro cognitivo y funcional

Mayor deterioro en la persona cuidada se asocia con más sobrecarga

## Diagnósticos no EA

Demencias menos comunes pueden generar más sobrecarga

## Perfil cónyuge y "generación sándwich"

Cuidadores con múltiples responsabilidades familiares

05 · DISCUSIÓN

# Sobrecarga y malestar emocional

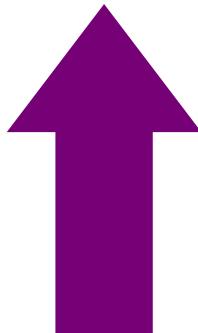
Possible asociación

Diferentes factores influyentes



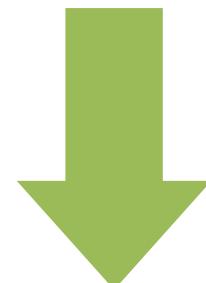
05 · DISCUSIÓN

## Impacto en FFEE



Mejor rendimiento en personas con sobrecarga

- Capacidad de planificación
- Flexibilidad cognitiva
- Percepción del tiempo



Menor control inhibitorio en personas con malestar emocional

05 · DISCUSIÓN

## Relevancia del control inhibitorio

Esencial en la relación FFEE y la empatía.

---

Déficits de inhibición influyen en el control de información emocional negativa.



La literatura se centra en cómo las FFEE intervienen en la reevaluación cognitiva y en promover estados adaptativos.

05 · DISCUSIÓN

## Nuestros hallazgos

El malestar emocional, no tanto la sobrecarga, podría desempeñar un papel más relevante en el impacto de las FFEE.



Importante estudiar la sobrecarga de las familias desde **modelos multidimensionales** que tengan en cuenta tanto la carga objetiva como el malestar emocional dado el impacto en las funciones ejecutivas.

05 · DISCUSIÓN

## Líneas a futuro

No diferencias significativas en resiliencia.

Inseguridad en el rol de persona cuidadora.



### Literatura

- Resiliencia → factor protector
- Mayor resiliencia autopercebida: mejor preparación para el cuidado y menor angustia
- Mayor percepción autoeficacia: mejor rendimiento en FFEE
- Interpretación del cuidado, percepción de competencia y de estrés: moderadores de sobrecarga y malestar emocional



### A futuro estudiar

- Cómo resiliencia y metacognición (creencias disfuncionales) afectan el estado emocional.
- Explorar la causalidad: ¿El malestar emocional fomenta las creencias disfuncionales?

05 · DISCUSIÓN

## Limitaciones

- Tamaño reducido de la muestra
- Homogeneidad
  - Niveles de Reserva Cognitiva
  - Ingresos Económicos
  - Nivel de Resiliencia
- No control de variables externas
  - Red de Apoyo
  - Propio estado de salud
- Diseño Transversal
  - No permite conocer la causalidad

## Conclusiones

- 1** | Las familias cuidadoras presentan **altos niveles de sobrecarga y malestar emocional** que podrían **impactar su funcionamiento ejecutivo**
- 2** | Se debe considerar **binomio persona afectada-cuidadora** en atención en demencias y considerar la sobrecarga y malestar emocional en **intervenciones preventivas**
- 3** | Profundizar en las consecuencias de familias cuidadoras puede ser la mejor manera de evaluar y promover su **calidad de vida**

## 07 REFERENCIAS

- Calderon, C., Lorenzo-Seva, U., Ferrando, P. J., Sorribes, E., Rodríguez-González, A., Obispo, B. M., Mihic-Góngora, L., Corral, M. J., Rogado, J., Cruz-Castellanos, P., & Jiménez-Fonseca, P. (2022). Measurement properties of the Spanish version of the brief resilient coping scale (BRCS) in cancer patients. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 22(3). <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100313>
- Chiari, A., Pistoresi, B., Galli, C., Tondelli, M., Vinceti, G., Molinari, M. A., Addabbo, T., & Zamboni, G. (2021). Determinants of caregiver burden in early-onset dementia. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders Extra*, 11(2), 189–197. <https://doi.org/10.1159/000516585>
- Dionne-Odom, J. N., Azuero, A., Taylor, R. A., Wells, R. D., Hendricks, B. A., Bechthold, A. C., Reed, R. D., Harrell, E. R., Dosse, C. K., Engler, S., McKie, P., Ejem, D., Bakitas, M. A., & Rosenberg, A. R. (2021). Resilience, preparedness, and distress among family caregivers of patients with advanced cancer. *Supportive Care in Cancer*, 29(11), 6913–6920. <https://doi.org/10.1007/s00520-021-06265-y>
- Fonareva, I., & Oken, B. S. (2014). Physiological and functional consequences of caregiving for relatives with dementia. In *International Psychogeriatrics* (Vol. 26, Issue 5, pp. 725–747). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/S1041610214000039>
- Girotti, M., Adler, S. M., Bulin, S. E., Fucich, E. A., Paredes, D., & Morilak, D. A. (2018). Prefrontal cortex executive processes affected by stress in health and disease. In *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry* (Vol. 85, pp. 161–179). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.pnp.2018.01.011>
- Kawano, Y., Terada, S., Takenoshita, S., Hayashi, S., Oshima, Y., Miki, T., Yokota, O., & Yamada, N. (2020). Patient affect and caregiver burden in dementia. *Psychogeriatrics*, 20(2), 189–195. <https://doi.org/10.1111/psych.12487>
- Knauf, K., Waldron, A., Mathur, M., & Kalia, V. (2021). Perceived chronic stress influences the effect of acute stress on cognitive flexibility. *Scientific Reports*, 11(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-021-03101-5>
- Koutsimani, P., Montgomery, A., Masoura, E., & Panagopoulou, E. (2021). Burnout and cognitive performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042145>
- Mecha, P., Rodriguez-Morales, M., & Sanchez-Lopez, A. (2024). Components of hot and cold executive functions and their relations to different forms of stress resilience: A systematic review. In *Stress and Health*. John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/smj.3439>
- Palacio G, C., Krikorian, A., Gómez-Romero, M. J., & Limonero, J. T. (2020). Resilience in Caregivers: A Systematic Review. In *American Journal of Hospice and Palliative Medicine* (Vol. 37, Issue 8, pp. 648–658). SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/1049909119893977>
- Perpiñá-Galván, J., Orts-Beneito, N., Fernández-Alcántara, M., García-Sanjuán, S., García-Caro, M. P., & Cabañero-Martínez, M. J. (2019). Level of burden and health-related quality of life in caregivers of palliative care patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph16234806>
- Rosa, R. D. L. da, Simões-Neto, J. P., Santos, R. L., Torres, B., Baptista, M. A. T., Kimura, N. R. S., & Dourado, M. C. N. (2020). Caregivers' resilience in mild and moderate Alzheimer's disease. *Aging and Mental Health*, 24(2), 250–258. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1533520>
- Salazar Fraile, J., & Sempere Verdú, E. (2012). Malestar emocional: Manual práctico para una respuesta en atención primaria. *Valencia, Conselleria de Sanitat*.
- Shim, Y. S., Park, K. H., Chen, C., Dominguez, J. C., Kang, K., Kim, H. J., Hong, Z., Lin, Y. Te, Chu, L. W., Jung, S., & Kim, S. Y. (2021). Caregiving, care burden and awareness of caregivers and patients with dementia in Asian locations: a secondary analysis. *BMC Geriatrics*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02178-x>
- Su, Q. (2023). Impact of Caregiving on Cognitive Functioning: Evidence From the China Health and Retirement Longitudinal Study. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 78(11), 1796–1804. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbad090>
- Tangarife-Calero, P., & Ibáñez-Alfonso, J. A. (2020). Neuropsicología de las conductas agresivas: aportaciones a la criminología. In *Revista Iberoamericana de Neuropsicología* (Vol. 3, Issue 2).
- Tirapu Ustároz, J., García, A., Luna, M. P., Verdejo, L. A., & Ríos Lago, G. M. (2012). *Corteza prefrontal, funciones ejecutivas y regulación de la conducta*.
- Tirapu-Ustároz, J., Cordero-Andrés, P., Luna-Lario, P., & Hernández-Góñi, P. (2017). Proposed model of executive functions based on factorial analyses. In *Revista de Neurologia* (Vol. 64, Issue 2, pp. 75–84). Revista de Neurologia. <https://doi.org/10.33588/rn.6402.2016227>
- World Alzheimer Report 2022 – Life after diagnosis: Navigating treatment, care and support.* (n.d.).
- Yilmaz, A. E., Gençöz, T., & Wells, A. (2011). The temporal precedence of metacognition in the development of anxiety and depression symptoms in the context of life-stress: A prospective study. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(3), 389–396. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.11.001>

# MUCHAS GRACIAS



<https://www.alzheimernavarra.com/>