



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2,
Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORES:

Colqui Aquepucho, Carmen Abigayl (orcid.org/0000-0001-7687-2014)

Mamani Durand, Susy Lisbeth (orcid.org/0000-0003-1718-0506)

ASESORA:

Mg. De La Cruz Ruiz, María (orcid.org/0000-0003-1392-5806)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2022

DEDICATORIA

A nuestros padres los cuales no nos dejaron rendirnos para conseguir nuestros logros en los que se incluye este. Los que nos hicieron ver que uno puede caer muchas veces, pero hay que aprender a levantarse, que con sus esfuerzos lograron sacarnos adelante.

A nuestros hijos quienes fueron el motor principal para no rendirnos, los que nos enseñaron que no es importante en qué orden vayas por la vida si no en que uno nunca debe rendirse y poder llegar a ser un ejemplo para ellos

GRACIAS.

AGRADECIMIENTO

Primero agradecemos a Dios quien nunca nos desamparo y siempre ilumino nuestros caminos en todo este trayecto; a nuestras familias que de una u otra forma apoyaron para realizar nuestros logros.

A nuestros docentes que tuvimos durante todos los años de estudios lo cuales nos formaron en cada uno de los aspectos profesionales y en valores que nos ayudaron a formarnos de manera profesional; que con su amor y dedicación hicieron posible este logro.

Finalmente quisiéramos agradecer a los lectores por permitir que nuestras experiencias e investigaciones sean incluidas en su información mental.

Índice de contenidos

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDO	iv
ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	3
III. METODOLOGÍA	8
3.1 Tipo y diseño de investigación:	8
3.2 Variables y Operacionalización:	8
3.3 Población y muestra	9
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	10
3.5 Procedimiento	10
3.6 Método de análisis de los datos	11
3.7 Aspectos. Éticos	11
IV. RESULTADOS	12
V. DISCUSIÓN	16
VI. CONCLUSIONES	19
VII. RECOMENDACIONES	20
REFERENCIAS	21
ANEXOS	25

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

		Pág.
Grafico 1.	Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2	12
Grafico 2.	Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según la dimensión impacto del cuidado	13
Grafico 3.	Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión calidad de relación interpersonal	14
Grafico 4.	Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión expectativas de autoeficacia	15

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo conocer cuál es el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2. Fue un estudio descriptivo de enfoque cuantitativo, diseño de investigación no experimental y corte transversal. Población: 50 cuidadores, muestra censal. Recolección de información: se usó la encuesta. Instrumento: cuestionario de tipo "Escala de Zarit" elaborada por Steven H., se aplicó a los cuidadores que están a cargo de adultos mayores con Diabetes tipo 2 que viven en el Distrito de Miraflores sector Cercado en Arequipa, 2022. Resultados: obtuvimos que el 12% no presenta estrés, 22% estrés ligero y 66% estrés intenso, dimensión de impacto del cuidado se obtuvo que 54.8% presentó estrés leve, 21.5% estrés moderado, 23.5% estrés alto; dimensión calidad de relación interpersonal se obtuvo que 48.8% estrés leve, 28% estrés moderado y 23.2% estrés alto; y en dimensión expectativas de autoeficacia 31% estrés leve, el 28% estrés moderado y 41% estrés alto. Concluyendo así que los cuidadores de adultos mayores con diabetes tipo 2, evidencian un nivel de estrés intenso en general. En cuanto a nuestras dimensiones encontramos que el nivel de estrés que predomina es leve.

Palabras clave: estrés del cuidador, adultos mayores, diabetes

ABSTRACT

The objective of the research was to find out the stress level of the caregiver of older adults with Type 2 Diabetes. It was a descriptive study with a quantitative approach, non-experimental research design and cross-sectional. Population: 50 caregivers, census sample. Information collection: the survey was used. Instrument: questionnaire of the "Zarit Scale" type elaborated by Steven H., it was applied to caregivers who are in charge of older adults with Type 2 Diabetes who live in the District of Miraflores, Cercado sector in Arequipa, 2022. Results: we obtained that 12% do not present stress, 22% light stress and 66% intense stress, impact dimension of care was obtained that 54.8% presented mild stress, 21.5% moderate stress, 23.5% high stress; quality of interpersonal relationship dimension, it was obtained that 48.8% mild stress, 28% moderate stress and 23.2% high stress; and in the self-efficacy expectations dimension 31% mild stress, 28% moderate stress and 41% high stress. Thus concluding that caregivers of older adults with type 2 diabetes show a level of intense stress in general. Regarding our dimensions, we found that the level of stress that prevails is mild.

Keywords: caregiver stress, older adults, diabetes

I. INTRODUCCIÓN

Durante el año 2019 hubo un aumento considerable de lo que es el estrés laboral, tanto en personales de salud como en todos los otros campos laborales, la Organización Mundial de la salud en dicho año en el mes de mayo reconoció este tipo de estrés como el síndrome de burnout el cual está caracterizado generalmente por la incapacidad de separar el trabajo de lo que son las relaciones interpersonales de la persona produciendo así problemas tanto físicos como mentales. (1) El cuidador es aquella persona que dedica su tiempo para cuidar de otra persona ya sea familiar o no (2). En el año 2020 según encuestas realizadas a nivel mundial se dio a conocer que 8 de cada 10 personas presentan estrés, por lo cual diferentes organizaciones en el mundo implementaron diversas campañas para la lucha contra el estrés. (3) Según boletines emitidos por la OMS en el mundo se observó que en el año 2019 la cantidad de personas con diabetes eran de 463 millones, y se espera aun que aumenten a 578 millones de diabéticos para el año 2030. (4) A nivel mundial se ha observado el aumento de cuidadores tanto formales como informales que presentan estrés debido a la población adulto mayor que requieren de sus cuidados para cubrir sus necesidades básicas tanto emocionales como físicas. (5) Este tipo de estrés también es conocido por el nombre del síndrome del cuidador que se da a quienes dedican gran parte de su tiempo a cuidar de personas dependientes, por los cuidados otorgados de manera constante al enfermo. (6) En el Perú según información brindada por el MINSA dio a conocer que existen 3.9 casos nuevos de diabetes por cada 100 habitantes en la edad mayor de 15 años, cabe destacar que mientras más va el aumento de adultos mayores que tienen diabetes, mayor es la necesidad que dependan de un cuidador. (7) En un distrito de Arequipa llamado Miraflores según las estadísticas en lo que respecta al año 2020 hubo 36 casos (8) y para el 2022 hubo una baja en los números de casos de Diabetes (9) entre los cuales se identificaron más adultos mayores los cuales acudían al centro de salud de la zona acompañados de la persona que los cuida para realizar sus controles de glucosa. El problema principal de nuestra investigación es ¿Cuál es el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con

Diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022? Nos planteamos los siguientes problemas específicos:

¿Cuál es el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión impacto del cuidado Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022?; ¿Cuál es el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión calidad de relación interpersonal Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022?; ¿Cuál es el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión expectativas de autoeficacia Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022?; El presente estudio buscará reconocer el nivel de estrés que presentan los cuidadores y así poder implementar y dar a conocer diferentes métodos para poder afrontar las consecuencias a las que conlleva el estrés, mediante campañas y/o brindando información con ayuda de los diferentes servicios de Salud de la zona. En esta Investigación el objetivo principal fue identificar el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022. En cuanto a los objetivos que son específicos son: Identificar el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según la dimensión impacto del cuidado, Distrito de Miraflores sector Cercado Arequipa 2022; Identificar el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión calidad de relación interpersonal Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022; Identificar el nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión expectativas de autoeficacia Distrito Miraflores sector Cercado, Arequipa, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

Nuestro trabajo de investigación se sustenta con la siguiente teoría de enfermería:

A continuación, en lo que es la base teórica tomamos la teoría de Adaptación que fue realizada por Callista Roy, esta teoría nos da a conocer que todo ser humano es capaz de poder adaptarse a cualquier situación que se presente. (10) Dicha teoría se nos es de utilidad porque nos da a conocer un instrumento que viene a ser útil para poder entender la función de la enfermera y como participa para poder reducir todos esos factores que están relacionados al estrés. (11) Roy nació en el año de 1939 en California, en su vida como enfermera, tuvo la oportunidad de tener muchas experiencias viendo una de ellas fue que observo la rápida capacidad en la que se recuperaban y adaptaban los niños frente a los diferentes cambios que se daban tanto físicos como psicológicos (12). Roy nos explica que si la enfermera es capaz de guiarse antes los diferentes modos que hay de adaptación pueden ubicar valores que son los causantes de que exista el estrés. (13)

Callista no presento la adaptación en 4 modos:

Modo fisiológico para la adaptación: la enfermera observa conductas y diferentes reacciones que tiene una persona en con cierto grado de estrés. Nos dice que la enfermera puede ayudar a que la persona pueda controlar esta carga con diferentes métodos. (14); Modo auto concepto de grupo para la adaptación: este modo está basado en cómo es la capacidad que tienen cada uno para saber quién es y de esta manera saber la manera de cómo ser ante la sociedad. (15); Modo desempeño de rol para la adaptación: en este modo observamos cómo es la capacidad que tiene un ser humano para poder adaptarse a la sociedad. (16) La enfermera es capaz de saber cómo es una persona con sola verla hablando con los demás, a lo que llamamos comportamiento de modo expresivo. (17); Modo interdependencia para la adaptación: va dirigida a todas aquellas relaciones que son de personas o de grupos. Roy nos hablan que cuando un individuo tiene momentos difíciles en su vida lo que busca es la adaptación buscando ayuda, apoyo y que la enfermera debe ser capaz de reconocer estos problemas para que así pueda prestar su ayuda y cree técnicas que sean de apoyo. (18)

Teniendo en cuenta toda la teoría nos basamos en ella por la etapa de adaptación que presentan los cuidadores al verse afectado su entorno con las nuevas responsabilidades que debe tener. En muchas ocasiones mientras que sucede esto se presentan diferentes problemas en los que se observa el estrés, por todas las horas que se brinda al cuidado del adulto mayor, por los cambios en las rutinas, la nueva información que debe tener para poder cumplir bien su rol como cuidador. (19)

Continuando las dimensiones para el estrés del cuidador son: Dimensión impacto del cuidado (sobrecarga): se refiere a la carga elevada, si hablamos de la sobrecarga pero que esté relacionado a la que presenta el cuidador nos referimos a todo ese agotamiento que se presenta de manera física y también emocional (20), cuando esto ocurre se presenta lo que llamamos estrés y también frustración todo esto debido a la inmensa responsabilidad que les exige cumplir con este rol. (21) la sobrecarga se presenta como el estrés, gran mayoría de las personas sufren de esto debido a la carga de labores y de horas que dedican a su trabajo. (22); Dimensión calidad de la relación interpersonal: estas relaciones son las que cada individuo mantiene con su entorno y que contribuye de manera emocional para así poder mantener una buena salud mental. (23) Según la OMS las relaciones deben conservarse de manera significativa porque estas ayudan al crecimiento personal de cada persona, en el año de 1993 la OMS tuvo la propuesta de crear una organización para la educación de relaciones la cual fue cumplida por la Fundación EDEX llamada habilidades para la vida. (24); Dimensión expectativa de autoeficacia: Son aquellas expectativas que se refieren a la capacidad que cada quien tiene para poder cumplir con diferentes responsabilidades y de esa manera poder tener éxito. (25) Es de suma importancia mantener una buena salud emocional, mental y física para poder cumplir con las actividades que se van presentando. (26)

En los antecedentes internacionales tenemos:

Jaramillo López M. et al. (2019). Nivel de estrés como consecuencia en el cuidador de los pacientes con enfermedades terminales. Ecuador. Su investigación tuvo como objetivo conocer que niveles de estrés tenían los cuidadores primarios, Método: emplearon una investigación de tipo cuantitativa con un estudio de modo

bibliografía, fue una investigación observacional con un corte transversal, de manera exploratoria y de descripción, para su investigación hicieron uso de artículos publicados en diversas revistas. Conclusión: Llegaron a la conclusión que presentaban un nivel de estrés alto en todos los cuidadores primarios estudiados; presentaron otros síntomas como son ansiedad, depresión y el síndrome de Bornau. (27)

Maldonado Naranjo PE. (2022). Niveles de estrés, depresión y ansiedad en cuidadores de personas con diferentes tipos de discapacidad de Centro de Salud Corazón de Jesús 2021. Ecuador. Realizaron una investigación para la cual tuvo como objetivo cuales eran los niveles de estos padecimientos emocionales en los cuidadores. Su método de estudio fue de tipo descriptiva y con correlación con un corte transversal. Como resultado tuvieron que los cuidadores pueden presentar problemas de tipo mental. El tiempo que dedican los cuidadores a dedicarse plenamente a esto vario porque mientras menos tiempo cuidan hay más estrés. Siguiendo con las conclusiones se tuvo que a más alto es el nivel de estrés y de la ansiedad mayor es el problema psicológico que presentan y por lo tanto no necesitan de técnicas para afrontar el estrés. (28)

Palma Otalvaro CA, López Martínez N. (2021). Estrategias de afrontamiento y estrés en cuidadores formales de adultos mayores de Pereira. Colombia: Universidad Católica de Pereira. El objetivo de esta investigación fue estudiar incidencia y estrés. Es cuantitativa de correlación y corte transversal. Su población fue de 31 usuarios y se les realizo 3 instrumentos (Zarit, Coping, encuesta estructurada) la recolección de datos se realizó de manera separada de la muestra y fue de tipo no probabilística y fue seleccionada por conveniencia. Su resultado fue que las personas que laboran en este centro tienen estrés bajo. (29)

García Soto MY. (2021). Asociación entre grados de sobrecarga y ansiedad del cuidador primario del adulto mayor con complicaciones de DM2, UMF 220,2019. México. Este estudio fue con el objetivo determinar cuál era la asociación que existía entre ambas variables. Hicieron un estudio que fue observacional de un tipo analítico con un corte de modo transversal y también prospectivo. Tuvieron como población a 282 personas que se encargaban de estos cuidados. Para sus instrumentos usaron a Zarit y también a Hamilton. Toda su información la

procesaron por medio del SPSS. Su estudio respondió a su hipótesis teniendo como conclusión que si existía una relación entre las variables. (30)

Gahona Rivera NA, et al. (2020) Sobrecarga de cuidadores familiares informales de pacientes inscritos en programa de dependencia. Chile. Hicieron su estudio en un programa especial de dependencia para esos pacientes. Uno de sus objetivos fue determinar saber el factor de protección y también el de riesgo que estaban relacionados con la sobrecarga y si había problemas emocionales en los cuidadores que cuidaban a adultos mayores. El tipo de estudio que utilizaron fue el de cuantitativo con un diseño de tipo no experimental, con corte de modelo transversal. Constituyeron a su población con un total de 23 personas que están en dicho programa de los cuales sacaron una muestra con el número total ya que era un número pequeño. Como conclusión de su estudio resultó que los cuidadores son mayormente mujeres, de todos los cuidadores incluidos hubo la manifestación de que la mayor parte trabajaba 16 horas diarias; les llevo a concluir que los cuidadores si presentaban sobrecarga al estar a cargo de un adulto que es dependiente. (31)

En los antecedentes nacionales tenemos:

Placido Oscco ML. (2020). Nivel de sobrecarga y estrategias de afrontamiento en cuidador principal de pacientes con esquizofrenia de un hospital de Lima, 2020. su investigación tuvo como objetivo determinar qué relación existía entre el nivel de sobrecarga y las diferentes estrategias de afrontamiento en el cuidador principal; también se plantearon una hipótesis nula la cual fue que no existía dicha relación entre el nivel de sobrecarga y las estrategias de afrontamiento. Método: realizaron un estudio de tipo cuantitativo, de modo no experimental y de un corte transversal. Población y muestra: tomaron en cuenta a 180 personas encargadas del cuidado. (32)

Flores Ospina JA. (2022). Estrategias de afrontamiento al estrés del cuidador familiar del adulto mayor en un centro de Salud. Lima. 2019. Su investigación tuvo como objetivo determinar las diferentes estrategias con las que se afronta el estrés. Método: su investigación fue descriptiva y con un corte de modo transversal. Población: para su investigación contaron con una población de 28 familiares que se encargan del cuidado del adulto mayor; para su recolección de datos usaron un

instrumento COPE 28. Conclusión: su estudio concluyo con que la gran mayoría de dichos cuidadores que están en contacto con el adulto mayor usan diferentes estrategias para poder afrontar la realidad en la que viven y como cumplen su responsabilidad en el cuidado del adulto mayor. (33)

Castro Yovera IM. (2019). Nivel de Sobrecarga en el cuidador familiar principal del adulto mayor con dependencia Grado II adscrito al programa de atención domiciliaria del hospital III José Cayetano Heredia. Marzo - abril. 2019. Piura: Su estudio tuvo el objetivo de saber el determinar cuál era el nivel en lo que es sobrecarga que presenta la persona que realiza los cuidados. Realizaron un estudio de un tipo descriptivo, con un modelo cuantitativo y de un corte transverso. Para la muestra se conformó a un total de 57 personas dedicadas al cuidado que son familiares, la encuesta fue lo que emplearon como instrumento siendo la de Zarit. Las conclusiones a las que llegaron fueron que presentan inmensa sobrecarga dichos cuidadores en un porcentaje del 86%. (34)

Ynfante Niquen MP. (2018) Nivel de Sobrecarga del cuidador primario en paciente adulto mayor en paciente adulto mayor en el Hospital Regional de Lambayeque durante marzo - julio del 2018. Lambayeque. Tuvieron como objetivo determinar cuál era el nivel de la sobrecarga que presentaban los cuidadores. Su investigación fue de tipo descriptivo y no fue experimental. Conformaron su población con 100 cuidadores que pertenecen a la familia, usaron a Zarit para el instrumento en un cuestionario. Los resultados q tuvieron fue las mujeres son las que más presentan sobrecarga, que un poco más del 50% tiene ligera sobrecarga, menos de la mitad presento de manera intensa la sobrecarga y tan solo un 18% no la tenía. (35)

Astudillo Velarde JA, Tapia LE. (2018) Sobrecarga del cuidador familiar y su relación con el grado de dependencia en adultos mayores. Lima. Hicieron su estudio en consultorio del Centro Naval. Su investigación cuyo objetivo fue determinar la relación que había entre ambas variables. Fue un estudio de tipo cuantitativa con un corte de modo transversal, usaron como instrumento lo que es a Zarit y para la siguiente variable a Barthel. Entre sus resultados están que más de la mitad presento inmensa sobrecarga, solo el 2% de tipo leve y un mínimo porcentaje no la presentaba. Las conclusiones a las que llegaron con su estudio fueron de q no hay relación entre ambas variables. (36)

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación:

3.1.1 Tipo de la investigación: Estuvo basada en una investigación básica descriptiva (Mario Tamayo 2022) el estudio básico descriptivo busca relatar situaciones no está dirigida a comprobar explicaciones, las descripciones se hacen por encuestas. (37)

3.1.2 Diseño de la investigación: El diseño de investigación que se utilizó fue la No Experimental (Hernández, Fernández y Baptista) la investigación no experimental es la que se realiza sin manipular variables, Transversal porque se estableció en un solo tiempo. (38)

Enfoque: Cuantitativo, por qué se realizó por medio de la recolección de datos.

3.2 Variables y Operacionalización:

Nivel de estrés del cuidador. Es variable independiente.

Definición Conceptual: Estrés es señal de agotamiento que puede ser causado por muchos factores, el cuidar puede ser gratificante para uno mismo, sea un familiar u otra persona que necesite el cuidado, sin embargo, cuando el cuidado ya se vuelve una rutina se convierte en cansancio y esto conlleva a sentir enojo, frustración, cansancio y por último estrés. (GL Menéndez Tuarez 2019)

Definición Operacional: Sensación de agotamiento o cansancio, La carga emocional y física que implica las tareas del cuidador puede afectar incluso a la persona más resiliente que será expresada por el cuidador de acuerdo a las dimensiones medidas a través del cuestionario de Zarit.

Indicadores: Dependencia del paciente, Alteraciones de la salud, Falta de privacidad, pérdida de tiempo libre, Alteraciones Psicoemocionales, Problemas familiares, Incertidumbre para poder delegar el cuidado, Problemas económicos, Capacidad del cuidado.

Escala de medición:

Ordinal, (JC Padilla 2007) una escala de medición ordinal se logra cuando las observaciones pueden colocarse en un orden relativo, sin alterar su similitud entre ellos. (39)

3.3 Población y muestra

3.3.1 Población: El estudio se conformó con un grupo de 50 cuidadores, se realizó teniendo en cuenta los siguientes criterios para la selección:

• **Criterios de inclusión:**

- Cuidadores que residan en el Distrito de Miraflores.
- Cuidadores de pacientes que estén a cargo de adultos mayores con Diabetes tipo 2.
- Cuidadores cuya participación sea de manera voluntaria para el estudio.

• **Criterios de exclusión:**

- Cuidadores que no residan en la zona.
- Cuidadores que no estén a cargo de un paciente adulto mayor con Diabetes tipo 2.
- Cuidadores que no quieran participar del estudio.

3.3.2 Muestra: La muestra se conformó con la población en total, fue una muestra censal.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de los datos se usó la encuesta y el instrumento usado fue un cuestionario de la escala de Zarit para la evaluación de estrés del cuidador de adultos mayores con diabetes tipo 2.

El cuestionario está compuesto por preguntas que son datos en general y a continuación el contenido que está conformado por 22 ítem, cada uno con 5 alternativas: nunca: 1, rara vez: 2, algunas veces: 3, bastantes veces: 4 y casi siempre: 5. (40)

Zarit mide la sobrecarga de la siguiente manera: ausencia de sobrecarga \leq 46, sobrecarga ligera 47-55, sobrecarga intensa \geq 56.

3.5 Procedimiento

Al ser aprobado nuestro proyecto para la tesis, se pidió autorización mediante una carta de permiso al Centro de Salud de Miraflores, para poder continuar con la investigación; se continuó con ubicar a los adultos mayores con diabetes tipo 2 que viven en dicho distrito en el sector cercado en la ciudad de Arequipa. La investigación fue realizada de la siguiente manera:

En primera instancia se presentó una solicitud a la Micro red de Edificadores Misti la cual pertenece al distrito en la cual pedíamos la autorización para poder pedir información de epidemiología del Centro de Salud.

A continuación, acudimos al Centro de Salud de Miraflores ya con la solicitud para pedir la información exacta, a través de allí se logró dar con los adultos mayores con diabetes tipo 2, se obtuvo la dirección de su domicilio y número telefónico en algunos casos.

Después continuamos con la búsqueda de los domicilios y realizamos llamadas para poder identificar cuantos de los pacientes contaban con un

cuidador en su hogar, una vez identificado los cuidadores se procedió con informarles el propósito de nuestra investigación y también se les explico que se les realizara una encuesta para saber el estrés que presentan al estar al cuidado de un adulto mayor ya sea familiar o no con Diabetes tipo 2, se les informo que la encuesta se mantendrá en anonimato.

Por ultimo cada persona que se le realizó el instrumento del cuestionario del Test de Zarit se tomó un tiempo de 30 minutos.

3.6 Método de análisis de los datos

Una vez realizada la recolección de los datos, se procesó la información mediante el programa SPSS, se hizo un análisis descriptivo. Finalmente, la información se ordenó por gráficos para poderse analizar.

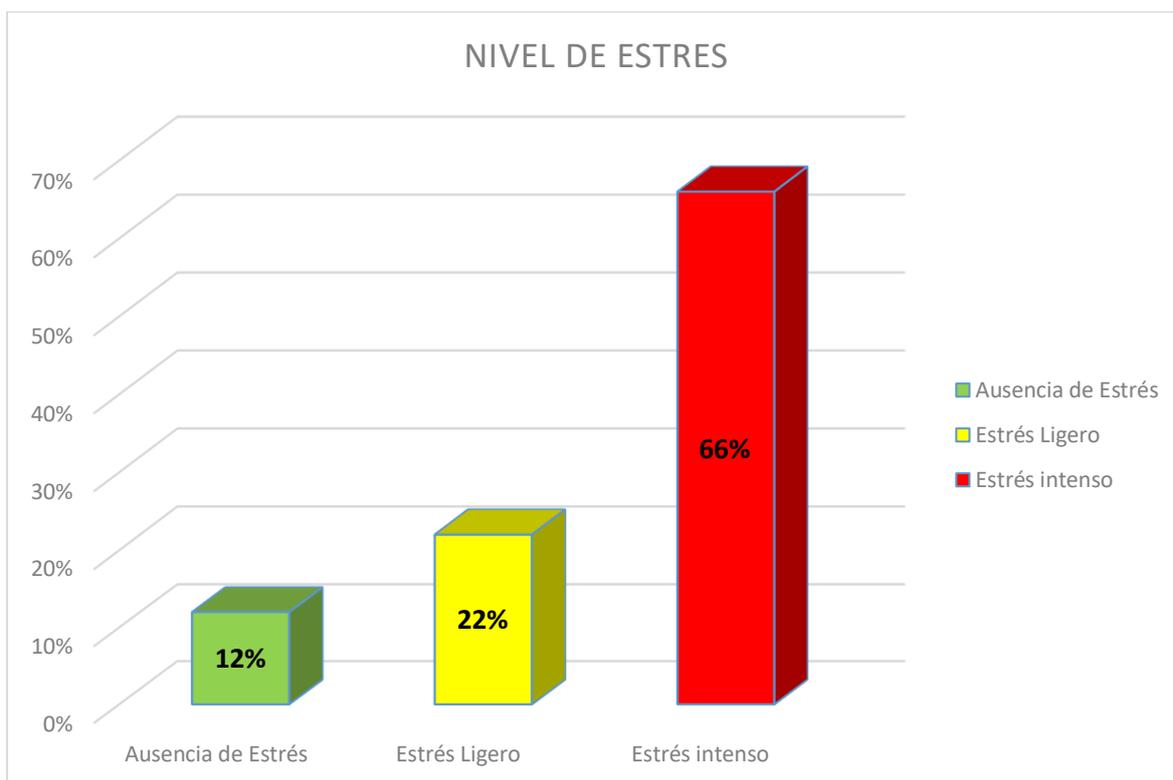
3.7 Aspectos Éticos

- **Beneficencia:** Se obtuvo nuevos conocimientos con respecto a la investigación, y se brindó información mediante afiches sobre las técnicas y métodos para poder afrontar el estrés que se presenta en el cuidador.
- **No maleficencia:** No se expuso al adulto mayor diabético en ningún momento, y se cumplió con los protocolos de seguridad al realizar la encuesta.
- **Autonomía:** Se respetó la privacidad de cada persona que accedió libremente a realizar la encuesta.
- **Justicia:** Se realizó respetando el tiempo que cada cuidador nos podía proporcionar.

IV. RESULTADOS

Gráfico N° 1:

Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022.

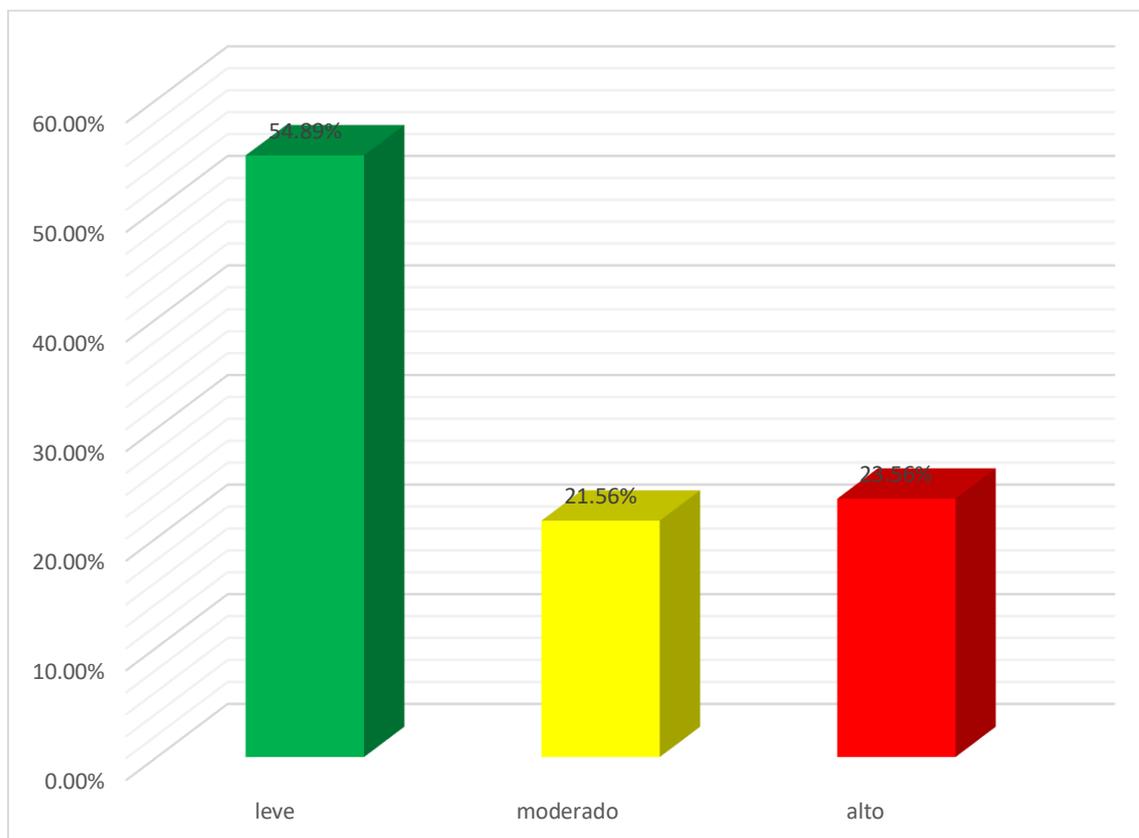


Fuente: SPSS

En el Gráfico N°1 se observa que el 12 % de nuestra población encuestada no presenta estrés al cumplir con sus responsabilidades como cuidador, el 22 % presenta un nivel de estrés ligero y el 66 % presenta estrés intenso en algunos casos ya reflejados físicamente.

Gráfico N°2:

Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según la dimensión impacto del cuidado, Distrito de Miraflores sector Cercado Arequipa 2022.

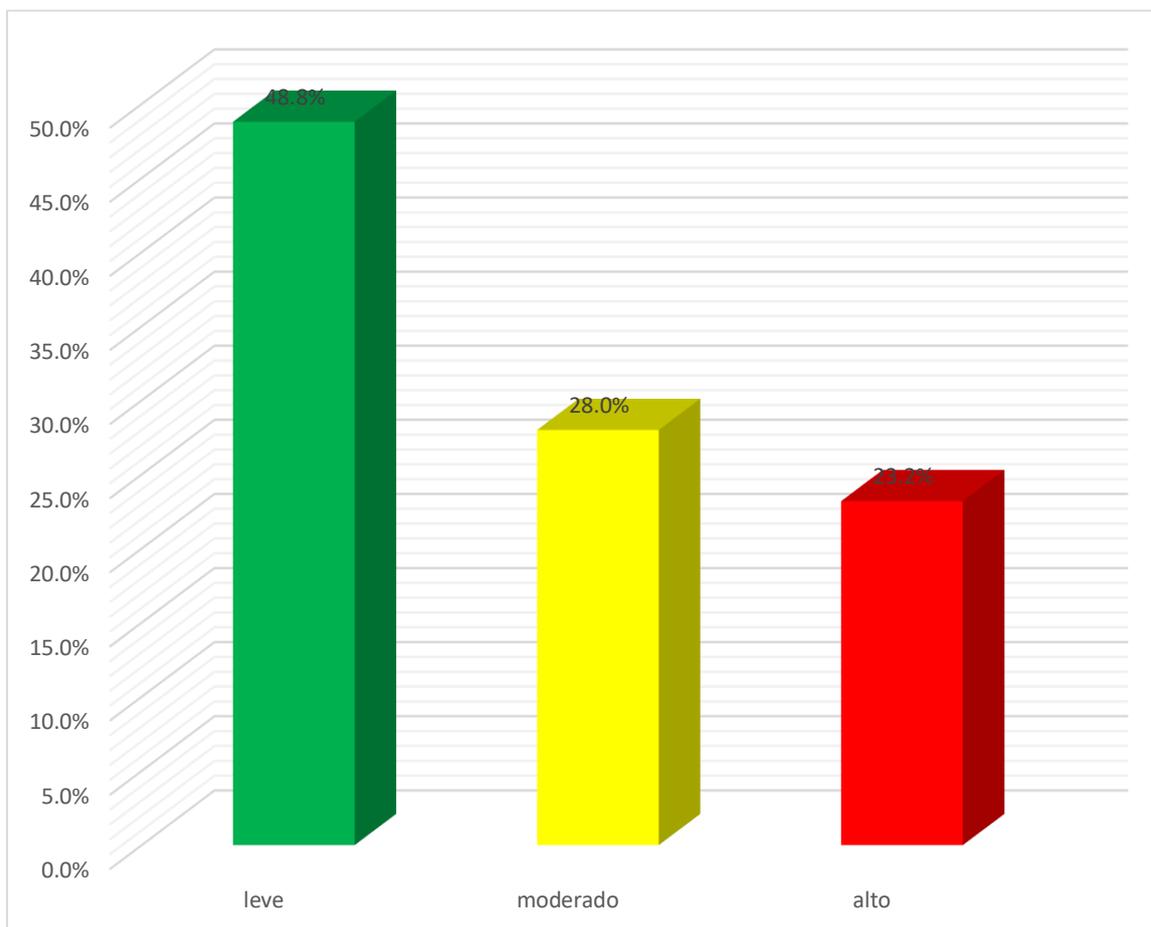


Fuente: SPSS

En el Gráfico N° 2 se tomaron en cuenta las preguntas del cuestionario (1,2,4,5,8,9,10,17,22) que abarcan la dimensión impacto del cuidado teniendo como resultado que el 54,8 % presenta nivel de estrés leve siendo este el porcentaje mayor aquí se encontró el grupo de cuidadores que refieren no tener problemas al realizar los cuidados, el 21,5% estrés moderado, en este grupo se encontró a los cuidadores que empezaron a sufrir ciertas dificultades en su salud emocional al transcurrir más tiempo con el cuidado de su familiar y el 23, 5 % un nivel de estrés alto, aquí se encontró a aquellos que refieren ya no tener demasiada paciencia para estar al cuidado del familiar, que no saben lidiar con sus sentimientos y frustraciones y en algunos casos empezaron a presentar problemas físicos como problemas de hipertensión o migrañas.

Gráfico N°3:

Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión calidad de relación interpersonal Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022.

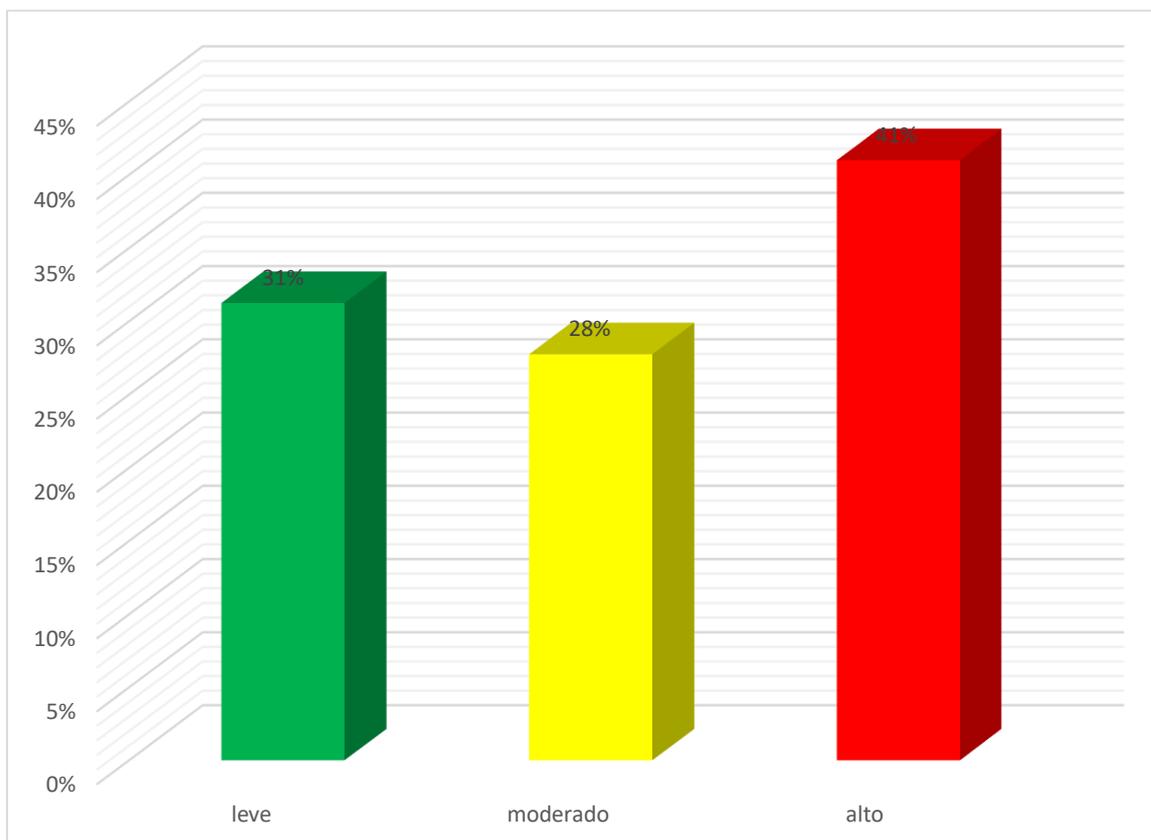


Fuente: SPSS

En el Gráfico N° 3 se tomaron en cuenta las preguntas del cuestionario (3,6,11,12,13) que abarcan la dimensión calidad de relación interpersonal teniendo como resultado que el 48,8% presenta nivel de estrés leve en el cual se observa que dichos cuidadores dieron a conocer que aun preservan algunas de sus relaciones en el entorno de trabajo o estudio, el 28,0 % estrés moderado, siendo esto aquellos cuidadores que aún conservan sus relaciones familiares pero ya no con amigos y el 23, 2 % un nivel de estrés alto, en este grupo se encontró a los cuidadores que dedican todo su tiempo exclusivamente al cuidado del familiar.

Gráfico N°4:

Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, según dimensión expectativas de autoeficacia Distrito Miraflores sector Cercado, Arequipa, 2022.



Fuente: SPSS

En el Gráfico N° 4 se tomaron en cuenta las preguntas del cuestionario (7,14,15,16,18,19,20,21) que abarcan la dimensión expectativa de autoeficacia teniendo como resultado que el 31% presenta nivel de estrés leve en lo que se observó a los cuidadores que cumplen su rol de manera fluida y que ya tienen más tiempo cuidando a su familiar, el 28 % estrés moderado, en este grupo se encontró a los cuidadores que tienen miedo en cómo están realizando los cuidados y en los nuevos cambios que se presentan día a día y el 41 % un nivel de estrés alto siendo este el porcentaje más alto se encontró a los cuidadores que van menos de un año cuidando de su familiar y que presentan ansiedad y temor sobre cómo realizar los cuidados y si tienen los conocimientos necesarios para realizar sus responsabilidades como tal.

V. DISCUSIÓN

Considerando el objetivo general se obtuvo como resultado que el 12 % de los cuidadores encuestados presenta ausencia de estrés, el 22 % presenta un nivel de estrés ligero y el 66 % presenta un nivel de estrés intenso. Contrastamos entonces con lo mencionado por Jaramillo López M. et al, en el 2019, Ecuador, realizó un estudio sobre; “Nivel de estrés como consecuencia en el cuidador de los pacientes con enfermedades terminales” en la cual tuvo como resultados en una cuidadora que en un 14% presentaba carga extrema, en un 29% mucha, 43% de nivel moderado y 14% leve, diciendo que en el 100% se siente con carga, lo que llevo a la presencia de estrés psicológico, tales datos revelaron que este estrés se hizo presente en relación con el estado del paciente, la edad del cuidador, las patologías que presenta. Entonces teniendo esto en cuenta se observa que hay en el nivel de estrés ligero hay una discrepancia de 2% y en lo que es nivel de estrés intenso hay una diferencia de 52% esto puede ser debido a la población que se abordó teniendo en cuenta la edad donde se encontró a mas cuidadores menores de 40 años muchos de los cuales estudian y tienen trabajo laboral muy por separado de cumplir sus responsabilidades como cuidador de su familiar mientras que en su investigación la mayoría de cuidadoras fueron de sexo femenino que solo se encargan al cuidado del familiar y labores domésticas, también se debe al estado civil donde encontramos cuidadores con carga familiar que depende de este económicamente; viendo desde este punto de vista se puede decir que la diferencia encontrada nos da a entender que el estrés depende más del sexo, la edad y el estado civil del cuidador.

Teniendo en cuenta el objetivo específico 1 según la dimensión impacto del cuidado se obtuvo como resultado que el 54,8 % presenta nivel de estrés leve, el 21,5% estrés moderado y el 23, 5 % un nivel de estrés alto. Contrastando con lo mencionado por Castro Yovera IM. En el 2019, Piura, realizó un estudio sobre “Nivel de Sobrecarga en el cuidador familiar principal del adulto mayor con dependencia Grado II adscrito al programa de atención domiciliaria del hospital III José Cayetano Heredia. Marzo - abril. 2019”, en la cual obtuvo como resultados en la dimensión

impacto del cuidado que un 73.7% presento sobrecarga intensa, un 14 % sobrecarga ligera y un 12.3% ausencia de sobrecarga; observando los resultados se encuentra una diferencia en el nivel intenso con un 50.2% teniendo el mayor porcentaje el estudio de Castro Yovera IM, en lo que es el nivel moderado se observa una diferencia de 7.5%. teniendo en cuenta las diferencias entre ambos se puede tener en cuenta el tipo de población a la que se realizó dicho estudio, en nuestra población encuestada el mayor número fueron cuidadores que estudian y trabajan teniendo una mínima cantidad de aquellos que se dedican exclusivamente al cuidado de su familiar, de este modo los cuidadores que estudian se encargan a otras actividades que son exclusivamente de ellos, mientras que los cuidadores que cumplen exclusivamente el papel de cuidador no cuenta con tiempo para realizar otras actividades hacia su persona.

Considerando el objetivo 2 según la dimensión calidad de relación interpersonal se obtuvo como resultado que el 48,8% presenta nivel de estrés leve, el 28,0 % estrés moderado y el 23, 2 % un nivel de estrés alto. Contrastando con el estudio realizado por Astudillo Velarde JA, Tapia Tapia LE. En el 2018, Lima, llamado “Sobrecarga del cuidador familiar y su relación con el grado de dependencia en adultos mayores”. En la cual obtuvieron como resultados en dicha dimensión que el 49% no presenta sobrecarga, el 41 % sobrecarga leve y el 10% sobrecarga intensa; teniendo en cuenta ambos resultados se observa una discrepancia en el nivel intenso o alto de un 13.3% esto debido a que la población que tomamos en cuenta realiza otras actividades fuera de su responsabilidad de cuidador y de este modo no cuenta con tiempo suficiente para dedicar tiempo a sus amistades e incluso de sus familiares fuera del hogar, también teniendo en cuenta sus edades un buen numero son jóvenes solteros que especificaron no contar con parejas debido al tiempo que pudiesen dedicar; en lo que es el nivel leve hay una diferencia del 7.7% la cual no es muy elevada en ambos estudio el nivel de estrés o sobrecarga leve es bajo por q la población investigada presento problemas de estrés y de sobrecarga en cuanto a no poder mantener relaciones fuera de sus responsabilidades como cuidador.

Teniendo en cuenta el objetivo 3 según la dimensión expectativa de autoeficacia se obtuvieron los siguientes resultados que el 31% presenta nivel de estrés leve, el 28 % estrés moderado y el 41 % un nivel de estrés alto. Se contrasto con el estudio realizado por Ynfante Niquen MP. En el 2018, Lambayeque, cuyo nombre es “Nivel de Sobrecarga del cuidador primario en paciente adulto mayor en el Hospital Regional de Lambayeque durante marzo - julio del 2018.”, en dicho estudio llegaron a los siguientes resultados el 66% presenta una sobrecarga ligera y el 34 % sobrecarga intensa :teniendo en cuenta ambos resultados existe una diferencia en lo que es nivel leve o ligera de un 35 % observando esta diferencia se puede decir que nuestra población en mucho de los casos son cuidadores menores de 40 años de edad los cuales asumen recientemente su rol como cuidador teniendo muchas dudas y miedos sobre los procedimientos que deben realizar, pero se adecuan con facilidad a los nuevos cambios que se les presentan en cuanto a los estilos de vida que debe llevar su familiar y en lo que es el nivel alto o intenso hay una diferencia de 7 % esto es debido a que la población tomada en nuestra investigación no están en la capacidad de poder cumplir con eficacia sus responsabilidades puesto que mucho de ellos presentan tanto problemas emocionales como físicos en lo que va el tiempo que cumplen sus roles como cuidadores, se puede observar en ambos estudios que existe el miedo por afrontar la posible pérdida del familiar y sentir la culpa de no haber cumplido bien su trabajo.

VI. CONCLUSIONES

1. En lo que es el objetivo principal se tiene que existe un nivel de estrés intenso, sobresaliendo el estrés intenso, continuo de estrés ligera y finalizando con ausencia de estrés en los cuidadores de adultos mayores con Diabetes 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022.
2. Respecto al objetivo específico 1 se identificó que el nivel de estrés de los cuidadores es leve con respecto a la dimensión impacto del cuidado.
3. En cuanto al objetivo específico 2 se identificó un nivel de estrés leve con respecto a la dimensión calidad de relación interpersonal de los cuidadores.
4. Referente al objetivo específico 3 se identificó un nivel de estrés alto en los cuidadores con respecto a la dimensión expectativas de autoeficacia.

VII. RECOMENDACIONES

1. Coordinar con la Doctora encargada del Centro de Salud de Miraflores para diseñar programas que estén dirigidos a los cuidadores de la zona para brindar información sobre estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes 2 y sobre las diferentes técnicas para poder lidiar con el estrés, así mismo contar con un programa que ayude a los nuevos cuidadores a adaptarse a sus nuevas responsabilidades.
2. Así mismo coordinar con el Centro de Salud para que el área de salud ocupacional desarrolle estrategias de prevención para evitar que más cuidadores presenten niveles de estrés elevado en los primeros meses de adaptación y de esta manera evitar casos de depresión y ansiedad.
3. De la misma manera se sugiere Desarrollar talleres donde se practique actividades para lidiar con el estrés y donde los cuidadores puedan sociabilizar con otros cuidadores que estén a cargo del personal de salud ocupacional del Centro de Salud de Miraflores.
4. Coordinar con el Centro de Salud para que con ayuda del área de Psicología se pueda identificar los factores que generan los mayores niveles de estrés en la dimensión expectativas de autoeficacia para evitar la aparición de depresión en el cuidador.
5. Así mismo coordinar también con el área de Psicología e identificar los factores que generan los mayores niveles de estrés en la dimensión calidad de relaciones interpersonales para evitar que el cuidador pierda sus lazos con amistades, familia, etc.
6. De la misma manera coordinar con el área de servicios sociales ya que algunos pacientes no cuentan con medios económicos para poder tratar la enfermedad, lo cual se sugiere hacer una evaluación socioeconómica, ya que también la falta de economía puede causar un estrés psicológico al cuidador.

REFERENCIAS

1. ORH.com. *ORH.com*. [En línea] 15 de Septiembre de 2020. 1. <https://www.observatoriorh.com/orh-posts/el-45-de-los-trabajadores-sufre-estres-laboral.html>.
2. García, Eva Pilar López. *revistaenfermeriacyl.com*. *revistaenfermeriacyl.com*. [En línea] 2016. <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/viewFile/164/144#:~:text=Las%20tareass%20que%20realiza%20el%20cuidador%20informal%20son%20entre%20otras%3A&text=Ayuda%20en%20las%20actividades%20de,%2C%20planchar%2C%20comprar%2C%20>.
3. CUSTOMMEDIA S.L. *equiposytalento.com*. *equiposytalento.com*. [En línea] 15 de Noviembre de 2020. <https://www.equipostrytalento.com/noticias/2020/11/05/8-de-cada-10-personas-en-el-mundo-estan-estresadas>.
4. Organización Panamericana de la Salud. *paho.org*. *paho.org*. [En línea] 2021. <https://www.paho.org/es/temas/diabetes#:~:text=La%20diabetes%20es%20una%20enfermedad,los%20ri%C3%B1ones%20y%20los%20nervios>.
5. UNIR. *cuidadores.unir.net*. *cuidadores.unir.net*. [En línea] <https://cuidadores.unir.net/informacion/enfermedades/sistema-endocrino/diabetes/593-consejos-para-prevenir-la-diabetes>.
6. González, Rosa María Segura y Segura, Isaac Pérez. *alternativas.me*. *alternativas.me*. [En línea] Noviembre de 2016. [https://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto diferencial del estr%C3%A9s entre hombres y mujeres.pdf](https://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf).
7. Minsa. *gob.pe*. *gob.pe*. [En línea] 14 de Noviembre de 2020. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/314367-minsa-cuatro-de-cada-cien-peruanos-mayores-de-15-anos-padecen-diabetes-en-el-peru>.
8. *saludarequipa.gob.pe*. *saludarequipa.gob.pe*. [En línea] 14 de Marzo de 2020. https://www.saludarequipa.gob.pe/epidemiologia/bole_epi/2020/Bolet_11.pdf.

9. GERENCIA REGIONAL DE SALUD AREQUIPA. *saludarequipa.gob.pe*. *saludarequipa.gob.pe*. [En línea] 09 de Julio de 2022. https://www.saludarequipa.gob.pe/epidemiologia/bole_epi/2022/Bolet.pdf.
10. Roy, Callista. *lifeder.com*. *lifeder.com*. [En línea] 2009. <https://www.lifeder.com/callista-roy/>.
11. —. *portalesmedicos.com*. *portalesmedicos.com*. [En línea] 17 de marzo de 2015. <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/modelo-de-callista-roy/2/>.
12. Fernández, Magaly Medina. *unam.mx*. *unam.mx*. [En línea] Octubre de 2018. <https://revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/532>.
13. LeFevre, Alfaro. *encolombia.com*. *encolombia.com*. [En línea] 1998. <https://encolombia.com/medicina/revistas-medicas/enfermeria/ve-164/callista-roy/>.
14. Roy, Andrew. *enfermeriavirtual.com*. *enfermeriavirtual.com*. [En línea] 1991. <https://enfermeriavirtual.com/callista-roy-modelo-de-adaptacion/>.
15. *Diabetes Mellitus: un estudio sobre el nivel de adaptación fisiológica y de autoconcepto en pacientes que participan en un grupo de apoyo*. Oviedo, Aracely Díaz. 25, s.l. : Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa , Junio de 2014. 2007 - 8412.
16. *congresohistoriaenfermeria*. [En línea] 2015. <https://www.congresohistoriaenfermeria2015.com/sor.html>.
17. Castilla, Roy. *blogspot.com*. *blogspot.com*. [En línea] Junio de 2013. <http://enfermeria-para-todos.blogspot.com/2013/06/callista-roy-modelo-de-la-adaptacion.html?m=1>.
18. —. *organosdepalencia.com*. *organosdepalencia.com*. [En línea] <https://organosdepalencia.com/biblioteca/articulo/read/175740-cuales-son-los-5-elementos-esenciales-del-modelo-de-adaptacion-de-callista-roy>.
19. WEBNODE. *webnode.mx*. *webnode.mx*. [En línea] <https://historia-de-enfermeria8.webnode.mx/personajes-importantes-de-la-enfermeria2/callista-roy/>.

20. Maslack, Jackson. *cuidador.es*. *cuidador.es*. [En línea] <https://www.elrincondelcuidador.es/psicologia/signos-alarma-sobrecarga>.
21. Schuh, Furtmayr. *knowalzheimer.com*. *knowalzheimer.com*. [En línea] 2001. <https://knowalzheimer.com/el-sindrome-de-sobrecarga-del-cuidador-o-cuidador-quemado/>.
22. MichaelPage. *michaelpage.es*. *michaelpage.es*. [En línea] <https://www.michaelpage.es/advice/candidatos/trabajo-y-vida-personal/sobrecarga-de-trabajo>.
23. Hoz, Francisco Javier Vásquez De la. *ucc.edu.co*. *ucc.edu.co*. [En línea] 15 de Febrero de 2016. <https://www.ucc.edu.co/prensa/2016/Paginas/las-relaciones-humanas-de-calidad-y-la-inteligencia-emocional-como-catalizador.aspx#:~:text=Las%20relaciones%20humanas%20o%20interpersonales,como%20la%20motivaci%C3%B3n%20a%20la>.
24. OMS. *edex.php*. *edex.php*. [En línea] 2013. <https://www.habilidadesparalavida.net/edex.php>.
25. Peña, Bernardo. *psicoactiva.com*. *psicoactiva.com*. [En línea] 30 de abril de 2021. <https://www.psicoactiva.com/blog/autoeficacia/#:~:text=Las%20expectativas%20de%20autoeficacia%20se,con%20%C3%A9xito%20a%20determinadas%20situaciones>.
26. Maldonado, Paola Silva. *institutosalamanca.com*. *institutosalamanca.com*. [En línea] 1995. <https://institutosalamanca.com/blog/autoeficacia-como-se-desarrolla-factores-clave/>.
27. López, Marisela Jaramillo. *dialnet.unirioja.es*. *dialnet.unirioja.es*. [En línea] Julio de 2019. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7191720>.
28. Povea, Henry Rafael Cadena. *utn.edu.ec*. *utn.edu.ec*. [En línea] 10 de Marzo de 2022. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/12162>.
29. Otálvaro, César Augusto Palma y Martínez, Natalia López. [En línea] 2020. <https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/8276/2/DDMPSI369.pdf>.

30. Soto, Maritza Yuvani García. *ri.uaemex.mx*. *ri.uaemex.mx*. [En línea] 20251. <https://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/111506>.
31. RIVERA, NICOL ANDREA GAHONA, y otros. *uvm.cl*. *uvm.cl*. [En línea] 2020. [https://repositorio.uvm.cl/bitstream/handle/20.500.12536/1265/TESIS SOBRECARGA CUIDADORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uvm.cl/bitstream/handle/20.500.12536/1265/TESIS_SOBRECARGA_CUIDADORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
32. Portiocarrero, Alfredo. *unirioja.es*. *unirioja.es*. [En línea] 2019. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7191720>.
33. Levano, Jackelin Carbajal. *unmsm.edu.pe*. *unmsm.edu.pe*. [En línea] 2022. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/17705?show=full>.
34. Yovera, Ingrik Mercedes Castro. *unp.edu.pe*. *unp.edu.pe*. [En línea] 2019. <https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/2254/ENF-CAS-YOV-2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
35. Ynfante, Mirtha Patricia. *handle.net*. *handle.net*. [En línea] 2018. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/5264>.
36. Font, Maria Rovira. *redalyc.org*. *redalyc.org*. [En línea] 2018. <https://www.redalyc.org/pdf/5039/503950745003.pdf3>.
37. TAMAYO, MARIO TAMAYO. *ucm.weebly.com*. *ucm.weebly.com*. [En línea] 2022. https://trabajodegradoucm.weebly.com/uploads/1/9/0/9/19098589/tipos_de_investigacion.pdf.
38. Hernández, Fernández y Baptista. [En línea] http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lcp/texson_a_gg/capitulo4.pdf.
39. Padilla. *studocu.com*. *studocu.com*. [En línea] 2007. <https://www.studocu.com/>.
40. Zarit. *pensium.es*. *pensium.es*. [En línea] <https://pensium.es/escala-zarit-medir-sobrecarga-cuidador/#:~:text=La%20escala%20de%20Zarit%2C%20o,dependiente%20y%2Fo%20con%20demencia>.

ANEXOS: ANEXO 1: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Nivel de estrés del cuidador	<p>El estrés en el cuidador se presenta por que la persona dedica gran parte de su tiempo en el cuidado de otra ya sea familiar o no.</p> <p>Presentando así problemas tanto físicos, emocionales y mentales.</p>	<p>Sensación de agotamiento o cansancio, expresada por el cuidador de acuerdo a las dimensiones, medida a través del cuestionario del test de Zarit en sus tres dimensiones:</p> <p>Impacto en el cuidado , Impacto en la relación interpersonal, impacto expectativas de autoeficacia.</p>	<p>Impacto del cuidado (Sobrecarga)</p> <p>Calidad de la relación interpersonal</p> <p>Expectativas de autoeficacia</p>	<p>-dependencia del paciente.</p> <p>-alteraciones de la salud.</p> <p>-falta de privacidad, pérdida de tiempo libre.</p> <p>(1,2,3,7,8,10,11,12,13,14,17, 22)</p> <p>-alteraciones psicoemocionales.</p> <p>-problemas familiares.</p> <p>Incertidumbre para poder delegar el cuidado.</p> <p>(4,5,6,9,18,19)</p> <p>-problemas económicos.</p> <p>-capacidad del cuidado.</p> <p>(15,16,20,21)</p>	<p>Ordinal</p> <p>Ausencia de sobrecarga: ≤ 46</p> <p>Sobrecarga ligera: 47-55</p> <p>Sobrecarga intensa: ≥56</p>

- ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ESCALA DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR DE ZARIT

EDAD:

SEXO:

ESTADO CIVIL:

FECHA:

Nº	PREGUNTA	Nunca 1	Rara vez 2	Algunas veces 3	Bastantes veces 4	Casi siempre 5
1	¿Piensa que su familiar pide más ayuda de lo que realmente necesita?					
2	¿Piensa que debido al tiempo que dedica a su familiar ya no dispone de tiempo suficiente para usted?					
3	¿Se siente agobiado por intentar compatibilizar el cuidado de su familiar con otras responsabilidades (familia, trabajo)?					
4	¿Siente vergüenza por la conducta de su familiar?					
5	¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar?					
6	¿Cree que la situación actual afecta negativamente la relación que usted tiene con otros miembros de su familia?					
7	¿Tiene miedo por el futuro de su familiar?					
8	¿Piensa que su familiar depende de usted?					
9	¿Piensa que su salud ha empeorado debido a tener que cuidar de su familiar?					
10	¿Se siente tenso cuando está cerca de su familiar?					
11	¿Piensa que no tiene tanta intimidad como le gustaría debido a tener que cuidar a su familiar?					
12	¿Siente que su vida social se ha visto afectada debido negativamente por tener que cuidar a su familiar?					
13	¿Se siente incómodo por distanciarse de sus amistades debido a tener que cuidar de su familiar?					
14	¿Piensa que su familiar lo considera a usted la única persona que le puede cuidar?					
15	¿Piensa que no tiene suficientes ingresos económicos para los gastos de cuidar a su familiar, además de sus otros gastos?					
16	¿Piensa que no será capaz de cuidar a su familiar por mucho más tiempo?					
17	¿Siente que ha perdido el control de su vida desde que comenzó la enfermedad de su familiar?					
18	¿Desearía poder dejar el cuidado de su familiar a otra persona?					
19	¿Se siente indeciso sobre qué hacer con su familiar?					
20	¿Piensa que debería hacer más por su familiar?					
21	¿Piensa que podría cuidar mejor de su familiar?					
22	¿Globalmente ¿Qué grado de "carga" experimenta por el hecho de cuidar a su familiar??					

- ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por las Bachilleres en enfermería Carmen A. Colqui Aquepucho y Susy L. Mamani Durand, de la Universidad Cesar Vallejo. El objetivo de este estudio es conocer el nivel de estrés que presentan los cuidadores de adultos mayores con Diabetes 2 en el distrito de Miraflores sector Cercado, Arequipa.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una encuesta. Esto tomara aproximadamente 30 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es de manera voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un código y por lo tanto serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del cuestionario en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la encuesta le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador de no responderla.

Desde ya le agradecemos su participación.

Firma del participante

Firma del investigador

ANEXO 4: CARTA DE AUTORIZACIÓN



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

San Juan de Lurigancho, 05 de mayo del 2022

CARTA N°006-2022-CPENF/UCV-LIMA CENTRO

Dra.:
YOBANA MEDINA DELGADO
Jefa del Centro de Salud Miraflores

De mi mayor consideración:

La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a las investigadoras COLQUI AQUEPUCHO CARMEN ABIGAYL, con DNI N° 71616643 y MAMANI DURAND SUSY LISBETH, con DNI N° 47069583 estudiantes de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado "Nivel de Estrés del cuidador en adultos mayores con diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado, Arequipa, 2022" para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.
Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.



Mgtr. Luz María Cruz Pardo
Coordinadora Académica de la CP de Enfermería
UCV - Campus San Juan de Lurigancho

GOBIERNO REGIONAL AYACUCHO
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
RED DE SALUD AYACUCHO
RED DE SALUD AYACUCHO
FRAMITE DOCUMENTARIO
Fecha: 18/04/22 Folios: 02
Hora: 16:07 Firma: [Signature]
No: 1246

ANEXO 5: ACEPTACIÓN PAR LA REALIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN PARA PUBLICAR SU IDENTIDAD EN LOS RESULTADOS DE LAS INVESTIGACIONES

Datos Generales

Nombre de la Organización:	RUC: 20172661794
Centro de Salud Miraflores	
Nombre del Titular o Representante legal:	C.D. Giovanna Medina Delgado
Nombres y Apellidos	DNI: 29295857
Giovanna Medina Delgado	

Consentimiento:

De conformidad con lo establecido en el artículo 7º, literal "f" del Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo (*), autorizo [X], no autorizo [] publicar LA IDENTIDAD DE LA ORGANIZACIÓN, en la cual se lleva a cabo la investigación:

Nombre del Trabajo de Investigación	
Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022.	
Nombre del Programa Académico:	
Taller de Elaboración de Tesis	
Autor: Nombres y Apellidos	DNI:
Carmen Abigail Colqui Aqueputha	71616643
Susy Lisbeth Mamani Durand	47069583

En caso de autorizarse, soy consciente que la investigación será alojada en el Repositorio Institucional de la UCV, la misma que será de acceso abierto para los usuarios y podrá ser referenciada en futuras investigaciones, dejando en claro que los derechos de propiedad intelectual corresponden exclusivamente al autor (a) del estudio.

Lugar y Fecha: 23-05-2022

GOBIERNO REGIONAL AREQUIPA
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
ALCALDÍA DEL DISTRITO DE MIRAFLORES
MIRAFLORES

Firma:

(Titular o Representante legal de la Institución)

(*). Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo-Artículo 7º, literal " f " Para difundir o publicar los resultados de un trabajo de investigación es necesario mantener bajo anonimato el nombre de la institución donde se llevó a cabo el estudio, salvo el caso en que haya un acuerdo formal con el gerente o director de la organización, para que se difunda la identidad de la institución. Por ello, tanto en los proyectos de investigación como en los informes o tesis, no se deberá incluir la denominación de la organización, pero sí será necesario describir sus características.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, DE LA CRUZ RUIZ MARIA ANGELICA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Nivel de estrés del cuidador de adultos mayores con Diabetes tipo 2, Distrito Miraflores sector Cercado Arequipa 2022", cuyos autores son COLQUI AQUEPUCHO CARMEN ABIGAYL, MAMANI DURAND SUSY LISBETH, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 26 de Setiembre del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
DE LA CRUZ RUIZ MARIA ANGELICA DNI: 09971042 ORCID: 0000-0003-1392-5806	Firmado electrónicamente por: MCRUZRU el 28-09- 2022 15:04:56

Código documento Trilce: TRI - 0430694