



Facultad de Psicología y Logopedia
Universidad de La Laguna

ANÁLISIS DE LA SALUD EN ABUELOS QUE CUIDAN NIETOS

Alumnas: Díaz Gutiérrez, Raquel y Saavedra García, Kiara Esther

Tutor: Castañeda García, Pedro Javier.

Trabajo de Fin de Grado de Psicología
Facultad de Psicología y Logopedia
Departamento de Psicología Evolutiva
Universidad de La Laguna
Curso académico 2019/2020
Convocatoria de junio

Resumen

En este trabajo se analizan las relaciones entre la salud de un grupo de abuelas/os que cuidan nietos y la percepción de sus niveles de estrés. Existe un debate sobre el deterioro de salud que puede causar, el hecho de ejercer como cuidadores de sus propios nietos. En este estudio han participado 84 personas a las que se ha entrevistado con la Escala Perceived Stress Scale (Cohen et al., 1983), la Escala de Acontecimientos Estresantes en ancianos (Fernández Seara y Mielgo Robles, 1996) y con un cuestionario sobre sus datos sociodemográficos. Los resultados mostraron un perfil de salud donde predominan las enfermedades de tipo cardiovascular, del sueño y endocrinos. Los resultados no muestran relaciones entre el número de horas de cuidado y variables sociodemográficas ni tampoco respecto a las puntuaciones obtenidas de los participantes en la escala A y PSS. La principal conclusión es un nivel intenso de cuidado no supondría una mayor probabilidad de padecer alguna enfermedad o un aumento en la sintomatología negativa previa en el cuidador (salvo la observada en diabetes), tal vez debido a la extensa metodología empleada y a la deseabilidad social tan implícita en un rol familiar normativo y muy demandado.

Palabras clave: rol de abuelidad, cuidar nietos, estrés y salud, efectos en el cuidador

Abstract

This work analyzes the relationships between the health of a group of grandmothers and grandparents who care for grandchildren and the perception of their stress levels. There is a debate about the deterioration in health that can cause, the fact of exercising as caregivers of their own grandchildren. In this study 84 people participated who were interviewed with the Perceived Stress Scale (Cohen et al., 1983), the “Escala de Acontecimientos Estresantes en ancianos” (Fernández Seara and Mielgo Robles, 1996) and with a questionnaire about their sociodemographic data. The results evinced a health profile where cardiovascular, sleep and endocrine diseases predominate. The results don't evince relationships between the number of hours of care and sociodemographic variables, nor with respect to the scores obtained from the participants in the A and PSS scale. The main conclusion is that an intense level

of care wouldn't imply a greater probability of suffering from any disease or an increase in the previous negative symptoms in the caregiver (with the exception observed in diabetes), maybe due to the methodology used and social desirability so implicit in such a normative and demanded family role.

Keywords: Grandparents roles, take care of grandchildren, stress and health, effects on the caregiver

1. INTRODUCCIÓN

La relación que tienen las abuelas y abuelos españoles con sus nietos les producen sentimientos opuestos ya que, por un lado, se sienten divididos entre el disfrute que les produce pasar tiempo con sus nietos y, por otro, el agobio que les supone una excesiva responsabilidad en su cuidado y educación (González Rodríguez, 2011).

Según Muñoz Pérez y Zapater Torras (2006), el cuidado de sus nietos conlleva efectos negativos que puede manifestarse en forma de estrés, una peor salud física y mental, además de efectos en la vida personal influyendo a su vez en las relaciones sociales. En ese mismo sentido, Strawbridge et al. (1997) confirma peores niveles de salud percibida, mayor morbilidad psíquica y sensación de carga en los abuelos cuidadores. Dentro de los impactos negativos del cuidado se encuentran: menor salud, aumento de los niveles de depresión y estrés, disminución de espacio y tiempo personal, conflictos entre los cuidadores y otros miembros de la familia, etc. (Jiménez y Zavala, 2011; Mestre et al., 2012; Musil et al., 2013; Pinazo Hernandis y Lluna, 2011; Weisbrot y Guiraudó, 2012).

Actualmente, los abuelos, más que una carga familiar, resultan imprescindibles por el papel que desarrollan dentro de ellas. El 40% de los mismos asumen el cuidado de sus nietos en ausencia de sus padres mientras trabajan o realizan cualquier otra gestión/actividad (Albertini et al., 2007; Hank y Buber, 2009). Asimismo, existen casos más extremos (fallecimiento, enfermedad o separación), donde los abuelos toman un papel más activo como cuidadores principales, un rol de sustitutos, si es a tiempo

completo (Gutiérrez Morote y Gutiérrez López, 2002). Esta nueva situación familiar peculiar puede ejercer un gran impacto en estos sustitutos, ya que en ocasiones la voluntariedad en la elección del tipo de cuidado puede estar relacionada con peores resultados en la salud del cuidador (Badenes Plá y López López, 2011), llegando a requerir una especial atención por la problemática asociada al cambio de rol, si pasan desde abuelos formales, más distantes, a una tipología de abuelos como “padres sustitutos” o “abuelos acogedores” (Pinazo Hernandis y Ferrero, 2003; Pinazo Hernandis y Lluna, 2011).

Según Roa Venegas y Vacas Díaz (2000), se suele tener pensamientos negativos hacia las personas mayores, como puede ser, pensamiento de incapacidad o incompetencia, entre otros. Pero esto, no parece tener efecto en la realidad sociofamiliar española, por el hecho de que, uno de cada cuatro abuelos que tiene nietos los cuida (Badenes Plá y López López, 2011; Mansilla Domínguez, 2017). Lo que hace ver la ausencia de ciertos estereotipos negativos por parte de los padres hacia a las personas mayores, o lo que sería peor, los ignorarían convenientemente, por lo que los considerarían capaces de realizar de manera óptima esta tarea de cuidados, y esto podría influir, a su vez, en una mayor probabilidad del empeoramiento de la salud del mayor (Roa Venegas y Vacas Díaz, 2000), si hubiera problemas previos.

Sobre el “estrés, inquietudes y salud del cuidador” distintos estudios demuestran que el cuidado prolongado de los nietos conlleva una situación que se considera estresante para esa persona, lo que puede llegar a perjudicar su estado de salud (Fruhauf et al., 2019; Lee & Jang, 2019; Luna et al., 2016). Esto conduce a la siguiente hipótesis que predeciría que unas malas condiciones de cuidado podrían suponer una mayor probabilidad de padecer alguna enfermedad, y a su vez, a un aumento en la sintomatología negativa previa en ese cuidador de nietos.

Dada la amplitud de variables estudiadas en la relación de la salud y el cuidado de los nietos, se pueden clasificar en el esquema integrador bio-psico-social (Engel, 1997; Lehman et al., 2017; Reyes-Macías et al., 2020).

Efectos biofísicos. Asumir el cuidado de los nietos puede ser perjudicial para el abuelo sano, sin mencionar lo que supondría para alguien que se encuentre enfermo (Puente Sierra, 2013). Debido a las altas responsabilidades, los cuidadores podrían sufrir una serie de consecuencias, entre ellas, la aparición de la elevación de la presión sanguínea, vasos coronarios afectados, diabetes e incluso en casos más graves producir la muerte. Además, también se establece que aquellos cuidadores que dedican más de nueve horas semanales a cuidar de sus nietos tendrán un 55% más de probabilidad de sufrir un infarto de miocardio, así como dolencias cardiovasculares y otras enfermedades (Guijarro, 2001; Puente Sierra, 2013; Quevedo-León y Alvarado Romero, 2018).

En cuanto a los efectos psicológicos, diversos estudios han mostrado una asociación entre los niveles altos de estrés y una serie de consecuencias negativas para la salud en los cuidadores como, por ejemplo, depresión y ansiedad (Quevedo-León y Alvarado Romero, 2018; Musil et al., 2013; Weisbrot y Guiraud, 2012). Asimismo, en las investigaciones de García Calvente et al. (1999), las cuidadoras de nietos han mencionado sentir problemas psicológicos como, por ejemplo, depresión o ansiedad (22%), irritabilidad y nerviosismo (23%), y también sentirse tristes y agotadas (32%). Además, dichas cuidadoras han mencionado sentir cambios en la personalidad y en su estado de ánimo, así como, un aumento en los sentimientos de insatisfacción y pérdida de ilusión por la vida (Badenes Plá y López López, 2011; Fernández Marín, 2014).

También, según los estudios de Martínez Martínez (2010) y de Villalba (2002), los cuidadores podrían presentar elevados índices de estrés, pérdida de autonomía y sentimientos de frustración y rabia. Además, destaca la importancia de tener especial cuidado con el estrés continuado, ya que podría conllevar a un evidente agotamiento emocional, y en casos extremos, llegar a la despersonalización del cuidador.

Al hablar de efectos sociales, el cuidado de los nietos puede implicar efectos negativos en la vida del cuidador, es decir, supone a nivel extrafamiliar una reducción en las relaciones en el ámbito social. Del mismo modo, a nivel familiar, conllevaría la aparición de desacuerdos, así como una reducción considerable de la comunicación dentro del seno de la propia familia (Martínez Martínez, 2016). Según Peralta Gladic

y Rodríguez Bustamante (2017) la mayoría de las abuelas presentan conflictos con sus hijos/as respecto a sus roles como abuela y como padres, debido a que estos no están claramente definidos, lo que conlleva a disconformidades relacionadas con la forma de crianza, hábitos alimenticios, salud y disciplina de los nietos/as.

Dentro de esos efectos sociales, cabe dedicar un apartado más amplio a los roles familiares. De acuerdo con Arbelo González et al. (2019), nos podemos encontrar con tres tipos de roles simultáneos y sumados, respecto al cuidado ejercido por la persona mayor en el seno de su propia familia, como pueden ser, la parentalidad, la abuelidad y también la bisabuelidad, aunque según ese estudio no se encontró relación entre los problemas de salud de los mayores con la frecuencia de las actividades que realizan con sus familiares, debido, tal vez, a que solo participaron mayores con buena salud.

En primer lugar, nos encontramos con el rol de paternidad y de maternidad. Los padres conforman la base del núcleo familiar desde la antigüedad, aunque han sufrido cambios a lo largo de la historia. Además, este tipo de rol se consideraba el principal en cuanto al cuidado de los hijos, pero se ha incorporado otras figuras de apego como los abuelos/as o bisabuelos/as.

En relación con el rol de abuelidad, en las últimas décadas ha tenido más relevancia ya que los abuelos y abuelas asumen un papel importante en el cuidado de sus nietos, además de aportar valores, arbitrar entre padres e hijos, intervenir en tiempos de crisis y ser un poder de socialización muy importante en la vida de sus nietos, entre otras (Noriega y Velasco, 2013).

Por último, en cuanto al rol de bisabuelos y bisabuelas es importante mencionar que debido a la baja esperanza de vida aún no hay muchos estudios sobre la relación entre los bisabuelos y bisnietos. Cabe destacar que en esta categoría el rol más predominante es el remoto o distante, acotándose a momentos concretos como, comidas familiares y vacaciones.

En la actualidad, los padres de los niños disponen de una alta demanda de la vida cotidiana por lo que muchas veces se requiere la colaboración de los abuelos en

el cuidado de los nietos (Avilés Marchena et al., 2016). De acuerdo con Baldock (2007), en tiempos de crisis o incluso de forma regular y cotidiana se suele requerir la ayuda de los abuelos para que estos asistan en el cuidado de sus nietos. Es por ello, que existen diversos tipos de cuidado de los nietos, que se explicarán de una manera más detallada a continuación (Arbelo González et al., 2019; Avilés Marchena et al., 2016), además, se comentarán algunos factores que les influyen relacionados con la salud y el estrés.

Abuelidad distante y formal. Este concepto se conoce como aquellos abuelos que solo aparecen en ocasiones formales (cumpleaños, actos sociales, etc.) asumiendo roles de manera tradicional, es decir, muestran un gran interés por sus nietos, pero a la vez dejan a un lado la intervención no participando en el cuidado de estos (Roa Venegas y Vacas Díaz, 2000). Asimismo, el cuidado en la crianza formal, en su mayoría, suele ser adjudicada a cuidadores que son mayores, con peor salud y a su vez con circunstancias económicas más limitadas para el cuidado de su nieto (Stein et al., 2014).

Abuelidad próxima e informal. Según Roa Venegas y Vacas Díaz (2000), la abuelidad próxima e informal es aquella que se muestran comprensivos y como fuente de apoyo en situaciones en la que los padres suelen ser más rígidos e inflexibles.

Abuelidad sustituta o custodia. Este tipo de abuelidad hace referencia a aquellos que sustituyen a los padres en sus funciones, pasando el nieto más tiempo con sus abuelos que con sus padres, por lo general. Este estilo de abuelidad suele estar presente en caso de fallecimiento de los padres donde estos abuelos tomarían el papel de total cuidado de sus nietos (Martínez Martínez, 2016; Pinazo Hernandis y Ferrero, 2003).

De acuerdo con estos tres tipos de abuelidad, Pearlin y Schooler (1978) afirmaban que los recursos psicológicos tenían un gran impacto en la percepción del cuidador de forma que, a mayor autoestima y capacidad del cuidador hay una menor percepción de carga del nieto. La situación actual del cuidador provoca tensión debido a los diferentes roles que desempeñan tanto en el ámbito familiar, laboral o social, al igual que las circunstancias en las que se encuentren ejerciendo la labor de cuidador,

ya que también juegan un papel crucial que puede influir en mayor o menor medida en el bienestar subjetivo del mismo (Triadó et al., 2014; Weisbrot y Guiraudó, 2012).

Por consiguiente, en cuanto a los recursos económicos que disponen los abuelos, según Pearlin et al. (1990), contar con menos ingresos implica una mayor tensión y más dificultades por los gastos adicionales asociados con el cuidado, provocando así un mayor deterioro psicológico. Conforme al estudio de Kelley et al. (2000) y Avilés Marchena et al. (2016), los abuelos cuidadores tienen mayor riesgo de problemas de salud en comparación con otros cuidadores, ya que estos pertenecen a una minoría y frecuentemente poseen escasos recursos económicos.

Dadas las amplias evidencias señaladas anteriormente se pretende en primer lugar, analizar a partir de las horas de cuidado dedicadas al nieto el estrés no consciente del cuidador y, en segundo lugar, evaluar el estrés consciente a raíz de diferentes sucesos que se podrían considerar estresantes, para finalmente ver si hay relación entre ellos. Esta evaluación se lleva a cabo de modo indirecto, situando las preguntas relacionadas con el cuidado al final de la entrevista con el fin de evitar la deseabilidad social en las respuestas de los participantes, debido al sesgo social de que la abuelidad es un rol familiar normativo y por ello positivo. De tal manera que, una vez halladas ambas variables, por separado, se pueda analizar una posible correlación estadística entre estas y examinar así, sus posibilidades de poder influir en la propensión de padecer alguna enfermedad y/o en el aumento de la sintomatología negativa previa. Por ello, se plantean los siguientes objetivos:

Uno general que intenta relacionar los niveles de cuidados con sus nietos y su salud. Y varios específicos, que se detallan a continuación:

1. Obtener un perfil sociodemográfico y de salud de los abuelos que cuidan nietos. Con ello, se pretende conocer cuáles son sus variables individuales (edad, género, estado civil, laboral y enfermedades)
2. Analizar las relaciones con sus nietos y ver si algunas actividades compartidas implicarían un nivel de cuidados bajo, moderado o intenso.

3. Medir sus niveles de estrés (alto, medio y bajo) en dos cuestionarios (Escala A y PSS) que valoran su percepción de distintas situaciones cotidianas en el presente y en el pasado.
4. Relacionar las características sociodemográficas de abuelas y abuelos tanto con los distintos niveles de estrés percibido (alto, medio y bajo) como con el nivel de cuidados (bajo, moderado o intenso) que desempeñan con sus nietos.

2. MÉTODO

2.1. PARTICIPANTES

Para esta investigación contamos con un total 84 personas adultas y mayores voluntarias que tienen nietos e interaccionan con ellos, en distinto grado. Además, en este estudio no es necesario el límite de edad de los nietos, pero se considera que los que tengan 2 años o más adquieren mayor autonomía y pueden establecer interacciones más frecuentes con sus cuidadores (Arbelo González et al., 2019).

2.2. INSTRUMENTOS

Consta de una entrevista con tres partes:

A) Cuestionario sociodemográfico. La primera parte, de auto-elaboración está compuesto por dos apartados en el que hemos comenzado preguntando su edad, género (masculino o femenino), estado civil (casado/a o pareja de hecho, divorciado/a o separado/a, viudo/a, soltero/a, otro) laboral (activo/a, desempleado, ama de casa y pensionista/jubilado) y de salud (buena, regular o mala). En caso de contestar que el estado de salud es regular o mala se le ha derivado a una tabla donde han indicado qué tipo de enfermedades son las que posee, además de una casilla donde han podido aportar otras.

En el segundo apartado se comienza preguntando cuántos nietos tiene y la edad de los mismos. Una vez realizado, han elegido al nieto con el que más relación tienen, además de añadir cuántas horas al día y a la semana pasa con este, estas horas se clasifican según los niveles de intensidad bajo, moderado e intenso (Glasser et al., 2013). En la segunda parte de este cuestionario y en base a la investigación de

Arbelo González et al. (2019) se ha recopilado una serie de actividades expuestas en una tabla donde la persona mayor ha contestado cuales de ellas realizan con aquel nieto o nieta que pasa mayor tiempo. Por último, se han incluido cuatro preguntas relacionadas con un tema actual, como es el COVID-19 (Coronavirus) para ver qué efecto ha tenido en ese cuidado de los nietos a través de preguntas en referencia a si esos abuelos han empezado a cuidar más nietos desde la aparición del Coronavirus y cuántos han sido, al igual que si ha aumentado o disminuido el cuidado del nieto anterior y cuántas horas supondría.

B) Escala de Acontecimientos Estresantes en ancianos. La segunda parte de la entrevista pertenece a la Escala de Apreciación al Estrés (EAE) que cuenta con un índice de fiabilidad en el test-retest de 0,83 (Fernández Seara y Mielgo Robles, 1996). Esta escala sirve para medir el número e intensidad de estrés a raíz de los sucesos estresantes relacionados mayoritariamente con aspectos psicológicos (de la vida afectiva y sentimental), para ello se utilizaron parámetros de intensidad y frecuencia y consta de 51 ítems agrupados en tres áreas: salud y estado físico y psíquico, vida psicológica y vida social y económica.

C) Escala de estrés percibido “Perceived Stress Scale” (Cohen et al., 1983). La tercera parte de la entrevista evalúa el estrés que perciben las personas mayores. Esta escala está constituida por tres versiones que se diferencian por el número de ítems, pero en esta investigación se ha utilizado la versión en español realizada por Remor y Carrobbles (2001) que está formada por 14 ítems y clasificada en una escala de tipo Likert de 5 puntos, que varía de 0 (nunca) a 4 (con mucha frecuencia). Por lo tanto, las puntuaciones más altas corresponden a un mayor estrés percibido. Para esta versión adaptada en español se obtuvieron unos valores del coeficiente alfa de Cronbach de 0,81 y en el test-retest 0,73 (Hidalgo Ruzzante et al., 2009).

2.3. PROCEDIMIENTO

Para la realización de esta investigación se ha acudido al alumnado matriculado en Psicología Evolutiva II (ULL). Se contactó por medio del Aula Virtual ya que debido a la situación de confinamiento por el COVID-19 resultó imposible realizarlo de manera presencial. El alumnado voluntario lo ha realizado vía telefónica

o de manera presencial (en caso de convivir juntos) a todas aquellas personas mayores que cumplen con los requisitos para este estudio.

Asimismo, se ha proporcionado unas instrucciones claras dentro de los propios cuestionarios y en el apartado correspondiente del aula virtual comunicándose además el fin académico de esta investigación. La devolución de los cuestionarios fue a través de correo y en formato PDF en los que se ha realizado una revisión exhaustiva de las respuestas con el fin de conocer si lo habían contestado de manera correcta. Se les pedía que los cumplimentaran de manera correcta ya que resulta esencial que sea respondido honestamente ya que, si no es así, los resultados se podrían contradecir. Resulta preciso mencionar que las propias investigadoras han contactado con familiares o conocidos para así conseguir una muestra más amplia.

2.4 ANÁLISIS DE DATOS

Una vez obtenidos los cuestionarios bien cumplimentados, se vaciaron los datos en una plantilla perteneciente al paquete IBM SPSS en su versión 20, para analizarlos posteriormente.

En primer lugar, para determinar aquellas variables cuantitativas se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, para ver si dichas variables resultan significativas ($p > 0.05$) y, por lo tanto, son consideradas normales ya que se ajustan a la curva normal, de igual manera se ha utilizado la regresión lineal para determinar la influencia entre las variables “nivel de cuidado” y “enfermedad”. Por otro lado, se utilizaron pruebas no paramétricas para analizar el resto de variables ordinales y estudiar su relación con las variables sociodemográficas (la U de Mann Whitney, Kruskal Wallis, Chi cuadrado y correlaciones).

En segundo lugar, para conocer la composición de la muestra se realizó un análisis descriptivo del conjunto de variables, utilizando para las variables categóricas, tablas de frecuencia con porcentajes en las que se incluyen, en algunos casos, la media y desviación típica.

3. RESULTADOS

3.1. Obtener un perfil sociodemográfico de los abuelos que cuidan nietos.

Atendiendo a los resultados de este primer objetivo, la muestra analizada está compuesta por 84 participantes de una edad comprendida entre los 51 y 89 años de los que más de dos terceras partes son mujeres. Respecto al estado civil de los participantes, se ha encontrado que la mitad están casados mientras que más de una tercera parte son viudos. En cuanto a su situación laboral más de la mitad son pensionistas o jubilados y una cuarta parte son amas de casa. Finalmente, tres de cada cuatro participantes perciben su salud como regular. Véase Tabla 1

Tabla 1. Perfil sociodemográfico de la muestra participante

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS			
	Mín.	Máx.	X
EDAD	51	89	71.54
		N	%
GÉNERO	Hombre	13	15.5
	Mujer	71	84.5
ESTADO CIVIL	Casado/Pareja de hecho	46	54.8
	Divorciado/Separado	6	7.1
	Viudo	31	36.9
	Soltero	1	1.2
SITUACIÓN LABORAL	Activo	13	15.5
	Desempleado	1	1.2
	Ama de casa	22	26.2
	Pensionista/Jubilado	48	57.1
ESTADO DE SALUD	Buena	18	21.4
	Regular	64	76.2
	Mala	2	2.4

Por otro lado, las enfermedades con una mayor prevalencia son la hipertensión (41.7%), el insomnio (40.5%) y el colesterol (31%). Además, la mayor parte de la muestra manifiesta tener alguna enfermedad auditiva o visual siendo entre ellas las más predominantes: vista cansada (34.5%), cataratas (27.4%) y miopía (26.2%). Un 28.6% de los encuestados padecen la enfermedad de Alzheimer y una tercera parte de ellos reportaba algún problema emocional (estrés: 29.8%; depresión: 25%; ansiedad: 29.8%). Cabe destacar, una relación significativa entre el nivel de cuidado con el aumento de la sintomatología negativa previa en la variable “diabetes” ya que la variabilidad de esta podría estar explicada en un 43,7% por el momento en el que los abuelos comenzaron a cuidar a sus nietos.

Por último, se ha realizado Chi cuadrado para comprobar si las variables sociodemográficas se relacionan con las horas de cuidado de los nietos encontrando que no existe una relación significativa ($p>0.05$).

3.2. Analizar las relaciones con sus nietos y ver si esas actividades compartidas implicarían un nivel de cuidados bajo, moderado o intenso.

Respecto al segundo objetivo propuesto, el 38.1% de los abuelos participantes tienen 5 o más nietos ($X=3.46$, $DT=1.49$) con edades comprendidas entre los 2 y los 33 años ($X=12.59$, $DT=7.01$). En cuanto a las horas, los abuelos participantes pasan una media de 7.44 horas al día con sus nietos ($DT=7.07$), 40.90 horas a la semana ($DT=47.56$) y una media de 5 días a la semana ($DT=1.92$).

Las actividades que hacen junto a sus nietos con mayor frecuencia (antes del confinamiento por Covid-19) son las comidas y encuentros familiares. Sin embargo, las actividades que realizan menos son ir al cine o teatro y viajar. Véase Tabla 2.

Tabla 2. Número de horas de las actividades compartidas.

Actividad	N	%	Horas al día				Horas a la semana			
			X	DT	Min.	Máx.	X	DT	Min.	Máx.
Comidas	75	89.3	2.38	2.89	1	24	14.32	21.14	1	168
Encuentros familiares	73	86.9	5.30	5.95	1	24	20.75	40.47	1	168
TV/Video/Radio	58	69.0	1.86	1.07	1	5	8.93	7.39	1	35
Cine/Teatro	5	6.0	2.60	0.89	2	4	3.80	3.03	2	9
Paseos	49	58.3	1.98	1.38	1	8	5.26	4.41	1	21
Jugar	35	41.7	1.57	0.71	1	3	7.00	5.20	1	21
Viajar	12	14.3	16.20	10.08	1	24	101.80	72.80	2	168
Compras	36	42.9	1.81	0.95	1	5	3.31	3.27	1	14
Excursiones	17	20.2	4.12	2.49	1	8	6.12	3.49	1	14
Llevar al colegio	22	26.2	1.05	0.22	1	2	3.90	1.79	1	8
Recoger del colegio	25	29.8	1.04	0.20	1	2	3.80	1.50	1	7
Ayudar con tareas académicas	14	16.7	1.33	0.49	1	2	5.53	3.87	2	14
Cuidado doméstico	41	48.8	2.98	4.96	1	24	12.39	25.91	1	168

Destacar que, sólo un 7.1% ha empezado a cuidar o compartir actividades, más nietos tras el Covid-19 así como, un 19.2% señala que han aumentado las horas de cuidado durante la pandemia, sin embargo, un 56.4% de los encuestados afirma

que las horas de cuidado han disminuido tras dicha situación (horas al día $X=5.29$, $DT=5.88$; horas a la semana $X=27.42$, $DT=34.03$).

3.3. Medir el nivel de percepción del estrés (alto, medio y bajo) a raíz de una variedad de sucesos que podrían resultar más estresantes o menos.

En cuanto al tercer objetivo, se ha observado que el nivel de estrés, de las personas encuestadas, poseen una media de 26.63 en la escala PSS ($DT=6.82$) y una media de 43.02 en la escala A ($DT=15.21$). En la escala PSS cuatro de cada cinco de los participantes presenta un nivel medio de estrés percibido mientras que en la escala A, cuatro de cada cinco presenta, un nivel bajo. Véase Tabla 3.

Tabla 3. Niveles de las escalas PSS y A

	PSS		ESCALA A	
	N	%	N	%
Nivel bajo	7	8.3	70	83.3
Nivel medio	71	84.5	8	9.5
Nivel alto	6	7.1	6	7.1

3.4. Relacionar las características sociodemográficas de abuelas y abuelos tanto con los distintos niveles de estrés percibido (alto, medio y bajo) como con el nivel de cuidados (bajo, moderado o intenso) que desempeñan con sus nietos.

Por último, en relación al cuarto objetivo propuesto, no existe relación significativa entre las variables sociodemográficas y las puntuaciones en los cuestionarios ($p>0.05$). También se han aplicado la U de Mann Whitney y Kruskal Wallis para estudiar las relaciones entre las variables sociodemográficas con las puntuaciones directas en el PSS y la escala A sin encontrar relaciones significativas ($p>0.05$).

Para conocer si los niveles de estrés tienen relación con las puntuaciones directas de las escalas A y PSS se realizaron correlaciones de Pearson o Spearman encontrando que no existe una correlación significativa entre las variables ($p>0.05$). Por tanto, podemos decir que el número de horas de cuidado no aparecen relacionadas con la puntuación directa en ambas escalas de estrés.

4. DISCUSIÓN

Siguiendo el orden de los objetivos planteados y a partir de los resultados obtenidos y comentados anteriormente se procede a la justificación de estos.

En cuanto al perfil sociodemográfico de la muestra, en primer lugar, nos encontramos con la edad, esta no se confirma ya que según el estudio de Badenes Plá y López López (2011) a medida que los abuelos envejecen habrá un descenso en la probabilidad de cuidado. Asimismo, en relación al género predominante, la muestra hallada se confirma según el estudio de Triadó et al. (2006) en el que ejerce un papel tradicional, es decir, las madres se ocupan del cuidado de sus hijos.

En relación al estado civil, entre los más predominantes se sitúan estar casados o viudos de los que 4 de cada 10 se encuentran solos debido a este último (Prato et al., 2012; Triadó et al., 2006). Como era de esperar, en cuanto al estado laboral, la mayoría son pensionistas o jubilados como se confirma en el estudio de Ortiz Barrero (2004), las personas cuando se jubilan reorganizan su vida y entre ellas incluyen el ejercer de abuelo cuidador.

Por último, el estado de salud más predominante ha sido regular, ya que según Triadó et al. (2006) el 35-40% de las personas mayores que mencionan valerse por sí mismos y a su vez cuidan nietos, declaran tener una salud regular o buena. Esto es debido a que el cuidado de los nietos puede conllevar a efectos negativos en la salud del mayor, del que no hay mucha conciencia (Muñoz Pérez y Zapater Torras, 2006). Diversos autores exponen diferentes enfermedades que se dan en las personas mayores que cuidan nietos, entre las que se encuentran: cardiovasculares, problemas relacionados con el sueño, endocrinos y problemas emocionales, entre otros (Guijarro, 2001; Martínez Martínez, 2010; Puente Sierra, 2013; Quevedo-León y Alvarado Romero, 2018). Además, según Badenes Plá y López López (2011), en el 4,06% de los hogares hay al menos un enfermo de Alzheimer entre los cuidadores de nietos.

En cuanto a los resultados obtenidos en relación al segundo objetivo propuesto, la variable “número de nietos” confirma nuestro estudio, ya que según Pinazo Hernandis y Ferrero (2003) en general, las personas mayores tienen una media de 8,7 nietos. Por otro lado, Según Martínez Martínez (2016), se considera que

la edad del nieto (entre otros aspectos) influye significativamente en los cuidados, conllevando a efectos negativos, por lo tanto, no se confirma el rango de edad media de los nietos, ya que según Glaser et al. (2010), los abuelos normalmente cuidan a sus nietos con edades comprendidas entre 0 y 12 años. Según Badenes Plá y López López (2011), los rangos de edad de los nietos son determinantes en la explicación de las horas de cuidado, ya que los niños de corta edad absorben más tiempo, al contrario de los niños con una edad más avanzada. En relación al número de horas al día que pasan con los nietos, según Luis Díaz (2018) los ven hasta 3 horas al día contradiciendo nuestros resultados; en cambio, el estudio de Musil et al. (2011) confirma las horas a la semana, es decir, los abuelos cuidan a sus nietos una media de de 35.70 horas. De acuerdo con Holt et al. (2016), las actividades al aire libre o de ocio han disminuido de una manera considerable ya que los niños poseen más restricciones y normas por parte de sus padres, por lo tanto, las actividades con más tendencia a realizar con sus nietos son las que se sitúan dentro del hogar como, por ejemplo, actividades familiares o de acompañamiento.

Cabe destacar, que durante la pandemia (Covid-19), como se esperaba, las horas dedicadas al cuidado de los nietos han disminuido mayoritariamente debido a la situación de confinamiento y solo aquellos que conviven en el mismo hogar son los que mantenían dicho contacto. Asimismo, los participantes han mencionado que el contacto diario o semanal ha sido a través de vía telefónica.

Según Luna et al. (2016) se estudió el fenómeno conocido “estrés del cuidador” y expone que una suposición prolongada de cuidado familiar puede ser una situación muy estresante para el cuidador y podría potencialmente perjudicar su salud. Sin embargo, este hecho contradice nuestros resultados, obtenidos en ambas escalas (PSS y Escala A) utilizadas para la evaluación de estrés consciente.

Pinazo Hernandis y Ferrero (2003) establecen una relación entre aspectos sociodemográficos y del contexto del cuidador y los impactos sobre la salud psicosocial y bienestar general de estos siendo esta relación la causante del deterioro psicosocial del cuidador. Además, Glaser et al. (2013) realizaron un análisis de regresión logística multivariante entre las características de los abuelos, como son: género, edad, estado civil, estado laboral, de salud y número de nietos y los niveles de atención que brindan a sus nietos. Sin embargo, ambos aspectos se contradicen

con los resultados hallados en nuestro estudio por los cuestionarios seleccionados para la evaluación de estrés.

Las limitaciones que hemos encontrado en este trabajo son, en primer lugar, la propia muestra donde nos podemos encontrar el “muestreo por conveniencia”, que consiste en seleccionar una muestra de la población solamente porque se considera accesible y supone que pueda haber perfiles inadecuados. En nuestro estudio se consiguió la muestra a través del alumnado de Psicología quienes los seleccionaron a partir de esos requisitos de su disponibilidad. Además, el “tamaño de la muestra” en nuestro caso, 84 participantes, podría resultar una muestra pequeña lo que podría influir en los resultados, es decir, cuantos menos participantes menos fiabilidad tendrá la investigación. Por otro lado, la “edad de los nietos” resulta una gran desventaja, en nuestro estudio el rango de edad de los nietos está comprendida entre 2 y 33 años, por lo que aquellos participantes que se encuentran entre los 15 y 33 años poseen más independencia y no requieren un nivel de cuidado intensivo. Es de gran importancia mencionar el “sesgo de deseabilidad social” ya que interfiere en las respuestas de los participantes llevando finalmente a interpretaciones erróneas, por tanto, consideramos que es la principal fuente de distorsión ya que de alguna manera ha podido dificultar la honestidad de las respuestas y con ello, perjudicar los resultados. Por último, esta investigación dispone de un número considerable de personas que han mencionado poseer Alzheimer, esto podría suponer un sesgo en las respuestas de los participantes, pero las propias investigadoras basándose en el estudio de Badenes Plá y López López. (2011) comentado anteriormente, han decidido admitir a participantes que poseen dicha enfermedad ya que se encuentran capacitados para cuidar de sus nietos. Además, es importante destacar que, debido al pequeño tamaño muestral, esta variable (con Alzheimer) ha podido tener mayor efecto en los datos obtenidos.

En segundo lugar, la amplitud del cuestionario (8 páginas) y la forma de administrarlo (telefónicamente) debido al confinamiento por el Covid-19 podría suponer tanto una sobrecarga de información para una persona mayor como la incapacidad de controlar los sesgos ambientales simultáneos que se puedan producir. Asimismo, destaca las desviaciones típicas demasiado amplias en algunos ítems

como, por ejemplo, el número de horas que dedican a sus nietos (de 1 a 168 horas), por lo que afectaría a la exactitud de los resultados

Es importante, para futuras investigaciones, incluir en el cuestionario sociodemográfico preguntas directas que ponen a prueba esa deseabilidad social, con respuesta tipo likert cómo “¿Cree que cuidar a sus nietos le provoca un mayor cansancio?” o “Desde que cuido a mis nietos me siento más cansado/con más energía/estresada...”, para ver con mayor exactitud, en qué medida afecta la intensidad de cuidado en el aumento de sintomatología negativa previa del cuidador. También habrá que conseguir grupos homogéneos respecto a las enfermedades para así poder realizar un estudio longitudinal y estudiar con más detalle los cambios y tener una mayor claridad de los datos, en la evolución de posibles síntomas.

Como conclusión, en relación al objetivo principal planteado, no se obtuvo relación entre un nivel intenso de cuidado y una mayor probabilidad de padecer alguna enfermedad o un aumento en la sintomatología negativa previa en el cuidador (salvo la observada en diabetes). Esto podría deberse a que en nuestra muestra la mayoría de ellos se encuentran en situación de “pensionista o jubilado” y “casados o acompañados” bien por su pareja o familia; por lo que el nieto, más que una carga, podría suponer un posible aliciente, así como un beneficio, ya que al cuidar de sus nietos manifiestan sentimientos positivos como utilidad, felicidad y satisfacción dejando de lado sentimientos negativos (Puentes Sierra, 2013; Strawbridge, 1997; Villalba, 2002).

Referencias

- Albertini, M., Kohli, M., & Vogel, C. (2007). Intergenerational Transfers of Time and Money in European Families: Common Patterns - Different Regimes?. *Journal of European Social Policy*, 17 (4), 319-334
<https://doi.org/10.1177/0958928707081068>
- Arbelo González, C., Hernández González, D., & Hernández Díaz, L. M. (2019). *Análisis de la percepción de 3 roles familiares simultáneos en personas mayores: bisabuelidad, abuelidad y parentalidad* [Manuscrito no publicado]. Universidad de La Laguna.
- Avilés Marchena, J. P., Domínguez García, G., & Pérez Carballido, G. (2016). *La Abuelidad: rol relevante en sociedad que envejece*. Universo Sur.
- Badenes Plá, N., & López López, M. T. (2011). *Doble dependencia: Abuelos que cuidan nietos en España* (1ª ed., Estudios y monografías de economía). Civitas.
- Baldock, E. (2007). Grandparents raising grandchildren because of alcohol and other drug issues. *Family Matter*, 76 (3), 70-75.
<https://doi.org/10.1080/0312407X.2013.817595>
- Castañeda García, P. J., Valle Sanz, C., & Gutiérrez Barroso, J. (2017). From grandparenthood to great-grandparenthood. Exploring a family role. *Anuario de Psicología*, 47(3), 115-122. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2018.01.003>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 24(4) 385-396.
- Engel, G. (1997). From biomedical to biopsychosocial. Being scientific in the human domain. *Psychosomatics*, 38(1), 521-528. [https://doi: 10.1016/S0033-3182\(97\)71396-3](https://doi:10.1016/S0033-3182(97)71396-3)

- Even Zohar, A., & Garby, A. (2016). Great-Grandparents' Role Perception and Its Contribution to Their Quality of Life. *Journal of intergenerational Relationships*, 14(3), 197-219. <https://doi.org/10.1080/15350770.2016.1195246>
- Fernández Marín, M. (2014). *Abuelos cuidadores: solidaridad intergeneracional en el contexto de la precariedad e inestabilidad laboral*. Universidad de Cádiz. <http://hdl.handle.net/10498/16813>
- Fernández Seara, J., & Mielgo Robles, M. (1996). *EAE: Escalas de apreciación del estrés: Manual* (2ª ed., Publicaciones de psicología. Serie menor; 202). TEA.
- Fruhauf, C., Yancura, L., Fox, A., Riggs, N., Greenwood-Junkiermeyer, H., & Mendoza, A. (2019). Improving health and well-being of grandparents raising of grandparents raising grandchildren: a strengths-based intervention. *Innovation in Aging*, 3(Suppl 1), S356z. <https://doi.org/10.1093/geroni/igz038.1292>
- García Calvente, M. M., Mateo, I., & Gutiérrez, P. (1999). *Cuidados y cuidadores en el sistema informal de salud*. Escuela Andaluza de Salud Pública e Instituto Andaluz de la Mujer.
- Glaser, K., Price, D.J., Di Gessa, G., Ribe, E., Stuchbury, R., & Tinker, A. (2013). *Grandparenting in Europe: family policy and grandparents' role in providing childcare*. Grandparents Plus
- González Ramírez, M., & Landero Hernández, R. (2007). Factor Structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a Sample from Mexico. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 199-206. <https://doi.org/10.1017/S1138741600006466>
- González Rodríguez, I. (2011). Abuelos y abuelas para todo: Percepciones en torno a la educación y el cuidado de los nietos. *Sesenta y Más*, (308), 18-21.
- Guijarro, A. (2001). *El síndrome de la abuela esclava*. Grupo editorial universitario.

- Gutiérrez Morote, M., & Gutiérrez López, E. (2002). *El manual de los abuelos: Cómo cuidar a los nietos y pasarlo bien con ellos*. Témpora.
- Hank, K., & Buber, I. (2009). Grandparents Caring for Their Grandchildren Findings From the 2004 Survey of Health, Ageing, and Retirement in Europe. *Journal of Family Issues*, 30, 53-73. <https://doi.org/10.1177/0192513X08322627>.
- Hidalgo Ruzzante, N., Peralta Ramírez, M. I., Robles Ortega, H., Vilar-López, R., & Pérez-García, M. (2009). Estrés y psicopatología en mujeres inmigrantes: repercusiones sobre la calidad de vida. *Psicología conductual/Behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 17(3), 595-607.
- Holt, N. L., Neely, K. C., Spence, J. C., Carson, V., Pynn, S. R., Boyd, K. A., Ingstrup, M., & Robinson, Z. (2016). An intergenerational study of perceptions of changes in active free play among families from rural areas of Western Canada. *BMC Public Health*, 16(829), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3490-2>
- Jiménez, M., & Zavala, M. (2011). Estrés Parental y Apoyo Social en Familias Extensas Acogedoras Chilenas y Españolas. *Infancia y Aprendizaje*, 34(4), 495-506. <https://doi.org/10.1174/021037011797898458>
- Kelley, S. J., Whitley, D., Sipe, T. A., & Crofts Yorker, B. (2000). Psychological distress in grandmother kinship care providers: the role of resources, social support and physical health. *Child Abuse & Neglect*, 24(3), 311–321. [https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(99\)00146-5](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(99)00146-5)
- Lee, Y., & Jang, K. (2019). Mental health of grandparents raising grandchildren: understanding predictors of grandparents' depression. *Innovation in Aging*, 3(Suppl 1), S282. <https://doi.org/10.1093/geroni/igz038.1042>
- Lehman, B. J., David, D. M., & Gruber, J. A. (2017). Rethinking the biopsychosocial model of health: Understanding health as a dynamic system. *Social and*

- Luis Díaz, A. (2018). *Análisis de las actividades dinámicas y sedentarias entre abuelos y nietos* [Manuscrito no publicado]. Universidad de La Laguna.
- Luna, S., Ramos, P., & Rivera, F. (2016). Coping strategies, stress and health of grandmothers caring for ascending and descending relatives / Afrontamiento, estrés y salud en abuelas cuidadoras de familiares ascendentes y descendentes. *Estudios de Psicología*, 37(1), 90-114.
<https://doi.org/10.1080/02109395.2015.1122435>
- Mansilla Domínguez, J. M. (2017). *Significado del cuidado de los nietos: perspectiva desde los abuelos* [Tesis doctoral, Universidad Rey Juan Carlos].
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=226554>
- Martínez Martínez, A. L. (2010). *Aproximación a los conflictos generados entre los abuelos cuidadores de nietos y los padres en la sociedad actual*. Contribuciones a las Ciencias Sociales.
<https://www.eumed.net/rev/cccss/10/almm.pdf>
- Martínez Martínez, A. L. (2016). *Análisis del fenómeno de los abuelos cuidadores en el área metropolitana de Murcia*. [Tesis doctoral, Universidad de Murcia].
<https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/50549>
- Mestre, J., Guillén, J., & Caro, F. (2012). Abuelas cuidadoras en el siglo XXI: Recurso de conciliación de la vida social y familiar. *Portularia*, 12, 231-238.
<http://dx.doi.org/10.5218/prts.2012.0025>
- Muñoz Pérez, M., & Zapater Torras, F. (2006). Impacto del cuidado de los nietos en la salud percibida y el apoyo social de las abuelas. *Atención Primaria*, 37(7), 374-379. <https://doi.org/10.1157/13087374>

- Musil, C. M., Gordon, N. L., Warner, C. B., Zauszniewski, J. A., Standing, T., & Wykle, M. (2011). Grandmothers and Caregiving to Grandchildren: Continuity, Change, and Outcomes Over 24 Months. *The Gerontologist*, 51(1), 86-100. <https://doi.org/10.1093/geront/gnq061>
- Musil, C., Jeanblanc, A., Burant, C., Zauszniewski, J., & Warner, C. (2013). Longitudinal analysis of resourcefulness, family strain, and depressive symptoms in grandmother caregivers. *Nursing Outlook*, 61(4), 225–234. <http://doi.org/10.1016/j.outlook.2013.04.009>
- Noriega, C., & Velasco, C. (2013). Relaciones abuelos-nietos: una aproximación al rol del Abuelo. *Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales*, (41), 464-482.
- Ortiz Barrero, M. J. (2004). *Abuelas cuidadoras de sus nietos-estrés y calidad de vida* [Manuscrito no publicado]. Universidad de los Andes.
- Pearlin, L. I., Mullan, J., Semple, J., & Skaff, M. (1990). Caregiving and the stress process. An overview of concepts and their measures. *The Gerontologist*, 30(5), 583-94. <https://doi.org/10.1093/geront/30.5.583>
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19(1), 2-21. <https://doi.org/10.2307/2136319>
- Peralta Gladic, C., & Rodríguez Bustamante, C. (2017) *Aspectos del cuidado asociados al bienestar subjetivo de abuelas que cuidan a sus nietos*. Universidad de Chile.
- Pinazo Hernandis, S., & Ferrero, C. (2003). Impacto psicosocial del acogimiento familiar en familia extensa: El caso de las abuelas y abuelos acogedores. *Revista multidisciplinaria de gerontología*, 13(2), 89-101.
- Pinazo Hernandis, S., & Lluna, J. (2011). Menores criados por sus abuelas. Mejora de las pautas de cuidado a menores en acogimiento familiar en familia extensa

- a través de un programa de intervención psicoeducativo. *Revista sobre la Infancia y la adolescencia*, (1), 14-34. <https://doi.org/10.4995/reinad.2011.834>
- Prato, A., Hernández, A. L., Techera, L., & Rivas, R. (2012). Abuelos y nietos ¿una relación necesaria?. *Biomedicina*, 7(2), 22-36.
- Puentes Sierra, L. J. (2013). *Experiencias del adulto mayor en su autocuidado al asumir el rol de cuidador de su (s) nieto (s)* [Manuscrito no publicado]. Universidad Javeriana.
- Quevedo-León, L., & Alvarado Romero, H. R. (2018). Indicaciones de autocuidado para el adulto mayor cuidador de niños: Una mirada desde enfermería. *MedUNAB*, 20(3), 362-367. <https://doi.org/10.29375/01237047.2394>
- Remor, E., & Carrobles, J. A. (2001). Versión Española de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+ [Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS-14): Psychometric study in a HIV+ sample]. *Ansiedad y Estrés*, 7(2-3), 195–201.
- Reyes-Macías, I. Bordón-Suárez, V. D., Segura-Cabrera, A., Castañeda-García, P. J. (2020). Desarrollo evolutivo humano y longevidad. Un análisis bio-psicosocial. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(1). <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/1662>
- Roa Venegas, J. M., & Vacas Díaz, C. (2000). Perfiles de abuelidad. *Pedagogía social: revista interuniversitaria*, (6), 205-219.
- Stein, R. K., Hurlburt, M. S., Heneghan, A. M., Zhang, J., Rolls-Reutz, J., Landsverk, J., & McCue Horwitz, S. (2014). Health status and type of out-of-home placement: Informal kinship care in an investigated sample. *Academic Pediatrics*, 14(6), 559–564. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2014.04.002>
- Strawbridge, W. J., Wallhagen M. I., Shema S. J., & Kaplan G. A. (1997). New burdens or more of the same? Comparing grandparent, spouse and adult-child

caregivers. *Gerontologist*, 37(4), 505-10.
<https://doi.org/10.1093/geront/37.4.505>

Triadó, C., Villar, F., Solé, C., Osuna, M., & Celdrán, M. (2006). Percepciones cruzadas entre abuelos y nietos en una muestra de díadas: una aproximación cualitativa. *Revista española de Geriátria y Gerontología*, 41(2), 100-110.
[https://doi.org/10.1016/S0211-139X\(06\)72933-X](https://doi.org/10.1016/S0211-139X(06)72933-X)

Villalba C. (2002). *Abuelas cuidadoras*. Tirant lo Blanch.

Weisbrot, M., & Giraudo, N. (2012). Conceptos y percepciones de las abuelas sobre el cuidado de sus nietos. Estudio cualitativo en una población del Hospital Italiano de Buenos Aires. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 110(2), 126-113.
<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2012.126>