

**Personas de la tercera edad y cuidadores:  
encuesta en línea  
Resumen ejecutivo**

Abril de 2012



AMERICAN ACADEMY OF  
FAMILY PHYSICIANS

## Introducción

A principios de 2012, el área de Relaciones Públicas de American Academy of Family Physicians (AAFP) colaboró con Harris Interactive para llevar a cabo una encuesta nacional a personas de la tercera edad y cuidadores. La encuesta recopiló las opiniones de personas de la tercera edad y de cuidadores acerca de diversos temas relacionados con el estrés que experimentan diariamente, así como también cómo, cuándo y dónde buscan información adicional sobre salud y bienestar.

Este informe es un resumen de los hallazgos de esta encuesta.

## Hallazgos clave

### Acerca de los cuidadores

Más de uno de cada 10 adultos en los Estados Unidos son cuidadores de un familiar adulto, un pariente o un amigo de manera regular (11%).

- Es significativamente más probable que los adultos de 45 a 54 años sean cuidadores que los adultos de 18 a 34 años (15% frente a 8%). No existen diferencias significativas en la probabilidad de ser cuidador entre los adultos de diferente sexo, región o estado civil.

Tres de cada cinco cuidadores (60%) tienen un empleo, que es un porcentaje ligeramente más alto que el que corresponde a la población total (55%) y significativamente más alto que el porcentaje de personas de la tercera edad que tienen un empleo (15%).

- Apenas un poco más de un tercio de los cuidadores trabaja a tiempo completo (35%); el 15% trabaja a tiempo parcial y el 16% son trabajadores independientes.
- Por otra parte, una gran mayoría de las personas de la tercera edad está jubilada (85%), un porcentaje significativamente más alto que el de los cuidadores jubilados (18%).

### El impacto del cuidado de personas en la vida de los cuidadores

Aproximadamente, nueve de cada 10 cuidadores opinan que hay uno o más factores de estrés asociados con el cuidado de personas (88%), mientras que un 12% opina que no existe ninguno.

- Los cuidadores mencionan, más comúnmente, intentar equilibrar el trabajo y la familia con sus responsabilidades como cuidadores (29%) y el estrés emocional generado por el cuidado de personas (27%) como los aspectos más estresantes del cuidado de personas.
- El tiempo (13%) y el dinero (11%) son los aspectos más estresantes del cuidado de personas para alrededor de uno de cada 10 cuidadores.
- Pocos cuidadores consideran el estrés físico que el cuidado de personas genera en el cuerpo (4%) u “otras” causas de estrés (4%) como los elementos más estresantes del cuidado de personas.

La mayoría de los cuidadores opina que goza de buena salud (67%); alrededor de un tercio opina que su salud es muy buena (36%) y otro tercio opina que es buena (30%).

- Solo el 15% de los cuidadores opina que su salud es excelente y el 16% opina que su salud es aceptable. Prácticamente ningún cuidador opina que su salud sea mala.

Con respecto al impacto que el cuidado de personas tiene en la salud de los cuidadores, casi tres cuartos de los cuidadores admiten tener, al menos, algún grado de impacto en su salud (72%).

- Sin embargo, la mayoría no cree que el impacto que el cuidado de personas tiene en su salud sea particularmente importante; alrededor de la mitad opina que tiene “cierto” grado de impacto (48%) y otro 16% opina que tiene “un grado considerable” de impacto. Solo el 8% opina que tiene poco (5%) o mucho (4%) impacto en su salud.
- Un cuarto de los cuidadores cree que el cuidado de personas no ha tenido impacto en absoluto en su salud (24%).

Del 60% de los cuidadores que están empleados, la mayoría cree que el cuidado de personas, en raras ocasiones o nunca, les hace faltar al trabajo (76%; 42% en raras ocasiones; 34% nunca).

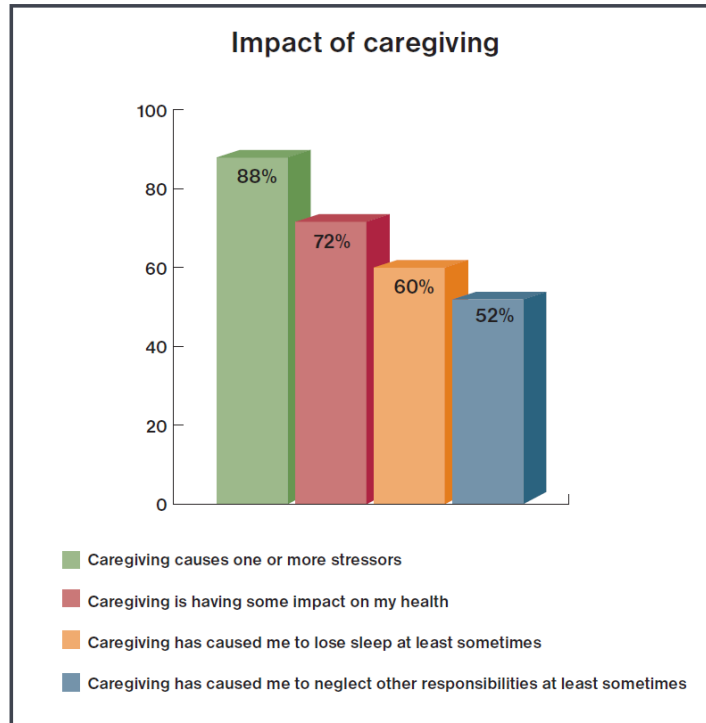
- Alrededor de uno de cada cinco cuidadores declaró que el cuidado de personas hace que falten al trabajo a veces (20%), y otro 4% opina que hace que falten al trabajo con frecuencia. Ningún cuidador declaró que le hiciera faltar al trabajo siempre.

Alrededor de la mitad de los cuidadores opina que sus responsabilidades como cuidadores les hacen descuidar sus propias responsabilidades, por ejemplo, el cuidado de su propia salud, trámites, hogar, familia y amigos, al menos, a veces (52%).

- Apenas más de uno de cada 10 opina que esto sucede siempre/con frecuencia (12%), mientras que cuatro de cada 10 opina que solo sucede a veces (40%).
- Casi la mitad de los cuidadores opina que sus responsabilidades como cuidadores, en raras ocasiones, en caso de que ocurra, les hacen descuidar sus propias responsabilidades (48%); el 32% opina que esto sucede en raras ocasiones y el 16% opina que no sucede nunca.

Tres de cada cinco cuidadores opinan que sus responsabilidades como cuidadores les quitan el sueño, al menos, a veces (60%), de los cuales la mayoría opina que sucede a veces (46%) y solo algunos declaran que sucede con frecuencia (13%) o siempre (1%).

- Solo más de un cuarto opina que, rara vez, sus obligaciones como cuidadores les quitan el sueño (28%) y el 13% opina que esto no sucede nunca.



### **Dónde buscan información sobre la salud los cuidadores**

Para el 96% de los cuidadores que se ocupan de la salud de aquellas personas a las que cuidan, los médicos u otros proveedores de atención médica son las fuentes principales de información (63%) cuando tienen preguntas sobre la salud de las personas a las que cuidan.

- Es significativamente más probable que las mujeres que son cuidadoras (74%) recurran a los médicos u otros proveedores de atención médica para responder preguntas sobre la salud de las personas a las que cuidan más que los cuidadores de sexo masculino (53%).

Del 63% de los cuidadores que consultan a médicos o proveedores de atención médica cuando tienen preguntas sobre las personas a las que cuidan, casi todos los cuidadores dirigen estas preguntas a un médico de atención primaria (96%).

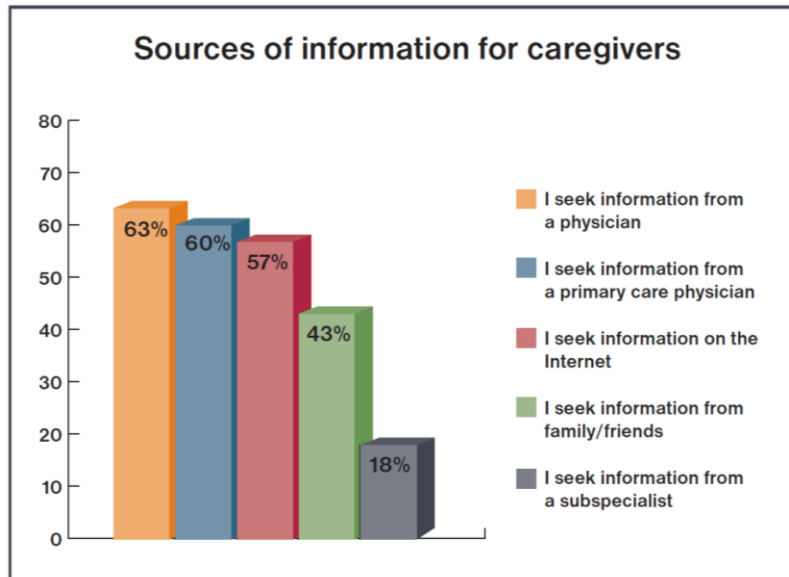
- El 7% de los cuidadores se han dirigido al personal de un centro ambulatorio de un hospital, el 5% se ha dirigido al personal de un hospital o clínica militar/para veteranos de guerra, el 4% se ha dirigido al personal de una clínica o centro de salud públicos, el 3% se ha dirigido al personal de clínicas ubicadas en tiendas (p. ej., clínicas ubicadas en una farmacia, en una tienda de comestibles o en otra tienda de venta minorista) y el 4% se ha dirigido a otros lugares.
- Uno de cada cinco cuidadores ha recurrido a otro tipo de médico (18%) para obtener esta información.

Más de la mitad de los cuidadores utiliza Internet como recurso para responder preguntas sobre la salud de las personas a las que cuidan (57%).

- Las búsquedas generales en Internet (41%) son la manera más común en la que los cuidadores utilizan la Web para responder sus preguntas sobre salud y, luego, visitan sitios web de salud/medicina (36%), paneles de mensajes/blogs/foros (15%) y sitios de redes sociales (p. ej., Facebook, Twitter) (5%).

Más de dos de cada cinco cuidadores recurren a amigos y/o familiares cuando tienen preguntas sobre el manejo de la salud de las personas a las que cuidan (43%).

Solo el 3% recurre a otra fuente, y el 6% señala que no busca en ningún lado.



### Dificultad para encontrar información de salud confiable

Más de la mitad de los cuidadores (56%) cree que no existe un único recurso en línea de información de salud altamente confiable para los cuidadores. A la inversa, el 44% cree que sí existe un recurso en línea de información de salud altamente confiable.

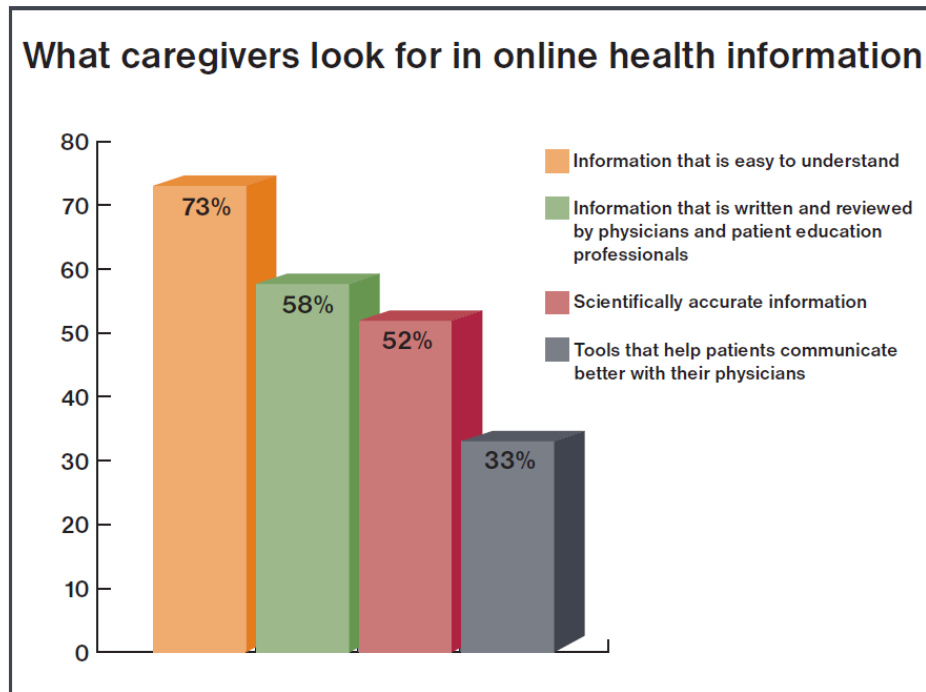
Es ligeramente más probable que las personas de la tercera edad creen que existe un recurso en línea donde pueden encontrar información de salud altamente confiable para las personas de la tercera edad: el 50% dijo que sí, mientras que el otro 50% dijo que no.

- Es significativamente más probable que las mujeres de la tercera edad, en comparación con los hombres, opinen que existe un sitio donde pueden obtener información en línea altamente confiable (59% frente a 39%).

Entre el 92% de los cuidadores y el 82% de las personas de la tercera edad que utilizan recursos de salud en línea, la característica principal que se busca en un recurso de salud en línea es que la “información sea fácil de comprender” (73% de los cuidadores; 78% de las personas de la tercera edad).

- Luego, las características más importantes que le siguen son tener “información que esté escrita y revisada por médicos y profesionales especialistas en educación del paciente” (58% de los cuidadores; 62% de las personas de la tercera edad), y tener “información científicamente exacta” (52% de los cuidadores; 59% de las personas de la tercera edad).

- A pesar de ser menos importante, alrededor de un tercio de los cuidadores (33%) y de las personas de la tercera edad (27%) dicen que buscan, en estos recursos de salud en línea, “herramientas para ayudar a que los pacientes se comuniquen mejor con sus médicos”. El 3% de los cuidadores y el 4% de las personas de la tercera edad declararon que buscaron alguna “otra” característica, y tanto el 5% de los cuidadores como el 6% de las personas de la tercera edad declararon que no buscaron “ninguna”.

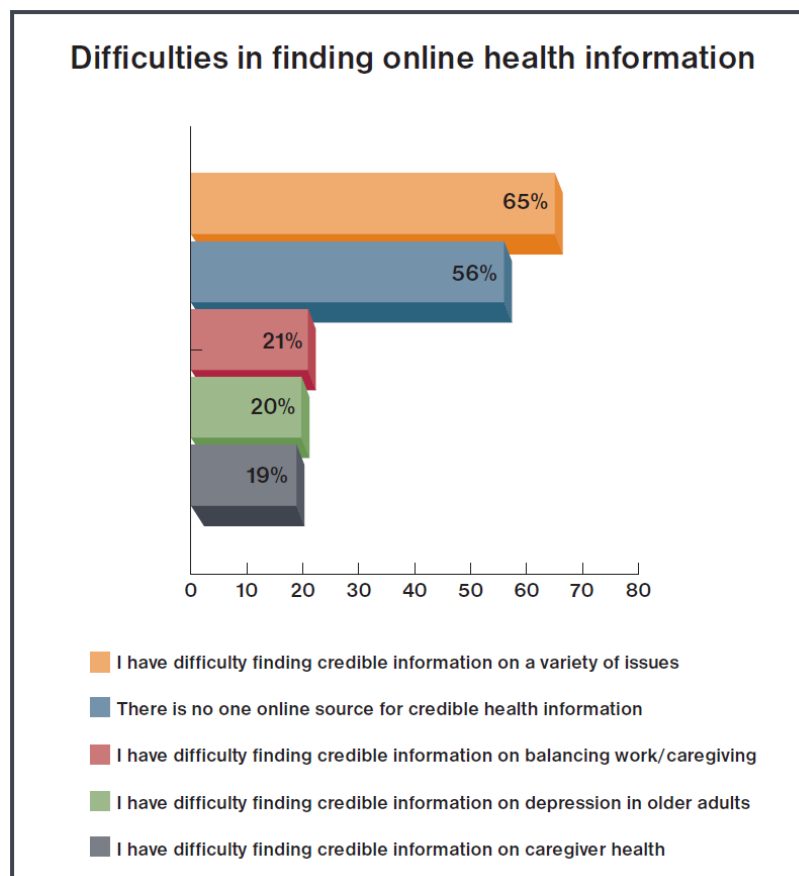


Casi dos tercios (65%) de los cuidadores tienen dificultades para encontrar información confiable sobre diversos asuntos de salud, mientras que el 35% no tiene ninguna dificultad para encontrar información confiable.

- Los cuidadores tienen la mayor dificultad para encontrar información confiable sobre cómo equilibrar el trabajo y el cuidado de personas (21%), sobre la depresión en adultos mayores (20%) y sobre la salud del cuidador (19%).
- Los cuidadores tienen una dificultad moderada para encontrar información sobre fármacos de venta con receta para personas de edad avanzada (17%), vivienda asistida y otras opciones de vivienda para personas de la tercera edad (16%), sobre cómo ayudar a los adultos mayores a manejar los acontecimientos trascendentales de la vida (15%), cómo cuidar de una persona de la tercera edad que tiene demencia (13%), sobre la atención médica preventiva para personas de la tercera edad (12%) y la enfermedad de Alzheimer (11%).
- Los cuidadores tienen la menor dificultad para encontrar información confiable sobre la sexualidad al final de la vida (9%), el maltrato a personas mayores (9%) y las farmacias en línea (7%). Solo el 3% tiene dificultad para encontrar información sobre otros temas.

Las personas de la tercera edad informan que tienen menos dificultad que los cuidadores para encontrar información confiable sobre estos temas; el 34% opinó que tuvo dificultad para encontrar información confiable sobre cualquiera de estos mismos asuntos, mientras que el 66% no tiene ninguna dificultad para encontrar información confiable.

- A las personas de la tercera edad les resulta más difícil encontrar información sobre fármacos de venta con receta para personas de edad avanzada (14%), atención médica preventiva para personas de la tercera edad (13%), sexualidad al final de la vida (12%) y sobre cómo ayudar a los adultos mayores a manejar los acontecimientos trascendentales de la vida (11%).
- Las personas de la tercera edad tienen poca dificultad para encontrar información sobre vivienda asistida y otras opciones de vivienda para personas de la tercera edad (9%), sobre la depresión en adultos mayores (7%), cómo cuidar de una persona de la tercera edad que padece demencia (7%), sobre la enfermedad de Alzheimer (5%), el maltrato a personas mayores (5%), las farmacias en línea (5%) y “otros” asuntos (1%).
- Las personas de la tercera edad que también son cuidadores tienen poca dificultad para encontrar información sobre la salud del cuidador (1%) y sobre cómo equilibrar el trabajo y el cuidado de personas (1%).



## Información de la salud confiable

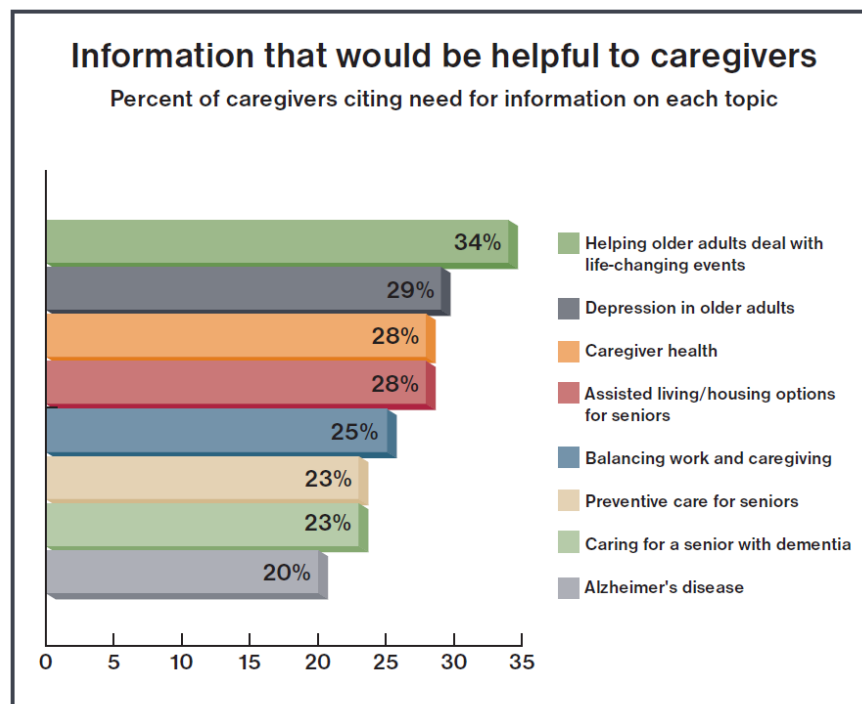
Más de cuatro de cada cinco cuidadores opinan que sería útil para ellos tener información confiable sobre uno o más de los diversos asuntos de salud que son relevantes para los cuidadores (83%), mientras que el 17% opina que ninguno sería útil.

- Los cuidadores opinan que sería más útil tener información sobre cómo ayudar a los adultos mayores a manejar los acontecimientos trascendentales de la vida (34%), sobre la depresión en adultos mayores (29%), la salud del cuidador (28%), vivienda asistida y otras opciones de vivienda para personas de la tercera edad (28%) y sobre cómo equilibrar el trabajo y el cuidado de personas (25%).
- Alrededor de un quinto de los cuidadores buscaría información sobre atención médica preventiva para personas de la tercera edad (23%), cómo cuidar de una persona de la tercera edad que tiene demencia (23%), enfermedad de Alzheimer (20%) e información sobre fármacos de venta con receta para personas de edad avanzada (17%).
- Por el contrario, los cuidadores opinan que la información sobre sexualidad al final de la vida (12%), las farmacias en línea (12%), el maltrato a personas de edad avanzada (8%) y “otros” asuntos sería la menos útil.

Dos tercios de las personas de la tercera edad (65%) creen que sería útil para ellos tener información confiable sobre uno o más de los diversos asuntos de la salud que son relevantes para ellas.

- Los asuntos sobre los cuales sería más útil tener información según las personas de la tercera edad incluyen la atención médica preventiva para personas de la tercera edad (36%), la información sobre fármacos de venta con receta para personas de edad avanzada (31%) y vivienda asistida y otras opciones de vivienda para personas de la tercera edad (23%).
- La siguiente información más útil sería sobre cómo ayudar a los adultos mayores a manejar los acontecimientos trascendentales de la vida (19%), la enfermedad de Alzheimer (17%), la sexualidad al final de la vida (17%) y la depresión en adultos mayores (15%).
- Las personas de la tercera edad opinan que la información sobre el cuidado de una persona de la tercera edad que tiene demencia (10%), las farmacias en línea (9%), el maltrato a personas mayores (4%) y “otros” asuntos (3%) sería menos útil.
- Parece que las personas de la tercera edad que también son cuidadores no consideran muy útil a la información sobre la salud del cuidador (1%) o sobre cómo equilibrar el trabajo y el cuidado de personas (1%), tal vez, porque podría no ser relevante para ellas.





### Cómo investigar asuntos de salud específicos

Al investigar acerca de un asunto de salud específico, los cuidadores pasan un promedio de 2.3 horas buscando información. Esta cantidad de tiempo es mucho mayor que la utilizada por las personas de la tercera edad; en promedio, las personas de la tercera edad pasan solo 0.7 horas buscando información al investigar un asunto de salud específico.

### Actitudes sobre la atención médica y el cuidado de personas

#### A veces me confunden las recomendaciones de los médicos.

- Entre los cuidadores que están de acuerdo con esta afirmación (92%), cuatro de cada 10 (41%) aceptan que a veces se confunden con las recomendaciones de los médicos; sin embargo, la mayoría (59%) no está de acuerdo con esta afirmación.
- Entre las personas de la tercera edad que están de acuerdo con esta afirmación (98%), solo alrededor de un cuarto (24%) acepta que se confunde con las recomendaciones de los médicos y tres cuartos de ellos (76%) están en desacuerdo.

#### A veces me confunden las facturas que recibo de médicos o de proveedores de cobertura médica/del seguro.

- Entre los cuidadores que están de acuerdo con esta afirmación (88%), más de cuatro de cada 10 (46%) aceptan que, a veces, se confunden con las facturas que reciben de los médicos o de proveedores de cobertura médica/del seguro, mientras que la mayoría (54%) no está de acuerdo.
- Entre las personas de la tercera edad que están de acuerdo con esta afirmación (94%), el 42% acepta que, a veces, se confunde con las facturas que recibe de los médicos o de proveedores de cobertura médica/del seguro, mientras que la mitad (58%) no está de acuerdo.

**Tengo pocos conocimientos sobre los medicamentos de venta con receta (p. ej., cómo funcionan y qué alimentos, otros medicamentos o actividades podrían interactuar con ellos).**

- De los cuidadores que están de acuerdo con esta afirmación (94%), el 45% acepta que tiene pocos conocimientos sobre los medicamentos de venta con receta (p. ej., cómo funcionan y qué alimentos, otros medicamentos o actividades podrían interactuar con ellos), mientras que más de la mitad (55%) no está de acuerdo.
- Casi todas las personas de la tercera edad están de acuerdo con esta afirmación (98%) y el 41% de ellas acepta que tiene pocos conocimientos sobre los medicamentos de venta con receta (p. ej., cómo funcionan y qué alimentos, otros medicamentos o actividades podrían interactuar con ello), mientras que casi seis de cada 10 (59%) no están de acuerdo.

**No se por dónde empezar al momento de planificar el “final de la vida” (p. ej., redactar un testamento vital o un poder de atención médica).**

- Entre los cuidadores que están de acuerdo con esta afirmación (91%), solo el 44% acepta que no sabe por dónde empezar al momento de planificar el “final de la vida” (p. ej., redactar un testamento vital o un poder de atención médica), mientras que más de la mitad (56%) de los cuidadores no está de acuerdo.
- No es extraño que entre las personas de la tercera edad que están de acuerdo con esta afirmación (96%), solo el 22% acepte que no sabe por dónde empezar al momento de planificar el “final de la vida” (p. ej., redactar un testamento vital o un poder de atención médica), mientras que la gran mayoría (78%) no está de acuerdo.

**Me siento frustrado al tener que consultar múltiples recursos cuando estoy intentando buscar información sobre un asunto de salud específico.**

- El 58% de los cuidadores acepta que se siente frustrado al tener que consultar múltiples recursos cuando está intentando buscar información sobre un asunto de salud específico.
- Entre los cuidadores que están de acuerdo con esta afirmación (93%), casi dos tercios (63%) acepta que se siente frustrado al tener que consultar múltiples recursos cuando está intentando buscar información sobre un asunto de salud específico, mientras que solo el 37% no está de acuerdo.
- Entre las personas de la tercera edad que están de acuerdo con esta afirmación (91%), alrededor de la mitad (53%) acepta que se sienten frustrados al tener que consultar múltiples recursos para buscar información sobre un asunto de salud específico, mientras que el 47% no está de acuerdo.

## **Metodología**

Harris Interactive® presentó el estudio en representación de AAFP del 5 al 7 de marzo de 2012 por medio de su amplio servicio en línea QuickQuery<sup>SM</sup>, en el cual se entrevistó a 2,238 adultos mayores de 18 años, de los cuales 448 son personas de la tercera edad (mayores de 65 años) y 241 son cuidadores. Los datos fueron ponderados usando el puntaje de propensión ponderado para que fuera representativo de la totalidad de la población adulta de los EE. UU. sobre la base de la región, la edad por sexo, la educación, los ingresos del hogar, la raza/el origen étnico y la propensión a estar en línea. No se puede calcular el error teórico de muestreo; está disponible una metodología completa.