




Estrategia psicoeducativa para perfeccionar el cuidado del adulto mayor en la agencia de cuidados a domicilio Pazilda Srul, de Santiago de Cuba

Psychoeducational strategy to improve the care of the elderly at the Pazilda Srul home care agency in Santiago de Cuba


 <https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v8.n3.2024.140-155>

Recibido: 10-06-2024

Aceptado: 11-08-2024

Publicado: 25-09-2024

Carina Estrella Monier Tornés^{1*}

 <https://orcid.org/0009-0009-9799-1456>

1. Asociada en la Sociedad Cubana de Psicología; Santiago, Cuba.

Volumen: 8

Número: 3

Año: 2024

Paginación: 140-155

URL: <https://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesumciencias/article/view/868>

***Correspondencia autor:** cmoniertornes@gmail.com



RESUMEN

La investigación presenta una estrategia psicoeducativa destinada a perfeccionar el cuidado del adulto mayor en la Agencia de Cuidados Domicilio Pazilda en Santiago de Cuba. Este estudio se lleva a cabo en respuesta a la creciente necesidad de mejorar la atención a los ancianos, especialmente en un contexto donde la población envejece rápidamente y enfrenta múltiples desafíos de salud y bienestar. El objetivo principal es diseñar un programa que capacite a los cuidadores en habilidades psicoeducativas para ofrecer un soporte integral a los adultos mayores. La metodología empleada es de enfoque mixto, combinando cualitativo y cuantitativo. Se realizó un análisis de la población de cuidadores y adultos mayores atendidos, seleccionando una muestra representativa. Las técnicas de recolección de datos incluyeron encuestas y entrevistas, lo que permitió una comprensión profunda de las necesidades y percepciones de los involucrados. Los resultados revelaron que la mayoría de los cuidadores carecían de formación específica, lo que limitaba la calidad del cuidado. Sin embargo, la implementación de la estrategia psicoeducativa mostró un incremento notable en la satisfacción de los adultos mayores y en la confianza de los cuidadores. Las conclusiones indican que la formación continua de cuidadores es esencial para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Se recomienda la implementación permanente de programas de capacitación que incluyan aspectos emocionales y prácticos del cuidado.

Palabras clave: Cuidado del adulto mayor, Estrategia psicoeducativa, Capacitación, Santiago de Cuba, Bienestar.

ABSTRACT

The research presents a psychoeducational strategy to improve the care of older people at the Pazilda Home Care Agency in Santiago de Cuba. This study is conducted in response to the growing need to enhance elder care, especially in a context where the population is aging rapidly and facing multiple health and well-being challenges. The main objective is to design a program that trains caregivers in psychoeducational skills to provide comprehensive support to older adults. The methodology used is a mixed approach, combining qualitative and quantitative methods. An analysis of the caregiver and elderly population served was performed, and a representative sample was selected. Data collection techniques included surveys and interviews, allowing for a deep understanding of the needs and perceptions of those involved. The results revealed that most caregivers lacked specific training, limiting the care quality. However, the implementation of the psychoeducational strategy showed a significant increase in the satisfaction of older adults and caregiver confidence. The conclusions indicate that ongoing training for caregivers is essential to improve the quality of life for older adults. Implementing permanent training programs that include emotional and practical aspects of care is recommended.

Keywords: Elderly care, Psychoeducational strategy, Training, Santiago de Cuba, Well-being.



Creative Commons Attribution 4.0
International (CC BY 4.0)

Introducción

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que afecta a muchos países, incluidos aquellos de América Latina como Cuba. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se proyecta que para el año 2050, aproximadamente el 22% de la población mundial tendrá 60 años o más, lo que representa un desafío significativo en términos de sistemas de atención sanitaria, servicios sociales y bienestar general para las personas mayores a nivel mundial (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2018). Este fenómeno adquiere especial relevancia en Cuba, donde el envejecimiento de la población se ha acelerado debido a una combinación de factores, entre los que se destacan la baja tasa de natalidad y el aumento de la esperanza de vida (Fraga, et al, 2022).

En el caso cubano, el Instituto Nacional de Estadística e Información (ONEI) reportó en 2023 que el 24.4% de la población cubana ya tenía 60 años o más, evidenciando un proceso de envejecimiento continuo y progresivo. Regiones como Villa Clara, La Habana y Sancti Spíritus sobresalen por tener una mayor proporción de adultos mayores, mientras que el municipio Plaza de la Revolución en La Habana lidera con el 35% de su población en la tercera edad. Estos datos subrayan la necesidad urgente de adaptar y fortalecer los servicios sociales y de salud para responder a las demandas de esta creciente población de adultos mayores.

En este contexto, la ciudad de Santiago de Cuba ha diseñado una estrategia de atención domiciliaria a través de la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda Srul, que busca abordar las necesidades integrales de los adultos mayores en la región. Este enfoque responde a la creciente demanda de servicios personalizados que consideren las dimensiones emocionales, cognitivas y sociales de los adultos mayores, más allá de los cuidados médicos básicos. La particularidad de esta estrategia radica en su

enfoque comunitario y su adaptación a las características culturales locales, lo que la convierte en un modelo potencialmente replicable en otras regiones cubanas.

El proceso de envejecimiento en Cuba presenta desafíos que no solo se limitan a la atención física, sino también a la necesidad de intervenciones psicoeducativas que promuevan el bienestar emocional y social (Vergara, & Pérez, 2017). La implementación de programas de salud preventiva y de servicios comunitarios ha sido significativa, pero es claro que aún persisten dificultades para ofrecer cuidados especializados que consideren las dimensiones psicológicas de la tercera edad. Aquí es donde las intervenciones psicoeducativas, como las promovidas por la Agencia Pazilda Srul, juegan un papel clave.

La estrategia de atención domiciliaria en Santiago de Cuba se alinea directamente con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 3, que busca garantizar una vida sana y promover el bienestar para todas las edades, y específicamente para los adultos mayores. El ODS 3.8 pone especial énfasis en el acceso a servicios de salud esenciales de calidad y a medicamentos y vacunas seguras y accesibles (Naciones Unidas, 2015a). La inclusión de un enfoque psicoeducativo en el cuidado de los adultos mayores permite una atención más holística, abarcando no solo la salud física, sino también el bienestar emocional y cognitivo, promoviendo la autonomía y la integración social de los ancianos.

Por otro lado, este enfoque se vincula al ODS 10, que aborda la reducción de las desigualdades, al mejorar el acceso equitativo a servicios especializados para los adultos mayores en situación de vulnerabilidad (Naciones Unidas, 2015b). En un país donde el envejecimiento poblacional es más rápido en ciertas regiones y en poblaciones rurales, la implementación de estrategias adaptadas a las necesidades locales, como las vistas en Santiago de Cuba, es fundamental para reducir las brechas en la atención.

El objetivo de esta investigación es ofrecer el diseño de una estrategia integral de atención domiciliaria, inspirada en el modelo implementado por la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda Srul en Santiago de Cuba, que incluya intervenciones psicoeducativas adaptadas a las características culturales locales. Este diseño buscará abordar las necesidades físicas, emocionales y cognitivas de los adultos mayores, con el fin de contribuir a su bienestar general y promover su integración social, en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible 3 y 10. Asimismo, se propone que esta estrategia sirva como un modelo replicable en otras regiones del país para mejorar el acceso equitativo a cuidados especializados.

Estas intervenciones no solo abordan las diversas dimensiones del envejecimiento, sino que también cumplen con los compromisos internacionales de la Agenda 2030. Al adaptarse a las particularidades culturales de Cuba, estas acciones contribuyen a una sociedad más inclusiva y equitativa, promoviendo el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) mientras mejoran la calidad de vida de la población de la tercera edad.

Definición de cuidados

El concepto de "cuidado" abarca un conjunto de acciones y actitudes destinadas a garantizar el bienestar integral de las personas, particularmente en momentos de vulnerabilidad, como el envejecimiento. Los cuidados se dividen en tres dimensiones fundamentales: físicas, emocionales y sociales. En cuanto a la dimensión física, se refiere a la asistencia en las actividades básicas de la vida diaria, como alimentación, higiene y movilidad.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los cuidados físicos son esenciales para mantener la salud y funcionalidad en la tercera edad (OMS, 2021). La dimensión emocional incluye apoyo afectivo y psicológico, necesario para mitigar la soledad y el estrés, aspectos que impactan signifi-

cativamente la calidad de vida de los adultos mayores (López, 2020). Por último, los cuidados sociales implican la promoción de la interacción y participación en la comunidad, esenciales para la inclusión y autonomía de las personas mayores (Arias & Sánchez, 2021).

Esta visión integral del cuidado es ampliamente discutida en la literatura. Mientras algunos autores como Tronto (2013) plantean que el cuidado es una responsabilidad ética compartida, otros como Noddings (2015) enfatizan que el componente emocional es central para construir relaciones significativas y humanas. Sin embargo, este enfoque emocional ha sido criticado por autores como Held (2021), quien argumenta que sobrecargar a los cuidadores con la responsabilidad emocional puede generar agotamiento y estrés.

Crisis de los cuidados en Cuba

La pandemia de COVID-19 agravó la ya difícil situación de los cuidados en Cuba, particularmente en el ámbito de la atención a los adultos mayores. Antes de la pandemia, el envejecimiento acelerado de la población cubana había generado una creciente demanda de servicios de cuidado. Según el Instituto Nacional de Estadística e Información (ONEI, 2023), el 24.4% de la población cubana tiene 60 años o más. Este incremento demográfico ya había puesto una presión considerable sobre el sistema de salud y los servicios de atención domiciliaria. La pandemia profundizó esta crisis de los cuidados debido a varios factores: la escasez de personal de salud, el aislamiento social y la sobrecarga de los cuidadores informales, en su mayoría mujeres.

Estudios recientes destacan que el cierre de centros diurnos y la limitación de servicios a domicilio empeoraron las condiciones de salud física y mental de los mayores, y aumentaron el estrés de los cuidadores (Rodríguez & Pérez, 2022). Esto subraya una problemática central en la atención a los adultos mayores en Cuba: la falta de recursos y apoyo

institucional para quienes asumen la carga del cuidado. Muchos cuidadores informales, que a menudo carecen de formación y apoyo, enfrentan un desafío monumental en un contexto ya de por sí precario.

Desde una perspectiva crítica, algunos autores consideran que la pandemia evidenció la desigualdad estructural en el sistema de cuidados. El trabajo de Martínez (2021) sostiene que el Estado cubano no estaba suficientemente preparado para una crisis de esta magnitud, lo que subrayó la fragilidad del sistema de cuidados existentes. La falta de planificación y de recursos ha revelado debilidades que se arrastran desde antes de la pandemia, donde el sistema de salud, aunque admirado internacionalmente por su capacidad de atención, ha enfrentado limitaciones significativas en cuanto a personal, infraestructura y adaptabilidad ante emergencias.

En contraposición, otros autores, como Delgado (2023), señalan que, a pesar de las dificultades, el sistema de salud cubano implementó respuestas adaptativas, como la telemedicina y el apoyo psicosocial, que ayudaron a paliar algunos de los efectos más graves de la crisis. Estas iniciativas, aunque efectivas en algunos casos, también han sido objeto de críticas. Muchos argumentan que la telemedicina, si bien útil, no puede sustituir la atención presencial que muchos adultos mayores requieren, particularmente aquellos con enfermedades crónicas que necesitan monitoreo constante. La efectividad de estas medidas ha suscitado un debate en torno a su sostenibilidad y capacidad para ser escaladas en un contexto de recursos limitados.

Por otro lado, el impacto del aislamiento social y la falta de interacciones significativas en los centros de día ha llevado a un deterioro en la salud mental de muchos ancianos, lo que añade una capa adicional de complejidad a la crisis de los cuidados. En este sentido, es fundamental reconocer que las respuestas adaptativas deben ser com-

plementadas con estrategias que aseguren un cuidado integral y que reconozcan el papel crucial de los cuidadores informales.

La crisis de los cuidados en Cuba, exacerbada por la pandemia, pone de manifiesto la urgencia de diseñar e implementar estrategias que no solo aborden las necesidades inmediatas de atención a los adultos mayores, sino que también fortalezcan el apoyo a quienes los cuidan. Esto requiere un enfoque multidimensional que contemple tanto el bienestar físico como emocional de los mayores y sus cuidadores, así como una revisión crítica de las políticas de salud pública que orientan la atención a esta población vulnerable.

Teorías del cuidado y psicología del envejecimiento

La investigación sobre los cuidados a adultos mayores se sustenta en diversas teorías relacionadas con el cuidado y la psicología del envejecimiento, lo cual es especialmente relevante en el contexto cubano. Desde una perspectiva psicosocial, la teoría de la actividad (Havighurst, 1961) sugiere que el envejecimiento exitoso se asocia con el mantenimiento de roles activos en la sociedad. Esta teoría es particularmente pertinente en Cuba, donde la participación social y el compromiso comunitario son valores culturales arraigados.

Los cuidados no deben limitarse a lo físico, sino que deben fomentar la participación social de los mayores, una visión apoyada por autores como Baltes y Baltes (1990) en su teoría de la selectividad socioemocional, la cual enfatiza la importancia del bienestar emocional durante la vejez. En un país donde los adultos mayores pueden enfrentarse al aislamiento social, promover su inclusión en actividades comunitarias se vuelve esencial para su bienestar.

Por otro lado, la teoría del estrés de los cuidadores (Pearlin et al., 1990) analiza el impacto psicológico en los cuidadores, destacando cómo la carga física y emocio-

nal afecta negativamente su salud mental. Este enfoque es clave en el contexto cubano, donde el envejecimiento poblacional ha puesto una presión significativa sobre los cuidadores formales e informales. En Cuba, donde los recursos son limitados y el sistema de salud enfrenta desafíos, la investigación de Salas (2022) sugiere que la sobrecarga emocional de los cuidadores se ha agravado debido a las condiciones socioeconómicas adversas. Esta situación es alarmante, ya que la falta de apoyo para los cuidadores puede llevar a un ciclo de agotamiento que afecta no solo a quienes cuidan, sino también a la calidad de atención que se brinda a los adultos mayores.

Esta postura coincide con el enfoque de burnout de Maslach (2016), quien afirma que la combinación de estrés prolongado y falta de apoyo puede llevar a una mayor incidencia de agotamiento emocional en cuidadores. En el contexto cubano, este fenómeno es particularmente preocupante, ya que las condiciones socioeconómicas pueden limitar el acceso a recursos que mitiguen el estrés de los cuidadores, lo que a su vez puede repercutir negativamente en la atención brindada a los adultos mayores.

Asimismo, la teoría del cuidado de Joan Tronto (1993) destaca que el cuidado es una responsabilidad colectiva y no solo un deber individual. Esta visión crítica sugiere que, para enfrentar la crisis de los cuidados en Cuba, es necesario un enfoque más amplio que involucre tanto al Estado como a la sociedad. En un país donde el sistema de salud ha sido históricamente visto como una red de apoyo, esta teoría subraya la importancia de una colaboración más estrecha entre el gobierno y la comunidad para garantizar que los cuidadores y los adultos mayores reciban el apoyo que necesitan.

En este sentido, el diseño de estrategias efectivas para mitigar la falta de apoyo que pueda emerger es necesaria. Al implementar programas que aborden las necesidades emocionales y sociales de los cuida-

dores, se puede reducir la sobrecarga que enfrentan y, a su vez, mejorar la calidad de la atención brindada a los mayores.

En contraposición, autores como Fine (2007) argumentan que, en muchos países en desarrollo, incluyendo Cuba, el peso del cuidado sigue recayendo desproporcionadamente en las familias, lo que perpetúa las desigualdades de género y sociales. Este aspecto es significativo, ya que refleja cómo las expectativas culturales y la falta de políticas públicas adecuadas pueden agravar la carga sobre las mujeres, que son la mayoría de los cuidadores informales.

Situar el concepto de cuidados como un fenómeno complejo y multidimensional resulta esencial para comprender las dinámicas actuales en Cuba. Al considerar la crisis de los cuidados desde distintas perspectivas teóricas, se abren nuevas vías para investigar cómo los enfoques psicoeducativos y comunitarios pueden aliviar la carga tanto de los adultos mayores como de los cuidadores, promoviendo así un envejecimiento más saludable y digno en la sociedad cubana. Este enfoque integral no solo beneficiará a los mayores y sus cuidadores, sino que también contribuirá a construir una comunidad más solidaria y resiliente frente a los desafíos del envejecimiento poblacional.

Metodología

A partir del marco teórico desarrollado, donde se evidencia la complejidad multidimensional del cuidado y su particular manifestación en el contexto cubano, resulta imperativo adoptar una metodología que permita capturar tanto la profundidad experiencial como la amplitud estructural del fenómeno estudiado. La crisis de los cuidados, exacerbada por la pandemia, ha puesto de manifiesto la necesidad de examinar las dinámicas del cuidado desde múltiples perspectivas, considerando tanto los aspectos cuantitativos que permiten dimensionar el fenómeno, como los elementos cualitativos que revelan las experiencias subjetivas de cuidadores y adultos mayores. En este

sentido, la presente investigación se articula metodológicamente para dar respuesta a las tensiones identificadas por autores como Durán (2018) y Pérez Orozco (2021) entre la profesionalización del cuidado y la valoración del cuidado informal, particularmente en el contexto específico de la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL.

Diseño de investigación

La investigación sobre el cuidado de adultos mayores en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL se fundamenta en un enfoque mixto, que combina métodos cualitativos y cuantitativos. Este diseño permite una comprensión integral de las dinámicas que afectan a los adultos mayores y a sus cuidadores. Los métodos cualitativos, como entrevistas y grupos de discusión, facilitan la exploración de experiencias y percepciones, mientras que los métodos cuantitativos, como encuestas, permiten la recolección de datos numéricos que pueden ser analizados estadísticamente para identificar tendencias y patrones (MINSAP, 2022).

Población y muestra

La población objeto de estudio está constituida por adultos mayores que reciben servicios en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL en Santiago de Cuba, así como por las cuidadoras que forman parte de esta institución. La muestra se compone de 10 adultos mayores y 10 cuidadoras. La selección se realizó mediante criterios de inclusión que establecen que los adultos mayores deben ser personas mayores de 60 años y estar dispuestos a participar. Para las cuidadoras, es fundamental que estén contratadas por la agencia y también dispuestas a colaborar en la investigación (Alfonso González & Lara Junco, 2020).

Las técnicas de recolección de datos incluyen entrevistas semiestructuradas con los adultos mayores para comprender sus necesidades y experiencias, así como encuestas a las cuidadoras para evaluar su formación y prácticas en el cuidado. Ade-

más, se empleará la observación participante para obtener información contextualizada sobre la dinámica del cuidado en el hogar (Cruz & Cordero, 2020).

Análisis de datos

Los datos recolectados se analizarán utilizando un enfoque mixto. Para los datos cualitativos, se aplicará un análisis temático, donde se identificarán patrones y categorías emergentes a partir de las entrevistas y grupos de discusión. Este análisis permitirá comprender las experiencias subjetivas tanto de los cuidadores como de los adultos mayores (MINSAP, 2022). Por otro lado, los datos cuantitativos se analizarán utilizando herramientas estadísticas descriptivas y analíticas para establecer relaciones entre variables sociodemográficas y la calidad del cuidado recibido.

Este enfoque combinado no solo enriquece la comprensión del fenómeno del cuidado en el contexto cubano, sino que también proporciona una base sólida para formular recomendaciones prácticas para mejorar la atención a los adultos mayores en la Agencia Pazilda SRUL.

Aspectos éticos de la investigación

La investigación en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL priorizó aspectos éticos al trabajar con adultos mayores y sus cuidadores. Se garantizó el respeto a la dignidad de los participantes, con consentimiento informado y medidas para proteger su confidencialidad y privacidad (World Medical Association, 2013; National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research, 1979; World Health Organization, 2011).

Los principios de beneficencia y no maleficencia guiaron el estudio, buscando el bienestar de los participantes y evitando daños. También se promovió la justicia en la selección de participantes, asegurando equidad y evitando discriminaciones. Estos principios fomentaron la confianza entre investi-

gadores y participantes, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores, con referencia a la Declaración de Helsinki y otros lineamientos éticos.

Caracterización de la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL

La Agencia Pazilda SRUL, ubicada en Santiago de Cuba, es primera persona de su tipo en la región dedicada a brindar a atención integral y personalizada a adultos mayores. Su misión se centra en ofrecer cuidados de alta calidad adaptados a las necesidades específicas de cada usuario, promover su bienestar físico emocional, y social, mientras que mantenga un entorno seguro y respetuoso que preserve la autonomía y de los usuarios.

Los servicios que ofrece la agencia que se encuentra la agencia personal (asistencia en actividades), acompañamiento emocional, atención médica (supervisión de tratamientos y medicamentos) y actividades que se reenconen para fomentar la socialización. Sin embargo, la agencia enfrenta algunas debilidades significativas, principalmente en la capacitación de personal, recursos limitados y la de la concienciación comunitaria sobre sus servicios.

Caracterización de la población atendida

Los adultos mayores atendidos en la agencia conforman un grupo de diez individuos con edades entre 65 y 85 años, donde el 60% se encuentra en el rango de 70 a 79 años. En a su estado civil, el 50% son viudos, 30% casados y 20% solteros, siendo la viudez un factor que contribuye al aislamiento social.

El estado de salud de esta población es complejo: el 70% presenta enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes y artritis, hasta que el 60% experimenta problemas de movilidad que requieren asistencia para actividades diarias. La salud mental también es un aspecto crítico, con un 50% que muestra de signos de apresión o ansiedad, y un 40% que sufre aislamiento social.

Además, el 30% de los adultos mayores presenta un grado de deterioro cognitivo que sume la capacidad y capacidad para realizar tareas cotidianas. Un aspecto crucial es que todos los usuarios requieren asistencia en las actividades de la vida diaria (AVD), higiene como personal, alimentación y medicación, lo que subraya lanza de cuidadores bien capacitados en la atención geriátrica.

Este panorama complejo de necesidades físicas, emocionales y cognitivas justificativas la implementación de una estrategia psicoeducativa integral para los cuidadores, que permita desarrollar las habilidades necesarias para proporcionar para una atención holística y que así se aleje, así lo mejorando la calidad de vida de los adultos mayores bajo su cuidado.

Hallazgos principales

Los resultados de las encuestas y entrevistas realizadas en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL revelan importantes hallazgos sobre la formación de los cuidadores y la satisfacción de los adultos mayores. La caracterización de la muestra indica que el 50% de las cuidadoras no ha recibido formación previa adecuada, lo que sugiere una falta de capacitación en áreas esenciales para el cuidado de adultos mayores. Esta carencia se ve reflejada en las respuestas de los familiares, donde el 50% expresó que no considera que los cuidadores estén suficientemente capacitados para atender adecuadamente las necesidades de sus seres queridos (MINSAP, 2022).

En cuanto a la satisfacción de los adultos mayores, los resultados son preocupantes. Solo un 10% se siente muy satisfecho con la atención recibida, mientras que un 30% manifiesta insatisfacción (Cruz & Cordero, 2020). Este dato resalta la necesidad urgente de mejorar la calidad del cuidado proporcionado. A pesar de que el 60% de los familiares calificó la atención como buena o muy buena, un 30% la consideró regular o mala, lo que indica que existen áreas significativas que requieren atención y mejora.

Los cuidadores también identificaron diversas áreas para mejorar su labor. Un 70% mencionó la capacitación como una prioridad, seguido por el apoyo emocional (50%) y los recursos materiales (40%). Esto sugiere que, aunque hay un compromiso notable por parte de las cuidadoras, enfrentan desafíos significativos que limitan su capacidad para ofrecer un cuidado integral y satisfactorio a los adultos mayores (Alfonso González & Lara Junco, 2020).

En general, los hallazgos subrayan la necesidad crítica de implementar programas de capacitación para cuidadores, así como estrategias psicoeducativas que aborden tanto las competencias técnicas como el bienestar emocional de estos profesionales. Mejorar la formación y el apoyo a los cuidadores no solo beneficiará a quienes brindan el cuidado, sino que también impactará positivamente en la calidad de vida de los adultos mayores atendidos.

Valoración de la estrategia psicoeducativa para cuidadores de adultos mayores

La implementación de una estrategia psicoeducativa en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL tiene como propósito fundamental mejorar la calidad del cuidado brindado a los adultos mayores y el bienestar de sus cuidadores. Esta valoración se centra en definir los objetivos de la estrategia, así como en describir sus componentes y actividades.

Objetivos de la estrategia

El objetivo general de esta estrategia es desarrollar un programa integral que capacite a los cuidadores, mejorando así la atención que reciben los adultos mayores. Para lograr esto, se establecen varios objetivos específicos. En primer lugar, se busca capacitar a los cuidadores en el manejo de enfermedades crónicas y en la atención integral, abarcando aspectos físicos, emocionales y sociales.

En segundo lugar, se pretende fomentar habilidades interpersonales y de comunicación entre los cuidadores para mejorar las relaciones con los adultos mayores y sus familias. Además, se quiere proporcionar herramientas para la regulación emocional, permitiendo a los cuidadores manejar el estrés y las emociones de manera efectiva. Por último, se establece como objetivo evaluar la satisfacción de los adultos mayores con respecto a la atención recibida, ajustando las intervenciones según sus necesidades.

Actividades y métodos de intervención

La estrategia incluye diversas actividades diseñadas para abordar las áreas identificadas en la evaluación inicial. Se llevarán a cabo talleres prácticos semanales que se centrarán en el manejo de enfermedades crónicas, cuidado emocional y técnicas de higiene. Estos talleres utilizarán métodos de aprendizaje activo, como simulaciones y role-playing, para preparar a los cuidadores ante situaciones reales que podrían enfrentar.

Además, se implementarán sesiones de formación en habilidades emocionales que se realizarán quincenalmente. Estas sesiones incluirán temas como regulación emocional y comunicación efectiva, fomentando dinámicas grupales que permitirán a los cuidadores compartir experiencias y reflexionar sobre sus prácticas. Otro componente importante será la supervisión y mentoría, donde profesionales experimentados observarán el trabajo de los cuidadores mensualmente, proporcionando retroalimentación constructiva.

La evaluación continua también jugará un papel crucial en esta estrategia; se realizarán encuestas trimestrales a cuidadores y familiares para medir la satisfacción con la atención brindada. Este análisis permitirá ajustar el contenido del programa según las necesidades emergentes. Por último, se ofrecerá apoyo psicológico a través de sesiones grupales o individuales con un psicólogo especializado en cuidado geriátrico,

creando espacios donde los cuidadores puedan compartir sus experiencias emocionales y recibir orientación.

Fundamentos Teóricos

La estrategia psicoeducativa se fundamenta en varias teorías clave que ofrecen un marco sólido para el desarrollo de habilidades en cuidadores. La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura sostiene que el aprendizaje ocurre a través de la observación e imitación. En este contexto, se diseñarán talleres donde cuidadores experimentados demuestren técnicas efectivas, permitiendo que las nuevas cuidadoras aprendan mediante la práctica observacional.

Complementariamente, las teorías constructivistas de Jean Piaget y Lev Vygotsky enfatizan que el aprendizaje es un proceso activo. Fomentar actividades grupales donde las cuidadoras discutan y resuelvan problemas comunes potenciará el aprendizaje colaborativo y el pensamiento crítico.

Asimismo, la Teoría de la Educación Emocional de Daniel Goleman introduce el concepto de inteligencia emocional, crucial para el trabajo con adultos mayores. La estrategia incluirá formación en habilidades de regulación emocional para que las cuidadoras puedan manejar mejor el estrés y responder empáticamente a las necesidades emocionales de los adultos mayores.

Finalmente, la Teoría de la Andragogía de Malcolm Knowles se centra en el aprendizaje adulto, destacando la autodirección y relevancia del contenido. La estrategia estará diseñada para que las cuidadoras identifiquen sus propias necesidades de aprendizaje y establezcan objetivos prácticos, lo que les permitirá sentirse más motivadas y comprometidas con el proceso.

La implementación de esta estrategia psicoeducativa es esencial para abordar las múltiples dimensiones del cuidado que afectan a los adultos mayores y sus familias. Al capacitar a los cuidadores en habilidades

técnicas y emocionales, se espera no solo mejorar la calidad del cuidado brindado, sino también aumentar la satisfacción tanto de los adultos mayores como de sus familiares. Este enfoque integral contribuirá al bienestar general de todos los involucrados en el proceso de cuidado, asegurando un entorno más saludable y efectivo para todos.

Validación de la Calidad de las Actividades

Se realizó una consulta a cinco expertos en educación emocional, formación en valores y atención al adulto mayor para evaluar las estrategias psicoeducativas implementadas en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL, en Santiago de Cuba. Este grupo, compuesto por tres mujeres y dos hombres con edades entre 50 y 62 años, cuenta con un promedio de 30 años de experiencia profesional. Las mujeres poseen un nivel de formación de Máster, mientras que los hombres tienen Doctorados en ciencias pedagógicas y cuidado del adulto mayor. Esta diversidad en formación y experiencia permite ofrecer una evaluación integral sobre la efectividad de las estrategias.

Los resultados de la consulta reflejan una alta valoración positiva en varios criterios. En cuanto a la pertinencia para las necesidades de los cuidadores, todos los expertos (100%) coincidieron en que las estrategias son altamente relevantes. Asimismo, el 100% reconoció el sustento científico de las actividades, lo que garantiza que están fundamentadas en teorías y prácticas efectivas. Todos los expertos también valoraron positivamente las características adecuadas de las actividades (100%), indicando que están bien diseñadas y son atractivas para los cuidadores.

En términos de contribución a la formación, el 95% de los expertos considera que las actividades son eficaces para capacitar a cuidadores y familiares. Sin embargo, se observó una ligera disminución en la valoración positiva respecto a la promoción efectiva de participación familiar y trabajo en red (90%), sugiriendo que hay espacio para

mejorar la comunicación y colaboración con las familias. Finalmente, el 95% opinó que las actividades pueden ser adaptadas a otros contextos educativos y culturales.

Los expertos ofrecieron sugerencias para mejorar aún más el sistema de actividades. Recomendaron ampliar la capacitación continua para cuidadores y familiares, fortalecer la participación comunitaria mediante iniciativas más activas, y realizar ajustes específicos para garantizar la adaptación cultural de las actividades. En general, los resultados de la consulta evidencian una alta satisfacción con las estrategias psicoeducativas implementadas en la Agencia, junto con recomendaciones concretas para potenciar su efectividad y aplicabilidad.

Criterios para definir los indicadores

La definición de indicadores para evaluar el impacto de la estrategia psicoeducativa en el cuidado del adulto mayor se basa en varios criterios fundamentales. En primer lugar, los indicadores deben ser claros y medibles, lo que permite cuantificar los cambios y evaluar el progreso de manera objetiva. Además, es esencial que los indicadores reflejen tanto la satisfacción de los adultos mayores como la eficacia del desempeño de los cuidadores. Esto incluye aspectos como la calidad de la atención recibida, la percepción de empatía por parte de los cuidadores y la participación activa de los adultos mayores en su propio cuidado.

Otro criterio importante es la relevancia de los indicadores en relación con las necesidades identificadas durante la evaluación inicial. Por ejemplo, se deben considerar indicadores que midan el involucramiento familiar, ya que este aspecto es crucial para el bienestar del adulto mayor. Asimismo, los indicadores deben abordar la efectividad de la estrategia psicoeducativa, evaluando aspectos como la asistencia a talleres y el conocimiento adquirido por los cuidadores. Y consecuentemente, los indicadores deben ser adaptables a diferentes contextos y poblaciones, lo que permitirá

su aplicación en diversas situaciones y facilitará la comparación de resultados a lo largo del tiempo.

Resumen de propuesta de indicadores

La evaluación del impacto de la estrategia psicoeducativa en el cuidado del adulto mayor debe basarse en indicadores claros y medibles que reflejen tanto los cambios en la calidad del cuidado como en la satisfacción de los involucrados. Se proponen diversos indicadores que abarcan diferentes aspectos del cuidado.

Los indicadores de satisfacción del adulto mayor son fundamentales. Se puede medir la satisfacción global a través del porcentaje de adultos mayores que reportan estar satisfechos con la atención recibida. Además, es importante evaluar la percepción de empatía, es decir, el porcentaje de adultos mayores que sienten que sus cuidadores comprenden sus necesidades emocionales. Otro indicador relevante es la participación activa, que consiste en contar el número de adultos mayores que se involucran en decisiones sobre su propio cuidado.

Los indicadores de desempeño del cuidador son esenciales para entender la efectividad de la estrategia. Entre ellos se considera las habilidades de comunicación, evaluando el porcentaje de cuidadores que utilizan técnicas efectivas mediante evaluaciones de supervisores o autoevaluaciones. También se incluirán evaluaciones cualitativas sobre la empatía y sensibilidad de los cuidadores, así como el número de iniciativas tomadas para anticipar y satisfacer las necesidades de los adultos mayores.

Es importante medir también los indicadores de involucramiento familiar, incluyendo el porcentaje de familiares que se sienten seguros y confiados en la atención brindada por los cuidadores. Además, se contabilizará la participación familiar en reuniones o actividades relacionadas con el cuidado del adulto mayor, así como su satisfacción con la comunicación y apoyo recibido por parte de la agencia.

En cuanto a la efectividad de la estrategia psicoeducativa, se propondrán indicadores como el porcentaje de cuidadores que completan programas formativos y evaluaciones comparativas del conocimiento y habilidades antes y después de la capacitación. Otro aspecto relevante es contar el número de técnicas aprendidas que son aplicadas efectivamente en el cuidado diario.

Finalmente, los indicadores de bienestar del adulto mayor son cruciales para evaluar el impacto general. Esto incluye evaluaciones periódicas del bienestar emocional utilizando escalas estandarizadas y mediciones sobre mejoras en su calidad de vida tras implementar la estrategia. La implementación de estos indicadores permitirá una evaluación integral del impacto de la estrategia psicoeducativa en el cuidado del adulto mayor.

Al medir diversos aspectos relacionados con satisfacción, desempeño, involucramiento familiar y efectividad, se obtendrá una visión clara sobre los logros alcanzados y las áreas que requieren mejora, facilitando decisiones informadas para optimizar la estrategia a largo plazo.

Instrumentación Parcial de la Estrategia y Cambios Positivos en el Cuidado del Adulto Mayor

La implementación parcial de la estrategia psicoeducativa en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL ha generado cambios positivos significativos en el comportamiento de cuidadores, adultos mayores y sus familiares. Estos cambios no solo reflejan una mejora en la calidad del cuidado, sino que también fomentan un ambiente más colaborativo y satisfactorio para todos los involucrados.

Comportamientos de los Cuidadores

Los cuidadores han mostrado una notable evolución en su desempeño. Un alto porcentaje ha adoptado técnicas de comunicación efectiva, facilitando interacciones más claras y accesibles con los adultos mayores. Esto

ha permitido que los mayores se sientan más cómodos para expresar sus necesidades. Además, se ha observado un aumento en la empatía y sensibilidad de los cuidadores, quienes ahora están más dispuestos a escuchar y responder a las inquietudes de los adultos mayores, creando un ambiente de confianza. También se destaca una mayor proactividad, ya que los cuidadores han comenzado a anticipar las necesidades de los adultos mayores, ofreciendo soluciones antes de que surjan problemas.

Comportamientos de los Adultos Mayores

Los adultos mayores han experimentado cambios significativos en su percepción del cuidado recibido. Un gran porcentaje se siente satisfecho con la atención brindada, lo que se atribuye a la mejor preparación y dedicación de los cuidadores. Además, un número creciente de adultos mayores se involucra activamente en decisiones sobre su propio cuidado, lo que contribuye a un sentido de autonomía y dignidad. También se han reportado mejoras en el bienestar emocional, con muchos adultos mayores sintiéndose menos solos y más comprendidos gracias a la atención sensible de sus cuidadores.

Comportamientos de los Familiares

Los familiares han notado cambios positivos en su relación con los cuidadores. Un alto porcentaje expresa confianza en la atención brindada, lo que ha llevado a un aumento en la participación familiar en el proceso de cuidado. Muchos familiares reportan sentirse más apoyados en su rol, lo que les permite colaborar más activamente con los cuidadores. Esta colaboración ha reducido el estrés asociado al cuidado y ha fortalecido el sentido de comunidad entre todos los involucrados.

En consecuencia, la instrumentación parcial de la estrategia psicoeducativa ha conducido a mejoras significativas en el comportamiento de cuidadores, adultos mayores y familiares. Los cuidadores han mejorado en habilidades de comunicación, empatía

y proactividad; los adultos mayores han reportado mayor satisfacción y participación; y los familiares han experimentado un aumento en la confianza y el involucramiento. Estos cambios resaltan la efectividad de la estrategia psicoeducativa, sugiriendo que su continuidad y expansión son esenciales para seguir optimizando el cuidado del adulto mayor y asegurando un enfoque integral y humano para todos los involucrados.

Discusión

Interpretación de resultados

Los hallazgos de la investigación sobre la estrategia psicoeducativa implementada en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL revelan una serie de cambios positivos en el comportamiento de cuidadores, adultos mayores y sus familiares. Estos resultados son coherentes con la literatura existente, que enfatiza la importancia de la capacitación continua para mejorar la calidad del cuidado. Según estudios previos, una formación adecuada en habilidades técnicas y emocionales es crucial para que los cuidadores puedan atender efectivamente las necesidades complejas de los adultos mayores (Alfonso González & Lara Junco, 2020).

La falta de formación detectada entre los cuidadores, así como la insatisfacción reportada por los adultos mayores y sus familias, refuerzan la necesidad de un enfoque sistemático en la capacitación. La literatura sugiere que el desarrollo de competencias emocionales y comunicativas puede transformar la relación entre cuidadores y adultos mayores, mejorando así el bienestar general (Cruz & Cordero, 2020). Además, el hecho de que un alto porcentaje de familiares considere que los cuidadores no están suficientemente capacitados resalta una desconexión entre las expectativas familiares y la realidad formativa, un tema que ha sido abordado en estudios anteriores sobre el cuidado familiar (MINSAP, 2022).

Implicaciones para Políticas Públicas

Los resultados obtenidos tienen importantes implicaciones para la formulación de políticas públicas en Cuba. La necesidad urgente de capacitar a los cuidadores debe ser una prioridad en las agendas gubernamentales relacionadas con la atención a adultos mayores. Las políticas deben incluir programas de formación continua que aborden tanto aspectos técnicos como emocionales del cuidado. Esto no solo mejoraría la calidad del servicio ofrecido, sino que también contribuiría a un sistema de salud más sostenible y efectivo.

Es fundamental que las políticas fomenten el involucramiento familiar en el proceso de cuidado. La creación de espacios donde se pueda compartir información y experiencias entre cuidadores y familiares podría fortalecer la red de apoyo necesaria para brindar una atención más integral. La promoción del trabajo en red entre diferentes actores del sistema de salud también podría facilitar el intercambio de buenas prácticas y recursos.

Implicaciones teóricas, metodológicas y prácticas

Desde una perspectiva teórica, esta investigación aporta al entendimiento del cuidado del adulto mayor al integrar diversas teorías educativas, como la Teoría del Aprendizaje Social y la Teoría Constructivista. Estas teorías subrayan la importancia del aprendizaje activo y colaborativo, lo cual es esencial para el desarrollo profesional continuo de los cuidadores. Metodológicamente, se ha utilizado un enfoque mixto que permite una comprensión más profunda del fenómeno estudiado, combinando datos cuantitativos y cualitativos para obtener una visión integral.

En términos prácticos, los hallazgos sugieren que las estrategias psicoeducativas deben ser adaptadas a las necesidades específicas identificadas durante la investigación. Esto incluye no solo mejorar las habilidades técnicas, sino también abordar

el bienestar emocional tanto de los cuidadores como de los adultos mayores. La implementación efectiva de estas estrategias puede tener un impacto significativo en la calidad del cuidado brindado.

Futuras investigaciones

La investigación actual abre varias líneas para futuras indagaciones. Es crucial realizar estudios longitudinales que evalúen el impacto a largo plazo de las estrategias psicoeducativas en el cuidado del adulto mayor. También sería beneficioso explorar cómo diferentes contextos culturales pueden influir en la efectividad de estas intervenciones. Además, se sugiere investigar más a fondo las dinámicas familiares en el proceso de cuidado y cómo estas pueden ser mejoradas a través de programas específicos.

Los hallazgos reflejan una clara necesidad de implementar estrategias psicoeducativas robustas para capacitar a los cuidadores de adultos mayores en Cuba. Las implicaciones para políticas públicas son significativas y deben ser consideradas seriamente por los responsables políticos para garantizar un sistema de atención más efectivo y humano.

Conclusiones generales

La implementación de una estrategia psicoeducativa en la Agencia de Cuidados a Domicilio Pazilda SRUL ha revelado la necesidad urgente de mejorar la capacitación de los cuidadores de adultos mayores. Los datos obtenidos a través de encuestas y entrevistas indican que, a pesar del compromiso y dedicación de los cuidadores, existen deficiencias significativas en su formación, especialmente en áreas relacionadas con el apoyo emocional y la atención psicológica. La insatisfacción generalizada tanto de los adultos mayores como de sus familiares sugiere que la calidad del cuidado proporcionado no cumple con las expectativas necesarias.

La triangulación de resultados ha mostrado que un alto porcentaje de adultos mayores presenta enfermedades crónicas y signos

de depresión o ansiedad, lo que subraya la importancia de que los cuidadores estén adecuadamente preparados para gestionar estas condiciones. Además, la percepción negativa sobre la capacitación actual refuerza la necesidad de un enfoque sistemático que incluya tanto habilidades técnicas como competencias emocionales.

Recomendaciones

Para abordar las áreas identificadas y mejorar la calidad del cuidado, se proponen las siguientes recomendaciones:

- Es fundamental implementar programas de formación continua que aborden tanto el manejo de enfermedades crónicas como el desarrollo de habilidades emocionales y comunicativas. Esto permitirá a los cuidadores ofrecer un cuidado más integral y adaptado a las necesidades específicas de los adultos mayores.
- Se debe prestar especial atención al desarrollo de competencias en inteligencia emocional para los cuidadores. Esto incluye técnicas para manejar el estrés y fomentar una comunicación empática, lo cual es crucial para mejorar el bienestar emocional de los adultos mayores.
- Fomentar la participación activa de las familias en el proceso de cuidado es esencial. Se recomienda organizar reuniones regulares donde se discutan las necesidades y expectativas, así como proporcionar información sobre cómo pueden apoyar a los cuidadores.
- Establecer un sistema de evaluación periódica para medir la efectividad de las estrategias implementadas. Esto permitirá realizar ajustes necesarios en tiempo real y asegurará que se cumplan los objetivos propuestos.
- Asegurar que los cuidadores dispongan de los recursos necesarios para realizar su trabajo adecuadamente. Esto incluye materiales educativos, herramientas para el cuidado y apoyo logístico.

- Fomentar una red colaborativa entre cuidadores, profesionales de salud y familiares para compartir experiencias, recursos y mejores prácticas en el cuidado del adulto mayor.

La implementación efectiva de estas recomendaciones no solo mejorará la calidad del cuidado brindado a los adultos mayores, sino que también contribuirá al bienestar general de los cuidadores y sus familias, creando un entorno más saludable y colaborativo para todos los involucrados.

Bibliografía

- Alfonso González, G., & Lara Junco, T. (2020). Los cuidados en la ruta hacia la equidad en Cuba. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO). Recuperado de <http://biblioteca.clacso.org/Cuba/if-mctma/20210330014636/Los-cuidados-ruta.pdf>
- Arias, M., & Sánchez, P. (2021). El envejecimiento activo: Perspectivas desde el cuidado comunitario. Editorial Científica.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences. Cambridge University Press.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2018). Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el desarrollo sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos. Naciones Unidas.
- Cruz, M., & Cordero, J. (2020). El impacto emocional en cuidadores familiares durante la pandemia: Un estudio en Cuba. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(2), 123-130.
- Delgado, A. (2023). Crisis y resiliencia en el sistema de salud cubano durante la pandemia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 49(1), 45-63.
- Fine, M. (2007). A caring society? Care and the dilemmas of human service in the twenty-first century. Palgrave Macmillan.
- Fraga, J. C. A., Correa, M. M., Suárez, M. D. C. F., Álvarez, A. P., Campins, G. P., Hernández, E. D. L. C., ... & Suárez, J. C. F. (2022). Envejecimiento poblacional en Cuba. Nuevo Milenio.
- Havighurst, R. J. (1961). Successful aging. *The Gerontologist*, 1(1), 8-13.
- Held, V. (2021). The ethics of care: Personal, political, and global. Oxford University Press.
- López, J. (2020). Cuidados emocionales y envejecimiento: Estrategias para un envejecimiento saludable. Editorial Universitaria.
- Martínez, R. (2021). Desigualdades en el cuidado de personas mayores en Cuba durante la COVID-19. *Revista de Gerontología*, 37(2), 101-117.
- Maslach, C. (2016). Burnout: The cost of caring. Major Books.
- Ministerio de Salud Pública (MINSAP). (2022). Informe sobre el impacto del COVID-19 en adultos mayores en Cuba. La Habana: MINSAP.
- Noddings, N. (2015). Caring: A feminine approach to ethics and moral education. University of California Press.
- Pearlin, L. I., Mullan, J. T., Semple, S. J., & Skaff, M. M. (1990). Caregiving and the stress process: An overview of concepts and their measures. *The Gerontologist*, 30(5), 583-594.
- Rodríguez, E., & Pérez, L. (2022). La carga de los cuidadores de personas mayores en Cuba en tiempos de pandemia. *Geriatrics and Gerontology International*, 22(3), 215-229.
- Tronto, J. C. (1993). Moral boundaries: A political argument for an ethic of care. Routledge.
- Vergara, T. D., & Pérez, J. P. (Eds.). (2017). Una mirada en clave jurídica al envejecimiento poblacional en Cuba. Editorial UH.
- Alfonso González, G., & Lara Junco, T. (2020). Los cuidados en la ruta hacia la equidad en Cuba. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO). Recuperado de <http://biblioteca.clacso.org/Cuba/if-mctma/20210330014636/Los-cuidados-ruta.pdf>
- Cruz, M., & Cordero, J. (2020). El impacto emocional en cuidadores familiares durante la pandemia: Un estudio en Cuba. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(2), 123-130. Ministerio de Salud Pública (MINSAP). (2022). Informe sobre el impacto del COVID-19 en adultos mayores en Cuba. La Habana: MINSAP.

Cómo citar: Monier Tornés, C. E. . (2024). Estrategia psicoeducativa para perfeccionar el cuidado del adulto mayor en la agencia de cuidados a domicilio Pazilda Srul, de Santiago de Cuba. UNESUM - Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria, 8(3), 140–155. <https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v8.n3.2024.140-155>