

Anexos

1 Escala de sobrecarga del cuidador de Zarit (*Caregiver Burden Interview*)

(Izal y Montorio, 1994. Evaluación del medio y del cuidador del demente)

Instrucciones: A continuación se presenta una lista de afirmaciones, en las cuales se refleja cómo se sienten, a veces, las personas que cuidan a otra persona. Después de leer cada afirmación, debe indicar con qué frecuencia se siente ueted así: nunca, raramente, algunas veces, bastante a menudo y casi siempre. A la hora de responder piense que no existen respuestas acertadas o equivocadas, sino tan solo su experiencia.

Ítem	Pregunta a realizar	Puntuación
1	¿Siente que su familiar solicita más ayuda de la que realmente necesita?	
2	¿Siente que debido al tiempo que dedica a su familiar ya no dispone de tiempo suficiente para usted?	
3	¿Se siente tenso cuando tiene que cuidar a su familiar y atender además otras responsabilidades?	
4	¿Se siente avergonzado por la conducta de su familiar?	
5	¿Cree que la situación actual afecta de manera negativa a su relación con amigos y otros miembros de su familia?	
6	¿Siente temor por el futuro que le espera a su familia?	
7	¿Siente que su familiar depende de usted?	
8	¿Se siente agotado cuando tiene que estar junto a su familiar?	
9	¿Siente que su salud se ha resentido por cuidar a su familiar?	
10	¿Siente que no tiene la vida privada que desearía debido a su familiar?	
11	¿Cree que sus relaciones sociales se han visto afectadas por tener que cuidar de su familiar?	
12	¿Se siente incómodo para invitar amigos a casa, a causa de su familiar?	
13	¿Cree que su familiar espera que usted le cuide, como si fuera la única persona con la que puede contar?	
14	¿Cree que no dispone de dinero suficiente para cuidar a su familiar además de sus otros gastos?	
15	¿Siente que será incapaz de cuidar a su familiar por mucho más tiempo?	
16	¿Siente que ha perdido el control sobre su vida desde que la enfermedad de su familiar se manifestó?	
17	¿Desearía poder encargar el cuidado de su familiar a otras personas?	
18	¿Se siente inseguro acerca de lo que debe hacer con su familiar?	
19	¿Siente que debería hacer más de lo que hace por su familiar?	
20	¿Cree que podría cuidar de su familiar mejor de lo que lo hace?	
21	En general: ¿Se siente muy sobrecargado por tener que cuidar de su familiar?	

Puntuación de cada ítem (sumar todos para el resultado):

Frecuencia	Puntuación
Nunca	0
Casi nunca	1
A veces	2
Bastantes veces	3
Casi siempre	4

Puntuación máxima de 84 puntos. No existen normas ni puntos de corte establecidos

2 Cuestionario de evaluación de contenidos. Alzheimer, una enfermedad compartida

Instrucciones: lea cada frase con atención y señale una de las siguientes opciones: Verdadero (V), Falso (F) o No sabe/No contesta (NS/NC)

<p>1. Únicamente las personas mayores pueden padecer la demencia tipo Alzheimer.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>9. El neurólogo es el único especialista que puede hacer un seguimiento de un enfermo de Alzheimer.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>2. Lo más importante en el cuidado de la persona enferma es el número de horas que se le dedica.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>10. La sobrecarga en el cuidador puede ser tanto física como psicológica.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>3. El único tratamiento existente y eficaz es el farmacológico.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>11. La enfermedad de Alzheimer no tiene curación pero sí tratamiento.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>4. La Residencia es la única ayuda que nos pueden prestar desde los Servicios Sociales.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>12. Lo que les decimos a las personas enfermas es igual de importante que cómo se lo decimos.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>5. La demencia tipo Alzheimer solo afecta a la memoria.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>13. La Trabajadora o Asistente Social es la persona que ayuda en las tareas del hogar.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>6. En la vivienda de la persona enferma de Alzheimer puede ser útil realizar reformas para adaptar el domicilio a los déficits que plantea la persona enferma y el cuidador.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>14. Hay más mujeres que hombres con la enfermedad de Alzheimer</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>7. La enfermedad de Alzheimer afecta exclusivamente a la persona enferma.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>15. Un abogado es un profesional que puede ayudar a la familia en determinadas situaciones que conlleva la evolución de la enfermedad</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>
<p>8. Los tratamientos reducen el avance de la enfermedad.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>	<p>16. El diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer es muy importante que se haga lo antes posible.</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> NS/NC</p>

Lea atentamente los siguientes términos y señale con una "X" los que no conozca su significado:

- | | | | |
|----------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cuidador principal | <input type="checkbox"/> Sobrecarga | <input type="checkbox"/> Teleasistencia | <input type="checkbox"/> Demencia |
| <input type="checkbox"/> Deterioro cognitivo | <input type="checkbox"/> Minimental | <input type="checkbox"/> Incapacitación | <input type="checkbox"/> Estimulación cognitiva |

Fuente: Mesa del Alzheimer. Madrid, 2006. Instrumento elaborado para evaluar formación en AFAs de Madrid. Como medida pre-post para valorar adquisición de conocimientos en los cuidadores.