Ser cuidador de un paciente

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [1], November / 2012

Mensajes clave:

- El rol del cuidador, a menudo, variará según la situación y es probable que cambie con el tiempo.
- El cuidado de un paciente puede, al mismo tiempo, ser gratificante y constituir un desafío.
- Los cuidadores deben recordar cuidar de sí mismos mientras brindan cuidados a la persona con cáncer.

Los cuidadores, generalmente, son familiares o amigos que brindan un importante apoyo físico, práctico y emocional a la persona con cáncer. Los cuidadores pueden tener una variedad de responsabilidades diariamente o según se requiera, que incluyen brindar apoyo y ánimo, administrar medicamentos, ayudar a controlar los síntomas y efectos secundarios, coordinar las citas médicas y proporcionar transporte, ayudar en las comidas, las tareas domésticas y manejar cuestiones relacionadas con el seguro y la facturación.

Tipos de cuidados

Existen muchas maneras de ser cuidador. Para algunos, puede significar cuidar al paciente las 24 horas. Para otros, puede significar buscar información médica o hacer arreglos para obtener ayuda. Cada situación es diferente, y no hay una situación única que se aplique a todas las personas con cáncer y sus familias. Además, a medida que la enfermedad y el tratamiento cambian, lo mismo ocurre con el rol del cuidador.

Los cuidadores pueden vivir en el hogar, compartir responsabilidades o brindar cuidados a distancia.

Cuidador residente. Una persona, por lo general, el cónyuge o la pareja, generalmente asume el rol de cuidador primario o principal. Sin embargo, a veces, un amigo cercano o vecino puede ser el cuidador. Según la Alianza de Cuidadores Familiares (Family Caregiver Alliance), la mayoría de los cuidadores viven a 20 minutos de la persona a la que brindan cuidados.

Cuidador con responsabilidades compartidas [2]. Algunos cuidadores comparten la responsabilidad con otros miembros de la familia, distribuyéndose las tareas según quién está mejor capacitado para realizar cada una. Trabajar con familiares en momentos de estrés suele ser un desafío, ya que hay más probabilidades de que resurjan o se agraven conflictos familiares anteriores. Sin embargo, cuidar a un familiar con cáncer también puede hacer que la familia se vuelva más unida.

Cuidador a distancia [3]. En algunas situaciones, el encargado del cuidado es un familiar o un amigo que no vive cerca de la persona con cáncer. Un cuidador a distancia suele coordinar los servicios por teléfono o correo electrónico, y hace arreglos para que voluntarios locales, amigos y colegas locales ayuden a la persona con cáncer. El cuidado de una persona con cáncer que vive lejos suele ser emocionalmente agotador, dado que todas las preocupaciones habituales del cuidado de un paciente tienden a magnificarse. También puede causar estrés financiero. Sin embargo, usted puede tomar ciertas medidas para ser un cuidador eficiente, independientemente de cuán lejos esté.

Los desafíos y satisfacciones del cuidado de un paciente

Para manejar los desafíos del cuidado de un paciente, es importante evaluar todas sus opciones de cuidado [4] y encontrar maneras de cuidar de sí mismo [5] mientras brinda cuidados.

Los desafíos del cuidado de un paciente pueden incluir los siguientes:

- Estrés físico y emocional
- Menos tiempo para la vida personal y familiar
- Necesidad de equilibrar las responsabilidades laborales con las de cuidado del paciente
- Estrés financiero
- Falta de privacidad
- Sentimientos de aislamiento y soledad

Si bien es importante abordar las dificultades y los obstáculos de cuidar a un paciente, también resulta útil centrarse en algunos de los aspectos reconfortantes de este cuidado

- El cuidado le muestra a la persona enferma que usted está comprometido a brindarle toda la ayuda y apoyo posibles.
- Hace una diferencia en la calidad de vida y el bienestar de la persona enferma.

- Le brinda a usted una oportunidad única de desarrollar o renovar una relación con la persona enferma.
- El cuidado ayuda a marcar una pauta de respeto y cuidado para otros familiares, independientemente de sus situaciones.

Para obtener más información, mire un video [6] en inglés acerca del cuidado.

Más información

Consejos para el cuidado de un paciente [7]

Cómo puede ayudar un trabajador social de oncología [8] (en inglés)

Adultos jóvenes que cuidan a un padre con cáncer [9] (en inglés)

Criar a los hijos mientras se brindan cuidados a un padre con cáncer [9] (en inglés)

Recursos adicionales

Family Caregiver Alliance [10]

National Alliance for Caregiving [11]

National Family Caregivers Association [12]

Links:
[1] http://www.cancer.net/about-us
[2] http://www.cancer.net/node/18358
[3] http://www.cancer.net/node/18360
[4] http://www.cancer.net/node/18362
[5] http://www.cancer.net/node/18357
[6] http://www.cancer.net/node/27411
[7] http://www.cancer.net/node/18359
[8] http://www.cancer.net/node/24556
[9] http://www.cancer.net/node/24639
[10] http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/content_node.jsp?nodeid=545
[11] http://www.caregiving.org
[12] http://www.nfcacares.org/