

*A Barcelona, prop de 150.000 persones conviuen amb alguna persona dependent i això afecta el seu benestar físic i emocional*

## **LES PERSONES CUIDADORES A BARCELONA: RISCOS EN SALUT MENTAL I HÀBITS NO SALUDABLES**

*La cura d'una persona amb necessitats especials d'atenció està relacionada amb pitjor salut, trastorns ansiosos-depressius, consum de psicofàrmacs i menys hores de son*

11/06/09.- El setembre de 2008 es va constituir, en el marc de l'Acord Ciutadà per una Barcelona Inclusiva, la **Xarxa de Suport a les Famílies Cuidadores**, que integra professionals de diferents institucions i representants d'entitats de familiars i persones afectades per malalties o situacions de dependència. D'entre els seus objectius destaquen la voluntat de visibilitzar la tasca que porten a terme les persones cuidadores no professionals i promoure'n el reconeixement, així com millorar la capacitat de resposta de la ciutat a l'hora d'oferir-los suport.

Amb aquest objectiu, la Xarxa va encarregar a l'Agència de Salut Pública de Barcelona una anàlisi que permetés conèixer amb més detall els efectes que té sobre la persona cuidadora la tasca d'atenció i cura d'una persona dependent.

Les dades de l'Enquesta de Salut de Barcelona han servit per determinar que a la ciutat hi ha prop de 163.000 persones de 65 anys o més que presenten algun tipus de dependència. Al mateix temps, s'ha calculat que són 150.000 les persones majors de 15 anys que conviuen amb algú que té dependència o que presenta necessitats especials d'atenció.

### **El perfil de les persones cuidadores:**

En general, a Catalunya, aquest perfil és ben definit: es tracta d'una dona, d'entre 55 i 76 anys, que té relació directa de parentiu amb la persona en situació de dependència, i que viu en el mateix domicili. En el nostre entorn la tasca de tenir cura d'altres persones recau majoritàriament en les dones de la família. Se sol seguir un ordre prèviament i socialment establert: la responsabilitat sol ser de la parella, en segon lloc de les filles; si no n'hi ha, les joves, i, en cas que no hi hagi fills ni filles, la tasca pot recaure en familiars més llunyans.

### **Context de salut de la persona cuidadora:**

Les persones cuidadores assenyalen com a conseqüència de la seva tasca el cansament físic, el desànim, la restricció de llibertat, i la manca de descans i de son. També refereixen la pèrdua d'independència econòmica i personal, sovint lligada al fet de deixar la feina. En la majoria de casos apareix sobrecàrrega física i emocional, derivat de dedicar molt de temps a tenir cura d'una persona que ho necessita.

Les persones cuidadores tenen més risc de patir trastorns de salut, com ara alts nivells d'estrès i depressió, més consum de psicofàrmacs, més problemes físics, i menys benestar.

(.../...)

**L'estudi de l'Agència de Salut Pública:**

Per encàrrec de la Xarxa de Suport a Famílies Cuidadores, l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) ha estudiat 4 indicadors de salut de les persones cuidadores. Les dades provenen de les més de 5000 enquestes fetes a la ciutat en el marc de l'Enquesta de Salut de Barcelona 2006. Es disposa d'informació sobre l'estat de salut percebut, el trastorn ansiós depressiu, el consum de psicofàrmacs i les hores de son. Totes aquestes dades són referides a una població de la qual coneixem el sexe, l'edat, la situació laboral, el nivell d'estudis i la classe social. L'estudi serveix per descriure la sobrecàrrega per la salut que suposa conviure amb una persona amb dependència o necessitats especials d'atenció.

**Les dades:**

**El 10,5% de la població adulta de Barcelona conviu amb una persona amb dependència o que necessita una atenció especial.**

**En el 22% dels casos, les principals responsables de la seva cura són les mateixes persones amb dependència o que necessiten una atenció especial.**

La proporció de dones que assumeixen la cura dels altres és molt superior a la d'homes.

**A més nivell d'estudis, menys convivència amb persones amb dependència o que necessiten una atenció especial.**

Segons la classe social, **la convivència amb persones que tenen necessitats especials d'atenció o dependència és més freqüent entre les persones de classes més desfavorides.**

Tant en homes com en dones, la proporció de persones ocupades (feina remunerada) és més petita entre aquells que conviuen amb persones amb dependència.

**Les dades de salut:**

**L'estat de salut percebut és pitjor entre les persones que conviuen amb algú en situació de dependència o amb necessitats especials d'atenció.** En el grup de dones de 45 a 64 anys que declaren mala salut, el 60,2% conviuen amb dependents, en front del 28,2% que no ho fan. A més, aquesta situació s'observa en totes les classes socials.

**La freqüència de trastorns ansiosos depressius és superior entre les persones que conviuen amb un dependent** (en dones per sobre dels 25 anys voreja el 40%). L'estat de salut mental és pitjor en totes les classes socials quan atenem a si conviuen amb una persona amb dependència o que necessita una atenció especial.

**El consum de psicofàrmacs, com ara antidepressius o pastilles per dormir, és superior entre les persones que conviuen amb una persona dependent** (en dones majors de 64 anys el percentatge és gairebé del 55%). Això s'observa en totes les classes socials.

(.../...)

Dormir poc és font de mala salut. Es considera dormir poc fer-ho sis hores o menys al dia. **En el grup de dones de 25 a 44 anys i entre les que superen els 64 anys, dormir poques hores és més freqüent si conviuen amb una situació de dependència.** Això es nota més en les dones de classes més desfavorides. Entre els homes, no hi ha diferències en hores de son segons si conviuen o no amb situacions de dependència.

**La Xarxa:**

La Xarxa de Suport a Famílies Cuidadores ha elaborat un seguit de recomanacions i reflexions a partir de les dades de l'informe de salut de les persones cuidadores. Entre les principals idees exposades hi ha que es doni visibilitat i valor al contingent de persones cuidadores de Barcelona i que es portin a terme aquelles reformes legals que facin possible un millor encaix entre les necessitats de les famílies i el que la societat preveu per a elles.

L'Agència de Salut Pública de Barcelona, com a responsable de l'Enquesta de Salut de la ciutat, ha començat a treballar perquè futures edicions de l'estudi incloguin preguntes específiques que permetin conèixer millor les característiques de la persona dependent i del familiar que en té cura.