

## Columna



Sandra Quijada Javer

# ¿Cómo es el bienestar de las y los cuidadores?

**E**sta semana se publicaron los resultados de la Encuesta de Bienestar Social del Ministerio de Desarrollo Social. Esta medición complementa los resultados de la estimación de pobreza, pues indaga sobre el bienestar integral de la población en cuanto a calidad de vida y las oportunidades para sostenerlo o mejorarlo.

Este estudio incluye un capítulo sobre el bienestar subjetivo de las personas cuidadoras, las que mayoritariamente son mujeres (61,4%), lo que no es una sorpresa pues ya se anticipaba en la primera encuesta de uso del tiempo (2015) y más recientemente en la CEP 92. Lo novedoso es la caracterización de cuatro grupos de acuerdo con la intensidad en las labores de cuidado, y que el bienestar subjetivo empeora en la medida que las y los cuidadores no trabajan remuneradamente, tienen bajos niveles de educación y son parte de la población más vulnerable.

El grupo 1 y 2 concentran el 56% de quienes cuidan y tienen doble presencia, es decir, tienen jornada de trabajo (cuidados) remunerado y no remunerado, con cuidados en primera infancia intensivos (grupo 1) y no intensivos (grupo 2). Este último dedica entre 9 y 12 horas diarias a ello, mientras que el primero dedica medio día y más a dicha labor.

A ello se suma la carga mental que el primer grupo señala que sufre en un 60%, mientras que el segundo en un 49%. Esto se podría explicar por el 54% que declara tener insuficiencia de ingresos del hogar, el 61% que dice tener deudas y el 12% que tiene dificultades para pagarlas. Lo más complejo, sin embargo, serían los síntomas moderados o severos de ansiedad y/o depresión que, al menos, un 20% de las y los

cuidadores dice sufrir.

En cuanto al bienestar subjetivo de los grupos 1 y 2, indican que un 8,4% y 10,3% está totalmente insatisfecho o insatisfecho en general con su vida, respectivamente. Si bien es preocupante, los resultados son mejores comparados con los grupos 3 y 4, los cuales tienen niveles de insatisfacción de un 14,6% y 16,7%, respectivamente. Estos grupos no tienen un trabajo remunerado y concentran sus labores de cuidado en niños y niñas (grupo 3), y en personas con dependencia y/o discapacidad (grupo 4).

Los grupos 3 y 4 tienen la mayor proporción de mujeres cuidadoras (85% y 69%). En ambos solo la mitad tiene educación media completa y en el grupo 4 un 44% de los cuidadores son mayores de 60 años, quienes además declaran tener síntomas moderados o severos de ansiedad y/o depresión (26%).

La salud mental es un factor común en estos cuatro grupos, que se refleja en sus altos sentimientos de soledad y en las pocas amistades a las que pueden recurrir. Particularmente los grupos 3 y 4, los más vulnerables, podrían tener acceso solo a la salud pública, pero solo un 19% califica la efectividad de esta atención como medianamente buena, buena o excelente (Observatorio de Salud Mental Chile). Claramente, se requiere un esfuerzo para mejorar la efectividad y la cobertura de estos programas.

Nuestro país envejece y las labores de cuidado se harán cada vez más necesarias y relevantes, por lo que necesitamos que quienes se dedican a ello de manera no remunerada también sean cuidadas y reconocidas, con el fin de que cuidadores y quienes son cuidadas tengan una mejor calidad de vida.