



DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v10i19.0982>

SOBRECARGA Y AFRONTAMIENTO EN CUIDADORES DE NIÑOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA EN EL ÁMBITO FAMILIAR: REVISIÓN SISTEMÁTICA CUALITATIVA

BURDEN AND COPING IN CAREGIVERS OF CHILDREN WITH PHYSICAL DISABILITIES IN THE FAMILY SETTING: A QUALITATIVE SYSTEMATIC REVIEW

Moreno-Andrade María Belén ¹; Vinueza-Orozco Ernesto Fabián ²; Caibe-Abril María Belén ³; Manjarrez-Hernández Humberto José ⁴; Tamayo-Rodríguez Sayda De Rocío ⁵

¹ Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.

Correo: maria.moreno@unach.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1290-0941>

² Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.

Correo: ernesto.vinueza@unach.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-6987-9057>

³ Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.

Correo: maria.caibe@unach.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1461-2369>

⁴ Ministerio de Salud Pública. Riobamba, Ecuador. Correo:

humberto.manjarrez@hpav.mspz3.gob.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4833-853X>

⁵ Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.

Correo: sayda.tamayo@unach.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-0116-5875>

Resumen

A escala global, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que el 16 % de la población vive con discapacidad, mientras que UNICEF calcula en 240 millones. La atención integral de la discapacidad infantil exige desplazar el foco exclusivo de la condición biomédica del niño hacia la dinámica socio familiar, donde el cuidador primario por lo general, la madre constituye el pilar fundamental pero más vulnerable. La cifra de niños con limitaciones físicas, sensoriales o cognitivas. En las Américas, este porcentaje asciende al 19,4 %, reflejando disparidades estructurales que sobrecargan de manera desproporcionada a los hogares. Alrededor del 80 % de los cuidados son asumidos de forma informal por familiares que dedican entre 6 y 12 horas diarias sin la capacitación ni el soporte institucional adecuados. Esta labor continuada genera un fenómeno multidimensional de sobrecarga, diferenciable en dimensiones objetivas (tiempo invertido, demandas físicas y costos financieros) y subjetivas (estrés, desgaste emocional, culpa y agotamiento mental). Las estadísticas regionales evidencian la magnitud del problema: entre el 60 % y el 75 % de los cuidadores en países como México, Colombia y Chile reportan sobrecarga moderada o alta, acompañados de un deterioro significativo en su salud mental y calidad de vida. En Ecuador, donde 54.512 niños y adolescentes presentan alguna discapacidad (31,38 % de tipo físico), y particularmente en la provincia de Chimborazo, las barreras socioeconómicas y la escasa cobertura de servicios especializados intensifican este desgaste diario. Frente a este escenario, la capacidad de adaptación del cuidador depende de sus recursos de afrontamiento, mecanismos cognitivos y conductuales para gestionar el estrés y de variables sociodemográficas como el nivel educativo, la red de apoyo social y la estabilidad laboral. Se observa una clara problemática: mientras los sistemas de salud concentran sus recursos en el manejo clínico del menor, la salud y el bienestar del cuidador quedan invisibilizados, perpetuando una brecha de atención. Por ello, la presente investigación aborda el nivel de sobrecarga y las estrategias de afrontamiento en cuidadores de niños con discapacidad física. Utilizando la Escala de Zarit como instrumento validado para medir la carga percibida en sus componentes físico, emocional y social, el estudio busca diagnosticar esta realidad para fundamentar propuestas de intervención desde el área de enfermería. El propósito central es fortalecer la capacidad de

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 13 de mayo de 2026.

Fecha de aceptación: 20 de julio de 2026.

Fecha de publicación: 28 de agosto de 2026.



respuesta, promover la resiliencia del cuidador y mitigar el impacto del cuidado continuo mediante un enfoque holístico de salud pública.

Palabras claves: Salud pública, niños, discapacidad, cuidador.

Abstract

Comprehensive care for children with disabilities requires shifting the focus from the child's biomedical condition to the socio-familial dynamics, where the primary caregiver, usually the mother, is the fundamental but most vulnerable pillar. Globally, the World Health Organization (WHO) estimates that 16% of the population lives with a disability, while UNICEF estimates that 240 million children have physical, sensory, or cognitive limitations. In the Americas, this percentage rises to 19.4%, reflecting structural disparities that disproportionately burden households. Around 80% of care is provided informally by family members who dedicate between 6 and 12 hours daily without adequate training or institutional support. This continuous work generates a multidimensional phenomenon of overload, distinguishable in objective dimensions (time invested, physical demands, and financial costs) and subjective dimensions (stress, emotional strain, guilt, and mental exhaustion). Regional statistics highlight the magnitude of the problem: between 60% and 75% of caregivers in countries like Mexico, Colombia, and Chile report moderate to high caregiver burden, accompanied by a significant decline in their mental health and quality of life. In Ecuador, where 54,512 children and adolescents have some form of disability (31.38% physical), and particularly in the province of Chimborazo, socioeconomic barriers and the limited access to specialized services exacerbate this daily strain. Faced with this scenario, the caregiver's ability to adapt depends on their coping resources—cognitive and behavioral mechanisms for managing stress—and on sociodemographic variables such as educational level, social support network, and job stability. A clear problem emerges: while healthcare systems concentrate their resources on the clinical management of the child, the caregiver's health and well-being remain invisible, perpetuating a gap in care. Therefore, this research addresses the level of caregiver burden and coping strategies among caregivers of children with physical disabilities. Using the Zarit Burden Interview as a validated instrument to measure perceived burden in its physical, emotional, and social components, this study seeks to diagnose this reality in order to inform nursing intervention proposals. The central purpose is to strengthen responsiveness, promote caregiver resilience, and mitigate the impact of continuous care through a holistic public health approach.

Keywords: Public health, children, disability, caregiver.

1. Introducción

Esta investigación nace de la necesidad de entender la discapacidad no solo como una condición que afecta al niño, sino como una realidad que transforma a toda la familia. Cuando un hijo convive con una discapacidad, el impacto va más allá de sus limitaciones físicas o funcionales: se alteran las rutinas, la economía del hogar, las dinámicas familiares y la

estabilidad emocional de quienes asumen su atención, especialmente del cuidador principal.

Abordar el problema desde este enfoque nos permite reconocer que el agotamiento del cuidador no es un simple cansancio pasajero, sino un fenómeno complejo que depende de muchos factores: la red de apoyo con la que cuenta, la situación económica, los valores culturales y



las herramientas emocionales con las que maneja el día a día.

En este marco, estudiar la sobrecarga del cuidador resulta fundamental, ya que el cuidado continuo de un niño con discapacidad física puede generar estrés crónico, agotamiento emocional, afectación de la salud mental y deterioro de la calidad de vida. Además, muchas familias enfrentan barreras económicas, sociales y culturales que dificultan el acceso a recursos y redes de apoyo, aumentando la vulnerabilidad del cuidador. Por ello, analizar los mecanismos de afrontamiento como la resiliencia, el apoyo social, permite identificar estrategias que favorezcan la adaptación y reduzcan el impacto negativo del cuidado. ⁽⁴⁾

En Europa, los índices de discapacidad infantil son relativamente menores, estimándose que el 5,5 % de los niños de 0 a 14 años presentan alguna discapacidad moderada o severa ⁽¹⁾. La mayoría de los casos corresponden a parálisis cerebral, distrofias musculares o lesiones adquiridas; sin embargo, la disponibilidad más amplia de

servicios de rehabilitación y apoyo social contribuye a mejorar la calidad de vida de los niños con discapacidad física y a reducir las desigualdades que enfrentan ⁽¹⁾.

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que aproximadamente el 16 % de la población global, es decir, más de 1.300 millones de personas, viven con algún tipo de discapacidad. Esta cifra refleja no solo la magnitud del fenómeno, sino también el impacto potencial sobre millones de familias que asumen responsabilidades de cuidado a largo plazo. ⁽¹⁾ En el contexto regional, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) reporta en 2025 que el 19,4 % de la población de las Américas presenta alguna forma de discapacidad, superando el promedio mundial. Este incremento evidencia desigualdades estructurales y limitaciones en el acceso a servicios de salud, rehabilitación y apoyo social, lo que intensifica la carga en los cuidadores. ⁽²⁾

En cuanto a la población infantil, el portal Humanium señala que aproximadamente uno de cada diez niños en el mundo tiene una

discapacidad ⁽³⁾; mientras tanto, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) estima que cerca de 240 millones de niños viven con algún tipo de limitación física, sensorial o cognitiva. Esta situación refleja la magnitud del problema y la urgente necesidad de fortalecer las políticas públicas de apoyo integral tanto para los niños con discapacidad como para sus cuidadores, quienes enfrentan altos niveles de sobrecarga física, emocional y social en el proceso de atención y acompañamiento. ⁽⁴⁾

Notoriamente, en varias proyecciones recientes estiman que la carga del cuidado familiar aumentará sustancialmente entre 2000 y 2050 en 31 países europeos, reflejando el envejecimiento poblacional y la mayor supervivencia de niños con condiciones crónicas que requieren atención a largo plazo ⁽⁵⁾; estudios específicos sobre parálisis cerebral y discapacidades motoras señalan niveles elevados de sobrecarga, peor salud mental y mayor impacto económico en las familias cuidadoras ⁽⁶⁾.

Sin embargo, diversos estudios respaldados por la OMS y la OPS; destacan que los

cuidadores/familiares desempeñan un papel esencial en la atención de niños con discapacidad, pero frecuentemente enfrentan niveles significativos de sobrecarga física, emocional y económica. La OPS estima que alrededor del 80 % de los cuidados son proporcionados de manera informal por familiares, principalmente mujeres, quienes dedican entre 6 y 12 horas diarias al cuidado sin recibir apoyo institucional ni capacitación adecuada. Esta situación contribuye al desarrollo de estrés crónico, ansiedad, depresión y fatiga física, afectando su bienestar y calidad de vida ⁽⁶⁾.

En Estados Unidos, diversos estudios evidencian que los cuidadores de niños con discapacidad física presentan altos niveles de sobrecarga emocional y física, estimándose que alrededor del 20,6 % experimenta problemas frecuentes de salud mental y un 13,8 % reporta afectaciones físicas derivadas del estrés y el agotamiento continuo. Una situación similar se observa en México, donde entre el 65 % y el 70 % de los cuidadores presenta sobrecarga moderada o alta, influenciada por factores como



el tiempo prolongado de cuidado, los elevados gastos en tratamientos, terapias y la escasa disponibilidad de apoyo psicológico y social. Estas condiciones favorecen la aparición de fatiga física, estrés emocional y aislamiento social, deteriorando progresivamente la calidad de vida de quienes asumen este rol. ⁽⁸⁾.

En Colombia, la evidencia indica que hasta un 75 % de los cuidadores experimentan sobrecarga significativa, relacionada principalmente con desigualdades en el acceso a los servicios de salud, condiciones socioeconómicas desfavorables y la falta de preparación para asumir el rol de cuidador; en donde la realidad comparable se registra en Chile, donde entre el 60 % y el 70 % de los cuidadores de niños con discapacidad presentan niveles moderados o altos de sobrecarga, particularmente en aquellos casos en que el niño presenta un alto grado de dependencia funcional y las redes de apoyo son limitadas o inexistentes. ⁽⁷⁾

Las diferencias en los niveles de sobrecarga entre países revelan un patrón estructural común, ya que la

vulnerabilidad de los cuidadores se agrava cuando los sistemas de salud son insuficientes y las redes de apoyo social resultan precarias. En América Latina, esta sobrecarga se potencia por desigualdades socioeconómicas, escasa cobertura de servicios especializados y la ausencia de políticas que reconozcan formalmente el rol del cuidador, evidenciando que el problema trasciende las exigencias propias del cuidado y responde a sistemas que históricamente han delegado una responsabilidad colectiva en individuos sin brindarles los recursos necesarios para sostenerla. ⁽⁸⁾

Mientras tanto, en Ecuador, se estima que 54.512 niños, niñas y adolescentes de 0 a 17 años presentan algún tipo de discapacidad, de los cuales aproximadamente el 31,38 % tienen discapacidad física. Esta cifra resalta la necesidad urgente de implementar políticas públicas inclusivas que garanticen el acceso a servicios de salud, rehabilitación y educación adaptada. Sin embargo, la atención a estos niños no solo recae en el sistema de salud y educación, sino también en sus cuidadores

primarios, quienes en su mayoría son familiares directos; por lo que estos cuidadores enfrentan una carga significativa, tanto física como emocional ⁽⁹⁾.

En la provincia de Chimborazo, estudios han evidenciado que los cuidadores de personas con discapacidad física experimentan dificultades socioeconómicas y una elevada sobrecarga emocional, lo que afecta su calidad de vida y bienestar general. ⁽¹⁰⁾

En la ciudad de Riobamba se evaluaron las estrategias de afrontamiento y las características sociodemográficas de 50 cuidadores de niños con discapacidad intelectual de la Unidad Educativa Especializada Carlos Garbay, en donde la edad promedio de los cuidadores osciló entre 37 y 40 años; el 25 % eran solteros, el 46 % casados y el 18 % en unión libre. Con respecto al nivel educativo, el 49 % posee instrucción primaria, el 31 % instrucción secundaria y el 24 % instrucción superior.

De manera complementaria, la discapacidad puede definirse como el resultado de la interacción entre una condición de salud, como

parálisis cerebral, lesión medular, distrofias musculares o malformaciones congénitas, y las barreras del entorno y la sociedad que limitan la participación plena de la persona en la vida diaria. En la infancia, la discapacidad físico-motora se refiere a dificultades en la movilidad, funciones motoras y habilidades para realizar actividades básicas de la vida diaria, que requieren asistencia, adaptaciones o apoyos tecnológicos ⁽¹²⁾.

La evidencia científica resalta que la discapacidad no es únicamente una característica individual, sino que su impacto está influenciado por el acceso a servicios de salud, programas de rehabilitación, educación inclusiva y apoyo familiar y comunitario. Por esta razón, diversos estudios recomiendan un enfoque integral que combine atención médica, psicosocial y políticas públicas orientadas a disminuir barreras y fortalecer el soporte a las familias ⁽¹³⁾.

En este contexto, surge el papel del cuidador, definido como la persona que asume la responsabilidad de brindar atención constante y sostenida a alguien dependiente, siendo habitualmente un familiar



cercano, con predominancia de madres en los estudios sobre cuidado infantil; teniendo en cuenta que las funciones del cuidador incluyen tareas físicas como movilización, alimentación y administración de terapias, así como labores de gestión, como la coordinación con servicios de salud, trámites educativos y apoyo emocional a la familia⁽¹⁴⁾.

La literatura enfatiza que el cuidado no solo implica actividades técnicas, sino también roles de defensa y gestión de recursos, generando demandas continuas que afectan la salud física y mental del cuidador, su vida laboral y social ^(15–17). Además, se ha documentado que características personales del cuidador, como nivel educativo, empleo, género, resiliencia y estrategias de afrontamiento, influyen en su experiencia de cuidado y en la probabilidad de experimentar sobrecarga elevada ^(18,19).

Los estudios sobre cuidadores de niños con discapacidad física señalan que la sobrecarga es multidimensional, incluyendo tanto la carga objetiva como tiempo

dedicado, tareas de cuidado y gastos asociados como la carga subjetiva, relacionada con percepción de estrés, malestar emocional o sentimientos de frustración y culpa. Su intensidad se ve modulada por factores como el apoyo social, la resiliencia del cuidador, el balance entre trabajo y vida personal y los recursos disponibles en el hogar ⁽²³⁾.

La sobrecarga del cuidador hace referencia a la percepción global de presión y demanda que enfrentan quienes brindan cuidados, abarcando dimensiones sociales, económicas y culturales, y manifestándose mediante fatiga, estrés emocional, limitación de actividades cotidianas y disminución de la calidad de vida. Ante estas exigencias, los cuidadores suelen recurrir a estrategias de afrontamiento, definidas como los esfuerzos cognitivos y conductuales orientados a manejar, tolerar o reducir las tensiones que surgen frente a situaciones percibidas como desbordantes, constituyendo así un mecanismo central para preservar su bienestar en el ejercicio prolongado del cuidado. ⁽¹¹⁾.

La sobrecarga en los cuidadores de niños con discapacidad física representa un problema relevante en el ámbito de la salud, debido a las exigencias físicas, emocionales y sociales que implica el cuidado continuo. No obstante, la atención suele centrarse en el niño, dejando en segundo plano las necesidades del cuidador. En este contexto, el presente estudio se delimita al análisis del nivel de sobrecarga, considerando factores sociales y económicos asociados al estrés, así como su medición mediante la escala de Zarit, un instrumento validado que evalúa la carga percibida por el cuidador en relación con el impacto físico, emocional y social del cuidado.

Asimismo, la investigación se orienta a identificar las estrategias de afrontamiento empleadas por los cuidadores frente a las demandas del cuidado diario. Finalmente, se delimita a la propuesta de intervenciones desde enfermería dirigidas a mejorar el bienestar del cuidador y fortalecer su capacidad de afrontamiento, enfocándose exclusivamente en cuidadores de niños con discapacidad física.

El Objetivo general de esta revisión sistemática es "Analizar el nivel de sobrecarga y estrategias de afrontamiento en cuidadores de niños con discapacidad física" enfocándose específicamente en:

- Identificar los factores sociales y económicos asociados al nivel de estrés en los cuidadores.
- Relacionar el nivel de sobrecarga del cuidador mediante la escala de Zarit.
- Proponer estrategias de intervención innovadoras desde enfermería para el afrontamiento del estrés en cuidadores.

En cuanto a lo que se refiere al cuidador informal, se define como la persona que brinda apoyo a un familiar con discapacidad, desempeñando su labor dentro de relaciones afectivas y de confianza; en este sentido, para asumir este rol, debe contar con disposición, una adecuada salud mental y habilidades que le permitan garantizar el bienestar físico y emocional de quien cuida. Además, se espera que actúe con responsabilidad y respeto, evitando caer en actitudes



paternalistas que limiten la autonomía de la persona cuidada. ⁽³¹⁾

Varios estudios demuestran que los denominados cuidadores obtienen altos niveles de ansiedad, agotamiento con relación al resto de la población; esto sucede al momento en que el cuidado se da a un solo miembro del hogar. Cuando existe la presencia de niños con discapacidad física, aumenta aún más el cuidado permanente, incrementando así el estrés en este tipo de personas. ⁽³²⁾

Se debe tener en cuenta que, si bien el cuidador primario y el cuidador familiar pueden ser la misma persona, este último es en realidad quien se encarga de las necesidades emocionales y físicas del individuo dependiente, así que puede ser un segundo miembro de la familia o una persona cercana al paciente. A pesar de ello, es preciso admitir que el cuidado diario de una persona dependiente provoca alteraciones a nivel personal, familiar, laboral y social para quien lo lleva a cabo. Entre los cuales está el estrés, el mismo que se da cuando la persona pasa por un proceso psicofisiológico

debido a que en su entorno existen varios medios de afrontamiento. ⁽³¹⁾

El exceso del cuidador se clasifica en varias etapas; como las que se mencionan, la sobrecarga física en los cuidadores se manifiesta principalmente a través de síntomas como cansancio constante, tensiones musculares, trastornos del sueño, cefaleas y debilidad general. ⁽³¹⁾

Asimismo, la sobrecarga emocional se evidencia mediante la presencia de tensión constante, ansiedad, depresión e irritabilidad, acompañadas frecuentemente de sentimientos de culpa e inestabilidad emocional. Estas reacciones emocionales surgen como consecuencia de la responsabilidad permanente del cuidado y de la preocupación por el estado de salud del niño, lo que puede generar un desgaste afectivo significativo. ⁽³³⁾

Por otra parte, la sobrecarga social se relaciona con la disminución o pérdida de espacios de interacción y participación social, en donde los cuidadores suelen reducir o abandonar actividades recreativas, encuentros con amigos, metas personales o profesionales y su

participación en actividades comunitarias, debido principalmente a la falta de tiempo, energía y apoyo; efectivamente, esta situación influye en el aislamiento social y limita las oportunidades de descanso y desarrollo personal.⁽³⁴⁾

Los factores sociales contribuyen al aislamiento del cuidador, limitando su participación en actividades recreativas y redes de apoyo; en donde los mismos dejan sus labores para involucrarse netamente en el cuidado, limitando su convivir diario de tal forma que provoca soledad y aumento de carga. ⁽³²⁾.

A su vez, la sobrecarga psicológica se refiere al impacto mental derivado del exceso de responsabilidades, el estrés crónico y la posible aparición de síntomas depresivos; entre estos indicadores se encuentran la baja autoestima, el estrés constante, la dificultad para concentrarse y la sensación de incapacidad para afrontar adecuadamente las demandas del cuidador. De hecho, estas condiciones pueden afectar significativamente el bienestar psicológico del cuidador, dificultando la adaptación a las responsabilidades y aumentando la percepción de carga frente a las

tareas diarias; de esta manera se permite entender estas variables, que facilitan el desarrollo integral para mejorar la salud del cuidador y mitigar el riesgo de un posible agotamiento.⁽³³⁾

El síndrome de sobrecarga del cuidador es una condición multidimensional que se manifiesta mediante agotamiento físico, emocional y psicológico, producto de la demanda continua e intensa que implica el cuidado de otra persona. Su prevalencia en contextos locales es preocupante: un estudio desarrollado en Ambato, Ecuador, evidenció que el 91,4% de los cuidadores evaluados presentaba niveles de sobrecarga intensa, lo que subraya la urgencia de implementar intervenciones oportunas y políticas de apoyo dirigidas a esta población. ⁽³⁴⁾

El desgaste del cuidador constituye un proceso progresivo de deterioro físico y emocional, originado por la exposición sostenida a las demandas del cuidado. En este sentido, la evidencia latinoamericana resulta esclarecedora: un estudio llevado a cabo en Cuba identificó que más del 70 % de los cuidadores presentaba niveles medios a altos de



agotamiento psicológico, siendo el cansancio emocional la dimensión con mayor prevalencia. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de abordar el bienestar del cuidador como un componente esencial dentro de los sistemas de atención en salud. ⁽³⁵⁾

Las características del síndrome de desgaste del cuidador incluyen agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Estos síntomas afectan negativamente la salud mental y física del cuidador, comprometiendo su capacidad para brindar atención adecuada. Un estudio en Cuenca, Ecuador, identificó que el 51% de los cuidadores presentaban este síndrome, especialmente en mujeres que cuidaban a personas con discapacidad intelectual severa. ⁽³⁶⁾

Por eso es crucial contar con estrategias de afrontamiento que se pueden hallar en guías informativas y recomendaciones directas de los profesionales sanitarios, en donde esto permite que la familia o cuidadores dispongan de recursos para ayudar al paciente con esta condición a desarrollar su auténtico

potencial cognitivo, emocional, social y resiliente, lo cual significa poder enfrentar la adversidad para asegurar su estabilidad emocional ante situaciones difíciles. ⁽³⁸⁾

Por lo antes manifestado, la presente investigación se vuelve esencial al abordar una situación que, aunque sostenida por dedicación y afecto, también está marcada por exigencias que permanecen invisibles para la sociedad: la carga física, emocional y social que experimentan los cuidadores de niños con discapacidad física. Estos familiares, muchas veces padres o madres, se convierten en el soporte fundamental del bienestar del menor, a pesar de que aún son limitadas las políticas y programas que reconocen y atienden sus propias necesidades de salud y apoyo para garantizar un cuidado adecuado y sostenible. ⁽³⁹⁾

Uno de los instrumentos más utilizados para evaluar la sobrecarga del cuidador es la Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit, diseñada originalmente para valorar la carga en cuidadores de pacientes con demencia. Este instrumento ha sido traducido a diversos idiomas y validado en múltiples países, lo que

respalda su amplia aplicación en el ámbito clínico y de investigación. ⁽⁴⁰⁾

La versión original de la escala consta de 22 ítems que evalúan la carga subjetiva del cuidador mediante una escala de respuesta tipo Likert que va de 0 a 4 (0 = nunca, 1 = rara vez, 2 = a veces, 3 = con bastante frecuencia, 4 = casi siempre). La puntuación total varía entre 0 y 88 puntos, donde los valores de 0 a 46 indican ausencia de sobrecarga, de 47 a 55 corresponden a sobrecarga leve y de 56 a 88 reflejan sobrecarga intensa, permitiendo así determinar el nivel de carga experimentado por el cuidador. ⁽⁴⁰⁾

Un estudio realizado en el Centro de Salud Loma de Quito, en la ciudad de Riobamba, durante el año 2025, evidenció que la mayoría de los cuidadores de personas con discapacidad presentan niveles de sobrecarga que oscilan entre leves e intensos, lo cual refleja el impacto físico, emocional y social que conlleva el ejercicio prolongado del rol de cuidado. En esta misma línea, los resultados obtenidos mediante la Escala de Zarit revelaron que más de la mitad de los participantes alcanzaron puntuaciones superiores

a 47 puntos, situándose dentro de los rangos de sobrecarga significativa; esta condición, a su vez, incrementa el riesgo de desarrollar alteraciones en la salud mental y física, tales como depresión, ansiedad y fatiga crónica. ⁽⁴¹⁾

2. Metodología

La presente revisión bibliográfica corresponde a una revisión bibliográfica narrativa de enfoque descriptivo orientada al análisis de la evidencia científica relacionada con la sobrecarga y estrategias de afrontamiento en cuidadores de niños con discapacidad física.

La búsqueda se obtuvo de fuentes documentales en bases de datos electrónicas actualizadas; en fuentes bibliográficas exhaustivas vinculadas con temas de salud. Se utilizaron métodos de análisis, síntesis y sistematización que facilitaron la interpretación de la bibliografía encontrada y la organización de la información. Mediante la técnica de revisión bibliográfica, se realizó un análisis de los artículos seleccionados, que abordan 56 en su totalidad.



En relación a publicaciones que se encuentran en bases de datos científicas, como revistas indexadas, disponibles en Scielo, Dialnet, Scopus, Pubmed, Elsevier, Biblioteca Virtual de Salud, ProQuest, Google Académico, así como diferentes páginas web de instituciones de referencia: UNICEF, Ministerio de Salud Pública del Ecuador MSP (Ministerio de Salud Pública), El Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC).

Como método de filtrado para la búsqueda respectiva de la información sobre el tema planteado, se utilizaron las siguientes palabras clave: sobrecarga, cuidadores, discapacidad física, estrategias, afrontamiento, junto con booleanos “y”, or, “no”, y “”, (). La población de estudio quedó conformada por 56 artículos científicos, en los cuales se aborda la temática, el nivel de sobrecarga y estrategias de afrontamiento en cuidadores de niños con discapacidad física, publicados en revistas indexadas en bases regionales y de impacto mundial, de los últimos 5 años, difundidos en el periodo 2021–2026.

Posterior a la búsqueda, lectura crítica de los trabajos encontrados, de acuerdo con los criterios de selección, se escogieron aquellos que cumplieron los requisitos establecidos:

Criterios de inclusión

1. Artículos científicos publicados entre 2021 y 2026.
2. Estudios disponibles en texto completo en las bases de datos seleccionadas.
3. Publicaciones en idioma español, inglés y/o portugués.
4. Artículos indexados en revistas de impacto regional o mundial.

Criterios de exclusión

1. Artículos publicados antes del año 2021 o fuera del período de estudio establecido.
2. Publicaciones duplicadas en distintas bases de datos.
3. Estudios que no estén disponibles en texto completo o de acceso restringido.
4. Investigaciones que no cuenten con metodología claramente

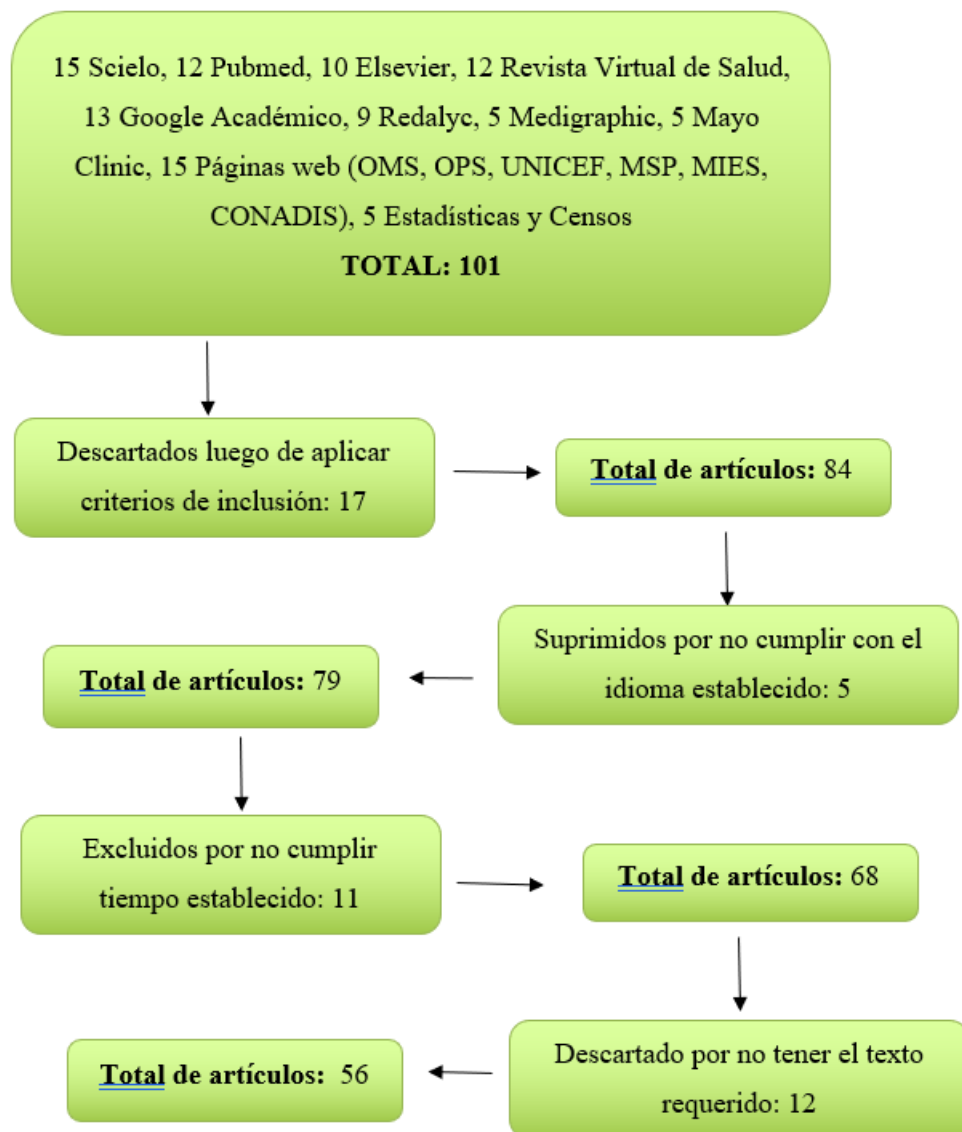
descrita o que presenten sesgos evidentes en su diseño.

clave definidas para la búsqueda.

5. Documentos que no guarden relación directa con las palabras

Siguiendo el algoritmo que se detalla en la figura 1:

Figura 1. Algoritmo de búsqueda



3. Resultados y discusión

El análisis de la literatura científica permitió identificar diversos factores sociales y económicos que influyen significativamente en el nivel de

estrés de los cuidadores de niños con discapacidad. Los estudios revisados evidencian que el estrés experimentado por los cuidadores suele situarse en niveles moderados a altos, lo cual está relacionado con



múltiples variables que afectan su bienestar emocional, social y económico.

La sobrecarga del cuidador emerge como uno de los fenómenos más documentados en la literatura revisada, y su comprensión resulta fundamental para entender el impacto que tiene el cuidado prolongado sobre la salud de quienes lo ejercen. Adum et al. (2024) señalan que el estrés derivado del cuidado de personas con discapacidad representa un desafío significativo para la salud mental, dado que la demanda continua de atención genera un estado de activación sostenida que, con el tiempo, supera la capacidad adaptativa del cuidador.

Este planteamiento es coherente con lo identificado por Caicedo-Mina et al. (2025), quienes describen la sobrecarga como un síndrome con manifestaciones concretas: fatiga física, tensión emocional y dificultad para mantener el equilibrio entre las responsabilidades del cuidado y la vida personal. Sin embargo, mientras Adum et al. (2024) enfatizan el componente psicológico del estrés como proceso interno,

Caicedo-Mina et al. (2025) amplían la mirada hacia sus consecuencias funcionales y cotidianas, lo que permite comprender la sobrecarga no solo como un estado emocional, sino como una condición que compromete progresivamente la calidad de vida del cuidador.

A este panorama se suma la influencia determinante de los factores socioeconómicos, dimensión que complejiza aún más la experiencia del cuidador. Santos et al. (2024) demuestran que variables como el nivel de ingresos, la situación laboral y el acceso a servicios de salud modulan significativamente la percepción de estrés en cuidadores de niños con enfermedades crónicas. Este hallazgo resulta especialmente relevante porque desplaza el análisis desde el plano individual hacia el estructural, la sobrecarga no depende exclusivamente de las características personales del cuidador ni de la severidad de la condición del niño, sino también de las condiciones materiales y sociales en las que dicho cuidado se ejerce.

En particular, las familias con menores recursos enfrentan

barreras concretas de acceso a tratamientos especializados y terapias de rehabilitación, lo que amplifica la carga emocional al combinar la exigencia del cuidado con la incertidumbre económica. Así, la sobrecarga adquiere una naturaleza multifactorial que ningún estudio por sí solo logra capturar en su totalidad, pero que la convergencia de estas investigaciones permite comprender con mayor profundidad.

De manera similar, Castelo-Rivas et al. (2023) destacan que las limitaciones económicas constituyen un factor de riesgo importante para el bienestar psicológico de los cuidadores. Se plantea que los gastos asociados al tratamiento del niño con discapacidad, como terapias médicas, medicamentos y transporte a centros de atención especializada, generan una presión económica considerable en las familias, lo que contribuye al aumento del estrés y la ansiedad en los cuidadores.

Además de los factores económicos, la literatura revisada también resalta la importancia del apoyo social y familiar en la experiencia del cuidador. El estudio realizado por

Calva-Cumbicus, Vaca-Izquierdo, Villavicencio-Aguilar y Rojas-Preciado (2024) indica que el apoyo social constituye un elemento fundamental para mejorar el bienestar psicológico de los cuidadores de niños con discapacidad. Se observa que la presencia de redes de apoyo, como familiares, amigos o instituciones comunitarias, permite compartir las responsabilidades del cuidado y reducir la carga emocional del cuidador principal.

En la misma línea, Huerta-Ramírez y Rivera-Heredia (2021) sostienen que la resiliencia familiar y los recursos emocionales del cuidador influyen de manera positiva en la capacidad de afrontar las demandas del cuidado. Se identifica que los cuidadores con mayores recursos personales y familiares presentan niveles más bajos de estrés, debido a que desarrollan estrategias de afrontamiento más efectivas.

Otro factor relevante identificado en los estudios revisados es la dependencia funcional de la persona con discapacidad, la cual puede aumentar la carga del cuidador. En este sentido, Cárcamo y Yelincic (2025) plantean que el nivel de



dependencia del paciente influye directamente en la intensidad del cuidado requerido, incrementando la sobrecarga emocional y el estrés del cuidador.

Asimismo, Bagnato-Núñez, Hontou-Beisso, Barbosa-Molina y Gadea-Rojas (2023), identifican que los cuidadores de personas con trastorno del espectro autista presentan niveles elevados de estrés parental, así como síntomas de depresión y ansiedad. Se describe que las dificultades en la comunicación, el comportamiento y la interacción social generan altos niveles de tensión emocional en los cuidadores.

Las condiciones sociales adversas constituyen un factor agravante en la experiencia del cuidador familiar, tal como lo demuestra el estudio de Salinas, Gómez y Torres (2023), quienes evidencian que situaciones como las crisis sanitarias y las limitaciones estructurales en el acceso a los servicios de salud intensifican significativamente los niveles de estrés en esta población; ya que lo relevante de este hallazgo no radica únicamente en la identificación del problema, sino en

la naturaleza de los mecanismos que lo explican; por ende, la incertidumbre sostenida ante la falta de respuesta institucional y la ausencia de redes de apoyo formal generan un estado de desgaste emocional que se retroalimenta con el tiempo.

En este sentido, los hallazgos del estudio realizado por Adum et al. (2024) coinciden con los resultados reportados por Caicedo-Mina et al. (2025), quienes señalan que la sobrecarga del cuidador constituye un factor determinante en el desarrollo de estrés emocional y agotamiento psicológico. Ambos estudios destacan que la responsabilidad constante del cuidado, especialmente cuando se trata de personas con altos niveles de dependencia, genera una presión significativa en los cuidadores.

En relación con los factores socioeconómicos, los resultados coinciden con los hallazgos de Santos et al. (2024) y Castelo-Rivas et al. (2023), quienes destacan que las limitaciones económicas influyen significativamente en el nivel de estrés de los cuidadores. Estos autores señalan que los gastos

asociados al tratamiento y cuidado del niño con discapacidad pueden generar una presión financiera considerable en las familias, lo que aumenta la preocupación y la tensión emocional del cuidador.

Por otra parte, algunos estudios destacan la existencia de factores protectores que pueden disminuir el impacto del estrés. En este sentido, Calva-Cumbicus et al. (2024) señalan que el apoyo social constituye un elemento fundamental para mejorar el bienestar psicológico de los cuidadores. Los autores sostienen que la presencia de redes de apoyo permite compartir las responsabilidades del cuidado y reducir la carga emocional del cuidador principal.

De manera similar, Huerta-Ramírez y Rivera-Heredia (2021) destacan la importancia de la resiliencia familiar como un factor protector frente al estrés. Según estos autores, los cuidadores que cuentan con mayores recursos emocionales y familiares son capaces de desarrollar estrategias de afrontamiento más efectivas, lo que les permite manejar de manera más adecuada las demandas del cuidado.

Además, el estudio de Bagnato-Núñez et al. (2023) evidencia que los cuidadores de personas con trastornos del espectro autista presentan niveles elevados de estrés parental, lo que demuestra la importancia de considerar las características clínicas del paciente en el análisis del bienestar del cuidador.

Al mismo tiempo, Salinas et al. (2023) señalan que los factores contextuales, como el acceso limitado a los servicios de salud o las condiciones sociales adversas, pueden incrementar el estrés en los cuidadores familiares. Estos resultados reflejan la importancia de fortalecer las políticas de apoyo social y los programas de atención dirigidos a las familias que cuidan a personas con discapacidad.

De este modo, la evidencia científica revisada indica que el estrés en los cuidadores de niños con discapacidad es un fenómeno multifactorial influenciado principalmente por la sobrecarga del cuidado, las limitaciones económicas, la dependencia funcional del paciente y la disponibilidad de apoyo social. Estos factores interactúan entre sí y



afectan significativamente el bienestar psicológico del cuidador, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de apoyo integral que contribuyan a mejorar la calidad de vida de estas familias.

Los estudios revisados muestran que el nivel de sobrecarga del cuidador, medido mediante la escala de Zarit, influye directamente en las estrategias de afrontamiento utilizadas y en las acciones innovadoras de enfermería implementadas. En los cuidadores con sobrecarga nula o leve (<46), las investigaciones de Wang y Kaş-Alay (2024), Koyun y Suluhan (2025), Kaşan y Okoye (2024), así como Li y Chen (2025), destacan que las principales dimensiones de afrontamiento se relacionan con la autoeficacia parental, la adaptación familiar, el apoyo informativo y el afrontamiento positivo.

En este nivel, las intervenciones de enfermería se orientan principalmente al fortalecimiento de habilidades y conocimientos mediante el uso de tecnologías educativas, tales como capacitaciones interactivas con realidad virtual, simuladores de

rehabilitación, tutoriales digitales y aplicaciones móviles para el seguimiento del cuidado. Estas estrategias permiten que los cuidadores adquieran mayor seguridad en el manejo del niño y favorecen un aprendizaje continuo desde el hogar.

En este mismo nivel de sobrecarga leve, se resalta la importancia del acceso a información confiable y del acompañamiento virtual como elementos fundamentales para mejorar el afrontamiento. Kaşan y Okoye (2024) destacan el valor de las plataformas digitales con contenido especializado sobre discapacidad y rehabilitación, mientras que Li y Chen (2025) evidencian la utilidad de programas virtuales enfocados en mindfulness, meditación y reforzamiento positivo para disminuir el estrés emocional.

Asimismo, Wang y Kaş-Alay (2024) indican que el uso de herramientas digitales interactivas facilita la comprensión de los procesos de cuidado y fortalece la autoeficacia parental. En conjunto, estos hallazgos sugieren que las tecnologías de información y comunicación constituyen recursos

clave para promover el afrontamiento positivo y la adaptación familiar en las primeras etapas del proceso de cuidado.

En cambio, en los cuidadores con sobrecarga moderada (47–55), los estudios de Aratti y Zampini (2024), Biswal y Pathak (2024), Duran y Akpınar (2025), así como Zhang, Tang, He y Guo (2025), evidencian que las dimensiones de afrontamiento más relevantes corresponden al apoyo social, el afrontamiento activo, la resiliencia y la cognición positiva.

En este contexto, las intervenciones de enfermería se orientan hacia el fortalecimiento del acompañamiento psicosocial mediante grupos de apoyo virtuales, comunidades en línea de cuidadores y redes sociales educativas moderadas por profesionales de salud. Estas estrategias favorecen la interacción entre cuidadores que comparten experiencias similares, lo que contribuye a disminuir la sensación de aislamiento y a fortalecer el apoyo emocional.

Además, se destaca la incorporación de herramientas tecnológicas más especializadas, como aplicaciones

para el registro del estrés, telecoaching en tiempo real y talleres virtuales de planificación del cuidado. Duran y Akpınar (2025) y Zhang et al. (2025) evidencian la utilidad de los programas psicoeducativos personalizados y de las sesiones de biofeedback para ayudar a los cuidadores a reconocer y controlar las respuestas fisiológicas asociadas al estrés.

Del mismo modo, Aratti y Zampini (2024) y Biswal y Pathak (2024) resaltan el uso de juegos interactivos y simulaciones digitales orientadas a la reestructuración cognitiva y al desarrollo del pensamiento positivo, lo cual contribuye a fortalecer la resiliencia y mejorar la capacidad de resolución de problemas en el entorno familiar.

Por consiguiente, en los cuidadores con sobrecarga severa (>55), las investigaciones de Wan, Liu, Zhou y Lin (2025), Huang (2025), García y Pérez (2026), Morales (2026) y Zhang (2026) coinciden en que se requieren intervenciones más intensivas, integrales y multidisciplinarias. En este nivel, las acciones innovadoras de enfermería incluyen programas avanzados de resiliencia familiar, teleenfermería



multidisciplinaria, seguimiento domiciliario mediante sensores de salud y acompañamiento psicológico continuo por videoconferencia.

Finalmente, se implementan terapias de mindfulness guiadas por aplicaciones móviles, técnicas de biofeedback para el control de la ansiedad y entornos de realidad virtual destinados al manejo del estrés. Estas intervenciones buscan fortalecer la regulación emocional, promover el afrontamiento adaptativo y garantizar un soporte social intensivo mediante la coordinación con servicios sociales y redes de apoyo comunitario digitalmente monitorizadas, evidenciando el papel fundamental de la enfermería en la integración de la tecnología con el cuidado humanizado para mejorar la calidad de vida de los cuidadores y sus familias.

4. Conclusiones

Cuidar a un niño con discapacidad física expone al cuidador a un desgaste continuo que va mucho más allá del esfuerzo físico. El hallazgo de niveles de sobrecarga de moderados a elevados demuestra

que la salud mental, el cuerpo y la vida social del cuidador sufren un deterioro progresivo, lo que exige dejar de ver este problema como un tema individual y empezar a tratarlo como una prioridad de salud pública.

La vulnerabilidad del cuidador se intensifica cuando el entorno no acompaña. Los ingresos económicos insuficientes, la inestabilidad en el trabajo, las barreras para acceder a la salud y la falta de una red de apoyo sólida transforman la rutina del cuidado en una fuente constante de estrés. Si a esto se le suma un alto grado de dependencia del niño, el impacto emocional y la pérdida de calidad de vida en el hogar se profundizan severamente.

La Escala de Zarit confirma ser una herramienta precisa y efectiva para dimensionar este fenómeno. Los datos demuestran una relación directa y clara: a mayor puntaje en la escala, más grave es el colapso emocional del cuidador y menor su capacidad interna para responder a las exigencias diarias, lo que valida su uso para detectar a tiempo casos de alto riesgo.

El acompañamiento desde enfermería y el fortalecimiento de los recursos personales son pilares decisivos para aliviar la tensión diaria. La educación para el cuidado, las redes de soporte social, la tecnología aplicada y el trabajo en resiliencia cambian positivamente la forma en que la familia afronta la realidad. Sin embargo, estas acciones no pueden ser genéricas: cuando la sobrecarga es severa, se requieren intervenciones multidisciplinarias e intensivas adaptadas a cada caso.

Resulta urgente que las políticas públicas reconozcan y respalden formalmente el rol del cuidador primario, integrando la atención de enfermería como un eje permanente. Sostener a quien cuida no solo protege su salud y su proyecto de vida, sino que garantiza que el niño reciba una atención digna, humana y sostenible en el tiempo.

Recomendaciones

Diseñar y poner en marcha programas de acompañamiento continuo para los cuidadores, centrados en cuidar a quien cuida. Es indispensable que estos espacios brinden apoyo emocional,

contención psicológica y herramientas prácticas de afrontamiento. Al aliviar el desgaste diario y proteger la salud mental de la familia, se garantiza también un entorno más cálido, seguro y de mejor calidad para el desarrollo del niño.

Hacer un llamado a las instituciones de salud y organismos gubernamentales para que promuevan políticas públicas de protección social y económica dirigidas a los hogares más vulnerables. Resulta prioritario fortalecer las redes de apoyo en la comunidad y agilizar el acceso a servicios de rehabilitación, evitando que la responsabilidad de la atención recaiga sobre una sola persona y reduciendo las brechas de desigualdad que agravan el estrés familiar.

Institucionalizar el uso de la Escala de Zarit como una herramienta de rutina en la consulta externa y en programas de discapacidad. Evaluar de forma periódica el nivel de sobrecarga permitirá detectar tempranamente a aquellos cuidadores en situación de riesgo o colapso, facilitando una respuesta oportuna mediante derivaciones a



psicología, seguimiento personalizado y planes de intervención familiar antes de que se produzca un deterioro severo de la salud.

Incorporar acciones concretas desde la enfermería comunitaria que alivien la rutina del cuidador. Se sugiere promover la estrategia del "aliado relevo" mediante calendarios familiares compartidos para garantizar descansos programados, además de capacitar en el uso de herramientas digitales para la organización diaria. Asimismo, es clave implementar programas psicoeducativos virtuales, talleres de resiliencia y espacios de orientación enfocados en la gestión del estrés y las emociones.

Aprovechar la tecnología para llevar el cuidado hasta el hogar mediante la teleenfermería, grupos de apoyo en línea moderados por profesionales y seguimiento domiciliario. Integrar plataformas de videoconferencia, planes de autocuidado adaptados a la realidad de cada familia y redes de soporte digital permite ofrecer un acompañamiento accesible, humano y sostenible que prevenga de

manera efectiva el síndrome de sobrecarga.

Bibliografía

1. World Health Organization (WHO). Disability [Internet]. Geneva: WHO; 2023 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/health-topics/disability/>
2. Organización Panamericana de la Salud. OPS convoca reunión regional con países para mejorar la inclusión de las personas con discapacidad [Internet]. Washington D.C.: OPS; 2025 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/20-3-2025-ops-convoca-reunion-regional-con-paises-para-mejorar-inclusion-discapacidad>
3. Humanium. Disabled children [Internet]. Geneva: Humanium; 2023 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.humanium.org/en/disabled-children/>
4. UNICEF. Nearly 240 million children with disabilities around the world, UNICEF's most comprehensive analysis finds [Internet]. New York: UNICEF; 2021 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/china/en/press-releases/nearly-240->



- million-children-disabilities-around-world-unicefs-most-comprehensive
5. Cattaneo A, et al. The burden of informal family caregiving in Europe, 2000–2050. (2025) [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12008708/>
6. Nova Diaz DM, et al. The economic and social burden of pediatric cerebral palsy: a Spain societal perspective. *Front Public Health*. 2025 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2025.1589114/full>
7. Banco Interamericano de Desarrollo. El cuidado en América Latina y el Caribe: una mirada integral al desafío del cuidado. Washington, D.C.: BID; 2023. [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://publications.iadb.org/es/el-cuidado-en-america-latina-y-el-caribe>
8. Arango-Lasprilla JC, Quijano MC, Aponte M, Kreutzer JS. Family caregiving for individuals with disabilities in Latin America. *Disability and Rehabilitation*. 2022;44(7):1010–1020 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34863210/>
9. Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES). Atención a personas con discapacidad y sus familias en terapia física, ocupacional, lenguaje, psico rehabilitación, psicología clínica y trabajo social. [Internet]. Quito: MIES; 2024 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://www.gob.ec/gaddmq/tramites/atencion-especializada-personas-discapacidad-familias-modalidad-domiciliaria>
10. Farinango NKR. Dificultades socioeconómicas de los cuidadores informales de personas con discapacidad física en la parroquia Aláquez, provincia de Cotopaxi, Ecuador. *Magazine ASCE*. 2025; 1:129 [citado 25 oct 2025]. Disponible en: <https://magazineasce.com/index.php/1/article/view/129>
11. Procel P. Estrategias de afrontamiento en cuidadores de niños con discapacidad intelectual en la Unidad Educativa Especializada Carlos Garbay [Tesis de grado en Internet]. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo; 2023 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/12345>
12. Cheng AWY, et al. Parental stress in families of children with special educational



- needs: A systematic review. *Front Psychol* [Internet]. 2023 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2023.1198302/full>
13. Wang R, Qiu Y, Zhang X, Wong DFK. Coping, social support and family quality of life for caregivers of children with ASD. *Res Autism Spectr Disord* [Internet]. 2022 [citado 2 oct 2025];96:102547. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886921007303>
14. Christian BJ, et al. The challenges of caregiving and parental stress in chronic conditions. *Patient Educ Couns* [Internet]. 2025 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40764176/>
15. Stevens EK, et al. Caregivers of children with special healthcare needs: Work-life balance and caregiver burden. *J Fam Stud* [Internet]. 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-024-02822-1>
16. Shahali S, et al. Health challenges faced by parents of children with disabilities. *BMC Pediatr* [Internet]. 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-024-04650-0>
17. Dlamini MD, et al. Caregivers' experiences of having a child with cerebral palsy. *Heliyon* [Internet]. 2023 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: [https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963\(23\)00229-4/fulltext](https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963(23)00229-4/fulltext)
18. Alay GK, et al. Care burden and resilience in parents of children with special needs. *Child Youth Serv Rev* [Internet]. 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38359546/>
19. Cattaneo A, Vitali A, Regazzoni D, Rizzi C. The burden of informal family caregiving in Europe, 2000-2050: a microsimulation modelling study [Internet]. *Lancet Reg Health Eur*. 2025 [citado 2 oct de 2025]; 53:101295. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.lanep.2025.101295>
20. Kisinna AA, Ohene LA, Attafuah PA. Family caregivers' burden and coping with caring for children with cerebral palsy: A qualitative study in a low-resourced context (Ghana). *Child Care Health Dev* [Internet]. 2025 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.lanep.2025.101295>

- en:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40692123/>
- en :
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11942237/>
21. Liu F, Zhang R, Cui C, Zhou HY. Care burden and quality of life among family caregivers of children with cerebral palsy in China: The mediating roles of social support and coping styles. *BMC Public Health* [Internet]. 2025 [citado 2 oct 2025];25:506. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21679-7>
 22. Dertli S, et al. Care burden, perceived social support, coping attitudes and life satisfaction of mothers with children with cerebral palsy. *Child Care Health Dev* [Internet]. 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38895968/>
 23. Velásquez Ibarra C, Chacón Pizarro L. Síndrome de burnout en cuidadores de niños con discapacidad [Internet]. Guayaquil: Universidad de Guayaquil; 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://repositorio.ug.edu.ec/items/b9f28ae6-b279-4eae-9f59-f25cce5b3351>
 24. Zheng H, et al. Modifiable factors underlying caregivers' psychological outcomes. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2025 [citado 2 oct 2025];22(5):3211. Disponible
 25. Aratti A, et al. Caregiver burden, parenting stress and coping strategies. *Child Psychiatry Hum Dev* [Internet]. 2024 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11121070/>
 26. Taher M, Salimi R, Nouri R, et al. Exploring perceived social support and spiritual well-being in caregiver burden. *Front Psychol* [Internet]. 2025 [citado 2 oct 2025]. Disponible en: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-025-21654-2>
 27. Consejo Nacional para igualdad de discapacidad. Ley Orgànica De Discapacidades. [Internet] 2024 [citado 24 Octubre 2025]; 1:(42). Disponible en: <https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/Ley-Organica-de-Discapacidades.pdf>
 28. Santana E, Duràn M. Educación pertinente e inclusiva. La discapacidad en educación indígena. Secretaría de Educación Pública. [Internet]. 2021 [citado 23 oct 2025]. Disponible en: <https://www.gob.mx/cms/uplo>



- ads/attachment/file/3034/discapacidad_motriz.pdf
29. Mayo Clinic. Lesión de la médula espinal - Síntomas y causas - Mayo Clinic. [Internet]. ; 2025 [cited 2025 Oct 20]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/spinal-cord-injury/symptoms-causes/syc-20377890>
30. Ministerio de Educación Chile. Guías de apoyo técnico-pedagógico: necesidades educativas especiales en el nivel de Educación Parvularia.Unidad de Educación Parvularia. [Internet]. ; 2020 [cited 2025 Oct 20]. Disponible en: <https://especial.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/31/2016/08/GuiaMatora.pdf>
31. Smith J, García M. Sobrecarga del cuidador primario de pacientes con discapacidad física [Tesis de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Riobamba (EC): Universidad Nacional de Chimborazo; 2022. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6107/1/Tesis%20Sobrecarga%20del%20Cuidador%20Primario%20de%20Pacientes%20con%20Discapacidad%20F%C3%ADsica.pdf>
32. Guato-Torres P, Mendoza-Parra S. Autocuidado del cuidador informal de personas mayores en algunos países de Latinoamérica: Revisión descriptiva. Enfermería (Montev.) [Internet]. 6 de octubre de 2022 [citado 25 de octubre de 2025];11(2):e2917. Disponible en: <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/enfermeriacuidadoshumanizados/article/view/2917>
33. García NR. Sobrecarga del cuidador, riesgo laboral en cuidadores informales de personas con discapacidad en la ciudad de Cuenca. Rev Pacha [Internet]. 2023 [citado 25 oct 2025];8(1):1-10. Disponible en: <https://revistapacha.religacion.com/index.php/about/article/view/204>
34. Toapanta Suarez IN, Abril Beltrán RE. Síndrome de sobrecarga del cuidador de personas con discapacidad. Rev Ciencias Sociales [Internet]. 2025 [citado 25 oct 2025];3(8):1-9. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/366813405_Sindrome_de_sobrecarga_del_cuidador_de_personas_con_discapacidad
35. Izaguirre-Bordelois M. Agotamiento psicológico en cuidadores de personas con discapacidad. Medisan

- [Internet]. 2021 [citado 25 oct 2025];25(6):1-10. Disponible en:
<https://medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/3800/html>
36. Perguachi Ortiz MO. Prevalencia del “Síndrome del Cuidador” en cuidadores primarios de personas con discapacidad intelectual severa que reciben el bono Joaquín Gallegos Lara del cantón Azogues en el periodo 2019-2020 [Tesis de grado]. Cuenca: Universidad Politécnica Salesiana; 2022. Disponible en:
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22588/1/UPS-CT009769.pdf>
 37. Morales Pérez, D Estrés y Sobrecarga en cuidadores primarios de niños y niñas con Leucemia que se albergan en ASONIC, durante el 2022. [Internet]. Quito : UCE; 2022 [citado: 2025, octubre] 170 páginas.
<https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/03a8b9c7-a6f0-4824-b7a8-bedc893041b0>
 38. Reyes CA, María Teresa Muñoz-Quezada. Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores de escolares con discapacidad intelectual. Interdisciplinaria [Internet]. 2019 [cited 2025 Oct 26];36(1):257–72. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/journal/180/18060087017/html/>
 39. Liu F, Shen Q, Huang M, Zhou H. Factors associated with caregiver burden among family caregivers of children with cerebral palsy: a systematic review. BMC Public Health [Internet]. 2023 [citado 25 oct 2025];20:645. Disponible en:
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10083783/>
 40. Magaña-Toledo GZ, Flores-Soto E, José Francisco Gallardo-Vera. Depresión y sobrecarga en cuidadores de niños con trastorno del espectro autista. Atención Familiar [Internet]. 2025 Oct 1 [cited 2026 Mar 5];32(4):269–75.
<https://doi.org/10.22201/fm.14058871p.2025.4.93005>
 41. López J. Vista de Sobrecarga del cuidador de personas con discapacidad del Centro de Salud Loma De Quito – Riobamba | Arandu UTIC [Internet]. Uticvirtual.edu.py. 2026 [cited 2026 Mar 5]. Disponible en:
<http://uticvirtual.edu.py/revista.ojs/index.php/revistas/article/view/1755/2787>
 42. Moscoso Moscoso, P. C., & Matovelle Bustos, D. L. Sobrecarga del cuidador, riesgo laboral en cuidadores informales de personas con discapacidad en Cuenca-



- Ecuador. Pacha. Revista de Estudios Contemporáneos Del Sur Global.[Internet]2023 (citado 01 de marzo de 2026); 4(11). Disponible en: <https://doi.org/10.46652/pacha.v4i11.204>
43. Puerto-Guerrero, A. H., López-Díaz, L., Velásquez-Gutiérrez, V. F., Tovar-Roa, R. L., & López-Reyes, L. }. Cuidadores de personas con esclerosis múltiple: carga de cuidado, apoyo social y calidad de vida. Duazary. [Internet] 2023 (citado 01 de marzo de 2026); 19(2). Disponible en: <https://doi.org/10.21676/2389783x.4686>
 44. Chaudhary V, Yaduvanshi R, Ahmed R, Pani S. Assessing caregiver burden and coping strategies among parents of children with intellectual disabilities: a cross-sectional study. Int J Life Sci Biotech Pharma Res [Internet]. 2025 [citado 25 oct 2025];14(5):112-117. Disponible en: <https://ijlbpr.com/uploadfiles/20vol14issue5pp112-117.20250503111723.pdf>
 45. Adum M, Tapia-Mieles M, Guaranguay H, Chávez F. El estrés: un desafío para los cuidadores de personas con discapacidad [Artículo en Internet]. Portoviejo: Revista San Gregorio; 2024 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://revista.sangregorio.edu.ec/index.php/REVISTASANGREGORIO/article/view/3110>
 46. Calva-Cumbicus J, Vaca-Izquierdo Y, Villavicencio-Aguilar C, Rojas-Preciado W. Bienestar psicológico, apoyo social y sobrecarga en los progenitores de hijos con discapacidad [Artículo en Internet]. Barranquilla: Psicogente; 2024 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372024000100111
 47. Huerta-Ramírez Y, Rivera-Heredia M. Resiliencia, recursos familiares y espirituales en cuidadores de niños con discapacidad [Artículo en Internet]. México: Journal of Behavior, Health & Social Issues; 2021 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/jbhsi/article/view/68370>
 48. Sánchez J, Martínez-Arboleda M, Mejía-Zuluaga C. Bienestar emocional y sobrecarga en cuidadores de menores con trastornos del neurodesarrollo: un análisis de la calidad de vida [Artículo en Internet]. Manizales: Tempus Psicológico; 2025 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://revistasum.umanizales>



- .edu.co/ojs/index.php/tempus
psi/article/view/5476
49. García-Morán G, Castillo-Arcos L, García-Campos M, Patiño-López M. Interventions for the family caregiver of a child with intellectual disability: integrative review [Artículo en Internet]. México: Horizonte Sanitario; 2023 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://revistahorizonte.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/5153>
50. Cárcamo R, Yelincic A. Factores de riesgo de la sobrecarga emocional en cuidadores no remunerados de personas en situación de dependencia y discapacidad [Artículo en Internet]. México: MLS Psychology Research; 2025 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://www.mlsjournals.com/Psychology-Research-Journal/article/view/4174>
51. Salinas M, Gómez A, Torres F. Salud mental de cuidadores de niños con trastornos del neurodesarrollo durante la pandemia [Artículo en Internet]. Buenos Aires: Neurología Argentina; 2023 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1853002823000034>
52. Santos M, Pereira R, Costa L. Stress in family caregivers of children with chronic health conditions: a case-control study [Artículo en Internet]. Basel: Children; 2024 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2227-9067/11/11/1347>
53. Lagos-Carrasco S, Flores-López A, Rodríguez-Fuenzalida C, Mercado-Aravena M. Cognición social de los cuidadores y desarrollo infantil: revisión sistemática [Artículo en Internet]. Madrid: Revista de Psicología Aplicada; 2025 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://doi.org/10.5093/apea2025a1>
54. Bagnato-Núñez M, Hontou-Beisso C, Barbosa-Molina E, Gadea-Rojas S. Estrés parental, depresión y calidad de vida familiar en cuidadores principales de personas con TEA [Artículo en Internet]. Madrid: Revista Española de Discapacidad; 2023 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://www.cedid.es/redis/index.php/redis/article/view/977>
55. Caicedo-Mina J, Correa-Cabrera S, Cuasapaz-Arévalo B, Eraso-Delgado M. Síndrome de sobrecarga en cuidadores informales: revisión sistemática [Artículo en Internet]. Quito: Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar; 2025 [citado 5 mar 2026]. Disponible en:



https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i5.21209

56. Castelo-Rivas WP, Agreda-Sigindioy FE, Naranjo-Armijo FG, Vínces-Jadán AM, Alcívar-Rivadeneira MG, Lamar-Guale NL. Sobrecarga en la presencia de ansiedad, depresión y estrés de los cuidadores de discapacitados [Artículo en Internet]. Huánuco: Revista Peruana de Ciencias de la Salud; 2023 [citado 5 mar 2026]. Disponible en: <https://revistas.udh.edu.pe/RPCS/article/view/436e>