

REVISIÓN SISTEMÁTICA DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CUIDADORES PRINCIPALES DE PERSONAS CON DEMENCIA

Lorena Etcheverry Domeño¹, Adivaldo Vitor Barros De Oliveira Jr.²

(Recibido en mayo 2022, aceptado en mayo 2022)

¹Lcda. en Psicología Universidad de Buenos Aires. Magíster en neuropsicología y Dra. en Neurociencias, Universidad de Flores. ORCID: https://orcid.org/0000_0002_0015_2050. ² IESLA. Nucleo de Vigilancia em Saúde do Trabalhador /SESA

ORCID: https://orcid.org/0000_0002_3602_3808

lorenaetche@yahoo.com.ar; edivaldovitorbarros@gmail.com

Resumen: Las estrategias de afrontamiento son una serie de pensamientos y acciones que permite al individuo manejar situaciones difíciles donde se encuentra involucrados procesos cognitivos, emocionales y conductuales. El presente estudio de revisión sistemática analiza las estrategias de afrontamiento en cuidadores principales de personas con diagnóstico de demencia. Mediante la metodología PRISMA-NMA, se seleccionaron 24 artículos de las bases PubMed, bvsalud, SciELO, Redalyc y DIALNET, con un total de 3726 cuidadores evaluados. Los resultados, muestran que predomina el uso de estrategias de afrontamiento orientadas a lo emocional, tales como la búsqueda de apoyo social y religión/espiritualidad, que se asocian a reducción de depresión y carga, así como una mejor salud mental, salud física, calidad de vida y bienestar psicológico. Se concluye sobre la necesidad de planificar intervenciones, enfocadas en entrenar estrategias adaptativas, orientadas a lo emocional con el objetivo de regular las emociones asociadas con la situación estresante, y evitar el afrontamiento pasivo o evitativo.

Palabras clave: Estrategias afrontamiento, cuidador, demencia.

SYSTEMATIC REVIEW OF COPING STRATEGIES IN MAIN CAREGIVERS OF PEOPLE WITH DEMENTIA

Abstract: Coping strategies are a series of thoughts and actions that allow the individual to handle difficult situations where cognitive, emotional and behavioral processes are involved. This systematic review study analyzes coping strategies in primary caregivers of people diagnosed with dementia. Using the PRISMA-NMA methodology, 24 articles were selected from the PubMed, bvsalud, SciELO, Redalyc and DIALNET databases, with a total of 3726 caregivers evaluated. The results show that the use of emotionally oriented coping strategies predominates, such as the search for social support and religion/spirituality, which are associated with a reduction in depression and burden, as well as better mental health, physical health, quality of life and psychological well-being. It is concluded on the need to plan interventions, focused on training adaptive strategies, emotionally oriented with the aim of regulating the emotions associated with the stressful situation, and avoiding passive or avoidant coping.

Keyword: Coping strategies, caregiver, dementia.

INTRODUCCIÓN

Junto con la tendencia al aumento del envejecimiento poblacional se espera que aumente el número de personas con demencia. Se estima que en 2050 habrá 152,8 millones de casos (Global Burden of Diseases 2019; Dementia Forecasting Collaborators, 2022). El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM5, 2013) define Demencia como un trastorno neurocognitivo mayor, en el que existe evidencia de un declive cognitivo significativo en relación al nivel previo. Esto causa una disminución irreversible de la función cognitiva, conductual y funcional. Para Tokovska et al., (2021) la dependencia conlleva a requerir de la asistencia permanente de un cuidador principal y con el progreso la enfermedad, la dependencia es mayor. En este sentido, los cuidadores principales constituyen el apoyo más importante en lo práctico, personal y económico Farina et al., (2017).

Cuidar implica anticiparse a necesidades de apoyo, monitorear, supervisar, de modo que, se extiende más allá del cuidado práctico (Nolan et al., 1995). El Informe mundial de Alzheimer, (2019) señala que el 50 % de los cuidadores pueden experimentar sentimientos positivos sobre su papel, sin embargo, con el paso del tiempo, frecuentemente se ven afectados por el estrés que les produce la situación de cuidar, que conlleva carga de cuidador. La sobrecarga es producto del trabajo físico, emocional y las restricciones sociales (Roig et al., 1998).

Según la publicación de la Secretaria de Asesoría Médica, (2008), los síntomas psicológicos y conductuales son uno de los aspectos más desafiantes para el cuidador y generan gran parte de su carga. El estudio argentino de Etcheverry Domeño, (2018) describe que el 62 % de los cuidadores principales manifiestan sentirse sobrecargados, el 14 % sobrecarga leve y el 58 % sobrecarga intensa. Los cuidadores informales pueden tener sentimientos de una existencia sin sentido, carga, ansiedad y fatiga (Lauritzen et al., 2015), depresión y estrés (Li et al., 2011), disminuye su salud y calidad de vida (Alltag et al., 2019). Cuidar se asocia con estrés psicológico y mala salud física (Gilhooly et al., 2016). Frecuentemente, la sobrecarga conlleva a la

colocación temprana en hogares (Toot et al., 2017). Entre algunos factores de riesgo de carga Schulz et al., (2020) describen: ingresos bajos, educación baja, mayor edad, género femenino, más de 100 horas de cuidado al mes, tener que hacer procedimientos médicos, alto nivel de sufrimiento percibido, sensación de falta de elección para asumir el rol, mala salud, apoyo social y profesional limitado. Otro estudio encuentra correlación entre baja responsabilidad y carga (Etcheverry Domeño, 2018).

Se estima que el afrontamiento puede modificar el impacto de las situaciones estresantes y es un aspecto central para explicar la adaptación de las personas a las dificultades de la vida. Uno de los modelos más influyentes de respuesta al estrés es el de Lazarus y Folkman, (1984), quienes entienden el afrontamiento como esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes, que se desarrollan para manejar demandas específicas externas e internas. Ellos explican el afrontamiento centrado en el problema, que incluye la resolución planificada de problemas y se refiere a acciones dirigidas a eliminar el factor estresante; mientras el afrontamiento centrado en la emoción, alude a acciones dirigidas a prevenir, reducir o minimizar la angustia que provoca la situación estresante. Más tarde, Endler y Parker, (1990) agregan el afrontamiento, centrado en la evitación.

La presente revisión analizó, el modelo integrador teórico y empírico de estrategias de afrontamiento de Carver et al., (1989), que discrimina tres estilos y estrategias para hacer frente al estrés: centrada en el problema, centrado en la emoción y afrontamiento de evitación. En Moran et al., (2009) se encuentra una descripción de las 14 dimensiones: afrontamiento activo, planificación, reencuadre positivo, aceptación, humor, religión, apoyo emocional, apoyo instrumental, auto distracción, negación, desahogo, uso de sustancias, desconexión conductual y autocrítica. En concordancia con lo anterior, el objetivo del estudio fue identificar estrategias de afrontamiento utilizadas por cuidadores principales de personas con demencia.

MÉTODO

Esta revisión sistemática se valió del uso del método PRISMA-NMA de Hutton et al., (2016) siguiendo los pasos de calidad. Se han utilizado 19 ítems de un total de 27, propuestos por dicha metodología. Se excluyeron ítems que refieren a estudios que aluden a metaanálisis y difieren del objetivo de este estudio. Se incluyeron los ítems: 1 (título), 2 (resumen estructurado), 3 (justificación), 4 (objetivos), 6 (criterios de elegibilidad), 7 (fuentes de información utilizadas), 8 (estrategia de exploración), 9 (selección de los estudios), 10 (métodos para extracción de datos), 11 (lista y definición de variables), 14 (procesos de síntesis de resultados), 16 (análisis adicionales), 17 (selección de estudios), 18 (características del estudio), 20 (resultados de los estudios individuales), 21 (síntesis de los resultados), 23 (resumen de la evidencia), 24 (sesgos encontrados, limitaciones) y 25 (conclusiones). Se han dejado de lado los ítems: 5 (protocolo y registro), 12 (riesgo de sesgo de estudios individuales), 13 (medidas de resumen), 15 y 22 (riesgo de sesgo entre estudios), 19 (riesgo de sesgo en los estudios), 26 (costos) y 27 (financiación).

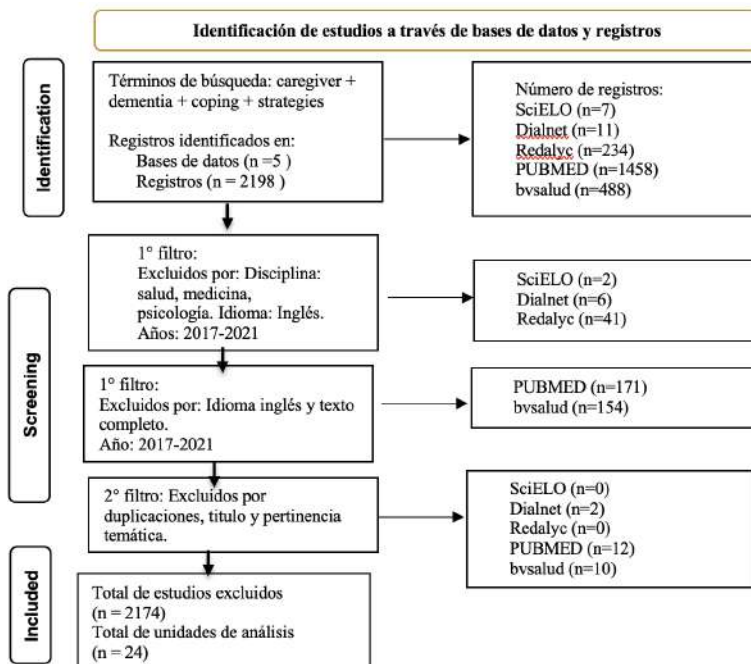
La búsqueda se realizó en febrero de 2022. Se

consideraron cinco bases de datos: Redalyc, SciELO, bvsalud, Dialnet, Pubmed, dado su carácter de acceso libre y abierto para los autores. Los términos de búsqueda fueron: caregiver AND dementia AND coping AND strategies.

En total se encontraron 2198 muestras de análisis, de las cuales se identificaron 7 en SciELO, 11 en Dianet, 234 en Redalyc, 1458 en PubMed y 488 en bvsalud. Luego de aplicar filtros por idioma inglés, pertinencia del título, texto completo, disciplina: psicología, medicina, salud, quedaron 376 artículos. Se leyeron en primer lugar los títulos, resúmenes y se profundizó en el artículo completo para tomar decisiones sobre la elegibilidad de los mismos. Por último, se procedió al cribado definitivo teniendo en cuenta criterios de inclusión y exclusión y la pertinencia específica a la investigación.

Del total de artículos, se excluyeron 2174 y se seleccionaron 24 (1.09 %) que son las unidades de análisis. Los porcentajes de distribución según las bases son: SciELO (0 %), Redalyc (0 %), Dialnet (8.3 %), bvsalud (41,7 %) y PubMed (50 %). La figura 1 muestra el proceso de selección de artículos.

Figura 1. Diagrama de flujo de información según la revisión sistemática PRISMA-NMA



Se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: estudios sobre estrategias de afrontamiento de cuidadores de personas con demencia, publicados en los últimos cinco años. Se excluyeron estudios duplicados, revisiones

sistemáticas, estudios que evaluaran cuidadores formales, de personas con patología distinta a la demencia, que incluyeran el contexto de la pandemia, resultados de tratamientos farmacológicos u otras intervenciones.

Tabla 1. Artículos seleccionados.

| 1 | Autor/Año | Título | Tipo de estudio / Instrumentos principales | Muestra/ contexto de estudio | Resultados relevantes |
|---|-------------------------------|--|--|--------------------------------------|---|
| | León Campos et al., (2018) | Afrontamiento, apoyo social y depresión en cuidadores informales y su relación con necesidades no cubiertas de personas con demencia. | Transversal, descriptivo, correlacional, análisis de sendero. Brief COPE. | 166 cuidadores. Chile. | Los mecanismos de afrontamiento frecuentes son la aceptación, religión y afrontamiento activo. El cuidador que usa estrategias enfocadas en lo emocional tiene mayor apoyo social y menos síntomas depresivos. El apoyo social percibido por el cuidador actúa, respectivamente, como mediador entre las estrategias de afrontamiento enfocadas en lo emocional y disfuncionales. |
| | Robinson-Lane et al. (2021) | Afrontamiento y adaptación al cuidado familiar de la demencia: Un estudio piloto. | Transversal, descriptivo y correlacional. Análisis de potencia. Brief COPE. CAPS. | 30 cuidadores afroamericanos en USA. | La estrategia de afrontamiento más frecuente es: la toma de fuerza de lo espiritual. Se encuentra correlación entre salud global y la puntuación resumida de afrontamiento y procesamiento adaptativo. |
| | Baharudin et al. (2019) | Las asociaciones entre los síntomas psicológicos conductuales de la demencia (BPSD) y la estrategia de afrontamiento, la carga del cuidado y el estilo de personalidad entre los cuidadores de pacientes con demencia de bajos ingresos. | Transversal, descriptivo e inferencial. Regresión jerárquica múltiple y mediación múltiple directa. Brief COPE. | 202 cuidadores. Malasia | Las estrategias de afrontamiento: autodistracción, afrontamiento activo, planificación y aceptación tienen efecto mediador entre los síntomas psicológicos y conductuales del paciente y la carga. |
| | Rodríguez-Pérez et al. (2017) | Estrategias de afrontamiento y calidad de vida en cuidadores de familiares mayores dependientes. | Transversal, descriptivo, correlacional, análisis de regresión lineal múltiple. COPE. | 86 cuidadores. España. | El afrontamiento activo centrado en la emoción y el apoyo social se relaciona con dimensiones superiores de calidad de vida. El afrontamiento disfuncional, pasivo o evitativo, se relaciona con menor calidad de vida. |

| | | | | | |
|---|-----------------------------|--|---|-----------------------------|--|
| 5 | Turró-Garriga et al. (2020) | Los recursos de sentido de coherencia y resistencia de Antonovsky reducen la percepción de sobrecarga en cuidadores familiares de personas con enfermedad de Alzheimer. | Transversal, descriptivo, regresión lineal. Brief COPE. | 308 cuidadores. España. | La autoeficacia, apoyo instrumental, desconexión conductual y el apoyo social percibido resultan características personales del cuidador relacionadas con el sentido personal de coherencia. Éste se relaciona con la percepción de carga. |
| 6 | Lloyd et al. (2019) | Autocompasión, estrategias de afrontamiento y carga del cuidador en cuidadores de personas con demencia. | Transversal, descriptivo, correlacional, análisis predictivo, post hoc. Brief COPE. | 73 cuidadores. Reino Unido. | Las estrategias emocionales se asocian a menos carga. Cuidadores con niveles más altos de autocompasión informan niveles más bajos de carga y puede deberse al uso de estrategias de afrontamiento menos disfuncionales. La autocompasión esta positivamente relacionada con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Las estrategias disfuncionales mediaron la relación entre la autocompasión y carga, mientras que las estrategias centradas en la emoción no. |
| 7 | Lau et al. (2017) | Gratitud y afrontamiento entre cuidadores familiares de personas con demencia. | Transversal, descriptivo, correlacional, regresión lineal. Brief COPE. | 101 cuidadores. Hong Kong. | La gratitud está relacionada con el uso de afrontamiento centrado en la emoción: re encuadre positivo, aceptación, humor, búsqueda de apoyo social emocional, afrontamiento religioso y recursos psicológicos, competencia de cuidado y apoyo social. Los recursos psicológicos y el afrontamiento centrado en la emoción explican la asociación entre gratitud y niveles bajos de malestar psicológico. |
| 8 | Yuan et al. 2021 | Patrones de afrontamiento entre los cuidadores primarios informales de demencia en Singapur y su impacto en los cuidadores: implicaciones de un análisis de clase latente. | Transversal, descriptivo, comparativo, correlacional, regresión logística. Brief COPE. | 281 cuidadores. Singapur. | Los recursos individuales, características personales, los factores estresantes del cuidado, los comportamientos problemáticos de las personas con demencia y la carga del cuidador, son factores que influyen en los patrones de afrontamiento. Los de patrón bajo tienen usan estrategias de aceptación, y tienen menos síntomas de depresión y carga. Los cuidadores con patrón de afrontamiento alto utilizaron con frecuencia una variedad de estrategias: auto distracción, afrontamiento activo, apoyo emocional/instrumental, desahogo, reformulación positiva, planificación, humor, aceptación y religión. |

| | | | | | |
|----|---|--|---|------------------------------|---|
| 9 | Rodríguez Esteban, y Pérez Álvarez (2019) | Estrategias de afrontamiento en cuidadoras de personas con alzhéimer. Influencia de variables personales y situacionales. | Transversal, descriptivo, comparativo, transversal, ex-post facto. CSI | 54 cuidadoras. España. | Los cuidadores utilizan mayormente estrategias activas, tanto centradas en el problema como centradas en la emoción. No se aprecia un patrón de respuesta uniforme. Se concluye sobre el valor de la flexibilidad en el afrontamiento. |
| 10 | Fields et al. (2019) | Carga del cuidador y deseo de colocación institucional: los roles de los aspectos positivos del cuidado y el afrontamiento religioso. | Transversal, descriptivo, correlacional, regresión lineal. Inventario de Afrontamiento Religioso Breve. | 637 cuidadores. USA. | Niveles altos de carga del cuidador, la molestia del cuidado diario y la molestia de la lista de verificación de problemas de comportamiento y memoria se asocian significativamente con un nivel más alto de deseo de institucionalización (DTI). Aspectos positivos del cuidado y el afrontamiento religioso se asociaron negativamente con DTI. La interacción entre la molestia del cuidado diario y el afrontamiento religioso es significativa. El efecto nocivo de la molestia del cuidado diario sobre la DTI es amortiguado en el afrontamiento religioso. |
| 11 | Zauszniewski et al. (2018) | Reacciones de los cuidadores a los síntomas de demencia: efectos sobre el repertorio de afrontamiento y la salud mental. | Transversal, descriptivo y regresión lineal. Escala de perspectivas espirituales SPS. Escala de ingenio. | 138 cuidadoras. USA. | Se encuentra asociación entre las reacciones del cuidador, los síntomas de demencia, y las estrategias de ingenio, prácticas espirituales, estrés y síntomas de depresión. |
| 12 | Saffari et al. (2018) | Efecto mediador de las estrategias de afrontamiento espiritual y el estrés del estigma familiar sobre la carga del cuidado y la salud mental en cuidadores de personas con demencia. | Longitudinal, descriptivo, correlacional, regresión lineal. SCS | 664 cuidadores. Irán. | El afrontamiento espiritual y el estrés relacionado con el estigma parecen mediar en la relación entre el deterioro de la salud psicológica del cuidador, calidad de vida y el deterioro de las actividades instrumentales de la vida diaria del paciente. |
| 13 | Van Knippenberg et al. (2018) | Reactividad emocional al estrés de la vida diaria en cónyuges cuidadores de personas con demencia: un estudio de muestreo de experiencias. | Transversal, descriptivo, correlacional, análisis post hoc. UCL. | 30 cuidadores. Países Bajos. | Estrategias de afrontamiento: distracción, apoyo social y fomentar pensamientos tranquilizadores se relacionan con menos reactividad emocional. Las estrategias centradas principalmente en la emoción redujeron la reactividad emocional. Un mayor nivel educativo y un mayor sentido de competencia y dominio reducen la reactividad emocional. |

- | | | | | | |
|----|-------------------------------|--|--|-------------------------------|---|
| 14 | Huertas-Domingo et al. (2021) | Influencias socioculturales en el sentimiento de soledad de los cuidadores familiares de personas con demencia: el papel del parentesco. | Transversal, descriptivo, comparativo, correlacional, regresión lineal. Escala de Familismo Revisada . | 273 cuidadores. España. | Niveles más altos de familismo (obligaciones familiares), particularmente en las hijas, se asocian con pensamientos más disfuncionales, que están vinculados a estrategias más desadaptativas como pedir menos apoyo social y realizar menos actividades de ocio. Esto se asocia además con mayor sentimiento de soledad. |
| 15 | Haverstock et al. (2020) | Estrategias de control primario y secundario y bienestar psicológico entre los cuidadores familiares de adultos mayores con demencia. | Transversal, descriptivo, correlacional, análisis multivariado. TSCS. | 110 cuidadores. USA y Canadá. | Las estrategias de control primario y secundario, como la persistencia en la tarea y la reevaluación positiva, se utilizaron con una frecuencia similar. La estrategia de reevaluación positiva pareció reforzar el bienestar psicológico. |
| 16 | Morimoto et al. (2019) | Efecto amortiguador del estrés de las estrategias de afrontamiento en el conflicto entre roles entre los cuidadores familiares de personas con demencia. | Transversal, descriptivo, correlacional, regresión jerárquica controlada. Corte longitudinal. Escala de Estrategias de afrontamiento (original) desarrollada para conflicto de roles de los autores del estudio. | 379 cuidadores. Japón. | La búsqueda de apoyo formal tiene un efecto amortiguador del estrés para el cuidado, debilita los efectos adversos de conducta interferida con el trabajo (CIW). Un mayor CIW, se relaciona con una mayor tensión psicológica en cuidadores con un mayor uso de la búsqueda de apoyo formal y un menor control atencional. Mayor afrontamiento centrado en la emoción se relaciona con mejor salud. |
| 17 | Melo et al. (2017). | La personalidad del cuidador influye en el uso de estrategias para lidiar con el comportamiento de las personas con demencia. | Transversal, descriptivo y regresión lineal. Preguntas abiertas | 98 cuidadores. Portugal. | Los cuidadores utilizan estrategias: evitar el conflicto, confrontar, tranquilizar, orientar, responder coercitivamente, distracción, colusión, medicar y restringir los movimientos. La extraversión es la única dimensión de personalidad utilizada para afrontar los síntomas psicológicos y conductuales de la demencia. |
| 18 | Xiuxianget al. (2020) | Un estudio cualitativo de las estrategias de afrontamiento de los cuidadores familiares para cuidar a las personas con demencia en China. | Transversal, exploratorio cualitativo. Análisis fenomenológico interpretativo. Preguntas abiertas | 14 cuidadores. China. | Se encuentran temas relevantes: La creencia cultural de piedad filial regula la relación entre padres e hijos; cambiar el estilo de vida, personalidad y autocuidado; la búsqueda de ayuda por medio de apoyo informal o formal; tener esperanza y continuar la vida. El apoyo de familiares es una estrategia importante. |

| | | | | | |
|----|------------------------|--|--|--|---|
| 19 | Polenick et al. (2020) | "He aprendido a dejarme llevar por la corriente": estrategias de los cuidadores familiares para manejar los síntomas conductuales y psicológicos de la demencia. | Transversal, exploratorio cualitativo. Entrevistas abiertas | 26 cuidadores. USA. | Predominan las siguientes estrategias: modificar las interacciones dentro de la díada de cuidado como simplificar la comunicación, modificar el entorno de atención, participar en la actividad, recurrir al humor, autocuidado y apoyo social. |
| 20 | Balbim et al. (2019) | Estrategias de afrontamiento utilizadas por cuidadores latinos de mediana edad y mayores de seres queridos con enfermedad de Alzheimer y demencia relacionada. | Exploratorio cualitativo. Entrevistas semiestructuradas | 16 cuidadores. México. | Las estrategias de afrontamiento más comunes son: racionalización, interacciones sociales, actividad física y actividades de ocio. Otras estrategias son: evitación, mantenerse ocupado, el autocuidado y la espiritualidad. Estrategias como el uso de interacciones sociales y espiritualidad pueden estar arraigadas en valores culturales latinos como el familismo y el fatalismo. |
| 21 | Guerrero et al. (2019) | Superar un mal día: una mirada cualitativa a las experiencias de cuidado de personas con demencia de mujeres de origen mexicano en el este de Los Ángeles. | Exploratorio cualitativo. Entrevistas semiestructuradas. | 9 cuidadoras mexicanas en Los Ángeles. | Las estrategias de afrontamiento más comunes son: varias formas de distracción y meditación/oración. |
| 22 | Myhre et al. (2018) | Las experiencias de afrontamiento de los cónyuges de personas con demencia. | Descriptivo exploratorio. Entrevistas semiestructuradas. | 6 cuidadores. Noruega. | La búsqueda cotidiana de sentido como una de las estrategias de afrontamiento más destacada. A medida avanza la enfermedad, la conciencia del presente parece ser una estrategia importante para concentrarse en actividades placenteras que puedan realizar. |
| 23 | Basnyat y Chang (2017) | Examinando a los empleados domésticos extranjeros en vivo como un recurso de afrontamiento para cuidadores familiares de personas con demencia en Singapur. | Cualitativo. Entrevistas semiestructuradas. | 20 cuidadores. Singapur. | La presencia de ayudantes domésticos (cuidador formal) como recurso de afrontamiento que revela los resultados positivos del afrontamiento centrado en el problema, las emociones y la diversión. |

| | | | | |
|----------------------------|---|---|------------------------|--|
| 24 Trettetei et al. (2017) | Significado en el cuidado familiar de personas con demencia: un estudio narrativo sobre las relaciones, los valores y la motivación, y cómo la atención diurna influye en estos factores. | Cualitativo. Entrevistas semiestructuradas | 5 cuidadores. Noruega. | Los roles y las estrategias de afrontamiento se relacionan con los lazos relacionales. La guardería favorece la motivación para cuidar, apoya la capacidad para satisfacer las propias necesidades, cooperar, comunicarse, tomar decisiones competentes y autónomas, aumentando así su sentimiento de dominio. |
|----------------------------|---|---|------------------------|--|

RESULTADOS

Los estudios se han realizado sobre un total de 3726 cuidadores principales de personas con demencia, de distintas culturas. Cinco estudios de Estados Unidos, cuatro de España, dos de México y Noruega, un estudio de Chile, China, Singapur, Países Bajos, Canadá, Japón, Reino Unido, Malasia, Irán, Portugal y Hong Kong.

Considerando los tipos de estudios, los trabajos tienen una variedad de enfoques y metodologías. Se encuentran 17 estudios cuantitativos (73,83 %) y 7 cualitativos (29.16 %).

Los estudios cualitativos son exploratorios y realizan un análisis fenomenológico interpretativo de entrevistas realizadas con preguntas abiertas y semiestructuradas, sobre la experiencia de cuidar, estrategias de afrontamiento utilizadas, formas de manejar síntomas psicológicos y conductuales de la demencia. Incluyen 96 cuidadores (2,6 %). Los estudios cuantitativos abarcan la mayoría de la muestra, siendo 3630 cuidadores (97.4 %). La mayoría de los estudios son descriptivos, correlacionales, además, en menor medida de tipo comparativos, ex post facto y de análisis de regresión lineal.

Según lo relevado, se evaluó la variable afrontamiento, a partir de la aplicación de distintas herramientas de recolección de datos, reflejando diferentes explicaciones y modelos, que ponen en evidencia la falta de criterio en su valoración y a la vez nos permite entender el afrontamiento desde distintos puntos de vista. Siete trabajos, siendo la mayoría, utilizaron el Coping Orientation to Problems Experienced (COPE) de Carver et al., en 1989 y la

versión breve Brief COPE de (Carver et al., 1997). Otros estudios basaron en la evaluación mediante la Escala de Medición del Proceso de Afrontamiento y Adaptación (CAPS) de Roy en 2008, el Coping Strategies Questionnaire (CSI) de Tobin en 1989 y su adaptación (Cano et al., 2007), el Inventario de Afrontamiento Religioso Breve, el Escala de Perfectivas espirituales (SPS), la Escala de estrategias espirituales de afrontamiento (SCS), la Lista de afrontamiento de Utrecht (UCL), Estrategia de control específica de la tarea (TSCS) y la Escala de afrontamiento para el conflicto de roles (Morimoto et al., 2015).

Resulta significativo, señalar que los estudios tuvieron en cuenta otras variables. Tanto variables propias del cuidador como: apoyo social percibido, depresión, ansiedad, calidad de vida, carga, personalidad, dolor, autoeficacia, recursos personales, angustia, sentido de coherencia, recursos de resistencia, autocompasión, gratitud, sentido de competencia y dominio, aspectos positivos del cuidado, molestias del cuidar, ingenio, practicas espirituales, reactividad emocional, afecto negativo, familismo, pensamientos disfuncionales, ocio, bienestar psicológico, emociones positivas y negativas, conflicto entre roles, tensión psicológica, deseo de institucionalización. Por otro parte, variables de la persona con demencia tales como: grado de deterioro, funcionalidad o dependencia, síntomas psicológicos y conductuales. Por último, se procedió a revisar las sugerencias de intervención planteadas por los autores de los 24 estudios. Así como en la revisión sistemática (Li et al., 2012), se considera de gran importancia entrenar a los cuidadores en estrategias de afrontamiento y esto

amerita el estudio exhaustivo.

DISCUSIÓN

En el trabajo de Lau et al., (2017) se describe: reencuadre positivo, aceptación, humor, búsqueda apoyo social emocional y afrontamiento religioso como las estrategias más frecuentemente utilizadas. Ellos añaden, que éstas estrategias junto con el recurso de competencia para el cuidado y el apoyo social, explican la asociación entre gratitud y menor malestar psicológico. También León Campos et al., (2019) encuentran que los mecanismos más frecuentes en los cuidadores son aceptación, afrontamiento activo y religión, asimismo, refieren que quienes utilizan estrategias enfocadas en lo emocional manifiestan mayor apoyo social y menos depresión, apoyando los hallazgos de la revisión de (Li et al., 2013). Asimismo, Lloys et al., (2019) describen la relación positiva entre estrategias centradas en la emoción y la autocompasión, añadiendo que los cuidadores que utilizan estrategias menos disfuncionales, favorecen los niveles de autocompasión y se reduce su carga.

La estrategia espiritualidad, también ha sido frecuentemente utilizada por los cuidadores (Robinson-Lane et al., 2021). La meditación/oración y la distracción correlacionan con salud mental y física del cuidador (Guerrero et al., 2019). La espiritualidad y el ingenio favorecen la salud mental (Zausznlewski et al., 2018). El afrontamiento espiritual junto con el estrés del estigma del familiar, median la relación entre salud psicológica y la calidad de vida (Saffari et al., 2018). El afrontamiento espiritual puede amortiguar el deseo de institucionalización de la persona con demencia (Fields et al., 2019). Estos hallazgos permiten reflexionar sobre el valor positivo de apoyarse en la espiritualidad en el momento de estrés.

Así como la espiritualidad, se encuentra que apoyo social resulta una estrategia relevante. Para Rodríguez-Pérez et al., (2017), la búsqueda de apoyo social se relaciona con dimensiones psicológicas y ambientales superiores de calidad de vida. Ellos encuentran correlación positiva entre apoyo social y el sentido de coherencia. Por otro

lado, en un estudio de cuidadores cónyuges, se revela que estrategias centradas en lo emocional, como buscar apoyo social y distracción, así como buscar pensamientos tranquilizadores se relacionan con menos reactividad emocional (Van Knippenberg et al., 2018).

Por otra parte, Polenik et al., (2020) describen búsqueda de apoyo social, autoconocimiento y humor, entre las formas, para manejar los síntomas psicológicos y conductuales de la demencia. De modo similar, un artículo de Kazemi et al., (2021) encuentra la búsqueda de apoyo social y la reevaluación positiva como las estrategias más utilizadas. Entonces, podemos señalar que la búsqueda de apoyo social de comprensión y simpatía, resulta propicia en los cuidadores. Además, Haverstock et al., (2020) aseveran que los cuidadores que utilizan reevaluación positiva de buscar el lado positivo y favorable del problema, pueden ser más eficaces en su tarea de cuidar y reforzar su bienestar psicológico. En relación a búsqueda de apoyo y soportes externos, Basnyat y Chang, (2017) mencionan la presencia de ayudantes domésticos, como recurso de afrontamiento centrado en el problema, las emociones y la diversión. También, Tretteteig et al., (2017) mencionan que el uso de guardería para la persona con demencia, influye positivamente en el cuidador.

Si bien predominan los estudios que señalan la importancia de las estrategias centradas en la emoción, tal como en la revisión sistemática reciente de Monteiro et al., (2018). No obstante, Baharudin et al., (2019) mencionan estrategias centradas en lo emocional, disfuncional y centradas en el problema, sus hallazgos muestran una correlación positiva entre autodistracción, afrontamiento activo, negación, apoyo instrumental, desahogo, reformulación positiva, planificación y aceptación, con la carga del cuidador, pero concluyen sobre la importancia de favorecer estrategias centradas en los problemas y orientadas a la acción.

Por otra parte, Yuan et al., (2021) describen que cuidadores con patrón de afrontamiento alto utilizan frecuentemente estrategias de distinto

tipo: afrontamiento activo, planificación, apoyo instrumental, apoyo social emocional, reformulación positiva, humor, aceptación, religión y también disfuncionales como autodistracción y desahogo. En la misma línea, Rodríguez Esteban y Pérez Álvarez (2019) refieren que los cuidadores utilizan mayormente estrategias activas, centradas en el problema como centradas en la emoción y destacan la importancia del manejo flexible y adaptativo de estrategias de acuerdo con la situación y los rasgos del cuidador.

Otros estudios ponen la mirada en las estrategias disfuncionales y demuestran que éstas no son beneficiosas. Se encuentran autores que mencionan las estrategias centradas en la evitación y su relación con la calidad de vida y la carga. En este sentido, el afrontamiento evitativo se relaciona con menor calidad de vida (Rodríguez-Pérez et al., 2017), asimismo, las estrategias disfuncionales y la carga de cuidador están negativamente relacionadas con la autocompasión. (Lloyds et al., (2019). Estos resultados se corresponden con los hallazgos de la revisión sistemática de Li et al., (2011), quienes describen buena evidencia de que el uso de estrategias más disfuncionales, menos apoyo social emocional y basados en la aceptación se asocian con ansiedad y depresión.

En general, la mayoría de los estudios, refieren que los cuidadores utilizan mayormente estrategias activas y tal como refieren Rodríguez Esteban y Pérez Álvarez (2019), debe destacarse el valor de la flexibilidad en el afrontamiento de acuerdo con rasgos personales, infraestructura, recursos disponibles, demandas de la situación de cuidar, el estado y síntomas de la persona con deterioro.

Por otro lado, resulta relevante que las imposiciones culturales pueden resultar desadaptativas. Un estudio de Huertas-Domingo et al., (2021) señala que la influencia cultural como el familismo en España se asocia con pensamientos disfuncionales y se vincula a estrategias más desadaptativas como menor búsqueda de apoyo social, menos ocio y más soledad. Los factores sociales y culturales juegan un rol crítico en la responsabilidad de los cuidadores,

porque desarrollan diferentes estrategias para hacer frente a su nuevo rol. Para Xiuxian et al., (2020), la creencia de piedad filial, regula la relación hijos y padres en China. Los cuidadores deben desarrollar habilidades como cambiar el estilo de vida, aumentar el autoconocimiento y es importante la búsqueda de apoyo formal. La creencia cultural de responsabilidad, puede permitir aceptar los roles. Por otro lado, (Balbim et al., 2019) el posible origen de valores culturales en latinos puede hacer que estrategias de búsqueda de interacción social y espiritual sean más frecuentes y efectivas. Entonces, podemos señalar que lo cultural influye en cómo se vivencia y maneja la tarea de cuidado.

Por último, en referencia a la revisión de futuras intervenciones terapéuticas, se halla la importancia de aumentar redes de apoyo (León Campos et al., 2018; Rodríguez Pérez et al., 2017; Rodríguez Esteban & Pérez Álvarez, 2019; Lau et al., 2017; Balbim et al., 2019), promover estrategias de afrontamiento espiritual (León Campos et al., 2018; Saffari et al., 2018;

Fields et al., 2019; Zausznieski et al., 2018; Robinson-Lane et al., 2021; Fields et al., 2019; Balbim et al., 2019), desarrollar estrategias enfocadas en lo emocional (León Campos et al., 2018), fomentar el autocuidado (Robinson-Lane et al., 2021), la gratitud (Lau et al. 2017), la autocompasión (Lloyd et al., 2019), el ingenio y apoyo en prácticas espirituales (Zauszniewski et al., 2018). Otros sugieren la importancia de aumentar habilidades centradas en los problemas y orientadas a la acción (Bararudin et al., 2019), incluida la información sobre el avance de la enfermedad, empoderar al cuidador de sus recursos como el sentido de competencia, dominio y afrontamiento (van Knippenberg et al., 2018), favorecer la aceptación y reevaluación positiva de la situación (Rodríguez-Pérez et al., 2017; Haverstock et al., 2020). Se destaca el manejo flexible y adaptativo de las estrategias (Rodríguez Esteban & Pérez Álvarez, 2019). También se señala reducir el afrontamiento tipo evitativo (Rodríguez-Pérez et al., 2017) y las estrategias disfuncionales (Lloyds et al., 2019). Por último, no se evidenciaron estudios que señalaran importancia de los grupos de apoyo, como

en la revisión sistemática (Roche et al., 2016).

En esta revisión sistemática se encontró con la limitación de no contar con información longitudinal que muestre como el cuidador puede cambiar estrategias en relación a los cambios del proceso de demencia, para pensar intervenciones específicas de acuerdo con la etapa del trastorno, como señalan también (Caga et al., 2021).

CONCLUSIÓN

Los resultados de la revisión sistemática de la literatura, muestran que entre los mecanismos de afrontamiento más utilizados por los cuidadores predominan la búsqueda de soporte social y emocional, el afrontamiento mediante búsqueda de la religión/espiritualidad en el momento de estrés y en menor medida, la aceptación del hecho y reencuadre positivo. El uso de estas estrategias orientadas a lo emocional se asocia a reducción de depresión, carga, mejor calidad de vida, salud mental como física y bienestar psicológico.

Si bien predominan las estrategias centradas en lo emocional, también resulta constante la referencia al afrontamiento activo de iniciar acciones directas e incrementar esfuerzos para eliminar el estresor, el apoyo instrumental procurando ayuda, consejo e información en personas competentes y el humor, y se señala sobre la asociación entre afrontamiento pasivo o evitativo y menor calidad de vida, carga y depresión.

Se concluye sobre la necesidad de realizar intervenciones enfocadas en entrenar en afrontamiento adaptativo, orientado a lo emocional con el objetivo de regular las emociones asociadas con la situación estresante.

A pesar de que las estrategias de afrontamiento han sido ampliamente estudiadas, se recomienda seguir investigando sobre las consideraciones finales de los estudios de afrontamiento, basadas en evidencias. De esta forma, se podrán proponer intervenciones terapéuticas efectivas que ayuden a prevenir la carga de los cuidadores.

REFERENCIAS

- Alltag, S., Conrad, I., & Riedel-Heller, S. G. (2019). Caregiver burden among older informal caregivers of patients with dementia and its influence on quality of life: A systematic literature review. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 52(5), 477–486. <https://bit.ly/3wZwqSi>
- Asociación Americana de Psiquiatría (2013). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. 5ª ed. Asociación Americana de Psiquiatría.
- *Baharudin, A.D., Din, N.C., Subramaniam, P. & Razali, R. (2019). The associations between behavioral-psychological symptoms of dementia (BPSD) and coping strategy, burden of care and personality style among low-income caregivers of patients with dementia. *BMC Public Health*, 19(4), 447. <https://bit.ly/3wY0td5>
- *Balbim, G.M., Marques, I.G., Cortez, C., Magallanes, M., Rocha, J. & Marquez, D.X. (2019). Coping Strategies Utilized by Middle-Aged and Older Latino Caregivers of Loved Ones with Alzheimer's Disease and Related Dementia. *Journal of cross-cultural gerontology*, 34(4),355-371. <https://bit.ly/38j6Ddv>
- *Basnyat, I. & Chang, L. (2017). Examining Live-In Foreign Domestic Helpers as a Coping Resource for Family Caregivers of People With Dementia in Singapore. *Health Communication*, 32(9),1171-1179. <https://bit.ly/3K85CD8>
- Caga, J., Kiernan, M.C. & Pigué, O. A. (2021). Systematic Review of Caregiver Coping Strategies in Amyotrophic Lateral Sclerosis and Frontotemporal Dementia. *Journal geriatric psychiatry and neurology*, 8919887211060016. <https://bit.ly/3u4yDdy>
- Cano, F. J., Rodríguez Franco, L. y García Martínez, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35, 29-39.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.

- Etcheverry Domeño, L. (2018) Temperamento y carácter como factores asociados a sobrecarga en cuidadores principales de pacientes con diagnóstico de demencia. Tesis sin publicar.
- Farina, N., Page, TE, Daley, S., Brown, A., Bowling, A., Basset, T., Livingston, G., Knapp, M., Murray, J. y Banerjee, S. (2017), Factores asociados a la calidad de vida de los cuidadores familiares de personas con demencia: Una revisión sistemática. *Alzheimer's & Dementia*, 13: 572-581. <https://bit.ly/36SWMuH>
- *Fields, N.L., Xu, L. & Miller, V.J. (2019). Caregiver Burden and Desire for Institutional Placement-The Roles of Positive Aspects of Caregiving and Religious Coping. *American Journal of Alzheimer's Disease and other Dementias*, 34(3),199-207. <https://bit.ly/3uPJAPa>
- GBD 2019 Dementia Forecasting Collaborators (2022). Estimation of the global prevalence of dementia in 2019 and forecasted prevalence in 2050: an analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet. Public health*, 7(2), e105–e125. <https://bit.ly/3Lljr5x>
- Gilhooly, K. J., Gilhooly, M. L., Sullivan, M. P., McIntyre, A., Wilson, L., Harding, E., Woodbridge, R., & Crutch, S. (2016). A meta-review of stress, coping and interventions in dementia and dementia caregiving. *BMC geriatrics*, 16, 106. <https://bit.ly/38f0qzi>
- *Guerrero, L.R. & Mendez-Luck, C.A. (2019). Overcoming a Bad Day: a Qualitative Look into the Dementia Caregiving Experiences of Mexican-Origin Women in East Los Angeles. *Journal of cross-cultural gerontology*, 34(4),373-384. <https://bit.ly/3u2EKPf>
- *Haverstock, N.B., Ruthig, J.C. & Chipperfield, J.G. (2020). Primary and secondary control strategies and psychological well-being among familial caregivers of older adults with dementia. *The Journal of social Psychology*, 160(1),61-74. <https://bit.ly/3LFgfhm>
- *Huertas-Domingo, C., Márquez-González, M., Cabrera, I., Barrera-Caballero, S., Pedroso-Chaparro, M.D.S., Romero-Moreno, R. & Losada-Baltar, A. (2021). Sociocultural Influences on the Feeling of Loneliness of Family Caregivers of People with Dementia: The Role of Kinship. *International Journal of environmental research and public health*, 18(9),4700. <https://bit.ly/3LDd3CD>
- Hutton, B., Catalá-López, F., & Moher, D. (2016). The PRISMA statement extension for systematic reviews incorporating network meta-analysis: PRISMA-NMA. *Medicina clinica*, 147(6), 262–266. <https://bit.ly/3LBCC7c>
- Internacional de la enfermedad de Alzheimer (año). *Informe Mundial sobre el Alzheimer 2019: Actitudes hacia la demencia 2019*. <https://www.alzint.org/u/WorldAlzheimerReport2019.pdf>
- Kazemi, A., Azimian, J., Mafi, M., Allen, K. A., & Motalebi, S. A. (2021). Caregiver burden and coping strategies in caregivers of older patients with stroke. *BMC psychology*, 9(1), 51. <https://bit.ly/3NHU383>
- *Lau, B.H. & Cheng, C. (2017). Gratitude and coping among familial caregivers of persons with dementia. *Aging & ment health*, 21(4),445-453. <https://bit.ly/3x1aiql>
- Lauritzen, J., Pedersen, P. U., Sørensen, E. E., & Bjerrum, M. B. (2015). The meaningfulness of participating in support groups for informal caregivers of older adults with dementia: a systematic review. *JBI database of systematic reviews and implementation reports*, 13(6), 373–433. <https://bit.ly/3uRM0wH>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer.
- *León Campos, M. O., Slachevsky, A. C. y Miranda Castillo, C. (2018). Afrontamiento, apoyo social y depresión en cuidadores informales y su relación con necesidades no cubiertas de personas con demencia. *Ansiedad y estrés*, 24 (2), 73-80. <https://bit.ly/3qZk09v>
- Li, R., Cooper, C., Austin, A. & Livingston, G. (2013). Do changes in coping style explain the effectiveness of interventions for psychological morbidity in family carers of people with dementia? A systematic review and meta-analysis. *International Psychogeriatrics*, 25(2),204-14. <https://bit.ly/3wYJNSX>
- Li, R., Cooper, C., Bradley, J., Shulman, A. & Livingston, G. (2012). Coping strategies and psychological morbidity in family carers of people with dementia: a systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 139(1), 1–11. <https://bit.ly/3u6nEQR>
- *Lloyd, J., Muers, J., Patterson, T.G. & Marczak, M. (2019). Self-Compassion, Coping Strategies, and Caregiver Burden in Caregivers of People with

- Dementia. *Clinical gerontologist*, 42(1),47-59. <https://bit.ly/3NKHuSl>
- Medical Advisory Secretariat (2008). Caregiver- and patient-directed interventions for dementia: an evidence-based analysis. *Ontario health technology assessment series*, 8(4), 1–98.
- *Melo, G., Maroco, J., Lima-Basto, M. & de Mendonça, A. (2017). Personality of the caregiver influences the use of strategies to deal with the behavior of persons with dementia. *Geriatric nursing*, 38(1),63-69. <https://bit.ly/3KaR9q8>
- Monteiro, A., Santos, R.L., Kimura, N., Baptista, M. & Dourado, M. (2018). Coping strategies among caregivers of people with Alzheimer disease: a systematic review. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 40(3),258-268. <https://bit.ly/3K6uEmh>
- Morán, C., Landero, R. & González, M.T. (2009). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.
- *Morimoto, H., Furuta, N., Kono, M. & Kabeya, M. (2019). Stress-buffering Effect of Coping Strategies on Interrole Conflict among Family Caregivers of People with Dementia. *Clinical gerontologist*, 42(1),34-46. <https://bit.ly/3NVJUEW>
- *Myhre, J., Bjørnstad, Tonga. J., Ulstein, I.D., Høye, S. & Kvaal, K. (2018). The coping experiences of spouses of persons with dementia. *Journal of clinic nursing*, 27,3-4 :e495-e502. <https://bit.ly/3J5Ulwg>
- Nolan, M., Keady, J. & Grant, G. (1995). Desarrollo de una tipología de cuidado familiar: implicaciones para las enfermeras y otros proveedores de servicios. *Diario de Enfermería Avanzada*, 21 (2), 256-265.
- Polenick, C.A., Struble, L.M., Stanislawski, B., Turnwald, M., Broderick, B., Gitlin, L.N. & Kales, H.C. (2020) "I've learned to just go with the flow": Family caregivers' strategies for managing behavioral and psychological symptoms of dementia. *Dementia*, 19(3),590-605. <https://bit.ly/3DyScha>
- *Robinson-Lane, S.G., Zhang, X. & Patel, A. (2021). Coping and adaptation to dementia family caregiving: A pilot study. Afrontamiento y adaptación al cuidado familiar de la demencia: un estudio piloto. *Geriatric Nursing*, 42(1), 256-261. <https://bit.ly/3r1DPNf>
- Roche, L., MacCann, C. y Croot, K. (2016). Factores predictivos para la adopción de estrategias de afrontamiento por cuidadores conyugales de demencia: una revisión sistemática. *Enfermedad de Alzheimer y trastornos asociados*, 30 (1), 80–91. <https://bit.ly/3KaR9q8>
- *Rodríguez, A. & Pérez, L. (2019). Estrategias de afrontamiento en cuidadoras de personas con alzheimer. Influencia de variables personales y situacionales. *Revista Española de Discapacidad*, 7 (I), 153-171. <https://bit.ly/37by1cW>
- *Rodríguez-Pérez, M., Abreu-Sánchez, A., Rojas-Ocaña, M.J. & Del-Pino-Casado, R. (2017). Coping strategies and quality of life in caregivers of dependent elderly relatives. *Health and quality life outcomes*, 15(1),71. <https://bit.ly/376B1r3>
- Roig, M. V., Abengózar Torres, M. C., & Serra Desfilis, E. (1998). La sobrecarga en los cuidadores principales de enfermos de alzheimer. *Annals of Psychology*, 14(2), 215–227. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/31561>
- *Saffari, M., Koenig, H. G., O'Garro, K. N., & Pakpour, A. H. (2018). Mediating effect of spiritual coping strategies and family stigma stress on caregiving burden and mental health in caregivers of persons with dementia. *Dementia*, 1471301218798082. Advance online publication. <https://bit.ly/3K63ImJ>
- Schulz, R., Beach, S. R., Czaja, S. J., Martire, L. M., & Monin, J. K. (2020). Family Caregiving for Older Adults. *Annual review of psychology*, 71, 635–659. <https://bit.ly/37bVavK>
- Tokovska, M., Nour, M. M., Sørensen, A., & Småland Goth, U. (2021). *Informal caregivers and psychosocial support: Analysis of European Dementia Policy documents*. *Journal of public health research*, 11(1), 2416. <https://bit.ly/3x1LTi2>
- Toot, S., Swinson, T., Devine, M., Challis, D., & Orrell, M. (2017). Causes of nursing home placement for older people with dementia: a systematic review and meta-analysis. *International psychogeriatrics*, 29(2), 195–208. <https://bit.ly/3wZFCWO>
- *Tretteteig, S., Vatne, S. & Rokstad, A. (2017). Meaning in family caregiving for people with dementia: a narrative study about relationships, values, and motivation, and how day care influences

- these factors. *Journal of multidisciplinary healthcare*, 10,445-455. <https://bit.ly/3iYPnMX>
- *Turró-Garriga, O., Conde-Sala, J.L., Viñas, V., Turon-Estrada, A., Cullèll-Juncà, M., Calvó-Perxas, L., Juvinyà-Canal, D., Mioshi, E. & Garre-Olmo, J. (2020). Antonovsky's sense of coherence and resistance resources reduce perception of burden in family carers of people with Alzheimer's disease. *Aging & mental health*, 24(10),1717-1725. <https://bit.ly/38ryb0z>
- *van Knippenberg, R.J.M., de Vugt, M.E., Ponds, R.W., Verhey, F.R.J. & Myin-Germeys, I. (2018). Emotional reactivity to daily life stress in spousal caregivers of people with dementia: An experience sampling study. *PLoS One*, 13(4) e0194118. <https://bit.ly/38ryh8r>
- *Xiuxiang, Z., Zhang, X. & Hockley, J. (2020). A qualitative study of family caregivers' coping strategies of looking after people with dementia in China. *Journal of research in nursing:JNS*, 25(8), 636-649. <https://bit.ly/3DFgXZc>
- *Yuan, Q., Wang, P., Tan, T.H., Devi, F., Poremski, D., Magadi, H., Goveas, R., Ng, LL., Chong, S.A. & Subramaniam, M. (2021). Coping Patterns Among Primary Informal Dementia Caregivers in Singapore and Its Impact on Caregivers-Implications of a Latent Class Analysis. *The Gerontologist*, 61(5),680-692. <https://bit.ly/3DzqRvk>
- *Zauszniewski, J.A., Lekhak, N. & Musil, C.M. (2018). Caregiver Reactions to Dementia Symptoms: Effects on Coping Repertoire and Mental Health. *Issues in mental health nursing*, 39(5),382-387. <https://bit.ly/3uRQ6VB>