UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE QUITO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

GENERACIÓN SÁNDWICH Y SU EJERCICIO COMO CUIDADORES: ESTUDIO DE CASO CON PERSONAS DE 35 A 45 AÑOS DEL SUR DE QUITO EN EL PERIODO 2021-2022

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de Licenciado en Psicología

AUTORES: DIANA CAROLINA COBA LEÓN

MARCOS IGNACIO PIURI ORTIZ

TUTOR: JUAN CARLOS ROMERO CRUZ

Quito - Ecuador

2023

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Nosotros, Diana Carolina Coba León con documento de identificación N° 1724734676 y Marcos Ignacio Piuri Ortiz con documento de identificación N° 1752382133; manifestamos que:

Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,

Diana Carolina Coba León

1724734676

Marcos Ignacio Piuri Ortiz

1752382133

CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Nosotros, Diana Carolina Coba León con documento de identificación N° 1724734676 y Marcos Ignacio Piuri Ortiz con documento de identificación N° 1752382133, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores de la Sistematización de experiencias prácticas de investigación: **GENERACIÓN SÁNDWICH Y SU EJERCICIO COMO CUIDADORES: ESTUDIO DE CASO CON PERSONAS DE 35 A 45 AÑOS DEL SUR DE QUITO EN EL PERIODO 2021-2022**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,

Diana Carolina Coba León

1724734676

Marcos Ignacio Piuri Ortiz

1752382133

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Juan Carlos Romero Cruz con documento de identificación N° 1720531746, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: **GENERACIÓN SÁNDWICH Y SU EJERCICIO COMO CUIDADORES: ESTUDIO DE CASO CON PERSONAS DE 35 A 45 AÑOS DEL SUR DE QUITO EN EL PERIODO 2021-2022**, realizado por Diana Carolina Coba León con documento de identificación N° 1724734676 y por Marcos Ignacio Piuri Ortiz con documento de identificación N° 1752382133, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción de **Trabajo de Titulación** que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,

Juan Carlos Romero Cruz

1720531746

RESUMEN

Esta investigación se realizó con diez personas de entre 35 a 45 años pertenecientes a la generación sándwich que residen en la zona sur del Distrito Metropolitano de Quito, el objetivo fue analizar el rol que ejercen como cuidadores a través de la aplicación de una encuesta cualitativa con el fin de comparar sus experiencias con las dimensiones teórico-conceptuales para de esta manera establecer similitudes y diferencias entre ellas.

La generación sándwich hace referencia al grupo de personas de 30 a 59 años que se encuentran atrapadas en medio de los cuidados que brindan a sus padres e hijos. Por otra parte, los cuidadores son aquellas personas que se encargan de cubrir las necesidades de quienes se encuentran en una situación de vulnerabilidad con el fin de mejorar su estilo de vida.

En este trabajo se demuestra que los cuidados son realizados mayormente por mujeres y que el cumplimiento de este rol influye en la vida laboral, familiar y personal de los cuidadores. Por último, cabe mencionar que gran parte de los encuestados presentan síntomas del síndrome del cuidador, el cual puede estar relacionado con las múltiples enfermedades que padecen.

Palabras claves: Generación sándwich, rol de cuidador, síndrome del cuidador.

ABSTRACT

This research was conducted with ten people between 35 and 45 years old belonging to the sandwich generation who live in the southern area of the Metropolitan District of Quito. The objective was to analyze their role as caregivers through the application of a qualitative survey to compare their experiences with the theoretical-conceptual dimensions in order to establish similarities and differences between them.

The sandwich generation refers to the group of people between 30 and 59 years old who are caught in the middle of caring for their parents and children. On the other hand, caregivers are those people who are responsible for meeting the needs of those in a vulnerable situation in order to improve their lifestyle.

This research shows that caregiving is mostly performed by women and that the fulfillment of this role influences the work, family, and personal life of caregivers. Finally, it is worth mentioning that a large part of the respondents present symptoms of caregiver syndrome, which may be related to the multiple diseases they suffer from.

Keys words: Sandwich generation, caregiver role, caregiver syndrome.

ÍNDICE DE CONTENIDO

I. Datos informativos del proyecto 1

II. Delimitación del tema 1

III. Objetivos 1

Objetivo general: 1

Objetivos específicos: 1

IV. Eje de la investigación 1

4.1 Psicología del desarrollo humano 1

4.2 Ciclo de vida 2

4.2.1 Etapas del ciclo de vida. 2

4.3 Definición de familia 4

4.4 Configuraciones familiares 4

4.4.1 Familia monoparental. 4

4.4.2 Familia nuclear extendida. 4

4.4.3 Familia nuclear reducida. 4

4.4.4 Familia reconstituida. 4

4.4.5 Familias fundadas bajo uniones de hecho. 4

4.4.6 Familias homoparentales o parejas homosexuales. 5

4.5 Historia de la generación sándwich 5

4.6 Definición de generación sándwich 5

4.7 Definición de cuidador 5

4.8 Tipos de cuidadores.....6

4.8.1 Cuidadores formales.....6

4.8.2 Cuidadores informales.....6

4.9 Síndrome del cuidador.....7

4.10 Variables de la investigación.....7

V. Objeto de la investigación.....7

VI. Metodología.....8

VII. Preguntas clave.....9

VIII. Organización y procesamiento de la información.....9

IX. Análisis de la información.....16

X. Justificación.....30

XI. Caracterización de los beneficiarios.....31

XII. Interpretación.....32

XIII. Principales logros del aprendizaje.....34

XIV. Conclusiones y recomendaciones.....34

XV. Referencias bibliográficas.....35

XVI. Anexos.....38

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 17

Figura 2 18

Figura 3 19

Figura 4 20

Figura 5 21

Figura 6 22

Figura 7 23

Figura 8 24

Figura 9 25

Figura 10 26

Figura 11 27

Figura 12 28

Figura 13 29

Figura 14 30

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....3

Tabla 2.....10

Tabla 3.....11

Tabla 4.....13

I. Datos informativos del proyecto

Título del trabajo de titulación: Generación sándwich y su ejercicio como cuidadores: estudio de caso con personas de 35 a 45 años del sur de Quito en el periodo 2021-2022.

Nombre del estudio en el que se inserta la práctica de investigación: Sistematización de experiencias prácticas de investigación.

II. Delimitación del tema

Para desarrollar esta sistematización de experiencias prácticas de investigación acerca de la generación sándwich y su ejercicio como cuidadores se utilizó un enfoque cualitativo, los participantes fueron diez personas ecuatorianas de 35 y 45 años que residen en la zona sur de Quito durante el periodo 2021-2022.

III. Objetivos

Objetivo general: Analizar el rol de cuidadores que ejercen las personas de 35 a 45 años pertenecientes a la "generación sándwich" a través de la comparación de sus experiencias con las dimensiones teórico-conceptuales que fundamentan la investigación.

Objetivos específicos:

- Revisar la literatura en torno a la generación sándwich y al rol de cuidadores para definir las dimensiones teóricas-conceptuales que fundamentarán la investigación.
- Aplicar una encuesta con el fin de identificar la influencia que tiene el rol de cuidadores en las personas pertenecientes a la "generación sándwich".
- Comparar las experiencias de las personas de la "generación sándwich" con las dimensiones teórico-conceptuales para establecer similitudes y diferencias entre ellas.

IV. Eje de la investigación

4.1 Psicología del desarrollo humano

La psicología es la ciencia que estudia el comportamiento humano, esta se divide en varias áreas que permiten explicarlo desde distintas perspectivas. Partiendo de esta idea, la

rama de la psicología que se tomó en cuenta para desarrollar esta investigación fue la del desarrollo humano.

La psicología del desarrollo humano, también denominada psicología evolutiva o psicología del ciclo vital estudia tanto los aspectos externos y observables como los internos y no observables de la conducta humana, centrándose específicamente en el cambio psicológico sistemático que se produce a lo largo de la vida de cada individuo (Cantero, Pérez, & Navarro, 2011).

Se usa esta propuesta como referencia ya que se pretende identificar la forma en la cual los grupos familiares empiezan a reconocer y asignar los roles de cuidadores dentro de sus sistemas, tomando en cuenta que parte del proceso evolutivo en el ser humano es la formación de una pareja o una familia.

4.2 Ciclo de vida

“La perspectiva del ciclo vital considera la totalidad de la vida como una continuidad con cambios, destacando parámetros históricos, socioculturales, contextuales, y del acontecer cotidiano e individual, como prevalentes sobre cualquier clasificación etérea, o en la que predomine la edad como criterio” (Dulcey-Ruiz & Uribe, 2002, pág. 19).

Es decir que, los individuos atraviesan por distintas etapas a lo largo de su vida, sin embargo, la etapa a la que se prestó mayor atención en este trabajo de investigación es aquella en la que las personas deciden brindar cuidados a sus padres e hijos simultáneamente.

4.2.1 Etapas del ciclo de vida. Según Mansilla (2000), el desarrollo humano se divide en cuatro grandes etapas bio-psico-sociales: prenatal, formativa, laboral y jubilar, a continuación, se detallarán las subetapas de cada una de ellas:

Tabla 1

Etapas y subetapas bio-psico-sociales del desarrollo humano

ETAPAS	SUBETAPAS
1. Etapa prenatal	**1.1 Desde la gestación hasta el nacimiento**
2. Etapa formativa 0 a 17 años	**2.1 Niñez (0 a 11 años)** - Primera infancia (0 a 5 años) - Segunda infancia (6 a 11 años) **2.2 Adolescencia (12 a 17 años)**
3. Etapa laboral 18 a 64 años	**3.1 Juventud (18 a 24 años)** **3.2 Adultez (25 a 64 años**) - Adultos jóvenes (25 a 40 años) - Adulto intermedios (41 a 50 años) - Adultos mayores (51 a 64 años)
4. Etapa jubilar 65 a + 95 años	**4.1 Etapa dorada (65 a 74 años)** - Senectos primarios (65 a 69 años) - Senectos intermedios (70 a 74 años) **4.2 Etapa platino (75 a + 95 años)** - Senectos tardíos (75 a 84 años) - Longevos (85 a 94 años) - Prolongevos (+ 95 años)

Nota. Mansilla (2000, pág. 115).

La población seleccionada para la investigación está atravesando por las subetapas "adultos jóvenes" y "adultos intermedios" de la etapa laboral debido a que se encuentran en un rango de edad de 35 a 45 años. Los hijos de los encuestados por su parte tienen entre 2 y 24 años de edad, lo que significa que se encuentran en las subetapas "niñez" y "adolescencia" de la etapa formativa y en la subetapa "jueventud" de la etapa laboral. Por último, las personas cuidadas pertenecen a la subetapa "adultos mayores" de la etapa laboral y a las

subetapas “senectos primarios”, “senectos intermedios” y “senectos tardíos” de la etapa jubilar debido que su edad oscila entre 63 y 83 años.

4.3 Definición de familia

La familia es considerada como una de las instituciones básicas de la sociedad debido a que constituye la unidad de reproducción y mantenimiento de la especie humana. Además, se involucra directamente en el desarrollo biológico, psicológico y social del individuo, asegurando su incorporación en la vida. (Valladares, 2008)

La familia es un conjunto de personas que viven en el mismo hogar y que se encuentran unidas por lazos sanguíneos o legales. Además, ésta influye en gran medida en el desarrollo bio-psico-social del individuo ya que le proporciona las herramientas necesarias para enfrentarse a las diferentes situaciones que se le presenten a lo largo de su vida.

4.4 Configuraciones familiares

4.4.1 Familia monoparental. “Este tipo de familia surge de los divorcios, muerte de uno de los cónyuges, abandono o separaciones fortuitas” (Salgar, 2017, pág. 56).

4.4.2 Familia nuclear extendida. “Conserva la estructura de la familia tradicional, no obstante, toma la característica de extendida en circunstancias de la llegada de un miembro de la familia de uno de los cónyuges en situación de necesidad económica” (Salgar, 2017, pág. 56).

4.4.3 Familia nuclear reducida. Mantiene la estructura familiar tradicional, pero opta por la menor cantidad de hijos posible.

4.4.4 Familia reconstituida. “Es el tipo más complejo de familias que existe ya que los cónyuges o pareja se unen luego una de separación antecedente” (Salgar, 2017, pág. 56)**.**

4.4.5 Familias fundadas bajo uniones de hecho. “Estas familias son más flexibles que las nucleares ya que no hay mediación de la figura del matrimonio, se las conoce como uniones libres” (Salgar, 2017, pág. 57)**.**

4.4.6 Familias homoparentales o parejas homosexuales. Son aquellas en las que dos personas del mismo sexo se convierten en progenitores de uno o varios niños ya sea por adopción o por inseminación artificial.

Estas definiciones permiten sostener que uno de los cuidadores tiene una configuración familiar nuclear debido a que no vive con la persona a su cuidado mientras que los nueve restantes pertenecen a las llamadas "familias nucleares extendidas" ya que si viven con las personas a las que cuidan.

4.5 Historia de la generación sándwich

La trabajadora social Dorothy Miller habló por primera vez acerca de la generación sándwich en un artículo que publicó en 1981 en el que utilizó este término para comparar a las mujeres de 30 a 40 años con el jamón de un sándwich, pues al igual que éste se encontraban "atrapadas" entre dos panes: el cuidado de sus hijos y el de sus padres. Esta concepción ha evolucionado a través del tiempo y ha incluido a hombres, sin embargo, aún no se ha podido llegar a un consenso acerca de la edad de las personas pertenecientes a esta generación, pero generalmente fluctúa entre los 30 y 59 años.

4.6 Definición de generación sándwich

La generación sándwich hace referencia a la "generación adulta que está tratando de impulsar a sus hijos mientras cuida de sus padres, y que debe prodigar tiempo de cuidado, energía y recursos entre ambos" (Papalia, Sterns, Feldman, & Camp, 2009, pág. 530).

Durante esta investigación se pudo identificar que seis de los encuestados cumplen con el rol de cuidador todos los días de la semana, tres lo hacen de 1 a 3 días y uno de 4 a 6 días.

4.7 Definición de cuidador

El rol de cuidador es mayormente ejercido por mujeres y hace alusión al "miembro de la familia, profesional, u otra persona que asume primariamente la responsabilidad para

abastecer acciones de soporte, que asiste o ayuda a otra persona o grupo, con necesidades evidentes o anticipadas, visando una mejora en la condición humana o estilo de vida" (Larbán, 2010, p. 57).

Esta definición se puede validar considerando que nueve de las diez personas que formaron parte del grupo de investigación son mujeres que se encargan de cuidar a sus padres, hijos e incluso sus tías. Cabe recalcar que siete de los encuestados comparten estos cuidados con otros miembros de su familia.

4.8 Tipos de cuidadores

4.8.1 Cuidadores formales. Toda aquella persona que cuida de forma directa a personas dependientes en diversos ámbitos, recibiendo un beneficio por su trabajo. Así, dentro de esta categoría encontraríamos cuidadores con una formación teórico-práctica para la atención al dependiente (terapeutas ocupacionales, enfermeras, auxiliares de enfermería, psicólogos, médicos) y cuidadores con un limitado adiestramiento. (Merino, 2019, pág. 17)

4.8.2 Cuidadores informales. "Son aquellas personas adultas con vínculo de parentesco o cercanía afectiva que asumen las responsabilidades del cuidado de la persona con enfermedad crónica, lo apoyan en las actividades de la vida diaria, y participan con él en la toma de decisiones sobre su cuidado" (Ardila, Huérfano, Cifuentes, & Pulido, 2013, págs. 39-40).

Todos los cuidadores que participaron en esta investigación son informales debido a que ninguno ha sido capacitado de manera profesional para brindar los cuidados que necesitan las personas a su cargo, sino que lo hacen de acuerdo con lo que consideran apropiado para ellos. Cabe mencionar que las razones por las que cumplen este rol son: amor, gratitud, retribución y/o necesidad (respuestas obtenidas de la encuesta).

4.9 Síndrome del cuidador

Se define como una respuesta inadecuada a un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son un agotamiento físico y/o psicológico, una actitud fría y despersonalizada en la relación con los demás y un sentimiento de inadecuación a las tareas que ha de realizar, lo cual afecta gravemente la calidad de vida del cuidador. (Ardila, Huérfano, Cifuentes, & Pulido, 2013, pág. 40)

Se puede afirmar que nueve de los diez encuestados presentan síntomas del síndrome del cuidador, esto se evidenció en la pregunta ¿qué es lo más difícil de cumplir con este rol? ya que se obtuvieron respuestas como "cansancio emocional", "a veces no estamos de acuerdo y discutimos" y "sacrificar el tiempo en familia". Además, algunas de las respuestas a la pregunta ¿cuáles son los principales temores al ejercer este rol? fueron "que no lo haga bien", "no dedicarme a mí", "no cumplir con promesas", "descuidar otros asuntos", "hacerlo mal", "que fallezca" y "no estar cuando me necesiten".

4.10 Variables de la investigación

Las variables de esta investigación son de carácter cualitativo debido a que no pueden ser representadas en magnitudes ni tampoco pueden ser sometidas a operaciones matemáticas, estas son: generación sándwich y rol de cuidador.

V. Objeto de la investigación

Esta investigación se realizó en el periodo 2022-2023. El objeto de estudio es la generación sándwich y su ejercicio como cuidadores. Al ser esta una realidad presente en la zona sur de la ciudad de Quito es menester de este trabajo comprenderla y analizarla. La motivación de indagar en lo anteriormente dicho parte del interés de conocer los pensamientos y sentimientos de las personas pertenecientes a la también llamada generación intermedia.

El término “generación sándwich” emergió en los años 80, sin embargo, no se tiene certeza de cuando empezó a manifestarse este fenómeno familiar. En tiempos más modernos, aspectos como la economía, la postergación de la maternidad y el aumento de la esperanza de vida han hecho que el cuidado simultáneo de padres e hijos se convierta en algo frecuente en los hogares, convirtiéndose en el eje central de esta investigación.

Los textos que se han escrito hasta ahora acerca de la temática se han enfocado principalmente en lo negativo del rol de cuidador, esto significa que el fenómeno aún no ha sido explicado por completo puesto que se ha dejado de lado varios aspectos importantes de la labor de quienes pertenecen a esta generación como son los cuidados que realizan y la manera en la que logran desempeñarlos, lo que conlleva a la pregunta: ¿cuáles son las experiencias respecto al rol de cuidadores que ejercen las personas de 35 a 45 años pertenecientes a la generación sándwich?

VI. Metodología

El presente trabajo utilizó un enfoque cualitativo el cual ayudó a profundizar en el fenómeno. Además, al ser de tipo inductivo permitió obtener resultados a partir de los pensamientos y sentimientos que los cuidadores manifestaron en sus respuestas, dejando de lado la subjetividad y otorgando la atención e importancia que los participantes merecen.

Esta investigación tuvo un alcance descriptivo que permitió recoger información acerca de las variables implicadas en el estudio (Hernández, 2014). El diseño de este trabajo fue de tipo narrativo debido a que los datos fueron obtenidos, descritos y analizados a partir de las experiencias de los cuidadores.

Para la recolección de datos se realizó una encuesta cualitativa a través de la aplicación web Google Forms. Esta se compone tanto de preguntas abiertas como de opción múltiple que van apareciendo de acuerdo con las respuestas expresadas por los encuestados teniendo un máximo de 54 preguntas (ver anexo A). Este instrumento se aplicó a diez

personas ecuatorianas de 35 a 45 años pertenecientes a la generación sándwich que residen en la zona sur de la ciudad de Quito y que estuvieron dispuestas a colaborar en el estudio.

Al inicio de la encuesta se presentó el consentimiento informado en el que se garantiza la confidencialidad y el anonimato de los participantes, también se detalla el nombre de los investigadores, el tema y el objetivo de la investigación y un correo electrónico mediante el cual se solventarán las dudas que puedan surgir con respecto a la temática.

Por otro lado, las dificultades de la investigación fueron la poca disponibilidad de tiempo y la confusión de los encuestados la hora de responder las preguntas. Por último, este trabajo contribuirá con información que servirá para conocer la realidad de las personas que residen en la zona sur de la ciudad de Quito y que pertenecen a la generación sándwich, además promoverá reflexiones e impulsará al desarrollo de nuevas investigaciones.

VII. Preguntas clave

- ¿Existen estudios acerca de la generación sándwich y su ejercicio como cuidadores?
- ¿Cuáles son las experiencias con respecto al rol de cuidadores que ejercen las personas de 35 a 45 años pertenecientes a la generación sándwich?
- ¿Cuál es la contribución de esta investigación a la problemática?

VIII. Organización y procesamiento de la información

La aplicación Google Forms brinda la opción de descargar un documento de Excel en el que se encuentran todas las preguntas de la encuesta, además de la hora y fecha en la que fueron respondidas. Con estos datos se genera automáticamente una matriz que permite ordenarlos, clasificarlos y organizarlos de acuerdo con las categorías de análisis, las cuales se relacionan principalmente con los datos demográficos de los encuestados y con los cuidados que estos realizan. Finalmente, se realizó algunas modificaciones de forma manual en la matriz y se la dividió en tres partes con el fin de facilitar el análisis de los datos.

A continuación, se presentarán las matrices que se utilizaron para la organización y el procesamiento de la información:

Tabla 2

Datos personales y familiares de los cuidadores

¿Cuántos años tiene?	¿Con qué género se identifica?	¿Cuál es su nivel de instrucción?	¿Cuál es su estado civil?	¿Cuánto tiempo lleva casado o en unión libre?	¿Cuántos hijos tiene?	¿Cuántos años tienen sus hijos?
41 a 45 años	Femenino	Superior	Soltero	Sin respuesta	2	18 y 24
35 a 40 años	Femenino	Superior	Casado	6 a 10 años	1	6
41 a 45 años	Femenino	Superior	Casado	6 a 10 años	1	10
35 a 40 años	Masculino	Superior	Casado	6 a 10 años	2	14 y 4
41 a 45 años	Femenino	Superior	Casado	16 años o más	2	12 y 8
35 a 40 años	Femenino	Superior	Casado	11 a 15 años	2	10 y 2
35 a 40 años	Femenino	Bachillerato	Soltero	Sin respuesta	1	20
41 a 45 años	Femenino	Superior	Casado	16 años o más	2	8 y 12
41 a 45 años	Femenino	Superior	Casado	11 a 15 años	2	6 y 12 años
41 a 45 años	Femenino	Superior	Soltero	Sin respuesta	1	8

¿Cuál es el primer nombre de su madre?	¿Cuál es el primer nombre de su padre?	¿Cuántos años tiene su madre?	¿Cuántos años tiene su padre?	¿Tiene hermanos?	¿Cuántos hermanos tiene?	¿Qué lugar ocupa entre sus hermanos?
Rocío	José	66	Fallecido	Sí	1	Primero
Laura	Luis	67	66	No	Sin respuesta	Sin respuesta
Nelly	Jorge	62	64	Sí	3	Primero
María	Miguel	65	67	Sí	1	Primero
Carmen	Hugo	75	Fallecido	Sí	2	Primero
Graciela	Carlos	66	65	Sí	2	Segundo
Martha	Dimas	68	73	Sí	2	Segundo
Carmen	Hugo	75	Fallecido	Sí	2	Primero
Ofelia	Segundo	63	66	Sí	6	Segundo
Matilde	Rodrigo	73	83	Sí	6	Quinto

Nota. Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Tabla 3

Ocupación de los cuidadores

¿A qué se dedica?	¿En qué ciudad se encuentra su trabajo?	Tipo de organización en la que trabaja	¿Cuál es el sector económico al que se dedica la organización en la que trabaja?	¿Qué tipo de contrato tiene?	¿A qué nivel pertenece el cargo que ocupa en la organización	¿Cuál es su horario de trabajo?
Estudia y trabaja	Quito	Privada	Sector terciario o de servicios	Contrato de tiempo indefinido	Nivel medio	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Privada	Sector secundario o industrial	Contrato de servicios profesionales	Nivel medio	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Negocio o empresa propia	Sector terciario o de servicios	Contrato eventual u ocasional	Operativo	Matutino - Vespertino
Estudia y trabaja	Quito	Privada	Sector primerio o agropecuario	Contrato de tiempo indefinido	Gerencial	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Privada	Sector terciario o de servicios	Contrato de tiempo indefinido	Operativo	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Privada	Sector terciario o de servicios	Contrato de tiempo indefinido	Operativo	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Pública	Sector terciario o de servicios	Contrato eventual u ocasional	Operativo	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Privada	Sector terciario o de servicios	Contrato de tiempo indefinido	Operativo	Matutino - Vespertino
Trabaja	Quito	Pública	Sector terciario o de servicios	Nombramiento de libre remoción	Gerencial	Matutino - Vespertino
No trabaja	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta

¿En qué institución estudia?	¿Qué carrera sigue?	¿Cuál es su horario de clases?	¿Desde hace cuánto tiempo no trabaja?	¿Cuál es el motivo por el cual no trabaja?	¿Cómo se sustenta económicamente?
UTPL	Contabilidad	Nocturno	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
UTPL	Tecnologias de la Información	Matutino, Vespertino, Nocturno	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	1 a 5 años	La cuido a mi hija y a mis padres	Por pensión alimenticia

Nota. Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Tabla 4

Rol de cuidador, enfermedades de los cuidadores y de las personas cuidadas

¿A qué persona/s brinda sus cuidados?	¿Vive con la/s persona/s a la/s que brinda sus cuidados?	¿La/s persona/s a la/s que brinda sus cuidados padecen alguna enfermedad?	Especifique la/s enfermedad/es que padece/n	Debido a esta/s enfermedad/es ¿cuál/es de los siguientes cuidados realiza?	¿La/s persona/s a su cuidado asiste/n a rehabilitación?
Madre, Hijo	Si	Si	Asma	Ninguna	No
Madre	Si	Si	Esquizofrenia	Darle sus medicinas	No
Tia	Si	Si	Diabetes Hipertensión Fibromialgia	Movilizarle, Alimentarle	No
Padre	No	No	Ninguna	Sin respuesta	Sin respuesta
Madre	Si	Si	Diabetes Cálculos en la vesicula	Alimentarle	Si
Padre, Madre, Hijo, Hija	Si	No	Ninguna	Sin respuesta	Sin respuesta
Madre	Si	No	Ninguna	Sin respuesta	Sin respuesta
Madre	Si	Si	Diabetes Cálculos en la vesicula Problemas de la columna	Le tengo que cuidar en lo que debe comer y citas médicas	Si
Madre, Hijo	Si	Si	Presión arterial	Movilizarle, Bañarle, Vestirle, Alimentarle	No
Padre, Madre, Hija	Si	Si	Diabetes tipo 2	Alimentarle, Administrar insulina	No

¿Hace cuánto tiempo cuida a esas personas?	¿Cuántos días a la semana cumple con el rol de cuidador?	Seleccione los cuidados que realiza	¿Por qué razones cumple con este rol?	¿Alguien le ayuda a cumplir con este rol?	¿Quién le ayuda cumplir con este rol? ¿Cómo lo hace?	¿Le gustaría que alguien le ayudara a cumplir con este rol? ¿Por qué?
6 a 10 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Pagar servicios básicos, Comprar alimentos, Cubrir necesidades afectivas, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Porque amo a mis familiares	No	Sin respuesta	No
Más de 15 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Pagar servicios básicos, Comprar alimentos, Comprar prendas de vestir, Ayudar con el traslado y la movilidad, Proporcionar compañía	Porque soy hija única y no puedo compartir las tareas de cuidado con nadie más. Debo darle sus medicinas sino se olvida tomarlas y se descompensa	No	Sin respuesta	Sí. Porque resulta en ocasiones cansado tener una carga sin poder delegarla para tener un tiempo libre para mí como realizar un viaje
6 a 10 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Ayudar con el traslado y la movilidad, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Necesidad	No	Sin respuesta	No
11 a 15 años	1 a 3 días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Comprar prendas de vestir, Ayudar con el traslado y la movilidad, Cubrir necesidades afectivas, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Por aprecio y agradecimiento	Sí	Familia	Sin respuesta
6 a 10 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Comprar alimentos, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Porque soy la hija mayor y es mi responsabilidad y deber de hija	Sí	Hermanos	Sin respuesta
1 a 5 años	1 a 3 días	Pagar servicios básicos, Ayudar con las tareas escolares, Ayudar con el mantenimiento de la casa, Compartir tiempo de calidad	Porque les quiero	Sí	Esposo	Sin respuesta
6 a 10 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Pagar servicios básicos, Comprar alimentos, Cubrir necesidades afectivas, Compartir tiempo de calidad	Por amor	Sí	Hijo	Sin respuesta
6 a 10 años	4 a 6 días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Cubrir necesidades afectivas, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Para retribuir lo que ella hizo por mí	Sí	Hermano	Sin respuesta
11 a 15 años	1 a 3 días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Pagar servicios básicos, Pagar transporte, Pagar educación, Comprar alimentos, Comprar prendas de vestir, Ayudar con el traslado y la movilidad, Ayudar con las tareas escolares, Ayudar con el mantenimiento de la casa, Cubrir necesidades afectivas, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Por que soy madre de mis hijos, y en el caso de mi madre, porque lo necesita	Sí	Cuidado compartido de hijos con esposo y de madre con hermanos	Sin respuesta
1 a 5 años	Todos los días	Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, Comprar alimentos, Comprar prendas de vestir, Ayudar con el traslado y la movilidad, Ayudar con las tareas escolares, Ayudar con el mantenimiento de la casa, Cubrir necesidades afectivas, Proporcionar compañía, Compartir tiempo de calidad	Porque no tengo quien cuide de mi hija, y cuido a mis padres porque mis otros hermanos pasan fuera de la ciudad	Sí	Mi hermana cuando tiene libre y mis sobrinos cuando no están estudiando. En la alimentación y acompañándolos a sus citas médicas. Y con mi hija su papá cuando pasa tiempo con él	Sin respuesta

¿Qué significa para usted ser un cuidador?	¿Cómo afecta el cumplimiento de este rol en su vida laboral?	¿Cómo afecta el cumplimiento de este rol en su dinámica familiar?	¿Qué opinan sus familiares y amigos acerca del rol que desempeña?	¿Qué actividades realiza en su tiempo libre? Especifique	¿Cree que por cumplir este rol ha dejado de realizar alguna actividad personal? Especifique
Estar pendiente de lo que necesiten	No afecta	No afecta	Me toman de ejemplo	Deportiva	No
Tiene dos partes, la una agradecida por poder servir a mi mamá y la otra también es agotador tener que lidiar con ciertas situaciones propias de su enfermedad	Permisos de trabajo para asistir a las citas médicas	Afecta que no podemos hacer un viaje de pareja o ausentarnos por muchos días	No he preguntado	Postres fríos	Viajar
Ayudar	No afecta	No afecta	También ayudan	Salidas con la familia	No
Ser responsable	Solicitud de permisos	Decisión de actividades en tiempo libre	Que está bien	Deporte, cine y juegos en familia	No
Es muy fuerte el cuidado pero satisfactorio	Trato que no me afecte	Es complicado por el tiempo	No sé	Salir con mi familia a espacios verdes	Salir con mis amigas
Cuidar de ellos	Nada	Nada	Nada	Jugar	No
Una responsabilidad con amor	No afecta	No afecta	Desconozco	Ver películas	Tal vez
Ser agradecido	En el tiempo	En el tiempo	No sé	Salir al parque con mi hijos	Sí, hacer ejercicio
Una persona que cuida, educa y fortalece la vida de las personas, para que adquieran herramientas para defenderse y autovalerse por sí solos y en los casos donde la enfermedad está avanzada, veo que el papel del cuidador es prepararlo para el buen morir	Creo que no afecta	No afecta	Que soy buena persona	Jugar con los niños, pasear, ver pelis, hacer deporte, cantar	Si, salir con amigos
En el caso de mi hija, significa mucho porque soy yo quien la acompaña en su crecimiento. Y en el caso del cuidado a mis padres, es devolver un poco lo que ellos cuidaron de mi en mi niñez y vida adulta	Sin respuesta	No me afecta en ninguna forma	Algunos no les parece bien que no trabaje y solo me dedique a cuidar de mi hija y de mis padres	Dormir	No

¿Usted padece alguna/s de las siguientes enfermedades?	¿Usted consume algún tipo de medicación? Especifique	¿Qué es lo más gratificante de cumplir con este rol?	¿Qué es lo más difícil de cumplir con este rol?	¿Cuáles son sus principales temores al ejercer este rol?	¿Cuál es su proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo?
Migrañas	No	Demostrar el amor	Ninguna	Que no lo haga bien	Ser un gran ser humano
Hipotiroidismo Insomnio Ansiedad Cáncer	Sí. Supresores hormonales	Sentir que puedo ayudar	Cansancio emocional	No dedicarme a mí	Capacitarme, poner mi propio negocio, comprar mi casa
Hipertensión arterial crónica	Antipertensivos	Hacerlo bien	El tiempo	Olvidarme la medicación	Vivir con calidad de vida
Ninguna	No	Felicidad de la familia	El tiempo	No cumplir con promesas	Trabajar independiente
Ansiedad	No	Devolver el cuidado que mi mami me dio	El tiempo	Descuidar otros asumtos	Pasar más tiempo con mi familia y estudiar
Depresión	Vesone neogaival	Ver su felicidad	El tiempo	Hacerlo mal	Cumplir con mis sueños
Problemas cardiovasculares Migrañas	No	Es mi madre y la amo	A veces no estamos de acuerdo y discutimos	Que fallezca	Viajar, mi casa y un negocio propio
Estrés	No	Saber que este bien mi mami	Sacrificar el tiempo de familia	No hacerlo bien	Retomar el deporte y estudiar
Migrañas	No	Saber que las personas que cuido están bien	Tener tiempo para viajar	No estar cuando me necesiten	Larga la pregunta, a corto plazo brindarles herramientas a mis hijos para que sean buenas personas, jubilarme y vivir en el campo en una casita de construcción mixta, seguir haciendo lo que me gusta, en fin...
Hipotiroidismo	Levotiroxina	Cumplir el sueño de ser yo quien cuide y acompañe a mi hija en su crecimiento, en su etapa escolar, en su alimentación, etc. Y en el caso de mis padres tener la seguridad que no van a estar solos en su vejez	No dormir hasta tarde los fines de semana	Ninguno, porque lo hago con mucho amor	A corto plazo viajar, a mediano plazo, pagar mis deudas, y a largo plazo tener vivienda propia

Nota. Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

IX. Análisis de la información

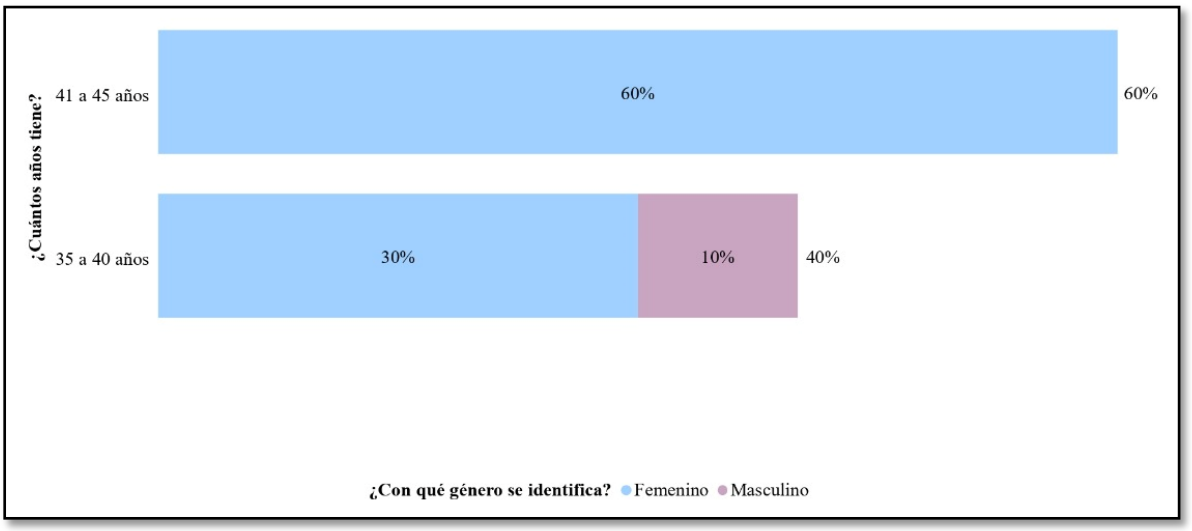
Para analizar la información se inició con la categorización de los distintos elementos que forman parte de la encuesta, luego se identificó las respuestas más frecuentes, posterior a esto, se realizó un análisis de contenido que permitió hacer inferencias de manera sistemática y objetiva de la información y sobre todo profundizar en las ideas expresadas mediante el análisis de las palabras o frases, obteniendo así los componentes fundamentales del fenómeno estudiado. Por último, para elaborar los gráficos se utilizó la aplicación Power BI ya que esta

brinda la posibilidad de relacionar los datos y de ubicarlos en el objeto visual más apropiado para su comprensión.

A continuación, se presentan los gráficos obtenidos a partir del cruce de información con su respectiva interpretación:

Figura 1

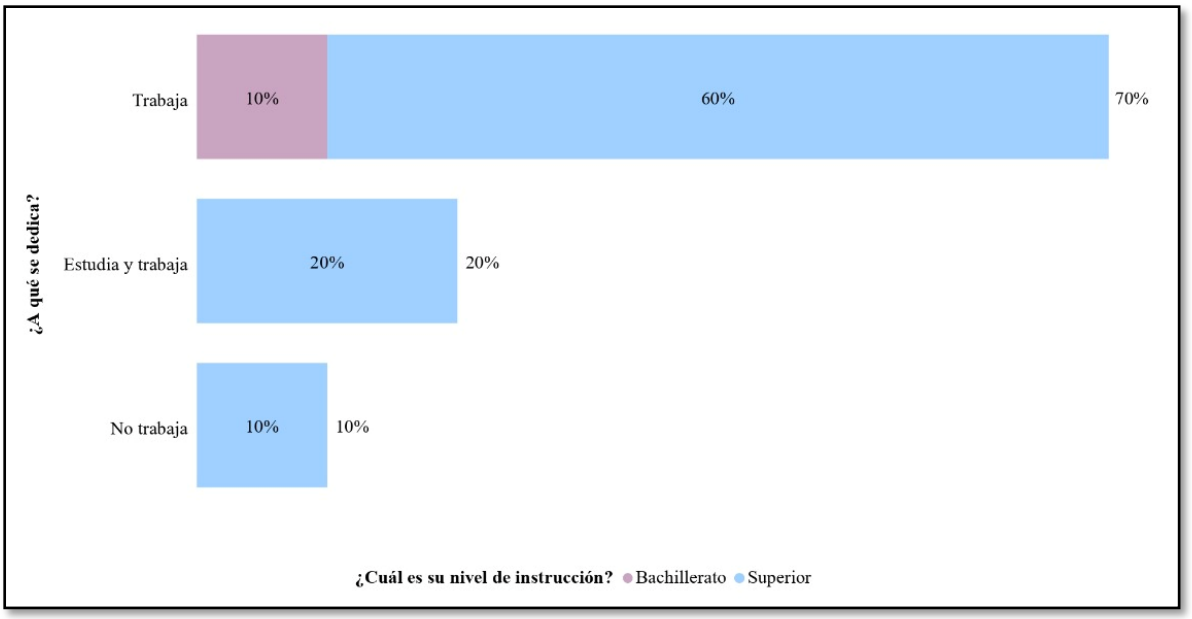
Edad y género de los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 60% de los encuestados son mujeres que tienen de 41 a 45 años de edad y el 40% restante tienen de 35 a 40 años, de este porcentaje el 30% son mujeres y el 10% hombres. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 2

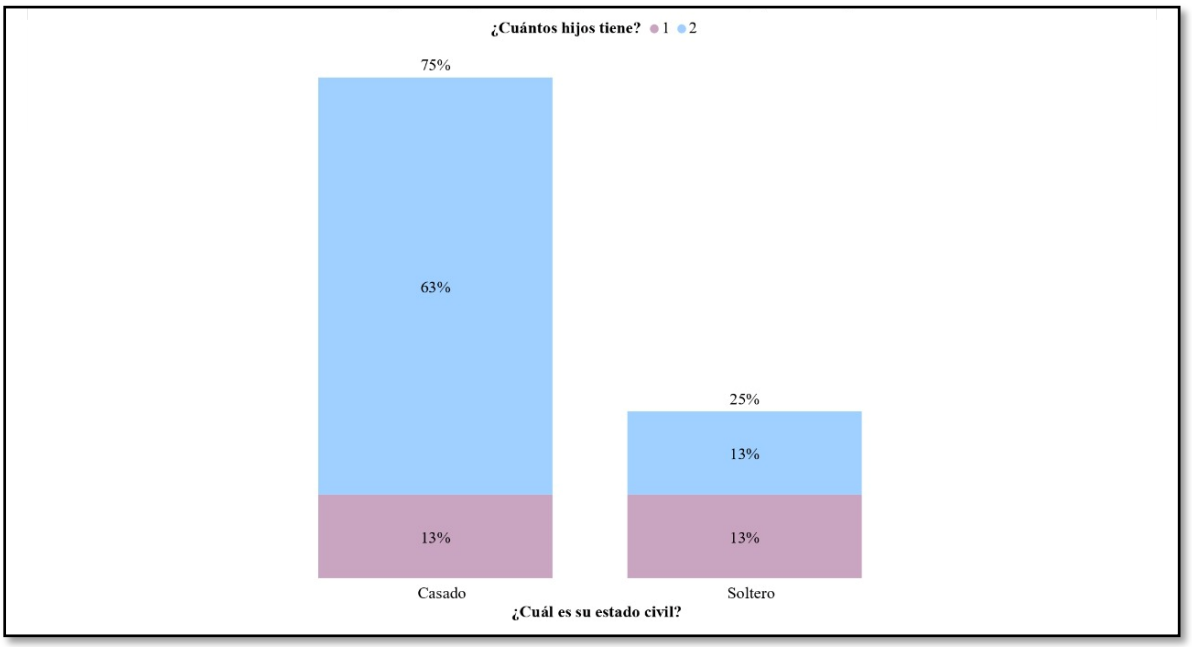
Nivel de instrucción y ocupación de los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 70% de los encuestados trabajan (60% tienen un nivel de intrucción superior y 10% un nivel medio), el 20% estudian y trabajan y el 10% restantes no trabajan, estos últimos tienen un nivel de instrucción superior. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 3

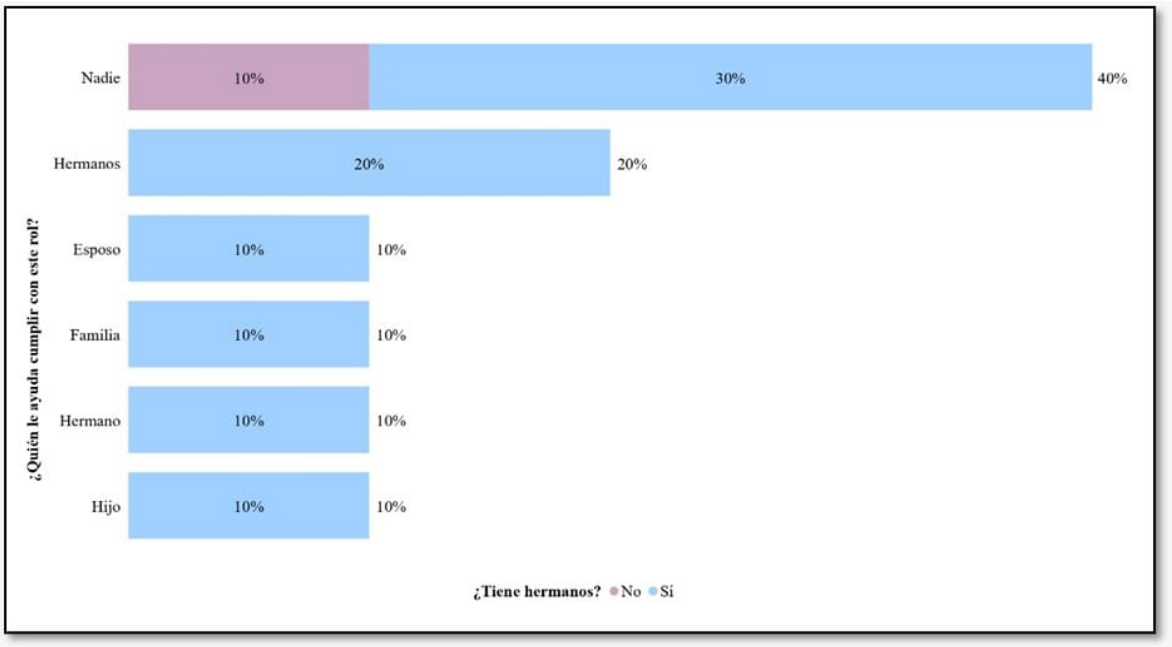
Estado civil y cantidad de hijos de los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 75% de los encuestados son casados (13% tienen un hijo y 63% dos hijos) y el 25% son solteros (13% tienen un hijo y 13% dos hijos). Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 4

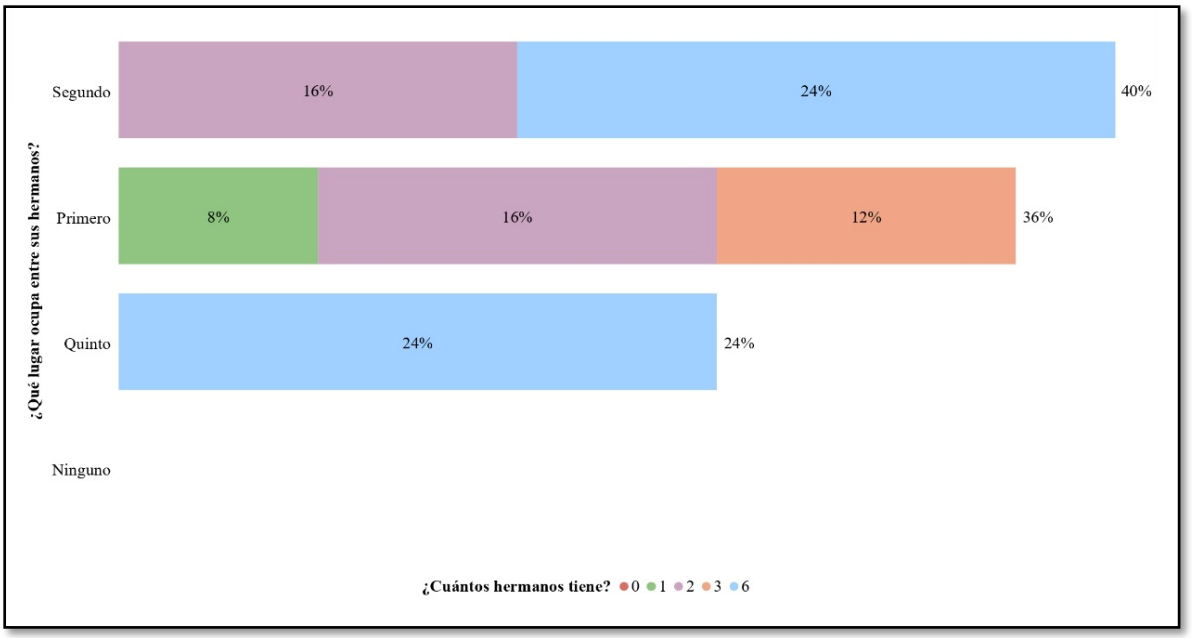
Ayuda que reciben los encuestados por parte de sus hermanos y otros miembros de su familia.



Nota. La firgura muestra que el 90% de los encuestados tienen hermanos y el 10% restantes no. Además, el 40% de las personas que respondieron la encuesta afirman que nadie les ayuda a cumplir con su rol de cuidadores, el 30% reciben ayuda de sus hermanos, el 10% de su esposo, otro 10% de su familia y un 10% más de su hijo. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 5

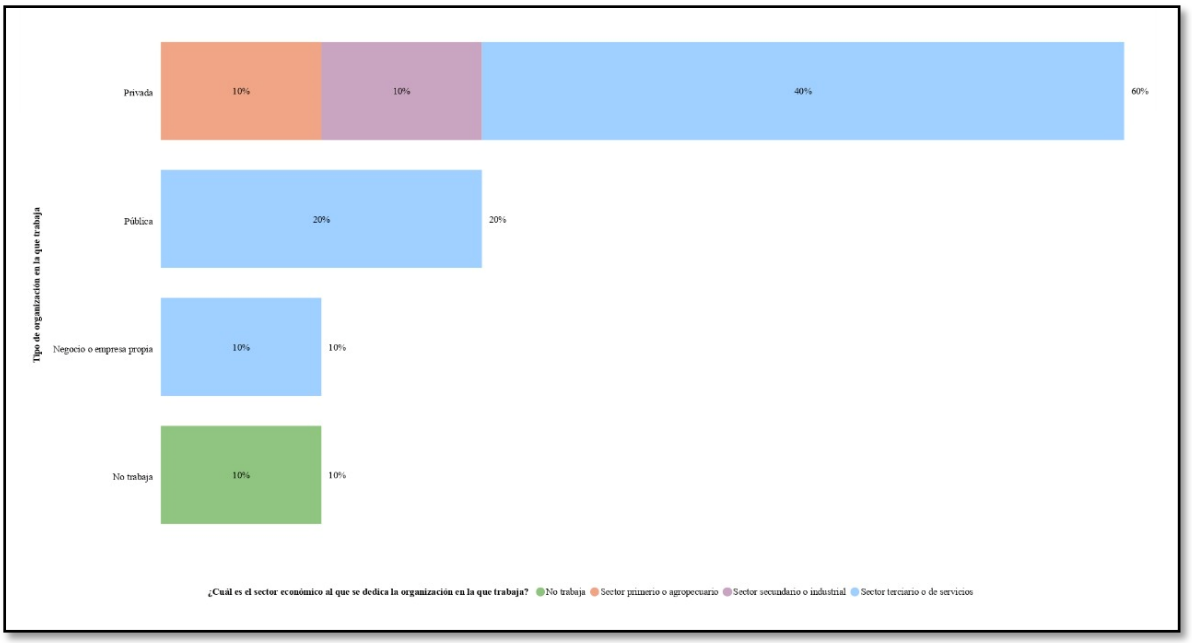
Cantidad de hermanos y lugar que ocupan los encuestados entre ellos.



Nota. La figura muestra que del 100% de los encuestados que tienen hermanos, el 36% ocupan el primer lugar (8% tienen un solo hermano, 16% dos hermanos y 12% tres hermanos), el 40% el segundo lugar (16% tienen dos hermanos y 24% seis hermanos) y el 24% el quinto lugar de seis hermanos. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 6

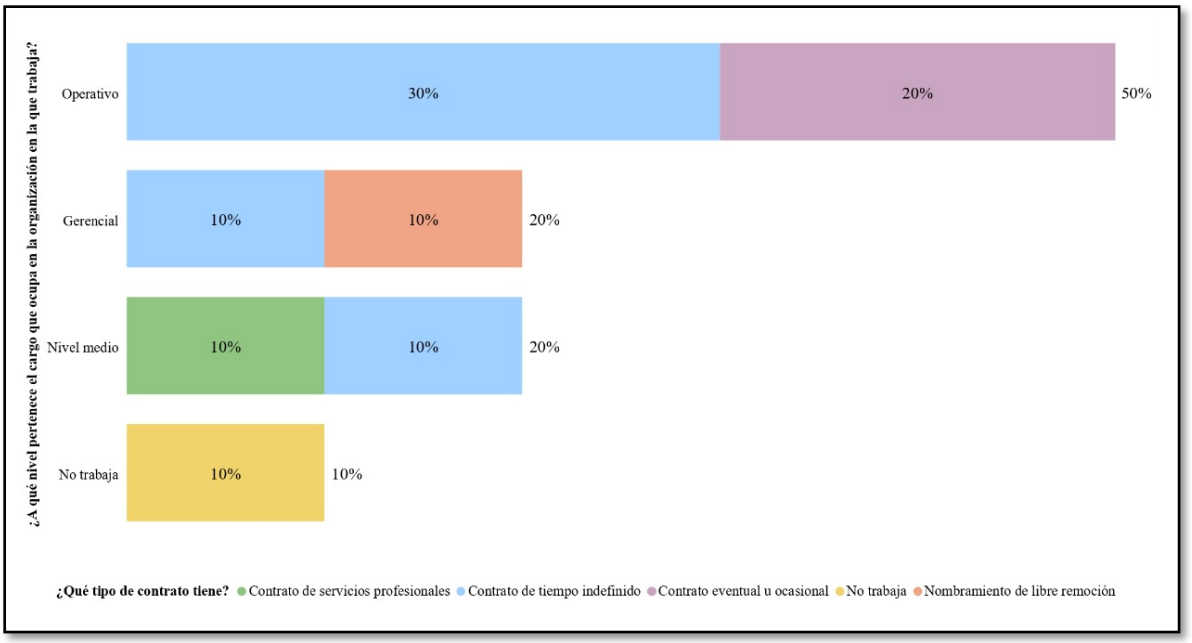
Tipo y sector económico al que se dedica la organización en la que trabajan los encuestados.



Nota. La figura muestra que 60% de los encuestados trabajan en una organización privada, 20% en una organización pública, 10% tienen un negocio o empresa propia y 10% no trabajan. Además, el 70% de estas organizaciones pertenecen al sector terciario o de servicios, el 10% al sector secundario o industrial y otro 10% al sector primario o agropecuario. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 7

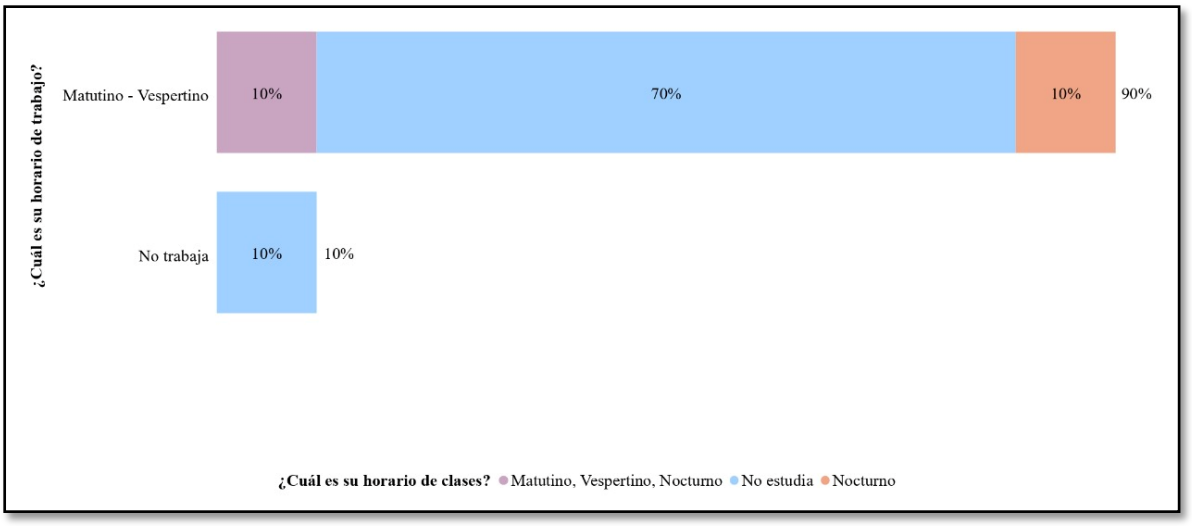
Tipo de contrato y nivel de cargo de los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 20% de los encuestados ocupan un cargo de nivel gerencial (10% tienen un contrato de tiempo indefinido y 10% un nombramiento de libre remoción), 50% de nivel operativo (30% tienen un contrato de tiempo indefinido y 20% un contrato eventual u ocasional), 20% de nivel medio (10% tienen un contrato de servicios profesionales y 10% un contrato de tiempo indefinido) y 10% no trabajan. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 8

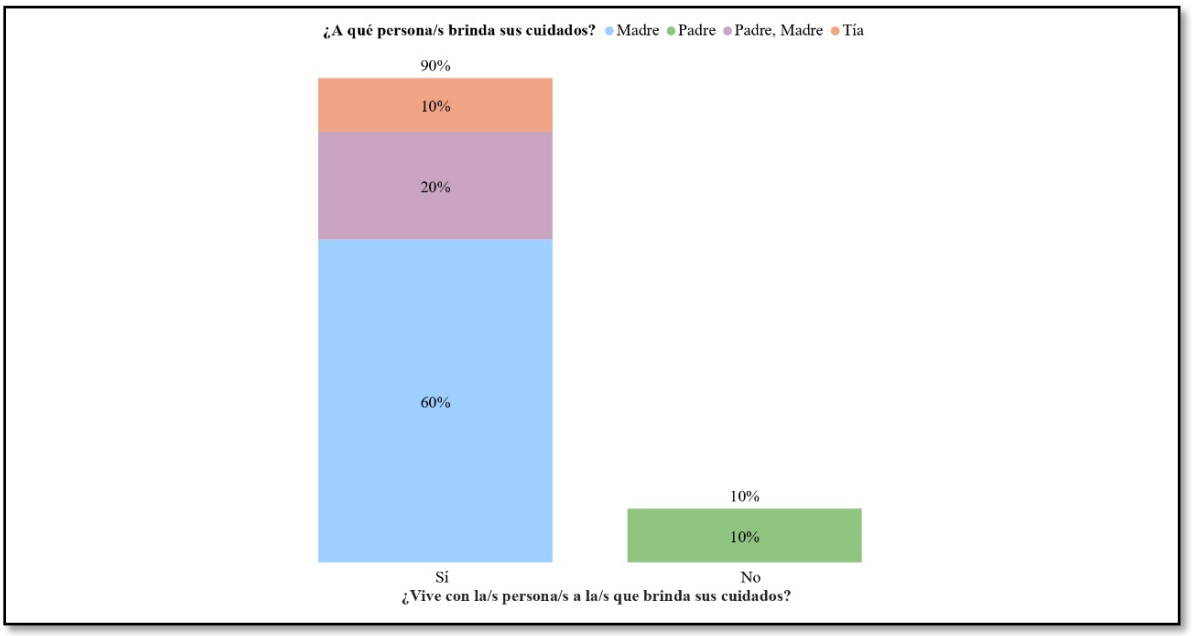
Horario de clases y horario de trabajo de los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 90% de los encuestados tienen un horario de trabajo matutino-vespertino (70% no estudian, 10% estudian por la noche y 10% por la mañana) y el 10% restante no trabaja ni estudia. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 9

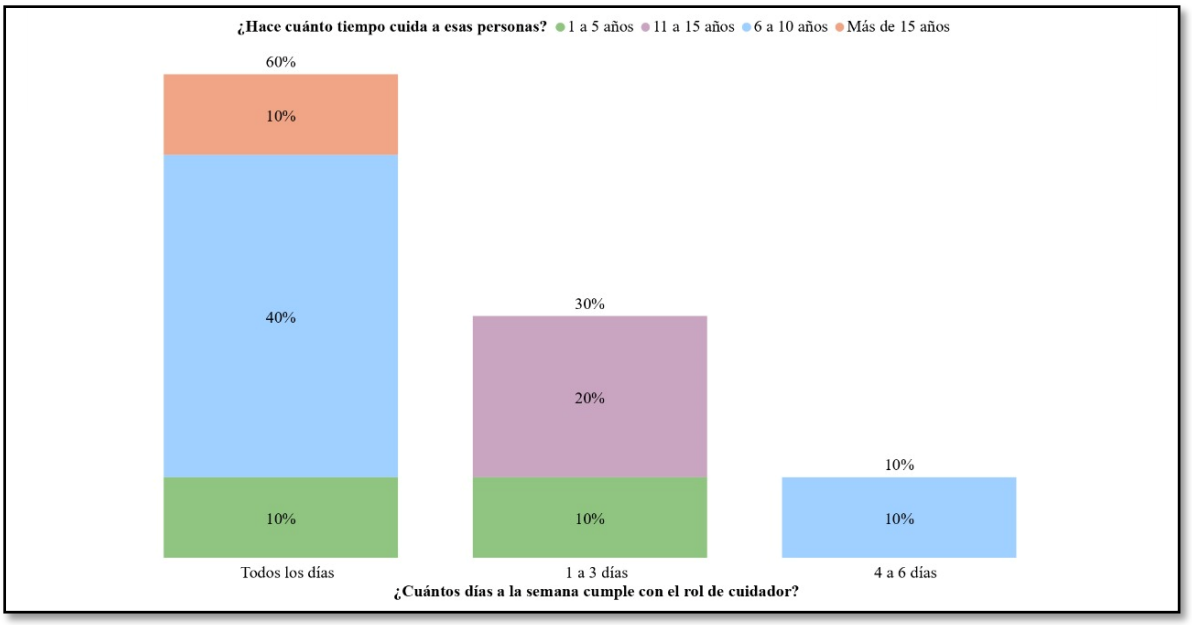
Personas cuidadas con las que viven los encuestados.



Nota. La figura muestra que el 90% de los encuestados viven con las personas a las que cuidan y 10% no. Cabe recalcar que el 60% de estas personas son sus madres, el 30% sus padres y el 10% sus tías. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 10

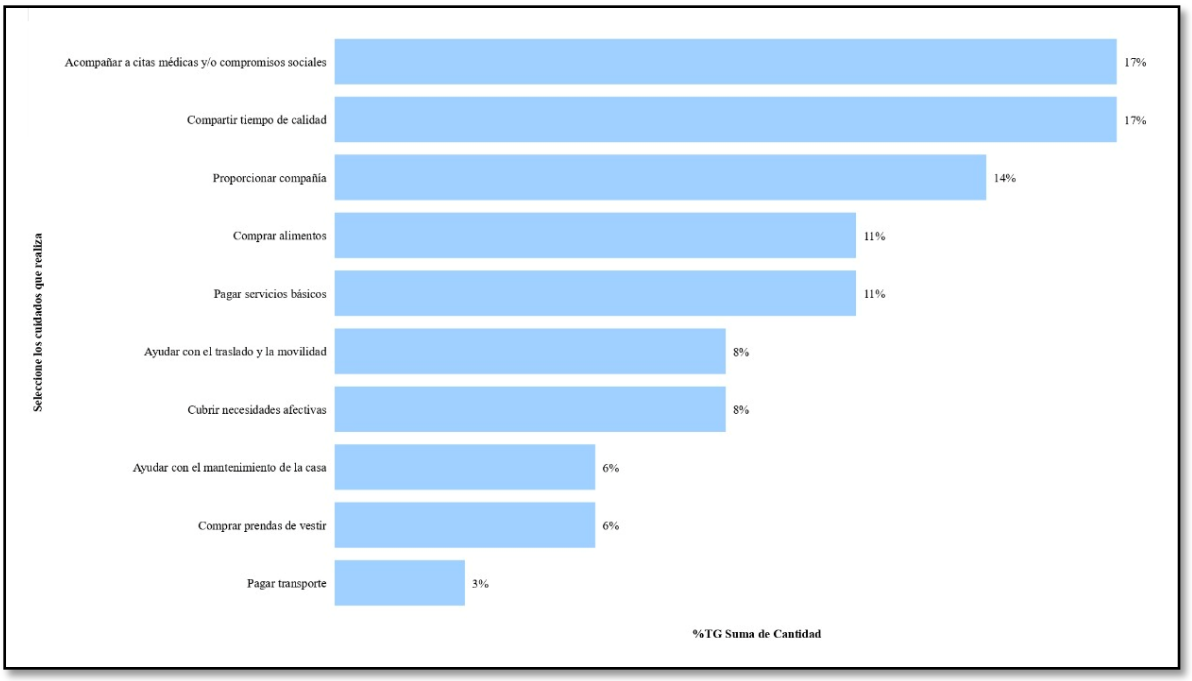
Tiempo que los encuestados han dedicado y dedican al cuidado.



Nota. La figura muestra que el 60% de los encuestados cumplen con el rol de cuidadores todos los días de la semana. Un 10% de las personas que conforman esta cantidad lo han hecho por más de 15 años, 40% han realizado estas actividades en un lapso de 6 a 10 años y 10% durante 1 a 5 años. Asimismo, de el 30% de los cuidadores que ejercen este papel de 1 a 3 días a la semana, el 20% lo han hecho durante un periodo de 11 a 15 años y el 10% restante en un lapso de 1 a 5 años. Finalmente, un 10% de las personas encuestadas brindan sus cuidados de 4 a 6 días a la semana y lo han hecho durante 6 a 10 años. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 11

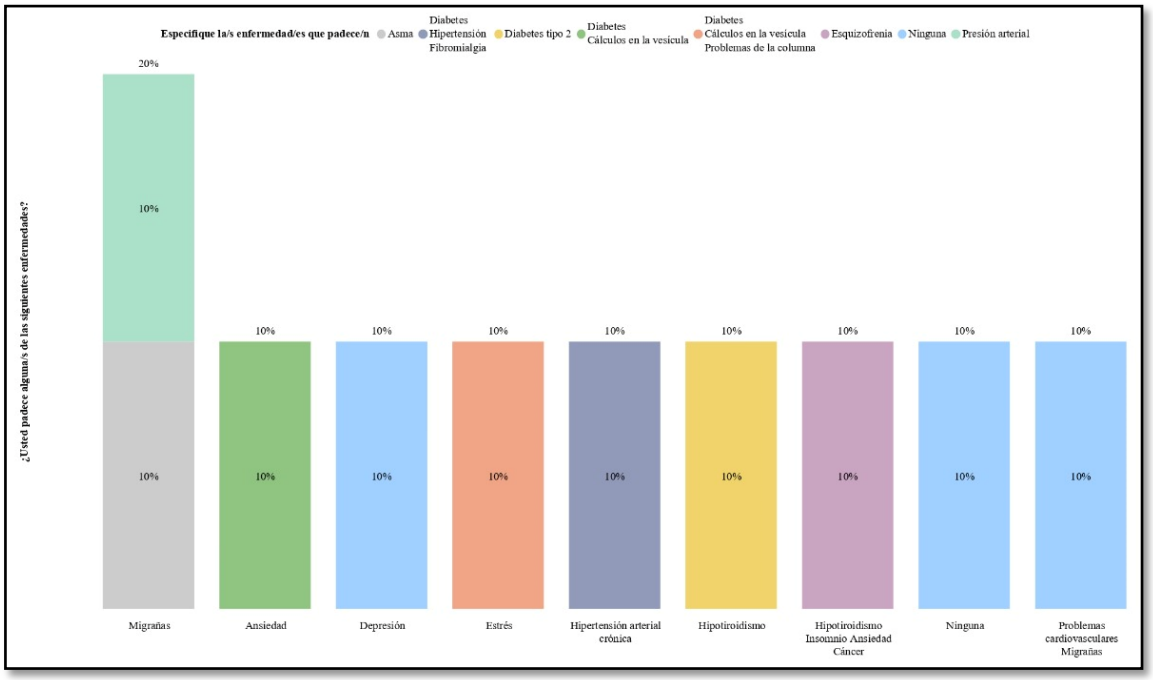
Cuidados que realizan los encuestados.



Nota. La figura muestra que acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales, así como compartir tiempo de calidad son los cuidados más frecuentes, representando cada uno de ellos el 17% de los casos. Además, el 14% de los encuestados proporcionan compañía a las personas a su cuidado, el 11% compran alimentos y pagan los servicios básicos. Cuidados como cubrir necesidades afectivas y ayudar con el traslado y la movilidad son realizados por el 8% de los encuestados. Por último, el 6% ayudan con el mantenimiento de la casa y compran prendas de vestir y el 3% restante pagan el transporte. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 12

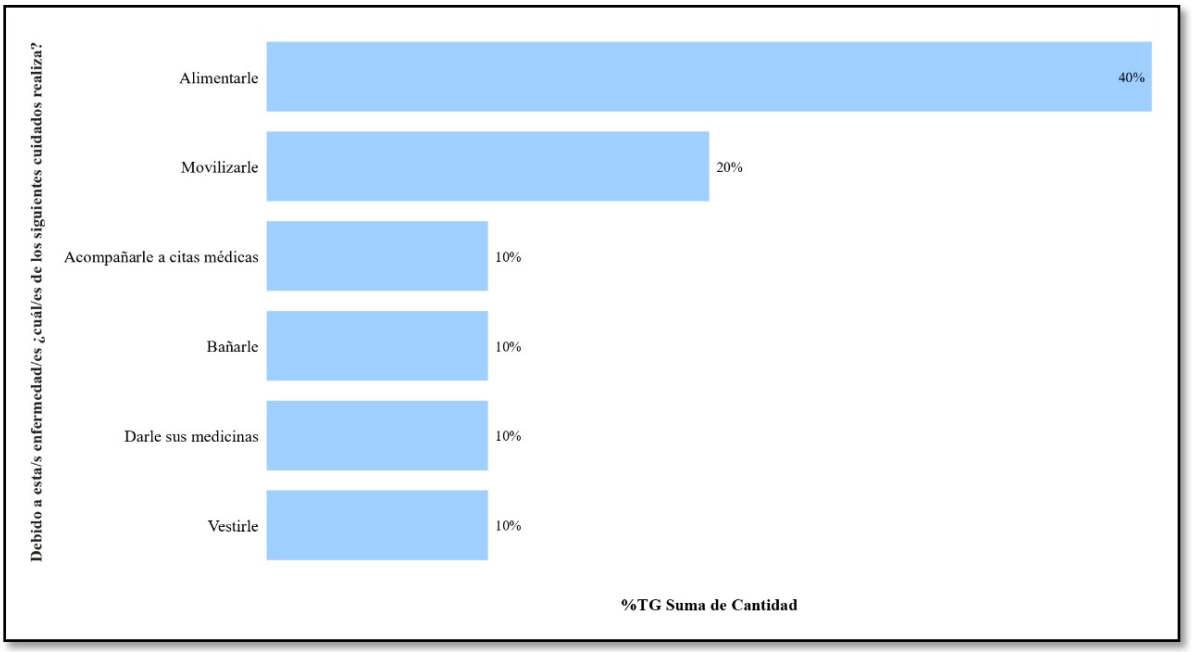
Enfermedades de los encuestados y enfermedades de las personas cuidadas.



Nota. La figura muestra que el 20% de los encuestados sufren de migrañas, el 10% de las personas a su cuidado padecen de asma y el otro 10% de presión arterial alta. Además, el 10% de los cuidadores tienen ansiedad y las personas a las que cuidan sufren de diabetes y cálculos en la vesícula. Un 10% de las personas que respondieron la encuesta tienen depresión y problemas cardiovasculares y migrañas respectivamente y las personas a su cuidado no poseen ninguna enfermedad. Otro 10% de los cuidadores presentan estrés y las personas a las que cuidan sufren de diabetes, cálculos en la vesícula y problemas de columna. Un 10% más padecen de hipertensión arterial crónica y las personas a su cuidado tienen diabetes, hipertensión y fibromialgia. Otro 10% de los encuestados sufren de hipotiroidismo y las personas a su cuidado tienen diabetes tipo 2. Un 10% de las personas que respondieron la encuesta padecen de hipotiroidismo, insomnio, ansiedad y cáncer y las pesonas a las que cuidan tienen esquizofrenia. Por último, 10% de los cuidadores no poseen ninguna enfermedad y las personas a sus cuidados tampoco. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 13

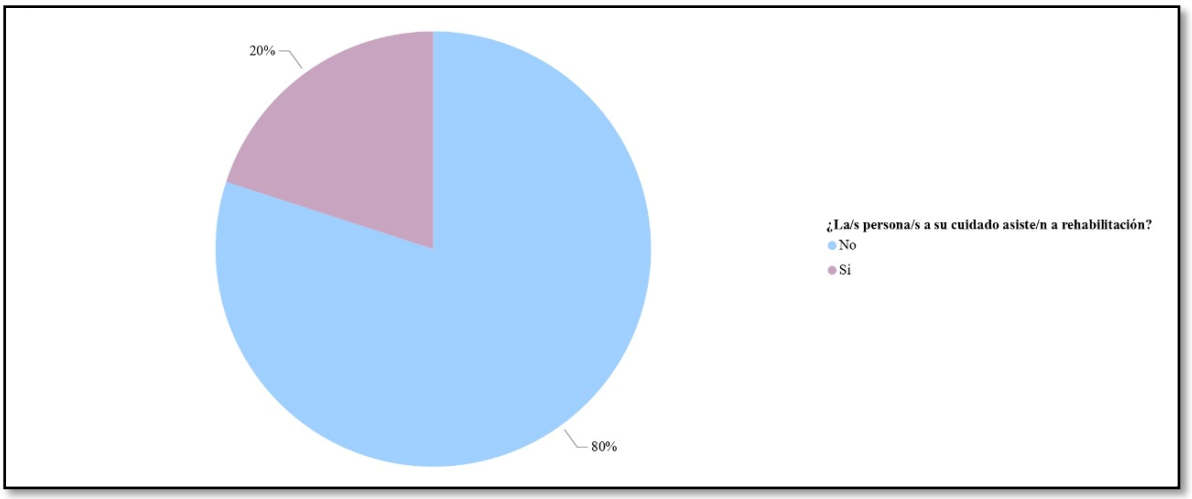
Cuidados que realizan los encuestados debido a las enfermedades que poseen las personas cuidadas.



Nota. La figura muestra que el 40% de los encuestados alimentan a las personas a su cuidado, 20% los movilizan, 10% les acompañan a citas médicas, los bañan, les dan sus medicinas y los visten. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

Figura 14

Cantidad de personas cuidadas que asisten a rehabilitación.



Nota. La figura muestra que el 80% de las personas cuidadas por los encuestados no asisten a rehabilitación, mientras que el 20% restantes si lo hacen. Fuente: Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).

X. Justificación

En el Ecuador existe poca información acerca del tema, sin embargo, en otros países la situación es distinta.

> Según datos de 2017, registrados en el informe Perspectivas de la Población Mundial, elaborado por Naciones Unidas, el 46% de personas en América Latina y el Caribe están entre los 25 y 59 años y, dentro de este rango, la mayoría tiene entre 34 y 59 años. En esa franja está la "generación sándwich". (Delgado, 2018, párr. 7)

Asimismo, según datos de cinco países, en promedio, un individuo estará dentro de la “generación sándwich” la mitad de su vida (Rodríguez-Chamussy & López, 2018). Además, según Delgado (2018):

> Expertos del Banco Mundial han analizado los datos más recientes de estudios como la Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo, de México, la cual señala que el 33% de las mujeres, que tienen entre de 25 a 44 años de edad, dedican 40 horas o más a la

semana al cuidado de niños, adultos mayores o personas con alguna discapacidad. (…) Los hombres dedican menos de 20 horas. (párr. 19)

Por otro lado, mediante el cumplimiento de los objetivos de este estudio se podrá explicar de manera detallada la realidad de las personas que están a cargo de dos generaciones, esto contribuirá en gran medida al conocimiento del fenómeno, promoverá reflexiones sobre los resultados que se obtenga, fomentará la realización de nuevas investigaciones en torno al tema y servirá como marco de referencia.

XI. Caracterización de los beneficiarios

Este proyecto está dirigido principalmente a las personas pertenecientes a la generación sándwich, a sus padres e hijos, pero también a quienes estén interesados en conocer o ahondar en el tema a partir de una visión latinoamericana centrada específicamente en la ciudad de Quito-Ecuador.

La población objetivo de esta investigación fueron las personas de la generación sándwich, la muestra que se utilizó para el estudio fue de diez personas (nueve mujeres y un hombre) de 35 a 45 años que residen en la zona sur de la ciudad de Quito y cuya nacionalidad es ecuatoriana. Se admitieron personas de cualquier condición económica, religión, nivel de escolaridad y estado civil debido a que la variedad de estos datos permitió cumplir con la intención de establecer similitudes y diferencias entre las experiencias.

Se utilizó un muestreo de tipo no probabilístico ya que los sujetos de estudio no fueron elegidos al azar, sino a partir de las características que se consideraron relevantes para el análisis. Además, el muestreo fue por conveniencia ya que esta técnica "permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador" (Otzen & Manterola, 2017, pág. 230).

Después de haber aplicado el instrumento, se puede decir que el nivel de participación de los encuestados fue alto ya que respondieron todas las preguntas de manera detallada y honesta. Por último, los elementos que pueden ser considerados relevantes para ser tomados en cuenta para futuras investigaciones son la falta de información, la poca disponibilidad de los sujetos de estudio y sobre todo la escasez de instrumentos para la obtención de datos.

XII. Interpretación

Para realizar la interpretación de la información se relacionó las respuestas de los encuestados con las dimensiones teórico-conceptuales descritas en el eje de esta investigación, esto permitió cumplir con el objetivo de establecer similitudes y diferencias entre ambas.

Al comparar la definición de "ciclo de vida" con las respuestas brindadas por los cuidadores se puede decir que gran parte de ellos tienen proyectos de vida que aspiran cumplir en el futuro. Dichos planes se ven reflejados en las siguientes expresiones "a corto plazo, viajar, a mediano plazo, pagar mis deudas y a largo plazo, tener vivienda propia", "retomar el deporte y estudiar" y "capacitarme, poner mi propio negocio y comprar mi casa".

Por otro lado, frente a la pregunta ¿qué significa para usted ser un cuidador? se obtuvieron respuestas como "estar pendiente de lo que necesiten", "una responsabilidad con amor", "tiene dos partes, la una agradecida por poder servir a mi mamá y la otra también es agotador tener que lidiar con ciertas situaciones propias de su enfermedad", "ser responsable", "en el caso de mi hija, significa mucho porque soy yo quien la acompaña en su crecimiento y en el caso del cuidado a mis padres, es devolver un poco lo que ellos cuidaron de mí en mi niñez y vida adulta" y "una persona que cuida, educa, fortalece la vida de las personas para que adquieran herramientas para defenderse y auto valerse por sí solos, y en los casos dónde la enfermedad está avanzada veo que el papel del cuidador es prepararlo para el buen morir".

Además, en la pregunta ¿qué es lo más gratificante de cumplir con este rol? las personas afirmaron cosas como “sentir que puedo ayudar”, “devolver el cuidado que mi mami me dio”, “devolver el amor”, “saber que las personas que cuido están bien” y “cumplir el sueño de ser yo quien cuide y acompañe a mi hija en su crecimiento, en su etapa escolar, en su alimentación, etc. y en el caso de mis padres tener la seguridad que no van a estar solos en su vejez”.

Por otra parte, ante la pregunta ¿le gustaría que alguien le ayudara a cumplir con este rol? dos de los participantes dijeron que no sin dar mayores explicaciones acerca del por qué y uno de ellos respondió “sí porque resulta en ocasiones cansado tener una carga sin poder delegarla para tener un tiempo libre para mí como para realizar un viaje”.

Con relación al síndrome del cuidador se puede decir que existe un impacto evidente en la vida personal de los participantes ya que estos dejan de lado ciertas actividades que antes realizaban como viajar, salir con mis amigas y hacer ejercicio.

Asimismo, se puede afirmar que el ámbito laboral y familiar también se ve afectado por esta situación ya que ante la pregunta ¿cómo afecta el cumplimiento de este rol en su vida laboral? las respuestas fueron “permisos de trabajo para asistir a las citas médicas” y “en el tiempo” mientras que en la pregunta ¿cómo afecta el cumplimiento de este rol en su dinámica familiar? los encuestados respondieron “afecta que no podemos hacer un viaje de pareja o ausentarnos por muchos días” y “es complicado por el tiempo”.

Por último, las personas cercanas a los cuidadores no se dan cuenta de los cambios a nivel psicológico producto del estrés emocional crónico que estos presentan puesto que en la pregunta ¿qué opinan sus familiares y amigos acerca del rol que desempeña? se obtuvieron respuestas como “me toman de ejemplo”, “que soy buena persona” y “que está bien” mientras que como ellos afirmaron sentirse muy cansados por cumplir con este rol.

XIII. Principales logros del aprendizaje

Se aprendió a investigar correctamente y a profundidad acerca de una problemática, también se aprendió a utilizar aplicaciones web como “Google Forms” y “Power BI” que facilitaron la obtención, análisis e interpretación de la información y permitieron crear los productos de este trabajo (encuesta y objetos visuales).

Por otra parte, cabe mencionar que se lograron todos los objetivos planteados en esta investigación a pesar del riesgo que se corría de que los encuestados proporcionen información falsa u omitan aspectos relevantes para el estudio.

Por último, el haber investigado acerca de la relación de la generación sándwich con el rol de cuidador es algo bastante innovador debido a que antes no se habían realizado trabajos similares y menos aún en Quito-Ecuador, se cree que esto tuvo un gran impacto en las personas a las que se les aplicó la encuesta ya que les permitió darse cuenta de la influencia que el rol tiene en sus vidas.

XIV. Conclusiones y recomendaciones

En conclusión, la vida de las personas pertenecientes a la generación sándwich se ve afectada en varios ámbitos debido al rol de cuidador que desempeñan, dentro de los que se destacan el laboral por la solicitud de permisos, el familiar por la falta de tiempo en pareja y el personal por no poder realizar actividades recreativas.

Además, la mayoría de los encuestados presentan síntomas del síndrome del cuidador que pueden estar relacionados con las enfermedades que padecen.

Por otra parte, tanto el grupo demográfico predominante (mujeres) como las condiciones en las que se desarrolla la problemática estudiada coinciden con las descritas por otros autores de contextos diferentes, con la particularidad de que en esta investigación todos los cuidadores son informales.

Se recomienda recurrir a repositorios universitarios y fuentes de información confiables a la hora de buscar referencias y bases teóricas para la realización de cualquier investigación posterior.

También, se sugiere crear un instrumento que permita conocer el nivel de influencia que tiene el rol de cuidador en la vida del individuo, para que de esta forma sea mucho más fácil y rápida la obtención de información en cualquier parte del mundo.

Además, sería importante recordarles a los cuidadores que deben priorizar su bienestar físico, psicológico y emocional para que logren desempeñar este y todos los roles de su vida de la mejor manera.

Por último, se recomienda realizar seguimientos periódicos a las personas que ejercen este rol con el fin de prevenir la presencia del síndrome del cuidador o intervenir en el caso de que ya lo padezcan.

XV. **Referencias bibliográficas**

Ardila, A., Huérfano, B., Cifuentes, P., & Pulido, M. (2013). Soporte social y uso de TIC enfocados a enfermos crónicos y cuidadores: Revisión bibliográfica. *ENGI Revista Electrónica de la Facultad de Ingeniería*, *2*(1), 38-44.

Cantero, M., Pérez, N., & Navarro, I. (2011). Capítulo 1.- Historia y conceptos de la psicología del desarrollo. En N. Pérez, & I. Navarro, *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez* (págs. 11-35). Alicante: Editorial Club Universitario.

Delgado, M. (9 de Mayo de 2018). Las latinoamericanas atrapadas en la "generación sándwich". *El País*. Obtenido de https://elpais.com/internacional/2018/05/09/america/1525885759_085519.html

Dulcey-Ruiz, E., & Uribe, C. (2002). Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de Psicología, 34*(1-2), 17-27.

Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). Ciudad de México: McGraw-Hill. Obtenido de https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf

Larbán, J. (2010). Ser cuidador; el ejercicio de cuidar. *Revista Sepypna*(50), 55-99.

Mansilla, M. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología, 3*(2), 105-116.

Merino, C. (2019). *Nivel de estrés en cuidadores formales e informales de personas dependientes y su repercusión en salud mental* [Tesis de pregrado, Universidad de Valladolid] Archivo digital. Obtenido de https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/42031/TFG-H1938.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol., 35*(1), 227-232.

Papalia, D., Sterns, H., Feldman, R., & Camp, C. (2009). *Desarrollo del adulto y vejez* (Tercera ed.). Ciudad de México: McGraw Hill Educación.

Rodríguez-Chamussy, L., & López, H. (2 de Mayo de 2018). *Banco Mundial Blogs.* Obtenido de https://blogs.worldbank.org/es/latinamerica/generacion-sandwich

Salgar, C. (2017). *Concepto de familia: cambios estructurales y conceptuales desde la interdisciplinareidad, las teorías de género y la psicología. Una revisión documentada* [Tesis de pregrado, Fundación Universitaria Los Libertadores] Academicus Repositorio. Obtenido de

https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1251/salgarcesar2017.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Valladares, A. (2008). La familia: una mirada desde la Psicología. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos, 6*(1), 4-13.

XVI. Anexos

Anexo A

Encuesta cualitativa.

Generación sándwich y su ejercicio como cuidadores: estudio de caso con personas de 35 a 45 años del sur de Quito en el periodo 2021-2022.

Responda las preguntas de forma honesta.

*Obligatorio

Consentimiento informado

Somos Carolina Coba y Marcos Piuri, estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito, actualmente nos encontramos realizando nuestro trabajo de titulación intitulado: "Generación sándwich y su ejercicio como cuidadores: estudio de caso con personas de 35 a 45 años del sur de Quito en el periodo 2021-2022".

El objetivo de esta investigación es identificar el rol de cuidador a través del análisis de las experiencias de las personas pertenecientes a esta generación.

Los datos recolectados durante esta investigación serán anónimos, confidenciales y utilizados únicamente con fines académicos.

Para cualquier información adicional con respecto a su participación en esta investigación puede comunicarse con los responsables a través del siguiente correo electrónico: mpuri@est.ups.edu.ec

1. Luego de haber leído y entendido el contenido de esta investigación ¿acepta participar de manera voluntaria? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No

2. ¿Cuál es su fecha de nacimiento? *

_____

Ejemplo: 7 de enero de 2019

3. ¿Cuántos años tiene? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ 35 a 40 años
- ◯ 41 a 45 años

4. ¿Con qué género se identifica? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Masculino
- ◯ Femenino
- ◯ Otros: _____

5. ¿Cuál es su nivel de instrucción? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Básica
- ◯ Bachillerato
- ◯ Superior

6. ¿Cuál es su estado civil? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Soltero
- ◯ Casado
- ◯ Divorciado
- ◯ Separado
- ◯ Viudo
- ◯ Unión libre

7. ¿Cuánto tiempo lleva casado o en unión libre? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ 1 a 5 años
- ◯ 6 a 10 años
- ◯ 11 a 15 años
- ◯ 16 años o más

8. ¿Cuántos hijos tiene? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ 1
- ◯ 2
- ◯ 3
- ◯ Más de 3

9. ¿Cuántos años tienen sus hijos? *

10. ¿Cuál es el primer nombre de su madre? *

11. ¿Cuál es el primer nombre de su padre? *

12. ¿Cuántos años tiene su madre? *

13. ¿Cuántos años tiene su padre? *

14. ¿Tiene hermanos? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No

15. ¿Cuántos hermanos tiene? *

16. ¿Qué lugar ocupa entre sus hermanos? *

17. ¿A qué se dedica? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Trabaja
- ◯ Estudia
- ◯ Estudia y trabaja
- ◯ No trabaja

18. ¿En qué ciudad se encuentra su trabajo? *

_____

_____

_____

_____

_____

19. Tipo de organización en la que trabaja *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Privada
- ◯ Pública
- ◯ Mixta
- ◯ Negocio o empresa propia

20. ¿Cuál es el sector económico al que se dedica la organización en la que trabaja? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Sector primario o agropecuario
- ◯ Sector secundario o industrial
- ◯ Sector terciario o de servicios

21. ¿Qué tipo de contrato tiene? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Contrato a prueba
- ◯ Contrato eventual u ocasional
- ◯ Contrato de servicios profesionales
- ◯ Contrato de tiempo indefinido
- ◯ Nombramiento de libre remoción
- ◯ Soy propietario

22. ¿A qué nivel pertenece el cargo que ocupa en la organización en la que trabaja? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Gerencial
- ◯ Nivel medio
- ◯ Operativo

23. ¿Cuál es su horario de trabajo? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- ☐ Matutino - Vespertino
- ☐ Vespertino - Nocturno
- ☐ Nocturno - Matutino

24. ¿A qué persona/s brinda sus cuidados? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- [ ] Padre
- [ ] Madre
- [ ] Abuelo
- [ ] Abuela
- [ ] Suegro
- [ ] Suegra
- [ ] Hijo
- [ ] Hija
- [ ] Nieto
- [ ] Nieta
- [ ] Otros: _____

25. ¿Vive con la/s persona/s a la/s que brinda sus cuidados? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Sí
- ◯ No

26. ¿La/s persona/s a la/s que brinda sus cuidados padecen alguna enfermedad? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Sí
- ◯ No

27. Especifique la/s enfermedad/es que padece/n *

28. Debido a esta/s enfermedad/es ¿cuál/es de los siguientes cuidados realiza? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- [ ] Movilizarle
- [ ] Bañarle
- [ ] Vestirle
- [ ] Alimentarle
- [ ] Ninguna
- [ ] Otros:

29. ¿La/s persona/s a su cuidado asiste/n a rehabilitación? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Sí
- ◯ No

30. ¿Hace cuánto tiempo cuida a esas personas? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ 1 a 5 años
- ◯ 6 a 10 años
- ◯ 11 a 15 años
- ◯ Más de 15 años

31. ¿Cuántos días a la semana cumple con el rol de cuidador? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ 1 a 3 días
- ◯ 4 a 6 días
- ◯ Todos los días

32. Seleccione los cuidados que realiza *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- ☐ Acompañar a citas médicas y/o compromisos sociales
- ☐ Pagar servicios básicos
- ☐ Pagar transporte
- ☐ Pagar educación
- ☐ Comprar alimentos
- ☐ Comprar prendas de vestir
- ☐ Ayudar con el traslado y la movilidad
- ☐ Ayudar con las tareas escolares
- ☐ Ayudar con el mantenimiento de la casa
- ☐ Cubrir necesidades afectivas
- ☐ Proporcionar compañía
- ☐ Compartir tiempo de calidad
- ☐ Otros: _____

33. ¿Por qué razones cumple con este rol? *

_____

_____

_____

_____

_____

34. ¿Alguien le ayuda a cumplir con este rol? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No

35. ¿Quién le ayuda cumplir con este rol? ¿Cómo lo hace? *

36. ¿Le gustaría que alguien le ayudara a cumplir con este rol? ¿Por qué? *

37. ¿Qué significa para usted ser un cuidador? *

38. ¿Cómo afecta el cumplimiento de este rol en su vida laboral? *

39. ¿Cómo afecta el cumplimiento de este rol en su dinámica familiar? *

40. ¿Qué opinan sus familiares y amigos acerca del rol que desempeña? *

41. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre? Especifique *

42. ¿Cree que por cumplir este rol ha dejado de realizar alguna actividad personal? Especifique *

43. ¿Usted padece alguna/s de las siguientes enfermedades? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- [ ] Hipertensión arterial crónica
- [ ] Diabetes
- [ ] Hipotiroidismo
- [ ] Hipertiroidismo
- [ ] Problemas cardiovasculares
- [ ] Insomnio
- [ ] Migrañas
- [ ] Depresión
- [ ] Ansiedad
- [ ] Estrés
- [ ] Otros:

44. ¿Usted consume algún tipo de medicación? Especifique *

45. ¿Qué es lo más gratificante de cumplir con este rol? *

46. ¿Qué es lo más difícil de cumplir con este rol? *

47. ¿Cuáles son sus principales temores al ejercer este rol? *

48. ¿Cuál es su proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo? *

49. ¿En qué institución estudia? *

50. ¿Qué carrera sigue? *

51. ¿Cuál es su horario de clases? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- [ ] Matutino
- [ ] Vespertino
- [ ] Nocturno

112. ¿Desde hace cuánto tiempo no trabaja? *

Marca solo un óvalo.

- 1 a 5 años
- 6 a 10 años
- 11 a 15 años
- Más de 15 años

113. ¿Cuál es el motivo por el cual no trabaja? *

114. ¿Cómo se sustenta económicamente? *

Nota. Elaborado por Carolina Coba y Marcos Piuri (2022).