



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**NARRATIVAS RESILIENTES FRENTE A LA SOBRECARGA EMOCIONAL
ATRAVESADA POR FAMILIARES CUIDADORES PRIMARIOS DE MUJERES
SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DEL SUR DE QUITO EN EL PERÍODO 2024-2025**

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada en Psicología

AUTOR: MENDOZA MORETA STEFANY DAYANA

TUTOR: AGUALONGO AMANGANDI JOFFRE DAVID

Quito - Ecuador

2025

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo, STEFANY DAYANA MENDOZA MORETA con documento de identificación N° 1754543419 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo 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, 01 de febrero del año 2025

Atentamente,



Mendoza Moreta Stefany
Dayana
1754543419

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

Yo, MENDOZA MORETA STEFANY DAYANA con documento de identificación No. 1754543419, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autor de la Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención: **NARRATIVAS RESILIENTES FRENTE A LA SOBRECARGA EMOCIONAL ATRAVESADA POR FAMILIARES CUIDADORES PRIMARIOS DE MUJERES SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DEL SUR DE QUITO EN EL PERÍODO 2024-2025**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

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

Quito, 01 de febrero del año 2025

Atentamente,



Mendoza Moreta Stefany
Dayana
1754543419

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, AGUALONGO AMANGANDI JOFFRE DAVID con documento de identificación N° 0202104188, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: NARRATIVAS RESILIENTES FRENTE A LA SOBRECARGA EMOCIONAL ATRAVESADA POR FAMILIARES CUIDADORES PRIMARIOS DE MUJERES SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DEL SUR DE QUITO EN EL PERÍODO 2024-2025, realizado por MENDOZA MORETA STEFANY DAYANA con documento de identificación N° 1754543419, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 01 de febrero del año 2025

Atentamente,



Agualongo Amangandi Joffre David
0202104188

Dedicatoria

Este trabajo de titulación se lo dedico en primer a lugar a Dios que fue mi soporte para no decaer en todo este camino. Se lo dedico a mis padres Geovany y Mariuxi que gracias a ellos puedo llegar a cumplir mi sueño de ser una persona profesional, apoyándome en todo lo que necesito sin dejar que me falte algo. A mis hermanos Steven y Matias porque deseo ser una hermana mayor que ellos admiren y tengan un impulso para seguir con sus estudios y cumplir sus sueños. Se lo dedico también a mi mascota Odín que, aunque no me entienda fue quien me acompañó en mis desvelos de realización del trabajo, en mis momentos de estrés y tristeza.

Agradecimiento

En primer lugar, se lo agradezco a Dios por permitirme estar con salud y vida en estos momentos, por darme la fuerza para seguir adelante y no decaer por una enfermedad diagnosticada. Agradezco a mi madre Mariuxi ya que fue ella quien estuvo dándome ánimos de seguir adelante, confiando en mí y en el proceso de este trabajo de titulación. Le agradezco a mi padre Geovany que por su apoyo incondicional puedo ser hoy en día una profesional, a mis hermanos por ser uno de mis motivos para superarme como persona, agradezco en general a mi familia por ser parte de este logro y por ser testigos de que todo es posible si se pone de parte.

Resumen

El cáncer es una situación que puede llegar de manera inesperada, en donde se debe buscar soluciones hasta llegar a superarla y así pueda esto ayudar a tener un crecimiento personal. Cada persona busca como mantenerse en un estado de salud mental equilibrado, pero depende de varios aspectos de ¿cómo hacerlo y no fracasar?, al ser considerado como una enfermedad catastrófica solamente se relaciona con “muerte” lo que desata una serie de emociones incomprendidas como la angustia, el miedo, estrés, la ansiedad que muchas de las veces influyen en la vida cotidiana, no solo se habla del paciente que lo padece sino también de quienes se encuentran a su alrededor, un proceso de superar involucra a personas cercanas como por ejemplo nuestra familia primaria, nadie reacciona de la misma forma, ni tiene estrategias ya establecidas para algo inesperado, pero aun así la voluntad de querer seguir adelante se hace presente.

Las narrativas resilientes que se toman en cuenta en esta investigación parten desde familiares cuidadores primarios, en donde se presta atención a la sobrecarga emocional que han pasado en el proceso de superación de la enfermedad, recalando la importancia de los efectos que pueden producirse en los cuidadores, la utilización del método cualitativo permite una comprensión de experiencias detalladas junto a entrevistas semiestructuradas que brindan abordar la información necesaria de las experiencias que relatan los participantes.

Palabras claves

Narrativas, resiliencia, cáncer, cuidadores, sobrecarga emocional

Abstract.

Cancer is a situation that can come unexpectedly, where solutions must be sought until

it is overcome and thus this can help to have personal growth. Each person seeks how to maintain a balanced state of mental health, but it depends on several aspects of how to do it and not fail? Being considered a catastrophic disease is only related to "death" which unleashes a series of misunderstood emotions such as anguish, fear, stress, anxiety that often influence daily life, not only does it talk about the patient who suffers from it but also those who are around them, a process of overcoming involves close people such as our primary family, nobody reacts in the same way, nor do they have strategies already established for something unexpected, but still the will to want to move forward is present. The resilient narratives taken into account in this research start from primary caregivers, where attention is paid to the emotional overload they have gone through in the process of overcoming the disease, emphasizing the importance of the effects that can occur in caregivers. The use of the qualitative method allows an understanding of detailed experiences together with semi-structured interviews that provide the necessary information on the experiences reported by the participants.

Key words

Narratives, resilience, cancer, caregivers, emotional overload

Índice de Contenido

PRIMERA PARTE.....	1
I. Datos informativos del proyecto.....	1
I. Objetivo	1
Objetivo General.....	1
Objetivos Específicos	1
II. Eje de la investigación	2
Resiliencia.....	2
Tipos de resiliencia.....	3
La resiliencia psicológica	4
Resiliencia emocional.....	4
Resiliencia física	4
Resiliencia de la comunidad	5
Narrativas resilientes.....	5
Componentes de la narrativa resiliente	6
Sobrecarga emocional	7
Tipos de sobrecarga emocional.....	8
Causas y consecuencias.....	9
Efectos de la sobrecarga emocional.....	10
El cáncer	12
Tipos de cáncer.....	15
Impacto psicológico y su resiliencia.....	17

Supervivencia al cáncer	18
III. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención	19
IV. Metodología.....	21
Metodología cualitativa	21
Entrevista etnográfica	21
Entrevista narrativa.....	22
Entrevista semiestructurada	22
No experimental	23
No correlacional	23
Consentimiento informado.....	23
V. Preguntas clave	24
VI. Organización y procesamiento de la información	24
Análisis de datos	25
VII. Análisis de la información.....	29
SEGUNDA PARTE	30
VIII. Justificación.....	30
IX. Caracterización de los beneficiarios	31
X. Interpretación	32
Categoría 1: Resiliencia emocional desarrollada	32
Subcategoría 1.1: Estrategias de afrontamiento en familiares cuidadores	
primarios.....	32
Categoría 2: Sobrecarga emocional	33

Subcategoría 2.1: Manifestaciones emocionales en cuidadores primarios	33
Categoría 3: Redes de apoyo	33
Subcategoría 3.1: Beneficios del apoyo familiar	33
Categoría 4: Ajustes en la vida cotidiana	34
Subcategoría 4.1: Cambios rutinarios desde la percepción del cuidador primario	34
Categoría 5: Transformación personal del cuidador	34
Subcategoría 5.1: Crecimiento y aprendizaje del cuidador posterior al proceso atravesado.....	34
XI. Principales logros del aprendizaje	35
XII. Conclusiones y recomendaciones	37
Conclusiones	37
Recomendaciones	38
XIII. Referencias bibliográficas.....	39
Anexo 1	43
Anexo 2	44
47	
Anexo 3.	48

PRIMERA PARTE

I. Datos informativos del proyecto

- **Título del trabajo de titulación:** Narrativas sistematizadas del proyecto de investigación.
- **Nombre del proyecto:** Narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional atravesada por familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer del Sur de Quito en el período 2024-2025
- **Delimitación del tema:**

En el presente proyecto de investigación se estudiará las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional con los familiares cuidadores primarios de las mujeres sobrevivientes al cáncer en el Sur de Quito en el período 2024-2025.

I. Objetivo

Objetivo General

Analizar las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional desarrolladas por los familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer.

Objetivos Específicos

- Identificar la resiliencia desarrollada por los familiares cuidadores primarios posterior a la superación del cáncer en mujeres.
- Demostrar los efectos de la sobrecarga emocional en familiares cuidadores primarios.
- Concientizar la importancia de cómo afecta la sobrecarga emocional en el desarrollo de la resiliencia en familiares cuidadores primarios.

II. Eje de la investigación

Para el desarrollo de esta investigación se adoptará el enfoque narrativo, por el hecho de que se busca explorar e interpretar las narrativas resilientes de los cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer, se tiene en cuenta que este permite profundizar las experiencias de manera subjetiva y significativa, tanto para el participante como para el investigador, por medio de este enfoque se identifica el valor e importancia que le dan a sus vivencias, de cómo atribuyen estrategias sin conocerlas para afrontar conflictos que se presentan, con esto se pretende llegar a una comprensión de la sobrecarga emocional atravesada y también como el desarrollo de la resiliencia les permite dar una narrativa de su situación, considerando factores causantes de la sobrecarga emocional como el estrés, ansiedad, depresión, baja autoestima y más deterioros emocionales. Se enfocará también en la metodología cualitativa permitiendo identificar el desarrollo de una resiliencia y los efectos de la sobrecarga emocional en familiares cuidadores primarios.

Resiliencia

“El dolor de un golpe no es un trauma, un acontecimiento es traumático debido a su intensidad y contexto” (Cyrulnik, 2003, p.30). La resiliencia es la capacidad que tiene el ser humano de transformar algo insoportable en una experiencia, al asumir el dolor, la pérdida o los acontecimientos que se atraviesen dependiendo del contexto en el que se encuentre permite que se repare una parte que fue destruida temporalmente. El trauma no posee niveles como el desarrollo, que necesita de dimensiones para que esta se pueda fortalecer, el trauma no, este impacta de forma única y fuerte con un efecto inmediato que no tiene una presentación específica y trae como consecuencias graves, es decir algo inesperado daña de una manera impresionante. (Russo, Bustos & Mass,

2019)

La resiliencia es una palabra que puede abarcar diferentes significados siempre dependiendo del contexto, cuando se habla de esto nos imaginamos que para desarrollarla se necesita pasar por infinidad de cosas, muchas veces no es así, pues al atravesar un momento traumático y haber sobrellevado todas tus emociones, como la tristeza, la esperanza, el miedo, la ansiedad e incluso la felicidad demuestra que no siempre se necesita pasar demasiados malos ratos para desarrollar una resiliencia y que esta ayuda a fortalecer ideas de salir adelante como dar a entender que ya te pasó lo peor, pero aún así se pone más atención a todo lo que puede suceder, se rompe una burbuja y se tiene distintas perspectivas de vida.

Si hablas en el contexto de salud, te cuidas mucho más, cuidas a los que amas, le pones más atención a cosas que para otras personas es insignificante como un lunar o un pequeño bulto en cualquier parte de tu cuerpo, si te centras en el contexto social, identificas problemas sociales y se busca soluciones para estas mismas, a travesar por una resiliencia no es fácil, existirán personas que la tomarán como una maldición y habrán personas que tomarán las experiencias como aprendizaje e inculcarán todo lo que aprendieron y lo que les ayudó a estar donde están.

Tipos de resiliencia

Según el autor Cruz. X en el libro “Resiliencia: Cómo desarrollar la fuerza mental para superar cualquier situación difícil y vivir una vida mejor” (2021) menciona que:

“La resiliencia es un proceso que se puede presentar en diversos escenarios que ayudarán para poder combatir situaciones difíciles, para esto se debe tener en cuenta que cada tipo es útil e importante para la situación que lo amerita, se presenta cuatro tipos de resiliencia: la psicológica, emocional, física y comunitaria.”

La resiliencia psicológica

Esta resiliencia se sostiene desde un aspecto mental, es cuando se puede pensar con claridad, fluidez y creativo en situaciones complicadas, en muchos de los casos este tipo de resiliencia se desarrolla al resolver problemas conceptualizando metas y ejecutando estrategias al mismo tiempo de sobrellevar emociones exaltadas. La resiliencia psicológica es importante para poder recuperarse de cambios significativos que se presenten en nuestras vidas, si no se tiene esta resiliencia puede ser difícil entender el dolor y sobre todo superarlo. (Cruz, 2021, p.13)

Resiliencia emocional

Este tipo de resiliencia es considerado uno de los difíciles de obtener, por el hecho de que tiene que haber una aceptación de las distintas adversidades por las que se atraviese y al mismo tiempo buscar soluciones o alternativas que ayudarán en momentos sombríos. Este tipo de resiliencia ayuda a tener un control en nuestras emociones, lo que permite seguir adelante de manera saludable, además está conectada con la inteligencia emocional lo que nos proporciona la conciencia de nuestras emociones, ser conscientes de lo que sentimos y por qué lo sentimos y poder regular las emociones de manera efectiva. (Cruz, 2021, p.14)

Resiliencia física

Esta resiliencia se relaciona con la capacidad que tiene nuestro cuerpo para poder enfrentar desafíos y al mismo tiempo mantener una resistencia y tener una recuperación. Puede ser una enfermedad física o una lesión, para llegar a una resiliencia no depende mayormente de los músculos fuertes o una buena resistencia cardiovascular, se debe tomar en cuenta también el descanso que exige el mismo cuerpo para así poder recuperarse del estrés físico. Algo similar con la resiliencia emocional, ser resiliente

físicamente no siempre depende del golpe o intensidad de los desafíos, si no también aprender a adaptarse y recuperarse de manera saludable. (Cruz, 2021, p.15)

Resiliencia de la comunidad

La resiliencia comunitaria es importante en casos de desastres naturales, actos de violencia o dificultades económicas, en este depende de la resiliencia que tenga la comunidad frente a este tipo de adversidades, aquí se puede observar la solidaridad, la colaboración entre un grupo de personas que conformen la comunidad, en este tipo de resiliencia no solo se aprende, si no también se fortalece la cohesión y el bienestar común. (Cruz, 2021, p.16)

Narrativas resilientes

Las narrativas resilientes son la base que se necesita para poder llegar a una comprensión de diferentes perspectivas de diferentes situaciones por la que un grupo de personas o un individuo en singular esté atravesando, las narrativas resilientes son aquellas que permitirán tener una amplia interpretación de sucesos, emociones y situaciones. Aquí es cuando se toma en cuenta las experiencias que se han atravesado en su vida e incluso en situaciones que marcan verdaderamente en los recuerdos, ayuda a que mediante estos dos factores las narrativas y la resiliencia nos permita entender las realidades en las que viven las personas. Brunner (2003) plantea que “Vivimos nuestras narrativas y nuestras narrativas devienen nuestro vivir” (p.295), mediante estas distintas definiciones se puede interpretar que a través de las narrativas resilientes podemos reinterpretar, reescribir y refigurar la narración. (González & Mora, 2006).

Según Russo, Bustos & Mass en su investigación Recuperación psicoafectiva, una infancia resiliente, menciona que:

“Boris Cyrulnik, Alain Braconnier, Michel Rutter entre otros autores consideran

que el relato es un sistema de reparación, es sacar provecho de una herida cerrada con resultados aceptables y productivos, es un reacomodamiento de las partes lastimadas de nuestra personalidad.” (Russo, Bustos & Mass, 2019, p.77)

Mediante la narrativa resiliente las personas son conscientes de todo el proceso que han atravesado, al desarrollar y construir su propia resiliencia pueden forjar al mismo tiempo su carácter que parte desde el aprendizaje y se da un significado a la experiencia que vivió, basarse en la narrativa es un aspecto de suma fortaleza ya que relata situaciones que le causaron dolor y no es fácil llegar a ese punto, depende de factores como la depresión o ansiedad que pudo persistir en esa situación, algo que le coloca al individuo como una persona fuerte y positiva, un ejemplo a seguir con situaciones futuras similares que se puedan presentar.

Componentes de la narrativa resiliente

Cuando se habla o se involucra una narrativa, esta va a partir desde una experiencia que llega a convertirse en una historia de superación, de esperanza o fortaleza, en donde el sujeto proporciona una explicación o vivencia, apoyándose o considerándolo un pilar para poder seguir adelante, un sistema que el mismo individuo crea y se acopla a vivir con eso.

Uno de los componentes a mencionar sería la situación o adversidad por la que atraviesa el individuo, llegando a la narrativa junto a una estrategia que le permitirá una visión más amplia, ya que, está la comparte desde una experiencia propia, la narrativa resiliente nace de una compensación de superación positiva o negativa. (Acosta, 2012)

Las emociones experimentadas también son consideradas como un componente importante para llegar a una narrativa resiliente, ya que, por medio de esta relata todo tipo de emoción que vivió como la tristeza con tendencia a depresión, la ansiedad,

angustia, miedo y más, son emociones que por más dañinas que lleguen a ser, ayudan al individuo a desarrollar una resiliencia importante para el avance de su vida. (Acosta, 2012)

Las estrategias de afrontamiento, el hecho de que relate como pudo solucionar problemas que para otras personas puede llegar a ser imposible, como pudo analizar a presión estrategias para afrontar toda la situación que estaba atravesando, es un componente importante que permite la comprensión de la fortaleza que se desarrolla en situaciones difíciles y como puede existir cambios de perspectivas de la vida que ayuda a plantear nuevas metas, sean a largo o corto plazo. (Acosta, 2012)

Sobrecarga emocional

La sobrecarga emocional tiene relación a la falta de motivación, sentimiento de estar abrumado, agotamiento mental, ansiedad, sentimientos de insatisfacción y que existan situaciones en las que sea muy difícil de comprender, por el hecho de que dichas situaciones son muy complicadas de comprender, es la existencia de estrés tipo crónico, por lo general tiene una cierta relación con personas cuidadores de pacientes oncológicos, que están presentes antes, durante y después del proceso de la enfermedad. (Quintero, Martínez, Herrera & Sierra, 2020)

La sobrecarga emocional y la resiliencia son aspectos que por lo general van de la mano, en cuidadores primarios son síntomas que presentan durante el proceso que tienen que pasar junto al paciente diagnosticado, aunque no sea algo que muchas personas lo crean capaz o no le dan la importancia que se merece, la sobrecarga emocional afecta incluso en el estado emocional y al no tener un equilibrio o el poder necesario para controlarlo, estar al cuidado de un paciente no se le verá posible o

incluso le resultará abrumador en todo momento, esto es un deterioro que se debe tratar y con ayuda profesional superar. (Santa, Escobar & López, 2020)

Tipos de sobrecarga emocional

La sobrecarga emocional en cuidadores primarios de pacientes oncológicos se puede ver marcado desde la diferenciación de dos tipos donde la primera se basa en la sobrecarga subjetiva y la segunda es la sobrecarga objetiva.

La sobrecarga subjetiva se basa en actividades y demandas en relación con el paciente, como el desgaste de energía y agotamiento continuo, por otra parte, está la **sobrecarga objetiva** que comprende los sentimientos, actitudes y emociones del cuidador relacionado con el sentimiento de falta de realización personal, junto a la depresión, baja autoestima, irritabilidad, aislamiento y ansiedad. (Carrillo, Estrada & Ramírez, 2021)

El cuidador se enfrenta a situaciones críticas y sensibles relacionadas con el paciente o ser querido que atraviesa esta enfermedad que es el cáncer, tal cual, al hablar de la sobrecarga emocional se puede identificar que existe desencadenamientos de emociones que ocasionan un lento deterioro psicológico, poniendo en mesa de discusión problemas como la economía, la falta de redes de apoyo, la poca información de ayuda, la escasa preparación y la exigencia que existe en dar su mayor esfuerzo y dedicación para cuidar el bienestar físico y mental de su ser querido, dejando de lado su cuidado personal.

Causas y consecuencias

Cuando se habla de una enfermedad catastrófica o una situación difícil que esté relacionada en este ámbito, se debe tener en cuenta que tanto el paciente como el cuidador se encuentra en un estado de vulnerabilidad que muchas veces puede llegar a ser ignorado y solo enfocarse en el paciente, poniendo en riesgos la salud física y psicológica, ya que sus esfuerzos y habilidades no son reconocidos. El cuidador se involucra de formas inimaginarias, ya que no solo es en el cuidado personal de su ser querido, también se ve involucrado en el tratamiento y rehabilitación que necesite el paciente o persona con cáncer. (Ortiz, Acosta, Andrade & Fernández, 2021)

La poca atención o importancia que existe en el tema de la sobrecarga emocional en cuidadores es una de las causas principales que se puede presentar a simple vista, todo el tiempo que invierte en el paciente, el cambio de vida cotidiana, las estrategias que desarrolla para estar en varios lugares y afrontar las necesidades del paciente en específico no muchas veces son valorados, los cuidadores asumen una gran responsabilidad porque cargan con la salud física y emocional de su familiar y con su propia salud, que muchas veces es descuida y como consecuencia esta se va deteriorando hasta llegar a un punto crítico, hablando de salud mental se menciona a la depresión que es un trastorno sin cura pero con tratamiento. (Ortiz, Acosta, Andrade & Fernández, 2021)

La falta de apoyo o la escasez de redes de apoyo, es un factor que afecta de una manera irreparable en el cuidador, es la confianza rota, cuando un ser querido se encuentra en situaciones difíciles lo que más se espera es una ayuda e incluso una sola palabra que ayuda a elevar la moral en el cuidador, cuando se inclina a la soledad pueden existir problemas de aislamiento social e incluso un deterioro de relaciones que

afectará a corto o largo plazo con malentendidos o resentimientos que no solo afectan al cuidador, sino también al paciente. (Ortiz, Acosta, Andrade & Fernández, 2021)

Cuando se habla de un apoyo incondicional para el paciente, se habla de su cuidador primario, pero también hay que tener en cuenta que el mismo cuidador necesita de su red de apoyo para poder sobrellevar todo lo que abarca la situación de una enfermedad catastrófica, no es solo cuidado personal, es estar presente física y psicológicamente para el paciente, es demostrar que está bien y emanar buenas vibras, esperanza que es lo único que puede ayudar a levantar los ánimos de cualquier persona, la sobrecarga emocional tiene efectos graves, que quizá no se puedan observar a simple vista pero con el tiempo esto afectará como por ejemplo en el sueño, en la confianza, en el cuidado, todo será más precavido así sea la más mínima cosa.

Efectos de la sobrecarga emocional

Se presenta una tabla con la conceptualización de los efectos físicos y psicológicos de la sobrecarga emocional.

Tabla 1

Efectos de la sobrecarga emocional

Efecto físico de la sobrecarga emocional	
Dolores de cabeza	Al hablar de un efecto físico de la sobrecarga emocional en cuidadores, se habla de los constantes dolores de cabeza, tensiones y migrañas que atraviesa por el estrés acumulado este va acompañado del aumento del cortisol, existe una tensión muscular del cuello y hombros (Restrepo, Castañeda,

	Gómez & Molina, 2023)
Calidad del sueño	Cuando se habla de la calidad del sueño, esta se puede ir viendo deteriorada por el mismo hecho de que la situación que está atravesando el cuidador no es fácil, una dificultad para conciliar el sueño se presenta como algo común, esto generalmente se presenta por un cambio de horario de la vigilia del sueño, acompañado de dolores físicos, preocupaciones, estrés acumulado, cambios de rutina e incluso las cargas emocionales. (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)
Aumento o pérdida de peso	El aumento o pérdida de peso se debe a los cambios alimenticios por el que se somete el cuidador, relacionándolo con la sobrecarga emocional, este efecto físico se debe a una preocupación extrema, el estrés adquirido o incluso la depresión, la ansiedad por comer o simplemente el dejar de ingerir alimentos por el poco tiempo que tiene para darse importancia a sí mismo. (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)
Efectos psicológicos de la sobrecarga emocional	
Ansiedad	Al hablar de la ansiedad que se adquiere a partir de la sobrecarga emocional por la que atraviesa el cuidador, muchas de las veces dependen de las preocupaciones sobre la salud del paciente, se cuestiona la capacidad de cumplir con las responsabilidades que se presentan al ser la red de apoyo del paciente diagnosticado. (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)

Depresión	La depresión, un trastorno que se genera por una sensación de agotamiento mental que es progresivo y puede manifestarse como una tristeza persistente, puede llegar a tal punto de una falta de interés en actividades necesarias para el paciente. (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)
Estrés	El estrés que se atraviesa por la sobrecarga emocional se basa en la presión constante de personas externas, doctores e incluso el mismo paciente que cuida, se puede llegar a niveles altos de estrés, lo que puede afectar negativamente en el bienestar general del cuidador. (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)

Nota: Elaboración a partir de (Restrepo, Castañeda, Gómez & Molina, 2023)

Tener sobrecarga emocional por ser una red de apoyo para una persona que lo necesita, como en este caso es la necesidad de un paciente que fue diagnosticado con una enfermedad catastrófica requiere de una gran cantidad de responsabilidad y tener en cuenta que no solo la salud del paciente está en juego, sino también la del cuidador, puesto que a pesar de no ser el diagnosticado es quien vive la mayor parte de las experiencias junto al paciente, que incluso pueden ser más duras de vivir, es importante reconocer que la sobrecarga emocional en cuidadores puede ser grave, depende de la intensidad en la que se encuentre y del contexto que se presente.

El cáncer

El cáncer en general aborda una variedad de tipos de enfermedades que tienen relación, esta se produce por una proliferación anormal de células, en donde la malignidad de esta enfermedad tiene la capacidad de invadir en su mayoría a los

órganos y tejidos, provocando un deterioro de salud significativo en el individuo con tal diagnóstico. (Sanitaria, P. 2005)

Lo que se puede tomar como definición sobre el término cáncer, se tiene en cuenta el nivel que tiene la proliferación anormal de células en el individuo, hablando de como esta puede afectar en la vida del individuo en su rutina, en su vida cotidiana y como este afecta de manera directa e indirecta en la vida de las personas que la rodean, el cáncer es un tipo de enfermedad que tiene una variedad e infinidad de tipos, como esta puede ser causante de muerte temprana tanto en hombres como en mujeres, en niños y adolescentes, en personas de la tercera edad, etc.

En la actualidad la enfermedad del cáncer ha sido favorecida por los avances médicos que se ha tenido con el pasar del tiempo, lo que ha permitido que las personas con este diagnóstico puedan continuar con su rutina diaria, los tratamientos utilizados por médicos se ha dado gracias al avance de la medicina y a como sobrellevarlos gracias a la psicología y psiquiatría que son profesionales de la salud, que de alguna u otra manera han intervenido de manera positiva en la vida del individuo y de las personas que los rodean, en tal caso pueden ser familiares, parejas y amigos, un entorno confortable que adopta el paciente.

Según la revista del Ministerio de Sanidad y Consumo con el tema de la situación del cáncer en España (2005) menciona que el cáncer es la primera causa de muertes en España, con un aproximado de 91.623 muertes en donde 57.382 son hombres y 34.241 son mujeres, lo que se supone que el 25,6% es la causa en el acta de defunciones. En hombres se considera que el cáncer es la primera enfermedad en causar la muerte y en mujeres es la segunda que va después de las enfermedades

cardiovasculares.

El cáncer es el tipo de enfermedad que tiene sus niveles y consecuencias, pues este, puede ir avanzando a manera de que tan deteriorado se encuentre la salud física y mental del individuo con dicha enfermedad, cuando no se tiene en consideración las consecuencias que trae la enfermedad de la mano se llega a interpretar que la salud emocional también se ve afectada, por lo cual, se puede incluso aplicar la frase que dice “se dejó morir” a lo que hace referencia a que el estadio emocional afecta de una manera impresionante que influye en la toma de decisiones del individuo incluso para no seguir el tratamiento que debería y la enfermedad en esos casos solo avanza, y con el individuo acabando. (Abreu, Grau & Massip, 2005)

Según el Sistema de registro Nacional de Tumores-SOLCA el cáncer en personas ha incrementado significativamente en las últimas cuatro décadas, menciona que:

“En Ecuador la incidencia de cáncer no melanoma en el período de 1986-1990 fue 21 por 100.00 habitantes y en el período 2006-2010 aumentó a 33 por 100.000, lo que significa un incremento del 57%. Abarcando la información se recopila que, en Quito, entre 2011 y 2012 el número de casos de cáncer de piel superó al cáncer de mama, ubicándose en primer lugar. La tasa de riesgo en la que se encuentran las personas sigue en aumento principalmente evidenciado en el adulto mayor.” (SOLCA, 2014)

El cáncer es una enfermedad que puede aparecer en cualquier momento, sin tener filtros este se hace presente inesperadamente, la poca información o importancia que antes existía en el país daba como resultados un deterioro continuo de los afectados,

tener una enfermedad “catastrófica” afecta la estabilidad física y emocional gradualmente tanto del paciente como del cuidador o familiar (Naranjo, 2020)

El cáncer mencionado en la actualidad va de la mano con los tratamientos que se han venido realizando en el paso del tiempo y junto al avance que ha tenido, las mejoras pueden ser evidenciadas en el porcentaje de supervivencia que ha existido en estos últimos años, a pesar de que es considerado como una difícil situación a pasar, muchas personas han tenido la capacidad y fuerza de superarlo y poder seguir con sus vidas como personas “normales” algo que es determinado por la misma sociedad. (Guillén & Pino, 2023)

A pesar de ser una enfermedad bastante conocida, la mayoría de personas llegan a una discriminación sin ellos mismos poder darse cuenta de sus acciones, pues se toma en cuenta que cuando algo es diferente en medio de la sociedad no es tan bien visto, por lo que en general se produce una exclusión de las personas con este diagnóstico, incluyendo en su vida cotidiana, en lo académico, en lo laboral e incluso en la propia familia llega a existir este tipo de discriminaciones sean tanto directas como indirectas.

Tipos de cáncer

La conceptualización de los tipos de cáncer en este proyecto de investigación se inclinará hacia las mujeres, que en tal caso se reconoce los siguientes.

El **cáncer de mama** es uno de los tipos de cáncer más comunes y conocidos en la sociedad, y por la que muchas mujeres han sido diagnosticadas, puede desarrollarse por medio de los conductos que llevan leche al pezón, también conocidas como las glándulas productoras de leche, existe factores importantes en riesgo a este cáncer que puede ser la edad, la genética, exposición a hormonas e incluso el estilo de vida que

lleva la mujer. (Martín, Herrero y Echavarría, 2015)

El **cáncer de útero**, otro de los más comunes y conocidos que puede haber, se puede presentar a cualquier edad de la mujer, un factor puede ser el desequilibrio de hormonas cuando se expone a niveles altos de estrógeno, cuando no presentar un ciclo menstrual adecuado, este se conoce como el síndrome de ovario poliquístico (SOP), este tipo de cáncer se presenta con sangrado vaginal anormal, flujo vaginal inusual, dificultad para orinar y dolor pélvico. (Bravo, Águila, Guerra, Blanco & Rodríguez, 2020)

La **leucemia** es un término que se utiliza para definir un grupo de enfermedades malignas de la sangre, esto se debe a cuando existe un tipo de cambio genético que se reproducirá anormalmente, las células anormales se multiplican en imagen y semejanza por lo que ocupan gran parte en la médula ósea normal provocando anemia progresiva, infecciones y sangrados anormales, si las células que están siendo afectadas llegan a un órgano dañan el tejido y el funcionamiento del mismo, que llega a alteraciones graves. Puede existir un sinnúmero de factores, pero el principal es por la poca reproducción de glóbulos, se puede presentar con fatiga, cansancio, fiebres, dolor, etc. (Hurtado, Solano & Vargas, 2012)

El **cáncer de piel**, se conoce que en los últimos años este ha aumentado de manera impresionante, este se divide en dos grandes grupos el cáncer de piel no melanoma y melanoma, en el primer grupo se encuentra el carcinoma basocelular y el carcinoma epidermoide, pueden haber también más tumores malignos como carcinomas de glándulas sebáceas, sudoríparas, sarcomas o manifestaciones en la piel de neoplasias, este tipo de cáncer puede ser prevenible si se detecta a tiempo, tomando medidas de

protección solar para reducir el riesgo de contraer esta enfermedad. (Vidrio, 2003)

Impacto psicológico y su resiliencia

Se habla de una afectación psicológica cuando existen factores que lo ocasionan, se conoce que el cáncer en mujeres puede llegar a ser un poco diferente a como lo es en hombres, pues existen tipos de cáncer exclusivo para varones como el cáncer de la próstata y en mujeres el cáncer de mama, enfocándose en la población a estudiar el cáncer en mujeres no es solo las cirugías o tratamientos, también se pone a punto de discusión sus cambios corporales, en cómo afecta a su femineidad, en su sistema reproductor que muchas de las veces no pueden tener hijos después de atravesar todo el tratamiento, la paciente se ve afectada física y psicológicamente, con un estado de ánimo deprimido que produce una visión negativa acentuada sobre la enfermedad, el autoestima baja de manera impresionante y esto impide que pueda buscar soluciones a su problema, bajando poco a poco su calidad de vida. (Die, 2015)

La resiliencia es un proceso dinámico, al presentarse en un contexto traumático como lo es el cáncer, demuestra la capacidad que tienen las personas de generar o desarrollar un modo de respuesta de crecimiento o de maduración en la personalidad poniendo siempre como ejemplo su experiencia vivida, dándole un significado para avanzar y ayudar a más personas que pasen por algo similar y sientan que ya no tienen salida. Esta puede ayudar a encontrar nuevas formas de adaptarse a su nuevo estilo de vida superando desafíos emocionales. (García & Navarro, 2017)

Se tiene en cuenta que el malestar psicológico tiene una incidencia bastante amplia, por lo que, incluye ansiedad, estrés, depresión, baja autoestima, insomnio, cansancio enfocándose en el aspecto psicológico, al hablar de malestares físicos se hace

referencia a problemas cardíacos, problemas de presión, nerviosismo. (Borba., Schwartz y Kantorski, 2008)

Supervivencia al cáncer

La edad y en la etapa en la que existe el diagnóstico de cáncer, siendo por factores biológicos o moleculares, sean presentes o no, tiene mucha importancia al dar un pronóstico de supervivencia, existen tipos de cáncer como por ejemplo el cáncer de tipo mamario con tumores que presentan estrógenos y progesterona llegan a tener resultados favorecedores con el transcurso del tratamiento y del tiempo. (Maffuz, Labastida, Sherwell, Ruvalcaba & Dominguez, 2017)

La supervivencia se ha venido identificando a través del pasar de los años, por lo general existen tipos de cáncer que no son tan peligrosos, pero en cambio hay tipos de cáncer que son muy peligrosos, como se mencionaba depende de en qué estadio se encuentre la enfermedad y la accesibilidad al tratamiento, se determina que la supervivencia va a más de los cinco años de vida en la mayor parte de los pacientes que han logrado superar dicha enfermedad.

Al hablar en el aspecto psicológico o emocional, el estado de la salud mental es importante para sobrellevar todo lo que abarca esta enfermedad, pues no es solo la salud física, si no que, la mental también va de la mano, al tener en cuenta que se necesita tener una estabilidad entre ambos factores, se puede determinar que la supervivencia parte de los buenos ánimos y resultados que se obtengan al superar dicha enfermedad. (Oropesa, 2019)

III. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención

En esta investigación el objeto es analizar las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional experimentada por familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer, es importante, porque la sobrecarga emocional es un problema que puede afectar gravemente la salud mental y también física del cuidador, ya que, estos atraviesan momentos críticos en el proceso de recuperación de su ser querido, al ser un tema que llama la atención en personas que han atravesado alguna de estas situaciones, personalmente me parece que es una necesidad tener información y poder visibilizar las distintas perspectivas del desarrollo de la resiliencia frente a la sobrecarga emocional de cuidadores primarios, un punto de motivación se inclina hacia responder preguntas de procesos de afrontamiento o que estrategia utilizó para sobrellevar la situación.

Cuando existe una enfermedad catastrófica poniendo a ejemplo el cáncer, que es una de las enfermedades que afecta a nivel físico y emocional, y es aquí, donde se toma en consideración que el malestar no existe solo en el paciente con este diagnóstico, sino que, también existe en los familiares más allegados al afectado principal. Al hablar de cuidados, los familiares primarios son los que se involucran mucho más, y no solo existe un desgaste emocional por el proceso que se atraviesa, si no que, las afectaciones físicas se ven involucradas a nivel general. (Cuesta, Sánchez, Bahamón & Arenas, 2020)

Las adversidades que están relacionadas con alguna enfermedad catastrófica se empiezan a identificar varios factores posibles que pueden causar un deterioro notable en las personas que rodean al paciente o individuo afectado con este diagnóstico. La

sobrecarga emocional va de la mano con las afectaciones que el paciente tiene que atravesar, considerándolo como un desafío todo el proceso que se tiene que pasar, puede que no existan palabras para definir el sentimiento que se encuentra presente, pero si hay forma de identificar y sobrellevarlo. (Aroca, Batalla & Rodríguez, 2022)

Aunque existan proyectos de investigación dirigidos a los cuidadores, tiene una escasez de información que se centre en las narrativas y experiencias, el enfoque narrativo ya mencionado es el que permite que exista una comprensión de estos relatos y que significado se le puede atribuir cuando pasa por situaciones conflictivas como el padecimiento del cáncer en un ser querido. La sobrecarga emocional en cuidadores se puede caracterizar por el peso de una gran responsabilidad junto a la presión social, pero aún así de esto, la mayor parte de cuidadores llegan a una resiliencia que no solo les ayuda a sobrellevar esta situación, si no, también a dar significado a la experiencia que acaba de tener, construyendo una resistencia mental.

Al tener a un familiar bajo nuestro cuidado, es un tipo de responsabilidad afectiva que influye de manera drástica en nuestras vidas y salud mental, es tener en cuenta que constantemente se llega a tener el objetivo de brindar un satisfacción incluso cuando sea todo lo contrario como respuesta a nuestra contra, la frustración que es uno de los factores que más se tiene en cuenta, pues es el que más se presenta, al intentar tener resultados positivos en el cuidado y mantenimiento de la vida en nuestra responsabilidad. (Moreira y Turrini, 2011)

La falta de comprensión e información sobre como los cuidadores se ven obligados a buscar formas y estrategias para desarrollar una resiliencia a partir de haber experimentado la sobrecarga emocional y como esta ha afectado en su vida, los cambios

de rutina, el desgaste emocional que conlleva tener un ser querido en una situación complicada como lo es el cáncer, es un problema porque en el campo de la salud mental atravesar una sobrecarga emocional puede repercutir a lo largo de su vida, por lo tanto, es esencial que por medio de esta investigación se proporcione la información necesaria y que por medio de las narrativas exista una comprensión para un beneficio propio y común.

IV. Metodología

Metodología cualitativa

La metodología a utilizar en esta investigación es plenamente cualitativa, considerando que se tiende a recopilar datos no numéricos, en donde, mediante entrevistas que se realicen a sujetos específicos se obtendrán resultados que serán interpretados, con la intención de llegar a una comprensión necesaria de la sobrecarga emocional en familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer. (Garrido, 2017)

Entrevista etnográfica

La entrevista etnográfica es una conversación informal en la cual van surgiendo preguntas relacionadas al contexto, la flexibilidad es una de las características importantes de este tipo de entrevista, aquí los entrevistados tienen la libertad de expresarse mientras que el entrevistador tiene la tarea de formular todas las preguntas en la conversación iniciada, las personas relatan su experiencia e interacciones que quieran mencionar, en este tipo de entrevista se necesitan habilidades comunicacionales por parte del entrevistador, se necesitan herramientas como una grabadora para no manipular ninguna variable en la redacción del entrevistado. (Garrido, 2017)

La interpretación de las entrevistas se dará a lugar junto a transcripciones de lo que se grabará, como se realizará de manera virtual, se tiene en cuenta las plataformas a utilizar como el aplicativo zoom o directamente si es el caso de una entrevista realizada en persona, se integrará la información según los temas principales que surgen en la entrevista, los resultados se pueden validar comparándolo con los otros participantes, todo esto se respaldará con citas textuales, finalmente este enfoque sistemático permitirá una mejor comprensión de las percepciones, vivencia y experiencias de los entrevistados, algo importante en el método cualitativo.

Entrevista narrativa

La entrevista narrativa es un procedimiento social mediante el cual se solicita al entrevistado exponer o narrar la historia de la situación que había experimentado, en este tipo de entrevista las respuestas son de manera improvisada, se tiene en cuenta todo tipo de gestos y reacciones como suspirar, expresar tristeza, confusión, momentos de silencio, etc. La función del entrevistador se basa en motivar al participante a relatar de principio a fin con todos los acontecimientos que recuerde. (Robles, 2017)

Entrevista semiestructurada

La entrevista semiestructurada nos permitirá trabajar con un conjunto de preguntas ya preparadas, pero al mismo tiempo puedo ajustarlas y explorar otros temas que aparezcan durante la conversación, lo que la hace más flexible. Aunque sigo una guía que me ayuda a no perder el enfoque, también me da la posibilidad de profundizar en aspectos inesperados pero relevantes. Las preguntas suelen ser abiertas, lo que facilita que el entrevistado pueda hablar con mayor detalle y soltura. Esto me permite obtener información más rica y matizada, lo que es clave para comprender mejor el contexto o las emociones de la persona. Sin embargo, al ser un formato flexible, debo estar atento para mantener el objetivo de la entrevista claro y evitar que la conversación se desvíe

demasiado. (Garrido, 2017)

No experimental

La investigación no experimental es una herramienta importante que permite explorar las diferentes variables que se presentan en este proyecto de investigación, ayuda con la comprensión de las experiencias que son narradas por los participantes cuidadores y como desarrollan una resiliencia a partir de la sobrecarga emocional, sin la manipulación de ninguna variable, en este tipo de investigación se recolecta información por medio de entrevistas, se observa y se analiza los datos. (Grajales, 2000)

No correlacional

Este tipo de investigación es especialmente valioso para indagar en experiencias complejas y matizadas, como las que viven los familiares cuidadores de mujeres sobrevivientes al cáncer. A través de técnicas cualitativas, como las entrevistas y el análisis de narrativas, se puede capturar la riqueza de sus historias y las diversas dimensiones de su realidad emocional y social. Según Denzin y Lincoln (2011), “la investigación cualitativa permite a los investigadores involucrarse profundamente en la vida de los participantes, lo que contribuye a una comprensión más completa de sus experiencias”.

Consentimiento informado

Un consentimiento informado es un procedimiento ético y legal que asegura que los participantes en un estudio comprenden y consienten de manera voluntaria su implicación en la investigación, tras haber recibido toda la información pertinente al respecto. Este procedimiento es crucial en la investigación ética, sobre todo al involucrar a seres humanos, y busca salvaguardar la autonomía y los derechos de los participantes. (Lorda, Concheiro & Carro, 1993)

Antes de realizar las entrevistas, la consideración ética en este proyecto de investigación se inclina hacia el consentimiento informado, que permite que cada participante comprenda el propósito del estudio, lo que se va a realizar y cuáles son sus derechos. En esta investigación se mantendrá la confidencialidad total del participante a través del anonimato, haciendo uso de los datos recolectados para fines académicos.

V. Preguntas clave

- **Pregunta de inicio.**
- ¿Las narrativas permiten el desarrollo de una resiliencia en los cuidadores?
 - **Preguntas interpretativas.**
 - ¿Qué tipo de resiliencia puede desarrollar el cuidador?
 - ¿Cuáles son los efectos de la sobrecarga emocional en cuidadores primarios?
- **Pregunta de cierre.**
- ¿Cómo se ha llevado la sobrecarga emocional en personas que han desarrollado resiliencia?

VI. Organización y procesamiento de la información

Población estudiada

Los participantes que han sido entrevistados fueron seleccionados utilizando el muestreo para realizar una investigación cualitativa, en el presente proyecto de investigación se usó la muestra por conveniencia, considerando factores accesibles y ventajosos como la superación del cáncer en mujeres y así poder tener resultados coherentes. La participación de familiares cuidadores primarios de pacientes distintos se

realizó de manera voluntaria junto a un consentimiento informado brindándoles la información adecuada y seguridad de la exclusividad del anonimato en sus datos personales como lo son sus nombres con el que se identifican. Para poder recolectar la información adecuada, se realizó de manera presencial una entrevista etnográfica con preguntas que abarcan la resiliencia y la sobrecarga emocional en los cuidadores primarios, relacionándolo con las variables a investigar junto a los objetivos propuestos. La población de este proyecto de investigación se realizó de diez personas de diferentes lugares del Sur de Quito que se encontraban en el rango de edad de 30 a 62 años de edad, estos participantes tienen en común haber sido cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer. Adicionalmente se toma en cuenta que el 70% son del género femenino y el 30% del masculino.

Análisis de datos

Tabla 2

Rango de edades de los participantes

Edad	30 - 40	40 - 50	60 - 62
Participantes	4	3	3

Nota: Según las entrevistas que se realizaron, se puede evidenciar que el rango de edad de familiares cuidadores primarios data de 30 a 62 años.

Tabla 3

Género de los familiares cuidadores primarios entrevistados

Género	Población
Femenino	70%
Masculino	30%

Nota: Al haber concluido con las entrevistas se pudo evidenciar que la población según el género en su mayoría fue hacia el género femenino con un 70% y como minoría con el 30% del género masculino, completando el 100% que corresponde según lo entrevistado.

Tabla 4

Tiempo del diagnóstico de cáncer

Tiempo	1 – 2 años	2 – 4 años	5 años o más
Familiares	3	3	4

Nota: Durante la entrevista, los participantes mencionaron hace cuanto tiempo sus familiares fueron diagnosticados con cáncer, evidenciando el desarrollo de una resiliencia fortalecida después de haber atravesado un proceso complicado, como lo menciona Boris Cyrulnik entre otros autores “el relato de una herida cerrada viene con resultados aceptables y productivos, reacomodando las partes lastimadas de nuestra personalidad” (Russo, Bustos & Mass, 2019, p.77), al entrevistar a los participantes se puede llegar a interpretar que el tiempo es clave para poder desarrollar una resiliencia que esté fortalecida, curando heridas a través de la narración o relato de sus experiencias, se puede decir que los tres participantes que mencionaron que ha pasado de uno a dos años desde el diagnóstico de su familiar, se les entrecorta la voz o su expresión es triste, mientras que los demás participantes mantienen una postura de orgullo de haber superado esa difícil situación.

Tabla 5

Matriz de temas y autores relacionados con la entrevista realizada.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	AUTORES
Resiliencia	La resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de resiliencia. - Diferentes contextos de la resiliencia. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cyrulnik, 2003 - Russo, Bustos y Mass, 2019
	Tipos de resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> - Resiliencia psicológica. - Resiliencia emocional. - Resiliencia física - Resiliencia de la comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cruz X. 2021.
	Narrativas Resilientes	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de narrativas resilientes. - Componentes de la narrativa resiliente. - Impacto psicológico y su resiliencia 	<ul style="list-style-type: none"> - Brunner, 2003. - González y Mora, 2006 - Boris Cyrulnik - Alain Braconnier - Michel Rutter - Acosta, 2012. - Die, 2015
Sobrecarga emocional	Sobrecarga emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de la sobrecarga emocional. - La sobrecarga emocional y sus diferentes contextos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Quintero, Martínez, Herrera y Sierra, 2020. - Santa, Escobar y López, 2020.

	Tipos de sobrecarga emocional	<ul style="list-style-type: none"> - La sobrecarga emocional subjetiva. - La sobrecarga emocional objetiva 	<ul style="list-style-type: none"> - Carrillo, Estrada y Ramírez, 2021.
	Efectos de la sobrecarga emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Causas y consecuencias - Efecto físico de la sobrecarga emocional. - Efecto psicológico de la sobrecarga emocional 	<ul style="list-style-type: none"> - Ortiz, Acosta, Andrade y Fernández, 2021. - Restrepo, Castañeda, Gómez y Molina, 2023.
El cáncer	El cáncer	<ul style="list-style-type: none"> - Definición del cáncer. - El cáncer en distintos contextos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sanitaria, 2005. - Abreu, Grau, y Massip, 2005. - Solca, 2014. - Naranjo, 2020. - Guillén y Pino, 2023.
	Tipos de cáncer	<ul style="list-style-type: none"> - Cáncer de mama - Cáncer de útero - Leucemia - Cáncer de piel 	<ul style="list-style-type: none"> - Martín, Herrero y Echavarría, 2015. - Bravo, Águila, Guerra, Blanco y Rodríguez, 2020.

			<ul style="list-style-type: none"> - Hurtado, Solano y Vargas, 2012. - Vidrio, 2003.
	Supervivencia al cáncer	<ul style="list-style-type: none"> - Supervivencia psicológica - Supervivencia física 	<ul style="list-style-type: none"> - Maffuz, Labastida, Sherwell, Ruvalcaba y Dominguez, 2017. - Oropesa, 2019

VII. Análisis de la información

El análisis de la información recolectada a través de las entrevistas que se realizaron respectivamente a diez participantes tiene como objetivo analizar las narrativas resilientes que brindan después de una experiencia como lo es ser cuidador primario de un paciente con cáncer y como existió una sobrecarga emocional personal pero que pudo haber ayudado a mantener una resiliencia presente.

Se ha recolectado información a través de la realización de diez entrevistas semiestructuradas en donde se abordó el tema de narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional en familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer, estas entrevistas fueron grabadas gracias al consentimiento informado que se entregó a cada participante, de estas también se realizó transcripciones obteniendo información clara y precisa de donde aborda cinco categorías: resiliencia emocional desarrollada, sobrecarga emocional, redes de apoyo, ajustes en la vida cotidiana y transformación personal del cuidador y cinco subcategorías: estrategias de afrontamiento en familiares cuidadores primarios, manifestaciones emocionales en

cuidadores primarios, beneficios del apoyo familiar, cambios rutinarios desde la percepción del cuidador primario y crecimiento y aprendizaje del cuidador posterior al proceso atravesado.

SEGUNDA PARTE

VIII. Justificación

Esta investigación se enfocará en las narrativas resilientes de los familiares que cuidan a mujeres sobrevivientes al cáncer, este es fundamental porque intenta comprender como los cuidadores primarios afrontan todo el peso de la sobrecarga emocional asociada a las responsabilidades que abarca su papel, los objetivos de esta investigación incluye identificar la resiliencia que desarrollan los cuidadores primarios, demostrar los efectos de la sobrecarga emocional y concientizar como afecta todo esto en el desarrollo de la resiliencia. Con esto, se pretende contribuir en el ámbito de la salud mental, proporcionando información de narrativas profundas sobre los desafíos que enfrentan los cuidadores y la importancia de tener un bienestar psicológico.

Durante los últimos años se ha podido evidenciar que la presencia de enfermedades catastróficas ha ido en un constante aumento, por lo cual, va de la mano con el aumento de personas o familiares primarios con la responsabilidad del cuidado del paciente que ha sido diagnosticado, haciendo así una vida distinta, aprendiendo de ello y junto a la resiliencia que ayuda de distintas formas. El cáncer no es solo una enfermedad física, es una enfermedad que afecta de maneras impresionantes a nivel emocional, y es algo que puede durar incluso años, junto a secuelas que no solo afectan al paciente, sino también a sus allegados. (Zamora, 2022)

En Ecuador, las cifras exactas de sobrecarga emocional en familiares cuidadores

no existe, tiene incidencia de investigaciones realizadas como un estudio que se realizó en el canto de Santa Isabel en la provincia de Azuay, aquí destaca como afecta la calidad de vida y el bienestar mental de los cuidadores, son quienes presentan un desgaste psicológico continuo, aunque se reconoce la importancia se necesita entender claramente los efectos y que estrategias se pueden realizar para abordar una sobrecarga emocional. (Jadán, 2019)

Esta investigación contribuirá en la salud mental al identificar las resiliencias que desarrollan los cuidadores al atravesar la sobrecarga emocional, también en como los efectos de la sobrecarga emocional puede desencadenar estrés, depresión, ansiedad, un desgaste psicológico crítico, los resultados de esta investigación puede ser parte de futuros proyectos que implementen estrategias de afrontamiento para mejorar su bienestar psicológico y prevenir problemas asociados a la sobrecarga emocional.

IX. Caracterización de los beneficiarios

Esta investigación basada en las narrativas resilientes y la sobrecarga emocional fue dirigida a familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer, en donde se busca comprender la importancia de la sobrecarga emocional como factor de la resiliencia desarrollada. Nos centramos en las respuestas obtenidas a partir de la entrevista realizada a los participantes, en donde se puede demostrar que cada individuo muestra sentimientos o emociones como tristeza, sufrimiento, miedo, ansiedad, incertidumbre y superación de haber afrontado una situación difícil junto a su familiar.

Este proyecto de investigación me permitió adentrarme mucho más a este tema considerado desde mi persona como algo delicado, junto a las personas entrevistadas que buscan comprender de manera directa o indirectamente todo el proceso que tuvieron

que atravesar y que mediante los resultados cualitativos que se obtengan tener respuestas subjetivas a sus preguntas o cuestionamientos, que es en lo que se centra en este proyecto.

Al tener un apoyo empírico en este proyecto de investigación con textos científicos se puede tener en cuenta que los resultados no son solo subjetivos, sino que pasan a ser objetivos, basándose en textos mencionados por autores calificados hablando de resiliencia y sobrecarga emocional, en esta investigación el enfoque psicológico va de la mano con el sociológico ya que, nuestros participantes mencionan su historia de vida, la toma de decisiones difíciles y las experiencias que obtuvieron, teniendo en cuenta así que esta técnica da la importancia requerida a los procesos psicosociales de los participantes.

Se realizó respectivamente la entrevista a diez participantes de manera voluntaria, dentro de esta cantidad se tiene en cuenta que el 70% son personas del género femenino y el 30% del género masculino, oscilan entre una edad de 30 a 62 años, la etnia de todos los participantes es mestizos y todos son familiares en primer lugar es decir padres, hermanos, hijos, etc.

X. Interpretación

Categoría 1: Resiliencia emocional desarrollada

Subcategoría 1.1: Estrategias de afrontamiento en familiares cuidadores primarios.

Los participantes describieron como afrontaron esta situación que atravesaron en su momento, demostrando la fortaleza que tuvieron que desarrollar para no decaer.

Frases como “*Nosotros como cuidadores también la pasamos mal, pero no podemos*”

demostrar esto a nuestro ser querido”, “Lloraba solo cuando estaba sola, frente a ella nunca lloré”, “Le daba ánimos a ella, aunque yo sentía que por dentro me moría”

muestra como esta estrategia de afrontamiento les sirvió en la mayoría de los casos para ser fuertes por ellos y por las personas que tenían el cáncer. Desde la teoría de (Espada & Grau, 2012) menciona que mantener y aparentar tranquilidad, controlando el miedo y el dolor es una estrategia de afrontamiento de una regulación afectiva para no preocupar a su ser querido.

Categoría 2: Sobrecarga emocional

Subcategoría 2.1: Manifestaciones emocionales en cuidadores primarios

Varios participantes expresaron emociones que sintieron e identificaron durante el proceso por el cuál atravesaron junto a su familiar, en frases como *“Me sentí triste, de ver como mi hermana estaba sufriendo” “Sentía mucha impotencia de no poder hacer nada”, “Sentí angustia y ansiedad de no saber que pasaría con mi hija”* muestran cómo sus emociones negativas afectaban su bienestar psicológico. Según menciona (Quintero, Martínez, Herrera & Sierra, 2020) la sobrecarga emocional que experimentan los cuidadores se debe a factores que demandan preocupación, insatisfacción o una exposición concurrente a emociones negativas como el estrés, ansiedad y depresión.

Categoría 3: Redes de apoyo

Subcategoría 3.1: Beneficios del apoyo familiar

Los participantes describieron como obtuvieron apoyo de sus familiares de maneras distintas, como económico, físico y emocional durante ese proceso, frases como *“Mi familia paterna ayudó económica y emocionalmente”, “Mi hermana me*

ayudó físicamente cuidando a mi hija”. *“Toda la familia nos unimos más, nos aconsejábamos entre nosotros”* muestra como el apoyo familiar interfirió de manera positiva durante el proceso. Según la teoría de (Cavallar & García, 2019) menciona que las redes de apoyo ayudan a mantener un bienestar físico y mental permitiendo que la capacidad de cuidador primario no se vea afectado en su totalidad.

Categoría 4: Ajustes en la vida cotidiana

Subcategoría 4.1: Cambios rutinarios desde la percepción del cuidador primario

La mayoría de los participantes dan un relato de cómo sus vidas o su rutina diaria cambió posterior a el diagnóstico de su familiar, frases como *“Ahora nos cuidamos más en la comida”, “En la alimentación nos cuidamos por recomendación del médico” “Trato de pasar más tiempo con mi esposa y no en el trabajo”* a raíz de todo el proceso por el cual atravesaron el cuidador primario y el paciente diagnosticado, se puede identificar que queda una sensación de cuidarse más y pasar más tiempo en familia, relacionando con lo mencionado por (Pizarro, 2020) al síndrome del cuidador quemado, que existe un desgaste tanto físico como emocional lo que provoca un excesivo cuidado tanto para el cuidado como el cuidador, provoca un miedo o angustia irracional por no volver a pasar por esa experiencia y existen cuidados excesivos.

Categoría 5: Transformación personal del cuidador

Subcategoría 5.1: Crecimiento y aprendizaje del cuidador posterior al proceso atravesado.

Mediante la información que ha sido recolectada se puede identificar que los familiares cuidadores tienen una nueva perspectiva de la vida, con frases como *“Aprovechar los momentos que se tiene juntos”, “Vivir más”, “Dejar el orgullo a un*

lado”, “Tener más cuidado con la alimentación y cuidado”, Se puede entender que a raíz de todo el proceso atravesado, los familiares valoran el tiempo que se tiene como convivencia, un desarrollo personal y el ser empáticos con los sentimientos de los demás, es un gran cambio para entender de mejor manera situaciones como éstas. Según menciona (Rolland, 2000) cuando se atraviesa una situación difícil existen lazos familiares reforzados, cuidados más extensos y prevención de cualquier otra enfermedad, el aceptar que la enfermedad se hizo parte de una época de sus vidas puede ser difícil de superar, pero no imposible.

XI. Principales logros del aprendizaje

Mediante este proyecto de investigación se ha aprendido que la resiliencia y la sobrecarga emocional van de la mano, cuando se habla de temas delicados como de una enfermedad catastrófica que en este caso es el cáncer y no solo nos centramos en la persona que padece de este diagnóstico, si no que observamos y damos la importancia a su entorno, como a las personas que cuidaron de su salud tanto física como mental en situaciones difíciles o que simplemente no tenían la oportunidad de tener autocuidados, podemos comprender que los cuidadores primarios también tienen su proceso, desarrollan una resiliencia a partir del dolor, frustración, miedo, tristeza y sobre todo la superación de ese proceso y la narración o relato de este suceso permite a los lectores a comprender de cierta manera como se vive desde el otro lado de la moneda. Desde mi punto de vista es un logro que en este proyecto de investigación que está dirigido a familiares cuidadores primarios fue realizado con la intención de descubrir cómo pudieron salir adelante después de haber vivido este proceso, no cambiaría nada, ya que al realizar la entrevistas, mi persona y el participante nos sentimos cómodos hablando de esto, ya que, al dar la seguridad y la información respectiva los participantes tienden a tomar la confianza necesaria para redactar con lujo de detalles como vivieron y

superaron esa situación.

También siento que es un logro que puedo llegar a motivar a más profesionales a que estudien este campo de la resiliencia desarrollada en el tema del cáncer, ya que al ser una enfermedad conocida y que mucho a avanzado en la ciencia médica, se sigue sintiendo un dolor emocional por el hecho de que muchas personas viven en una burbuja de que es imposible que les pueda suceder, pero al hacerlo muchos no saben cómo reaccionar y solo lo relacionan con la muerte, algo incurable, emocionalmente esto destruye y tener más información ayudaría a cambiar sus perspectivas con respecto al cáncer.

Al hablar del objetivo general, en donde se menciona analizar las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional desarrolladas por los familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer se logra mediante las entrevistas que se realizaron a los participantes y sus relatos distintos de como desarrollan una resiliencia aunque su estado emocional no haya sido el mejor, el primer objetivo específico que es identificar la resiliencia desarrollada por los familiares cuidadores primarios posterior a la superación del cáncer en mujeres, se logra ya que mediante el relato que brindan la mayoría de los participantes, demuestran han logrado salir adelante junto a cuidados médicos como personales en la alimentación y forma de vivir después del proceso atravesado, el segundo objetivo específico que menciona demostrar los efectos de la sobrecarga emocional en familiares cuidadores primarios se logra ya que gracias a las entrevista se demuestra efectos como la incertidumbre de no saber que pasará después, el miedo de que vuelva a recaer, etc. Y el tercer objetivo específico que menciona concientizar la importancia de cómo afecta la sobrecarga emocional en el desarrollo de la resiliencia en familiares cuidadores primario se logra, ya que, la ansiedad, el miedo,

el estrés, la incertidumbre e incluso la tristeza pueden seguir presentes después de haber pasado este tipo de situación, lo que permite concientizar que estos efectos de la sobrecarga emocional pueden afectar a la resiliencia pero no permanentemente, tal vez el miedo siga pero no lo demuestren.

La dificultad que existió en mi proyecto de investigación fue volver a tocar el tema de cáncer en un familiar después de ya haberlo superado, puesto que los participantes mencionaban que ya había pasado más de 2 años sin hablar del tema y se encontraban en un estado anímico vulnerable, aun así se logró con éxito el objetivo que se planteó ya que se tuvo contacto directo con los participantes y fue más conveniente que hablar por plataformas digitales.

XII. Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

- Mediante este trabajo de investigación se pudo identificar que los participantes tuvieron un gran impacto emocional y que la resiliencia se mantiene, pues gracias a eso obtuvieron un desarrollo y crecimiento personal, considerando que esto les ayudó a tener una visión distinta de la vida y a superar cualquier adversidad nueva que se presente, mediante la narrativa que los participantes brindaron a través de la entrevista realizada, un grupo de personas demostró fuerza en sus palabras buscando prevención y máximos cuidados para no repetir la historia.
- La tristeza, la ansiedad, el miedo y la angustia son emociones que mediante las entrevistas realizadas se logran identificar, lo que demuestra que la superación de una enfermedad es posible, pero tiene sus efectos que pueden influir de manera positiva o negativa en la persona, la cual es

responsable de como asimilar lo sucedido, de interpretarlo como una experiencia y un aprendizaje para el desarrollo de su personalidad.

- Las narrativas resilientes que brindan cada uno de los participantes demuestra que, reinterpretar las dificultades vividas ayudan a dar el valor de su experiencia, considerando que la sobrecarga emocional estuvo presente, pero, aun así, se logra reforzar vínculos dando la importancia a las estrategias de afrontamiento para desarrollar una resiliencia.

Recomendaciones

- Es recomendable que los cuidadores primarios participen en programas de apoyo psicológico y emocional para que puedan fortalecer la resiliencia que han desarrollado y mantener un desarrollo personal que sea continuo para tener la capacidad de enfrentar situaciones difíciles en un futuro.
- Se recomienda que los familiares cuidadores que presentan una sobrecarga emocional con efectos como el estrés, la ansiedad, el miedo, la angustia o depresión practiquen técnicas como la meditación, accedan a terapia psicológica o busquen tener apoyo social, ya que, la acumulación de emociones negativas puede afectar gravemente a la salud mental y física.
- Brindar un espacio de confianza para los cuidadores primarios en donde se puedan expresar libremente, sin temor a ser juzgados y se sientan comprendidos en su experiencia de vida, lo que ayudará en un futuro a tener información mucho más detallada.

XIII. Referencias bibliográficas

Abreu L, Grau J., & Massip C. (2005). La psicología de la salud y la lucha contra el cáncer. *Psicología de la Salud: fundamentos y aplicaciones*. Guadalajara, México: Editorial del Centro Universitario de Ciencias de la Salud.

Acosta Vallejo, Z. P., (2012). Narrativas resilientes del terapeuta y generación del cambio terapéutico.
https://ridum.umanizales.edu.co/bitstream/handle/20.500.12746/1390/131_Acosta_Vallejo_Zulma_Patricia_2012.pdf?sequence=1

Aroca A, Batalla E, & Rodríguez (2022). Consecuencias y efectos emocionales tras el diagnóstico de cáncer.
<https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/c486f919-2f31-45ff-83a4-f0f91708123a>

Bravo, E., Águila, N., Guerra, D., Blanco, Y., Rodríguez, O., & Oliva, M. (2020). Cáncer cérvico uterino: prevención y tratamiento. *Medisur*.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2020000400685&script=sci_arttext&tlng=pt

Borba, L, Schwartz, E. y Kantorski, (2008). La carga para la familia que vive con la realidad de la enfermedad mental. *Acta Paulista de Enfermagem*.

Carrillo V., Estrada, A., & Ramírez, D. (2021). Sobrecarga y calidad de vida en cuidadores de niños con cáncer. *IBN SINA*, 12(2), 1-12.
<https://doi.org/10.48777/ibnsina.v12i2.941>

Cavallar & García (2019) Necesidades de los familiares en la etapa de larga supervivencia de cáncer. <https://doi.org/10.37395/seeo.2019.0006>

Cuesta M, Sánchez, M., Bahamón, M, & Arenas, P. (2020). Resiliencia y cáncer de mama: una revisión sistemática.

http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/19456

Cruz. X, (2021) Resiliencia: *Cómo desarrollar la fuerza mental para superar cualquier situación difícil y vivir una vida mejor*. p. 13-16.

<https://books.google.com.ec/books?id=WC80EAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. Sage Publications

Die M., (2015) Aspectos psicológicos específicos del cáncer en las mujeres.
<https://doi.org/10.3989/arbor.2015.773n3010>

Espada M. & Grau C. (2012) Estrategias de afrontamiento en padres de niños con cáncer. Doi: 10.5209

García, L., & Navarro, V. (2017). Factores moduladores de resiliencia en pacientes diagnosticadas con cáncer de mama.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342017000400004

Garrido, N., (2017). El método de James Spradley en la investigación cualitativa.
<http://www.scielo.edu.uy/pdf/ech/v6nspe/2393-6606-ech-6-spe-00037.pdf>

González, R., & Mora, A. (2006). Narrativas resilientes en policías discapacitados por hechos violentos. *Pensamiento Psicológico*.
<https://www.redalyc.org/pdf/801/80120704.pdf>

Grajales, T. (2000). Tipos de investigación. *On line* (27/03/2.000).
<https://cmapspublic2.ihmc.us/rid=1RM1F0L42-VZ46F4-319H/871.pdf>

Guillén G., & Pino I. (2023). *Estudio del malestar emocional en pacientes*

oncológicos que reciben tratamiento de radioterapia en el Instituto de cáncer SOLCA Cuenca. <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/12747>

Hurtado, R., Solano, B., & Vargas, P. (2012). Leucemia para el médico general. *Revista de la Facultad de Medicina (México)*.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422012000200003

Lorda, P. S., Concheiro, L. C., & Carro, L. (1993). El consentimiento informado: teoría y práctica. *Med Clin (Barc)*.

https://www.academia.edu/62114006/El_consentimiento_informado_Teor%C3%ADa_y_pr%C3%A1ctica_I

Maffuz A., Labastida S., Sherwell, S., Ruvalcaba, E., Domínguez, A., Tenorio, J., & Rodríguez, S. (2017). Supervivencia de pacientes con cáncer de mama. Análisis por factores pronóstico, clínicos y patológicos. *Ginecología y Obstetricia de México*.

<https://www.mediagraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2016/gom168e.pdf>

Martín, M., Herrero, A., & Echavarría, I. (2015). El cáncer de mama. *Arbor*, 191(773), a234. <https://doi.org/10.3989/arbor.2015.773n3004>

Moreira, R., & Turrini, R. (2011). Paciente oncológico terminal: sobrecarga del cuidador. *Enfermería global*.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412011000200013

Neira Naranjo, S. F. (2020). Situación actual de cáncer de piel en Ecuador (Tesis de pregrado). Universidad de las Américas, Quito.

<https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/12170>

Restrepo, J., Castañeda T., Gómez M., & Molina D. (2023). Salud mental de cuidadores de niños con trastornos del neurodesarrollo durante la pandemia. *Neurología Argentina*, 15(1), 28-36. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9868982/>

Robles, F., (2017) Consideraciones acerca de la entrevista narrativa.

<https://es.scribd.com/document/343413380/Entrevista-narrativa-pdf>

Rolland J. (2000) Familias, enfermedad y discapacidad una propuesta desde la terapia sistémica.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=YFrxDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP3&dq=Familias,+enfermedad+y+discapacidad+una+propuesta+desde+la+terapia+sistem%C3%A1tica.&ots=qS_rfZvcH3&sig=WKe73LVL0Y5A1fTOg61_hjhA-HA#v=onepage&q=Familias%2C%20enfermedad%20y%20discapacidad%20una%20propuesta%20desde%20la%20terapia%20sistem%C3%A1tica.&f=false

Russo R., Bustos V. & Mass, L. (2019). *Recuperación psicoafectiva: una infancia resiliente*: (ed.). Universidad del Norte.

<https://bibliotecas.ups.edu.ec:3488/es/lc/bibliotecaups/titulos/113363>

Oropesa Y. (2019). Afectación a la salud familiar por diagnóstico de cáncer en adultos mayores. *Revista Finlay*.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342019000300187

Ortiz, K., Acosta, S., Andrade, S., & Fernández, M. (2021). Sobrecarga y calidad de vida en cuidadores familiares de personas con discapacidad intelectual. *Gaceta Médica de Caracas*. http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/21271

Pizarro S. (2020) Síndrome del cuidador quemado. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 13(1), 97-100. Recuperado en 28 de noviembre de 2024, de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2020000100013&lng=es&tlng=e

Quintero, K., Martínez, M., Herrera, M., & Sierra, M. (2020). Sobrecarga y resiliencia en cuidadores de niños con cáncer.

<https://core.ac.uk/download/pdf/270056751.pdf>

Sanitaria, P. (2005). La situación del cáncer en España. *Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.*

https://www.sanidad.gob.es/bibliotecaPub/repositorio/libros/17390_situacion_del_cancer_en_Espana.pdf

Santa, M., Escobar, K., & López, M. J. (2020). El Cáncer como Experiencia de Vida.

<https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tdea/909/Cancer.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Solca Núcleo de Quito. (2014) *Epidemiología del cáncer en Quito 2006-2010.*

<http://www.estadisticas.med.ec/Publicaciones/PUBLICACION-QU-2006-2010.pdf>

Vidrio, R. (2003). Cancer de piel. Revista de la Facultad de Medicina UNAM.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2003/un034l.pdf?fbclid=IwAR2Trq4vHJk6nfnGdjtvKitcIBqx5NHBF7K-2bus-wpqNIInT60ihdSc0oI>

Zamora, P. (2022). Sobrecarga emocional y afrontamiento al estrés en cuidadores de pacientes oncológicos en hospital de Lima.

<https://repositorio.unife.edu.pe/items/1de9fb78-518d-41f4-a632-7f0b0ee4d4fc>

Anexo 1

Guía de entrevista.

Datos informativos:

Nombre: Pleno anonimato

Edad:

Género:

Etnia:

Nivel de educación:

Ocupación:

Estado Civil:

Parentesco:

Fecha de entrevista:

1. ¿Qué tipo de cáncer padeció tu familiar?
2. ¿Hace cuánto tiempo tu familiar fue diagnosticado con esta enfermedad?
3. ¿Cómo fue tu reacción ante el diagnóstico?
4. ¿Qué tipo de tratamiento le realizaron a tu familiar?
5. Durante el tratamiento que le realizaron a tu familiar, ¿Hubo algún momento que consideres como el más difícil de haber atravesado?
6. ¿Qué sentiste en ese momento difícil?
7. ¿Qué significa para ti ser un cuidador primario?
8. ¿Cómo crees que te convertiste en un cuidador primario?
9. ¿Hubo alguien que te apoyara emocional, física o económicamente? ¿Cómo fue?
10. ¿Qué cambios comenzaste a notar en tu rutina después de recibir tal noticia?
11. ¿Qué aprendizaje te queda de haber sido un cuidador primario?
12. ¿Recomiendas ser un cuidador primario? ¿Por qué?
13. ¿Qué es la resiliencia para ti?
14. ¿Te consideras una persona resiliente? ¿Por qué?
15. ¿Cómo manejaste las emociones difíciles, crees que afectó tu capacidad de cuidador primario?

Anexo 2

Revisión de pares.

Guía de entrevista sobre la sobrecarga emocional en cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer

Tema: Narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional atravesada por familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer del Sur de Quito en el período 2024-2025.

Objetivo: Analizar las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional desarrolladas por los familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer.

Datos sociodemográficos

- Edad:
- Género:
- Etnia:
- Nivel de educación:
- Ocupación:
- Estado Civil:
- Parentesco:

Introducción y Contextualización

Se explica brevemente el objetivo de la entrevista:

Propósito: Recopilar información sobre las narrativas resilientes y la sobrecarga emocional en cuidadores primarios.

Duración: Aproximadamente de 10 a 15 minutos

Confidencialidad: Se garantiza el anonimato de los participantes y el uso exclusivo de los datos con fines investigativos.

Guía de preguntas

Preguntas introductorias

- ¿Qué tipo de cáncer padeció tu familiar?
- ¿Hace cuánto tiempo tu familiar fue diagnosticado con esta enfermedad?
- ¿Cómo fue tu reacción ante el diagnóstico?
- ¿Qué tipo de tratamiento le realizaron a tu familiar?

- Durante el tratamiento que le realizaron a tu familiar, ¿Hubo algún momento que consideres como el más difícil de haber atravesado?

Sobrecarga emocional de un cuidador

- ¿Qué sentiste en ese momento difícil?
- ¿Qué significa para ti ser un cuidador primario?
- ¿Cómo crees que te convertiste en un cuidador primario?
- ¿Hubo alguien que te apoyara emocional, física o económicamente? ¿Cómo fue?
- ¿Qué cambios comenzaste a notar en tu rutina después de recibir tal noticia?
- ¿Qué aprendizaje te queda de haber sido un cuidador primario?
- ¿Recomendarías asumir el rol de cuidador primario? ¿Por qué?

Narrativas Resilientes del cuidador

- ¿Qué es la resiliencia para ti?
- ¿Te consideras una persona resiliente? ¿Por qué?
- ¿Cómo manejaste las emociones difíciles, crees que afectó tu capacidad de cuidador primario?

Guía de revisión por expertos

Guía de Entrevista

Datos del Experto:

- Nombre del experto: _____
- Formación: _____
- Fecha de revisión: _____

Instrucciones:

Por favor, realizar la retroalimentación según su criterio para poder tener una investigación de calidad, muchas gracias.

Preguntas generales sobre la guía:

1. ¿Las preguntas son claras y comprensibles?
 Sí
 No
Comentarios: _____
2. ¿Cree que las preguntas abordan el tema a investigar?
 Sí
 No
Comentarios: _____
3. ¿Hay algún tema importante que no se haya tenido en cuenta?
 Sí
 No
Comentarios: _____
4. ¿Las preguntas son apropiadas para recolectar información sobre las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional en cuidadores?
 Sí
 No
Comentarios: _____

Valoración Final

5. ¿Consideras que las preguntas están bien estructuradas para realizar la investigación?
 Sí
 No
Comentarios: _____
6. Sugerencias o comentarios adicionales:

Firma del experto: _____ Fecha: _____

Anexo 3.

**CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN**

Yo _____ declaro haber sido informado e invitado a participar en este proyecto de investigación con tema de “Narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional atravesada por familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer del Sur de Quito en el período 2024-2025” realizado por la estudiante de octavo semestre de psicología Stefany Dayana Mendoza Moreta con CI. 1754543419, entiendo que este proyecto de investigación busca analizar las narrativas resilientes frente a la sobrecarga emocional desarrolladas por los familiares cuidadores primarios de mujeres sobrevivientes al cáncer.

Tengo conocimiento de que la información personal será confidencial y que los nombres de los participantes se mostrarán solamente con las iniciales de sus nombres y apellidos, también que los datos recolectados no serán entregados a mi persona, ya que, este proyecto de investigación tiene un beneficio indirecto para la sociedad en general.

Así mismo, sé que tengo total derecho de negar mi participación o retirarme en cualquier momento que lo decida, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí.

Sí, acepto voluntariamente participar en este estudio y he recibido una copia del presente documento.

Firma del participante

Fecha:

Firma del investigador

Fecha: