

## Síndrome del cuidador: una pesada mochila asociada a la dependencia

Los cuadros de ansiedad y estrés aparecen asociados al cuidado de personas dependientes. Las ayudas económicas, el trabajo en equipo y la asistencia psicológica son algunas de las herramientas que pueden servir para salvar las frecuentes situaciones de crisis en las que entran quienes cuidan.



5/10/20

En España casi un millón y medio de personas necesitan de otras para sus necesidades más básicas. De estas, aproximadamente unas 270.000 no recibieron en 2019 ningún tipo de ayuda o prestación, según alertaba el Observatorio Estatal para la Dependencia. La comunidad con menor tasa de dependencia son las Islas Canarias (43,70%) —datos del INE—, mientras Castilla y León (61,83%) se coloca a la cabeza, superando en más de siete puntos la media nacional (54,20%). Para estas personas, la ley recoge una serie de prestaciones y servicios destinados a la promoción de la autonomía personal. Es decir, las personas dependientes deberían recibir alguna ayuda por parte del Estado.

**Más información:** <https://www.elsaltodiario.com/dependencia/sindrome-del-cuidador-colapso-nueva-rutina>