

**SALUD MENTAL EN LOS CUIDADORES DE PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD EN EL MUNICIPIO DE PUERTO COLOMBIA, ATLANTICO.**

**Valentina Mercedes Bruges Suarez.**

**COD. 202011620406**

**Vanessa María Diaz Ruiz.**

**COD. 20221541010**

**Susana Del Carmen Morales Pérez.**

**COD.20192918584**

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:

**Especialista en gerencia social.**

**Tutor(es):**

**Remberto De La Hoz Reyes.**

## RESUMEN

Este proyecto aborda la salud mental de los cuidadores familiares de personas con discapacidad, destacando los efectos negativos del cuidado continuo en su bienestar emocional, físico y social. Se reconoce que estos cuidadores, a menudo sin formación previa, enfrentan altos niveles de estrés, ansiedad, depresión y agotamiento debido a las exigencias del rol, lo cual repercute directamente en su calidad de vida. El estudio utiliza una metodología cualitativa con enfoque histórico-hermenéutico y emplea la Investigación Acción Participativa, permitiendo la comprensión profunda de las vivencias de los cuidadores. Las intervenciones se centran en talleres psicoeducativos participativos que promueven el autocuidado, la gestión emocional y el fortalecimiento de redes de apoyo. Se concluye que cuidar a los cuidadores es esencial para lograr una atención más humana, eficiente y sostenible en el contexto de la discapacidad.

El objetivo del proyecto se enfoca en asegurar que los residentes de Candelaria tengan la oportunidad de recibir atención médica de alta calidad que mejore su bienestar y calidad de vida. Para lograrlo, se llevará a cabo un proceso de diagnóstico de las necesidades de la comunidad, se desarrollarán estrategias específicas para satisfacer esas necesidades y se establecerán mecanismos de seguimiento y evaluación para medir el impacto de las intervenciones. Una vez implementadas, se espera que el proyecto mejore la salud y el bienestar de la comunidad de Candelaria y fortalezca la capacidad del centro de salud para brindar atención de calidad a sus residentes y atención disponible para todos.

El proyecto está basado en una metodología mixta ya que combina enfoques cualitativos y cuantitativos. Se recolectó información por medio de cuestionario a la población para evaluar mediante esta sus necesidades conocimientos y asistencia al Centro de salud.

Finalmente, la implementación de esta propuesta fomentará un entorno de mejora continua y adaptación. Al establecer mecanismos de evaluación y retroalimentación constante, el centro de salud podrá identificar áreas de oportunidad y ajustarse rápidamente a las necesidades cambiantes de la comunidad. Este enfoque proactivo no solo asegurará la sostenibilidad y relevancia del centro de salud a lo largo del tiempo, sino que también promoverá una cultura de excelencia y compromiso con la calidad del servicio, beneficiando a todas las partes involucradas.

**Palabras clave: salud mental, cuidadores, discapacidad, agotamiento, intervención psicoeducativa.**

## **ABSTRACT**

### **Key Words:**

This project focuses on the mental health of family caregivers of people with disabilities, highlighting the negative effects of continuous caregiving on their emotional, physical, and social well-being. It recognizes that these caregivers, often without prior training, face high levels of stress, anxiety, depression, and burnout due to the demands of their role, which directly

impacts their quality of life. The study employs a qualitative methodology with a historical-hermeneutic approach and uses Participatory Action Research (PAR) to deeply understand caregivers' lived experiences. The interventions include participatory psychoeducational workshops promoting self-care, emotional management, and the strengthening of support networks. The conclusion emphasizes that caring for caregivers is essential for achieving more humane, effective, and sustainable disability care.

Keywords: mental health, caregivers, disability, burnout, psychoeducational intervention.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. De Down, R. S. (2021, 19 febrero). Nivel de resiliencia y autoconcepto en los cuidadores de personas en situación de discapacidad. <http://hdl.handle.net/11181/6281>
2. (2021, 5 agosto). Salud mental en cuidadores con hijos en condición de discapacidad. <http://hdl.handle.net/20.500.12237/2110>
3. Alemania, V. M. G. (2020). Salud mental y sus consecuencias en el estilo de vida de un cuidador de persona con discapacidad. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/7698>
4. Gallego Echeverri, L, Córdoba Mosquera, N, González Giraldo, D y Ocampo Mellizo, E.
5. (2018). Salud mental y sobrecarga en el cuidador principal de personas con discapacidad de tipo cognitivo en una fundación de la ciudad de Armenia. <https://hdl.handle.net/10893/19925>

6. Catalina, A. R. (n.d.). Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores de escolares con discapacidad intelectual. [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100017&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100017&script=sci_abstract&tlng=en)
7. Doris, A. R. (2009). Cuidadores de personas en condición de discapacidad: acercándonos a sus testimonios. <http://uniminuto-dspace.scimago.es:8080/handle/10656/549>
8. Marlene, A. S. C. (2023). Promoción y prevención del síndrome de cuidador quemado para cuidadores de personas con discapacidad en el Centro de Salud Girón, Azuay. <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/15151>
9. World Health Organization: WHO. (2022, June 17). Salud mental: fortalecer nuestra
10. respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
11. Organización Mundial de la Salud: OMS. (2022, 17 de junio). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
12. Méndez, M. L. V., Chandi, M. M. C., & Díaz, B. N. G. (2021). Condiciones físicas de los cuidadores familiares de personas con discapacidad. Horizontes De Enfermería, 11, 21–32. <https://doi.org/10.32645/13906984.1081>
13. Soledad, Y. V. J. (2021). Modelo biomédico de la discapacidad y modelo psicosocial de la discapacidad en niños con hospitalización prolongada desde la pedagogía hospitalaria, Lima-2017. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/66409>

14. Peña, V. L., Rubí-González, P., & Vicente-Parada, B. (2021). Determinantes sociales de la salud mental: políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos.
15. Revista Panamericana De Salud Pública (Impresa), 45, 1.  
<https://doi.org/10.26633/rpsp.2021.158>
16. Padilla-Muñoz, A. (n.d.). DISCAPACIDAD: CONTEXTO, CONCEPTO y MODELOS.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-81562010000100012&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-81562010000100012&script=sci_arttext)
17. Barrera, Y. P. (2018). El modelo biopsicosocial como fuente de bienestar integral en el ser humano. <https://revistas.ut.edu.co/index.php/perspectivasedu/article/view/1900>