

Anexo 2. Entrevista de carga del cuidador (Zarit y Zarit, 1982)

A continuación se presenta una lista de frases que reflejan cómo se sienten algunas personas cuando cuidan a otra persona. Después de leer cada frase, indique con qué frecuencia se siente usted de esa manera. No existen respuestas correctas o incorrectas.

0= Nunca 1= Rara vez 2= Algunas veces 3= Bastantes veces

4= Casi siempre 5= Siempre

1.	¿Piensa que el anciano le pide más ayuda de la que realmente necesita?	0	1	2	3	4	5
2.	¿Piensa que debido al tiempo que dedica al anciano, no tiene suficiente tiempo para Ud.?	0	1	2	3	4	5
3.	¿Se siente agobiado por intentar compatibilizar el cuidado del anciano, con otras responsabilidades? (trabajo, familia)	0	1	2	3	4	5
4.	¿Siente vergüenza por la conducta del anciano?	0	1	2	3	4	5
5.	¿Se siente enfadado cuando está cerca del anciano?	0	1	2	3	4	5
6.	¿Piensa que el cuidar al anciano afecta negativamente la relación que Ud. tiene con otros miembros de su familia?	0	1	2	3	4	5
7.	¿Tiene miedo por el futuro del anciano?	0	1	2	3	4	5
8.	¿Piensa que el anciano depende de Ud.?	0	1	2	3	4	5
9.	¿Se siente tenso cuando está cerca del anciano?	0	1	2	3	4	5
10.	¿Piensa que su salud ha empeorado debido a tener que cuidar del anciano?	0	1	2	3	4	5
11.	¿Piensa que no tiene tanta intimidad como le gustaría, por tener que cuidar del anciano?	0	1	2	3	4	5
12.	¿Piensa que su vida social se ha visto afectada negativamente, por tener que cuidar del anciano?	0	1	2	3	4	5
13.	¿Se siente incómodo por distanciarse de sus amistades, debido a tener que cuidar del anciano?	0	1	2	3	4	5
14.	¿Piensa que el anciano lo considera a Ud. la única persona que le puede cuidar?	0	1	2	3	4	5
15.	¿Piensa que no tiene suficientes ingresos económicos, para los gastos que implican cuidar al anciano, además de sus otros gastos?	0	1	2	3	4	5

16.	¿Piensa que no será capaz de cuidar al anciano por mucho más tiempo?	0	1	2	3	4	5
17.	¿Siente que ha perdido el control de su vida, desde que comenzó la enfermedad del anciano?	0	1	2	3	4	5
18.	¿Desearía poder dejar el cuidado del anciano a otra persona?	0	1	2	3	4	5
19.	¿Se siente indeciso sobre qué hacer con el anciano?	0	1	2	3	4	5
20.	¿Piensa que debería hacer más por el anciano?	0	1	2	3	4	5
21.	¿Piensa que podría cuidar mejor al anciano?	0	1	2	3	4	5
22.	Globalmente, ¿qué grado de "carga" experimenta, por el hecho de cuidar al anciano?	0	1	2	3	4	5