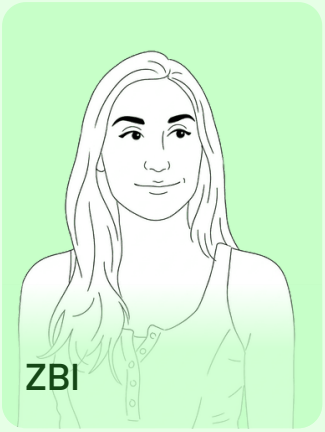


Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit (ZBI)

La Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit es un instrumento de evaluación estandarizado que mide la carga emocional, física, social y económica (la «sobrecarga») que experimentan los cuidadores familiares de personas dependientes. Utilizada especialmente en el contexto de los trastornos neurocognitivos como la enfermedad de Alzheimer, permite al profesional de la psicología objetivar la repercusión concreta del cuidado en la vida diaria. En la práctica clínica (geriatría, neuropsicología, psiquiatría), este instrumento se utiliza para orientar la entrevista, detectar el riesgo de agotamiento y seguir la evolución de la sobrecarga a lo largo del tiempo para evaluar la eficacia del apoyo.

Número de preguntas	22 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Zarit Burden Interview
Población destinataria	Personas cuidadoras adultas
Autores	Steven H. Zarit, Judy M. Reever, Julie Bach-Peterson (1980)
Categoría	General

Vista previa de las 22 preguntas

¿Piensa que su familiar le pide más ayuda de la que realmente necesita?

Nunca | Rara vez | Algunas veces | Bastantes veces | Casi siempre

¿Piensa que, debido al tiempo que dedica a su familiar, no tiene suficiente tiempo para usted?

Nunca | Rara vez | Algunas veces | Bastantes veces | Casi siempre

¿Se siente agobiado/a por intentar compaginar el cuidado de su familiar con otras responsabilidades familiares o laborales?

Nunca | Rara vez | Algunas veces | Bastantes veces | Casi siempre

¿Siente vergüenza por la conducta de su familiar?

Nunca | Rara vez | Algunas veces | Bastantes veces | Casi siempre

¿Se siente enfadado/a cuando está cerca de su familiar?

Nunca | Rara vez | Algunas veces | Bastantes veces | Casi siempre

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Cada ítem se puntúa en una escala de 0 a 4, que generalmente va de «Nunca» a «Casi siempre». La puntuación total se obtiene sumando las 22 respuestas, con un total entre 0 y 88. Una puntuación más alta indica una mayor sobrecarga del cuidador. Los puntos de corte más utilizados son: 0-20 sobrecarga escasa o nula, 21-40 sobrecarga leve a moderada, 41-60 sobrecarga moderada a grave, 61-88 sobrecarga grave. La interpretación debe ser clínica y tener en cuenta el contexto familiar, el nivel de dependencia de la persona cuidada y el estado psicológico del cuidador.

Uso

Este instrumento no está disponible en Mentaal. Para utilizar este cuestionario en tu práctica, necesitas una licencia de uso válida. Te invitamos a enviarlo directamente desde el sitio web de la editorial.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

"Al principio era escéptica, pero ahora ya no puedo prescindir de esta herramienta en mi práctica."

 Elodie C. - Psicóloga cognitivo-conductual