

Nov 15, 2015 | Escrito por Karoline Echenagucia | 0

Foto: Referencial

En otro momento hablamos ya de los riesgos que puede conllevar el hecho de cuidar a un enfermo crónico, y ahora volvemos sobre este tema revisando una publicación aparecida en abril de 2015 en la revista científica Memory. El artículo explica los hallazgos de un estudio llevado a cabo con mujeres de mediana edad y madres de niños con trastornos del espectro autista. Este interesante trabajo ha sido realizado por investigadores del **Departamento de Psicología de la Universidad de Valencia, en España.**

Al pensar de forma general en las condiciones de vida de las madres de estos niños, podemos imaginar que no es una tarea fácil cuidar a pequeños con este tipo de trastornos, y desde luego es sencillo que se produzca una respuesta continuada de estrés. Sabemos lo perjudicial que **es el estrés crónico para la salud, y particularmente para el hipocampo**, una estructura del cerebro relevante en el adecuado funcionamiento de la memoria.

El trabajo de A. Romero y sus colaboradores comparó la capacidad de memoria declarativa de un grupo de madres de niños con trastornos del espectro autista denominadas 'cuidadoras' con la de un grupo de mujeres 'control' (no cuidadoras). Además valoró otros factores importantes como el **afecto negativo y los niveles de testosterona, en relación con esa respuesta de estrés continuado.**

Los análisis mostraron que el grupo de cuidadoras era más proclive a confundir el material a recordar (**más interferencia de una lista de palabras 'de despiste' sobre una 'lista buena' para recordar**), lo que indicaría un peor funcionamiento de la memoria. Además, tenían un peor afecto y mayores niveles de testosterona. Como dato importante, cuantos más años cuidando, peor era el rendimiento de memoria y mayores sentimientos de ira tenían las cuidadoras. Por otro lado, los niveles altos de testosterona se relacionaban con una mejor memoria hasta un punto en que demasiada hormona perjudicaba el rendimiento en las tareas.

Estos hallazgos ponen de manifiesto una vez más el **fuerte impacto que sufre la salud de los cuidadores de enfermos crónicos**, y sobre todo lo importante que es promover el cuidado del cuidador. El control del estrés y el ejercicio mental pueden ser dos formas de compensar los efectos negativos del cuidado y les ayuden un poco a compensarlo.

Contenido Relacionado: [Cuando te resfrías tu cerebro trabaja más](#) [1]

Categoría:

- [Salud](#) [2]

Addthis:

Antetítulo: Puede ocasionar situaciones de estrés crónico

Del día: Si

Créditos: Muy interesante

Titulares: No

Destacada: No

Source URL: http://www.radiomundial.com.ve/article/ser-madre-de-un-ni%C3%B1o-con-autismo-puede-afectar-la-memoria?qt-lateral_noticias=1

Links:

[1] <http://www.radiomundial.com.ve/article/cuando-te-resfr%C3%ADas-tu-cerebro-trabaja-m%C3%A1s>

[2] <http://www.radiomundial.com.ve/categoría/Salud>

