

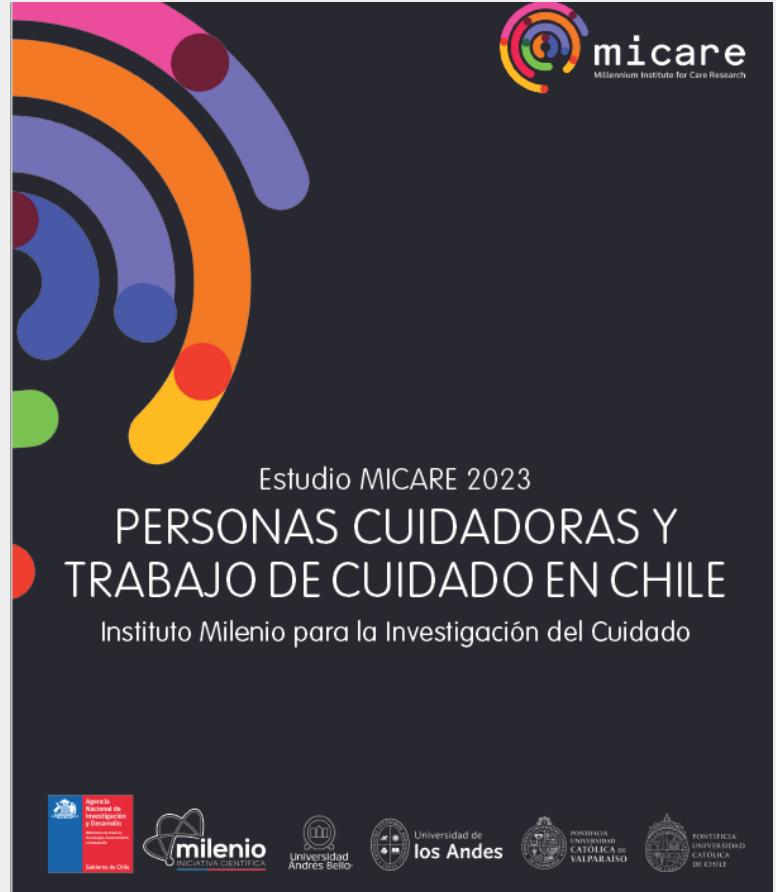


RESULTADOS ESTUDIO MICARE 2023-2025

“Seguimiento de Personas cuidadoras informales o no remuneradas en Chile”

Enero de 2026

Antecedentes generales



Objetivos Transversales

- El Estudio MICARE busca recabar información empírica, de carácter cuantitativo, sobre la **experiencia de cuidado** de personas que apoyan en actividades de la vida cotidiana o en la facilitación de la toma de decisiones a personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (DID) y personas mayores en situación de dependencia (PMD) que así lo requieran.
- Asimismo, busca caracterizar tanto los **aspectos positivos** como los **dilemas** que enfrentan las personas cuidadoras y acompañantes de PMD y DID.
- Parte el año 2023 con la primera medición.

Población Objetivo y seguimiento



Población Objetivo y seguimiento

Personas de 18 años y más, chilenas o extranjeras, que desarrollan labores de cuidado en el entorno del hogar sin recibir ingresos por este trabajo, para personas mayores en situación de dependencia. Se incluyen **familiares directos, amigos/as o vecinos/as**, que señalan cuidar la mayor parte del tiempo a una PMD en su domicilio en las regiones de Coquimbo, Valparaíso, Biobío y Metropolitana



Muestreo probabilístico por conglomerados y estratificado.

Personas de 18 años y más, chilenas o extranjeras, que desarrollan labores de cuidado y acompañamiento en el entorno del hogar sin recibir ingresos por este trabajo, para personas desde 0 años y más con DID. Se incluyen **familiares, amigos/as o vecinos/as**, que señalan cuidar o acompañar la mayor parte del tiempo a una con DID en su hogar en las regiones de Coquimbo, Valparaíso, Biobío y Metropolitana



Muestreo se utilizó un muestreo no probabilístico, por proceso de bola de nieve.

Muestra seguimiento

Tamaño muestral por año y tipo de persona cuidada

Tipo de persona cuidadora	2023 (n)	2024 (n) ¹	2025 (n)
Persona cuidadora de PMD	1.135	503	232
Persona cuidadora de DID	1.135	500	225

Nota: Responsable Técnico: MICARE y Feedback Research

¹ En 2024, se identifica adicionalmente una submuestra de **180 personas que dejaron de ejercer labores de cuidado**, analizada de manera específica.

Muestra seguimiento final Ola 3

Rendimiento de la muestra – Ola 3 MICARE (*número de casos y % sobre total entre paréntesis*)

Condición	Categoría	PMD (n=503)	DID (n=500)
Contacto	Entrevista correcta	232 (46%)	225 (45%)
	Rechazo	39 (8%)	32 (6%)
	No ejerce como cuidador	48 (10%)	91 (18%)
	Cuida a otra persona	39 (8%)	45 (9%)
	Fallecimiento cuidador/persona cuidada	23 (5%)	9 (2%)
	Subtotal contacto	381 (76%)	402 (80%)
Sin contacto	Cambio domicilio/región	24 (5%)	18 (4%)
	Sin contacto	98 (19%)	80 (16%)
	Subtotal sin contacto	122 (24%)	98 (20%)

Nota: Responsable Técnico: MICARE y Feedback Research

Muestra final seguimiento Ola

Distribución regional de la muestra (número de casos y % sobre el total)

Región	PMD (n=232)	DID (n=225)
Metropolitana	74 (31,9%)	72 (32,0%)
Coquimbo	46 (19,8%)	52 (23,1%)
Valparaíso	55 (23,7%)	42 (18,7%)
Biobío	57 (24,6%)	59 (26,2%)
Total	232 (100%)	225 (100%)

Nota: Responsable Técnico: MICARE y Feedback Research

Temas abordados

Caracterización de persona cuidada

Caracterización de la relación entre persona cuidadora y persona cuidada

Experiencia entre persona cuidadora/persona cuidada

Labores de cuidado

Caracterización psicológica

Actitudes hacia el cuidado

Salud mental y sobrecarga

Tiempo libre, calidad de vida y salud

Aspectos positivos del cuidado

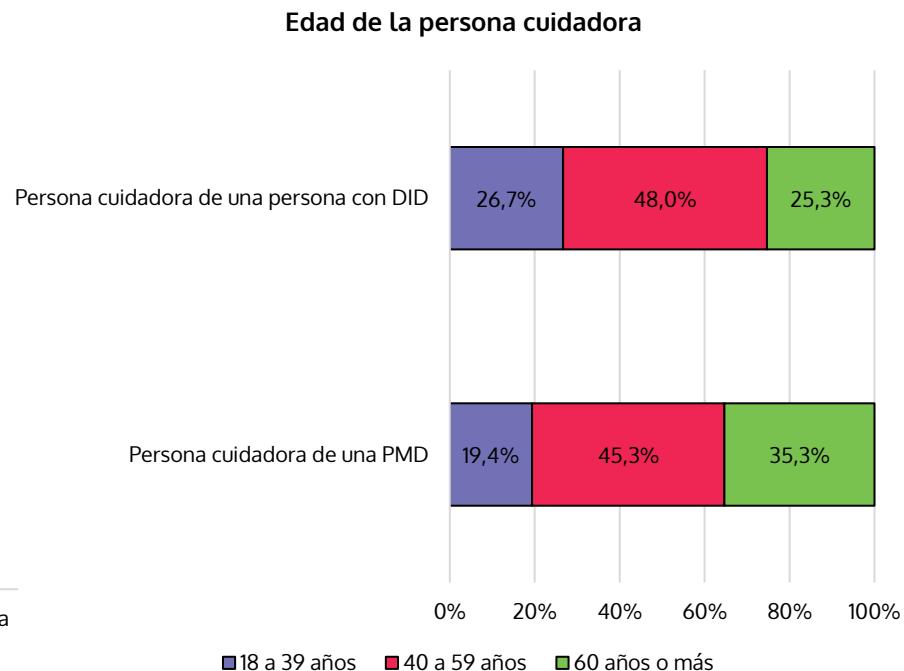
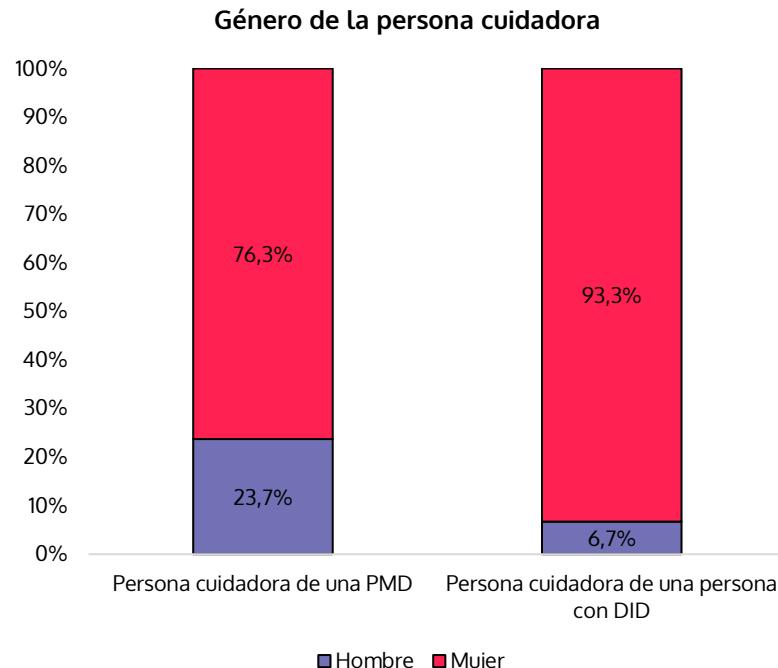
Familia, apoyo social, y redes personales

Caracterización sociodemográfica

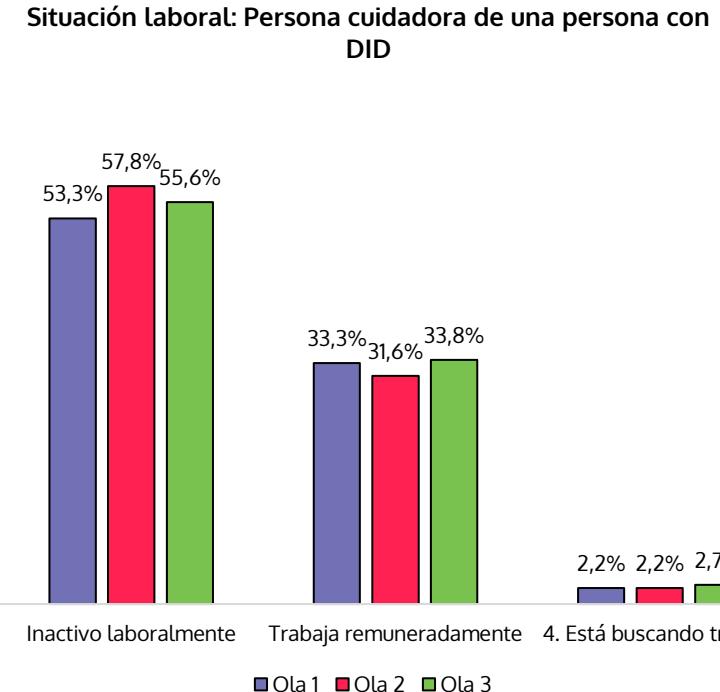
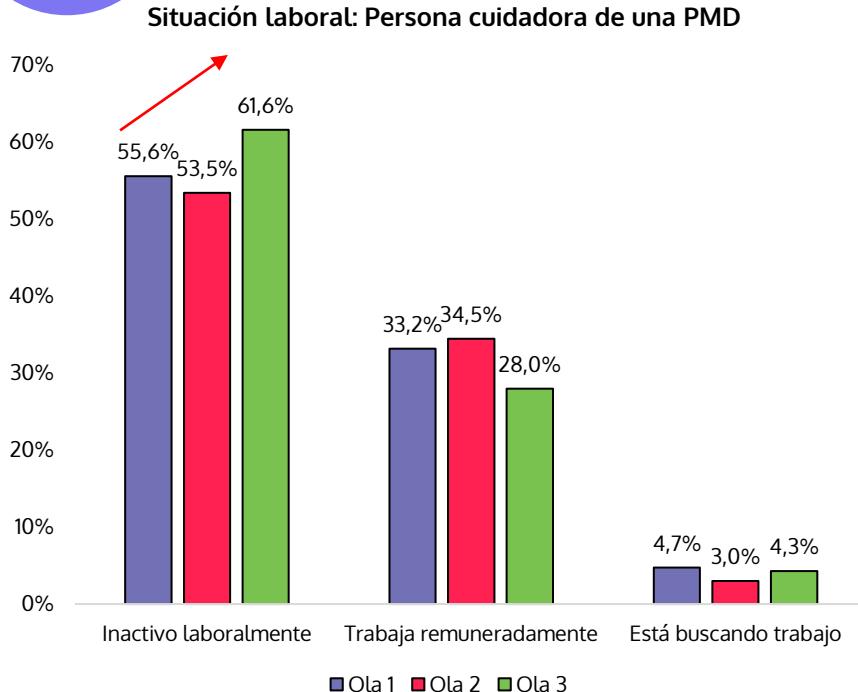
Principales resultados Seguimiento 2023-2025



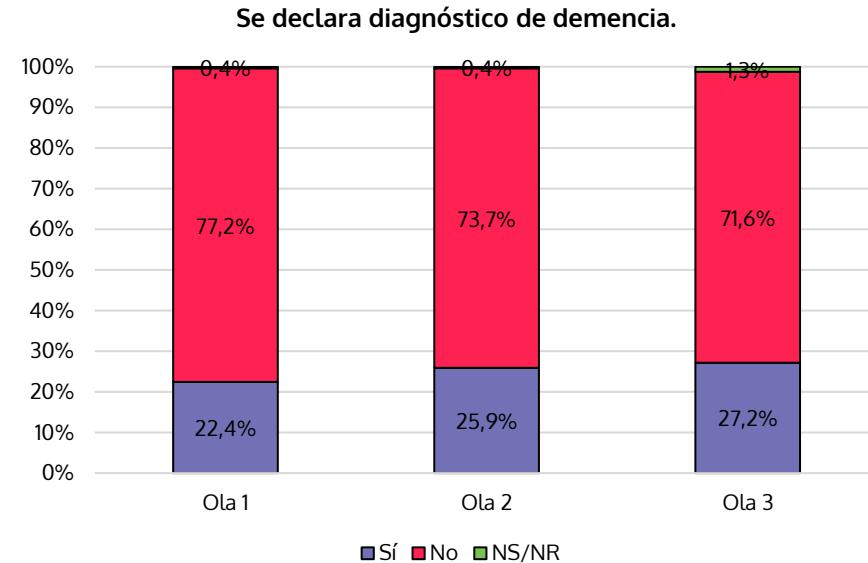
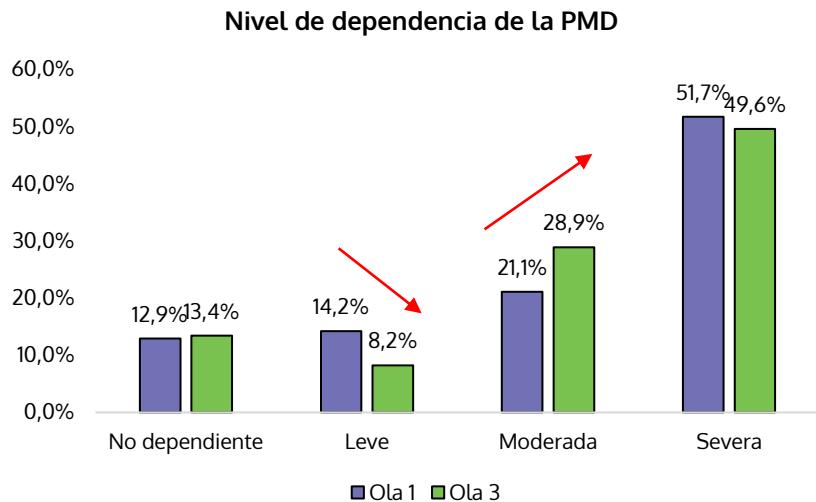
Características muestra de seguimiento: Persona cuidadora



Características muestra de seguimiento: Persona cuidadora



Características de la muestra de seguimiento: Persona que recibe cuidados/apoyo PMD



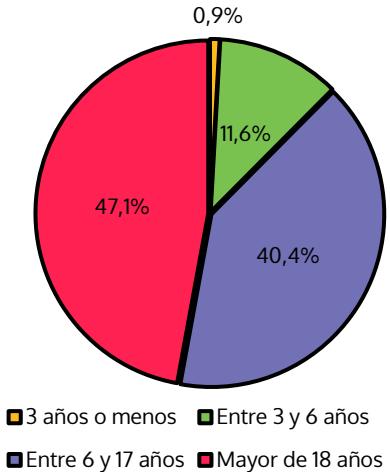
Características de la muestra de seguimiento: Persona que recibe cuidados/apoyo DID

- El 90,2% de las personas cuidadoras declara apoyar a una persona con **discapacidad intelectual**.
- Además, el 44,4% señala que la persona cuidada presenta alguna condición del neurodesarrollo, principalmente **trastorno del espectro autista**.
- Un 11,1% cuida a personas con **trastorno por déficit atencional e hiperactividad**, y otro 11,1% a personas con **síndrome de Down**.

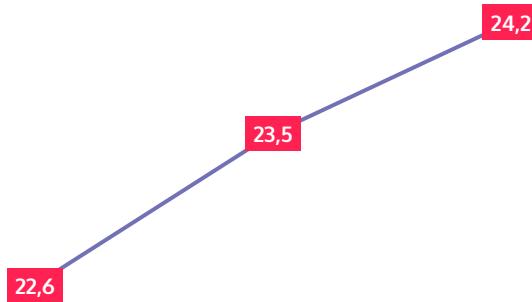


Características de la muestra de seguimiento: Persona que recibe cuidados/apoyo DID

Edad de la persona con DID que recibe cuidados/apoyos al 2025 (Ola 3)

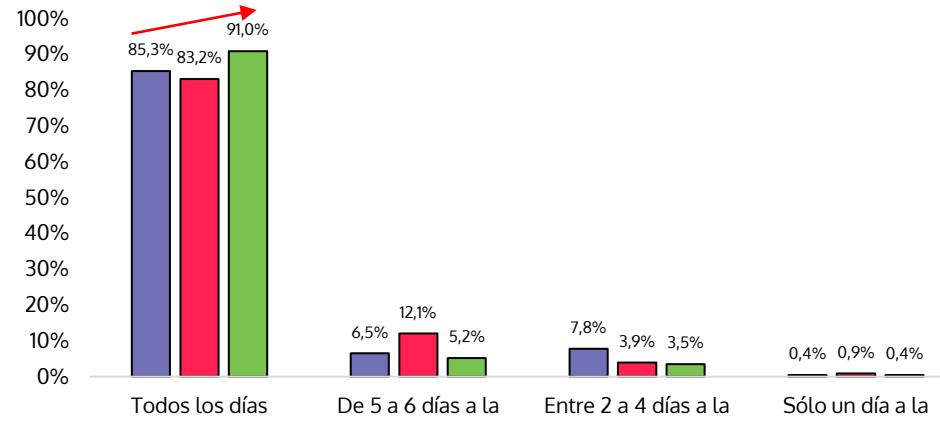


EDAD PROMEDIO PANEL



Relación de cuidados 2023-2025

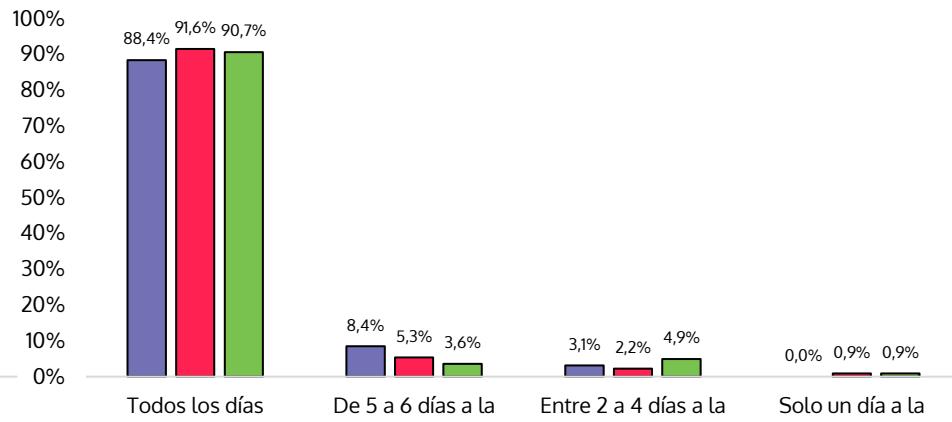
Frecuencia semanal de labores de Cuidado, muestra panel PMD



Horas promedio:
2023: 15,6
2024: 16,2
2025: 15,7

■ Ola 1 ■ Ola 2 ■ Ola 3

Frecuencia semanal labores de Cuidado, muestra panel DID



Horas promedio:
2023: 17,0
2024: 17,3
2025: 16

Actividades del cuidado 2023-2025

Prevalencia de Actividades Básicas de la Vida Diaria, según tipo de actividad.

Tipo de actividad	Actividades Básica de la Vida Diaria				
	Persona cuidadora de PMD		Persona cuidadora de persona con DID		
	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)	
Acostarse y levantarse de la cama	48,7%	60,3%	59,6%	53,3%	
Vestirse	52,6%	61,2%	65,3%	61,3%	
Ir al baño	42,7%	46,6%	52,9%	48,4%	
Bañarse o ducharse	59,9%	67,2%	70,2%	69,3%	
Lidiar con incontinencia o cambiar pañales	30,6%	36,6%	33,3%	27,6%	
Alimentarse o hidratarse	42,7%	49,1%	59,1%	50,2%	

Nota: En rojo se encuentran las diferencias estadísticamente significativas a un 95% de confianza entre las estimaciones de 2023 y 2024.

Prevalencia de Actividades Instrumentales de la Vida Diaria, según tipo de actividad.

Tipo de actividad	Actividades Instrumentales de la Vida Diaria			
	Persona cuidadora de PMD		Persona cuidadora de persona con DID	
	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)
Salir a la calle (Porcentaje Sí).	84,1%	83,6%	86,7%	83,1%
Con la gestión de las finanzas, como el pago de las cuentas o la solicitud de beneficios sociales	65,1%	66,8%	67,1%	69,8%
Con la compras de alimentos u otras cosas que necesite	76,3%	84,5%	83,6%	85,8%
Con las tareas domésticas (como lavar los platos, lavar la ropa, ordenar la casa, cambiar ampolletas, barrer las hojas, sacar la basura, etc.)	75,0%	74,6%	72,4%	75,1%
Con la preparación de las comidas	70,3%	76,3%	84,9%	83,1%
Con el transporte, ya sea llevándole o ayudándole a conseguirlo	81,5%	84,1%	85,8%	82,7%
Con la organización de servicios externos o personal (jardinero, enfermera, servicio doméstico)	52,6%	64,7%	58,2%	67,1%
Con hacer o recibir llamadas/utilización de tecnologías como Smartphone, Tablet, entre otros	44,4%	49,1%	59,1%	55,1%
Con facilitar actividades recreativas o de esparcimiento, tales como salir a pasear, juegos, etc.	63,8%	67,2%	81,8%	74,7%
Con las tareas escolares			59,1%	64,4%

Nota: En rojo se encuentran las diferencias estadísticamente significativas a un 95% de confianza entre las estimaciones de 2023 y 2024.

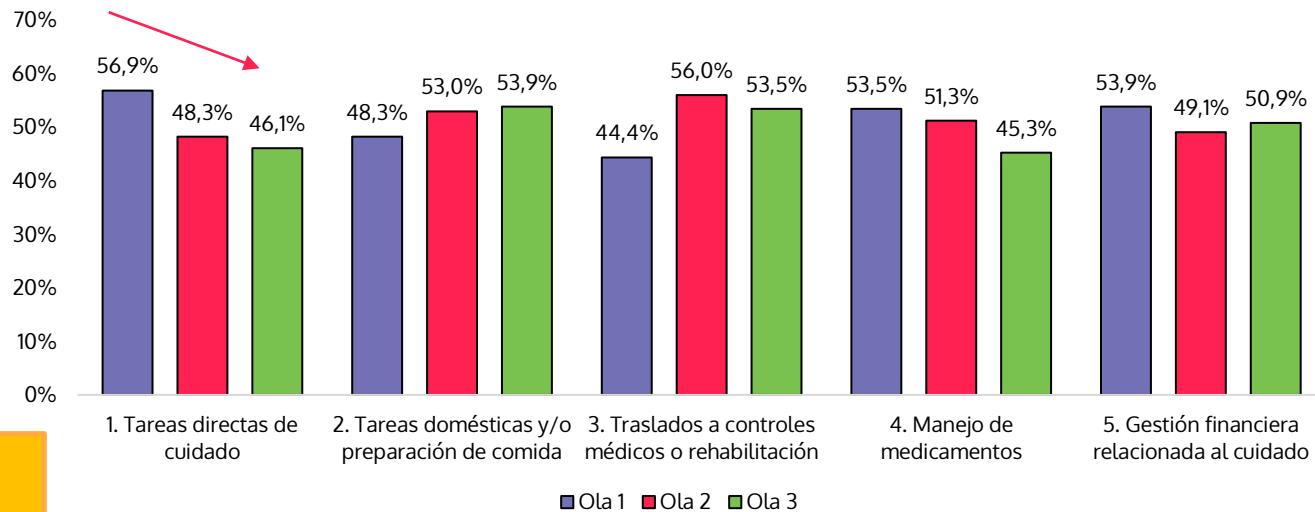
Prevalencia de Actividades Médicas del cuidado, según tipo de actividad.

	Actividades Médicas del Cuidado			
	Persona cuidadora de PMD		Persona cuidadora de persona con DID	
Tipo de actividad	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)	Ola 1 (2023)	Ola 3 (2025)
Con la ingestión, organización y mantenimiento de medicamentos	59,5%	72,8%	78,7%	75,6%
Con llevarlo/a a controles médicos o sesiones de rehabilitación (ej. Kinesiólogo, terapeuta ocupacional, etc.)	81,0%	85,3%	83,6%	85,8%
Con toma de signos vitales	37,9%	63,4%	59,1%	64,4%
Con aplicar técnicas de primeros auxilios en caso de requerirlo	37,1%	59,5%	60,4%	61,3%
Con lubricación de la piel y prevención de escaras	39,7%	50,4%	70,7%	67,6%
Con la realización de actividad física (según indicación profesional)	50,9%	63,4%	72,4%	67,1%
Con la realización de actividades de estimulación cognitiva	45,3%	56,5%	62,2%	57,8%

Nota: En rojo se encuentran las diferencias estadísticamente significativas a un 95% de confianza entre las estimaciones de 2023 y 2024.

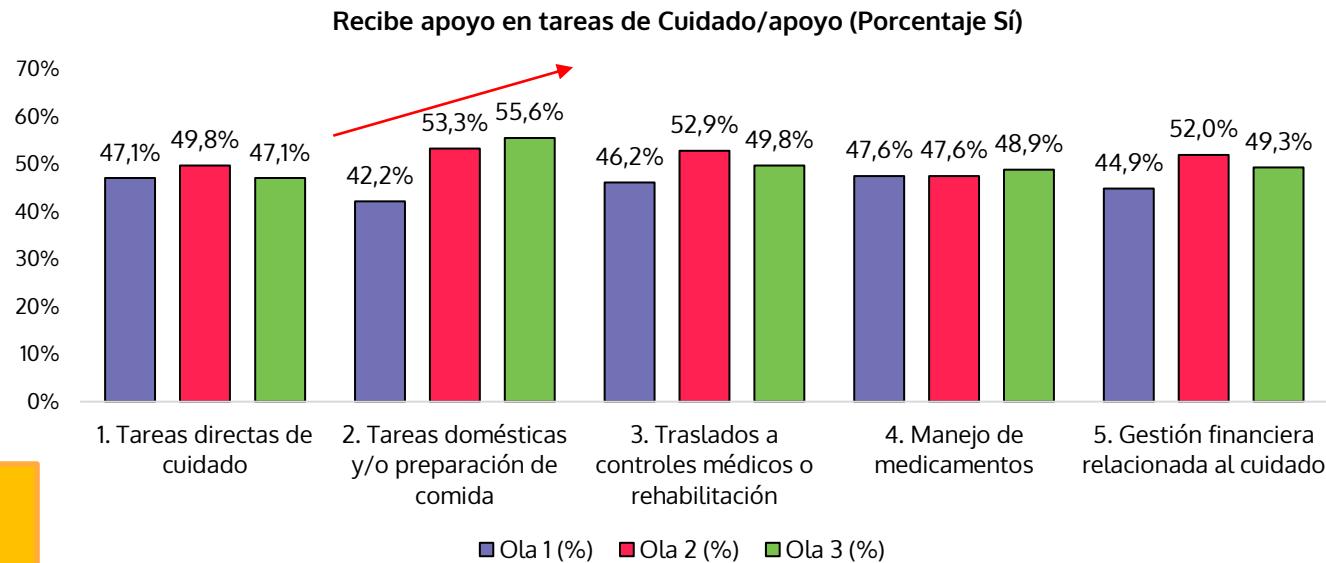
Apoyo recibido con el cuidado (PMD) 2023-2025

Recibe apoyo en tareas de Cuidado/apoyo (Porcentaje Sí)



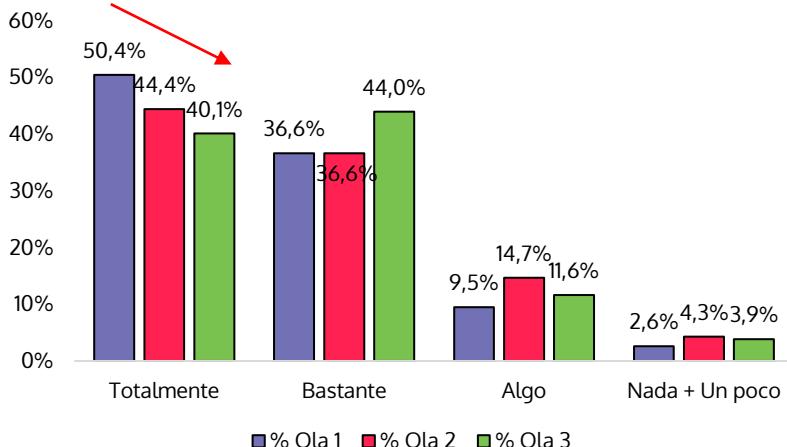
En 2025 (Ola 3)
32,3% de la muestra
panel no recibe
ningún tipo de
apoyo

Apoyo recibido con el cuidado (DID) 2023-2025

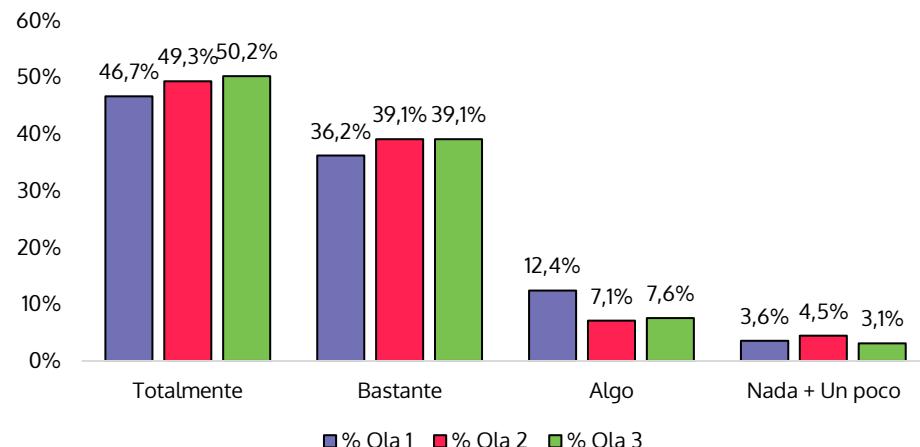


Percepción de autoeficacia 2023-2025

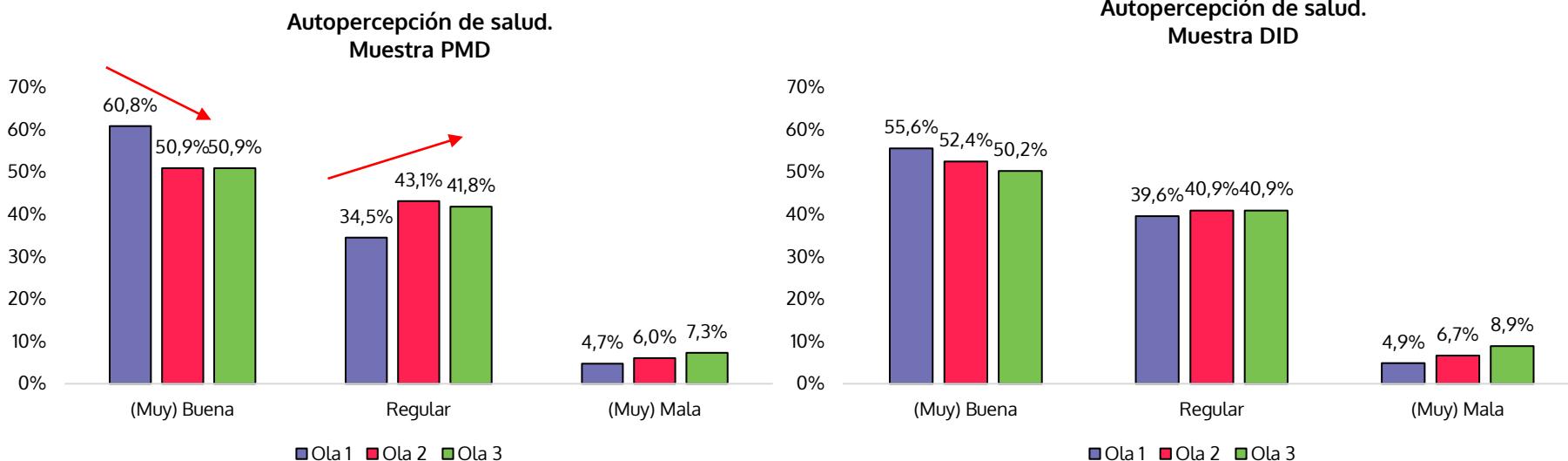
En su día a día ¿Qué tan capaz se siente para realizar las tareas de cuidado? Muestra PMD



En su día a día ¿Qué tan capaz se siente para realizar las tareas de cuidado? Muestra DID

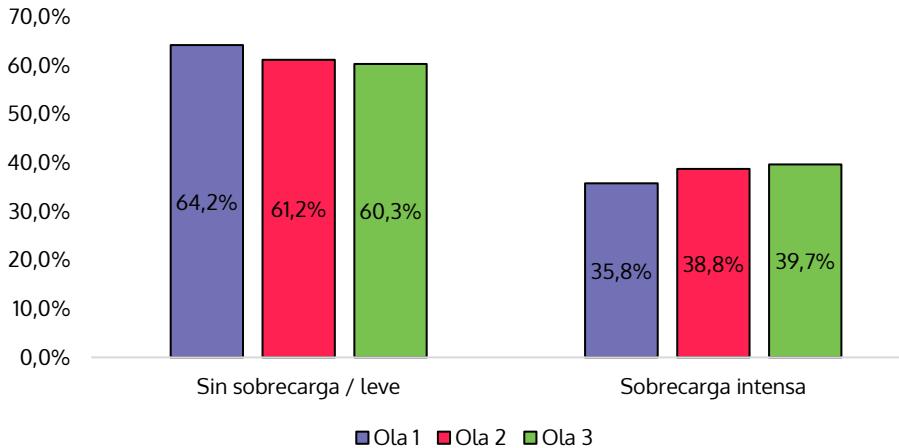


Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

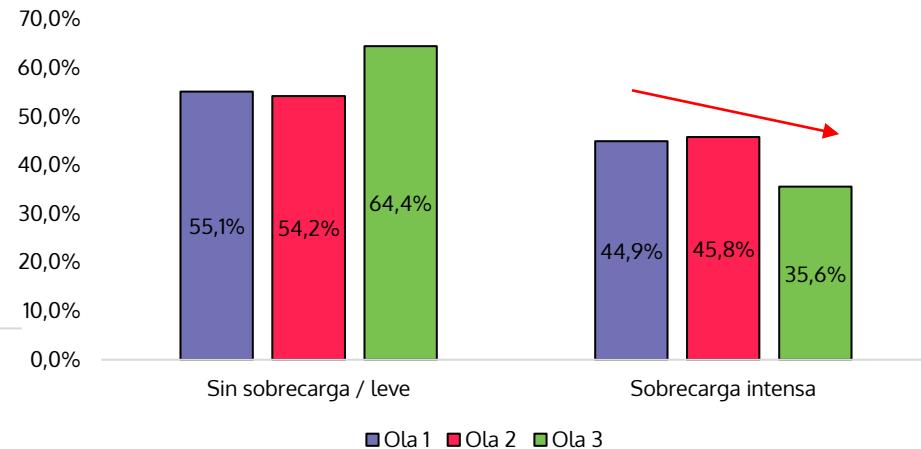


Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Presencia de sobrecarga según Escala Zarit.
Muestra PMD.

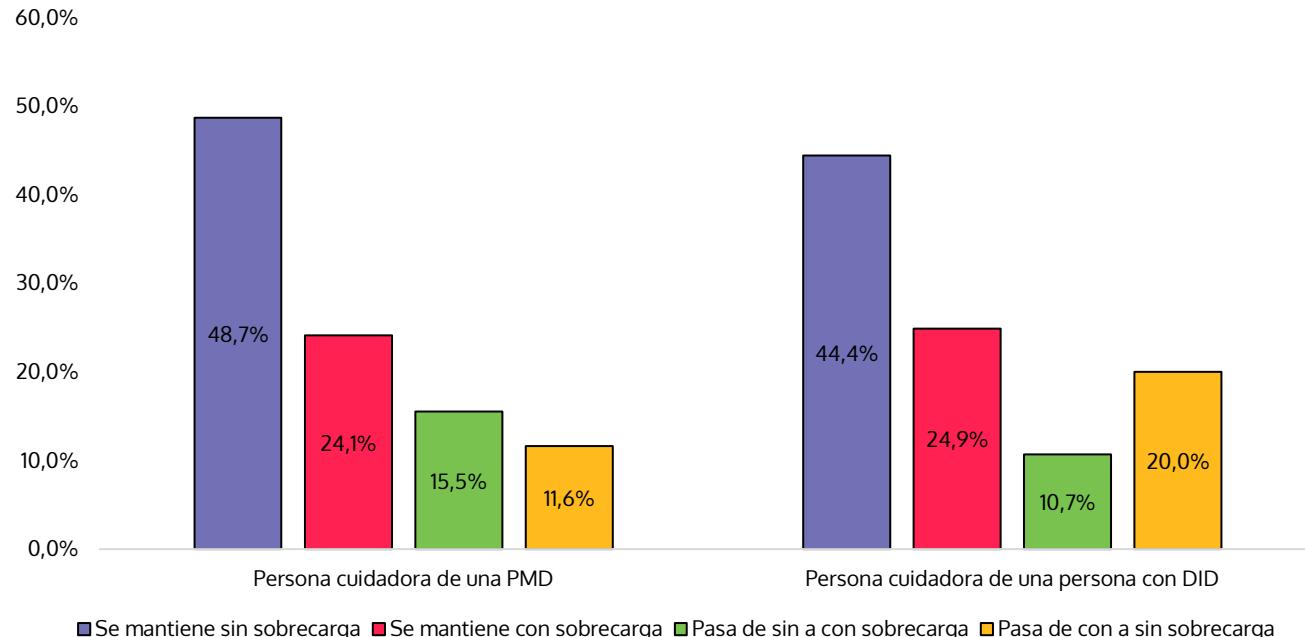


Presencia de sobrecarga según Escala Zarit.
Muestra DID.



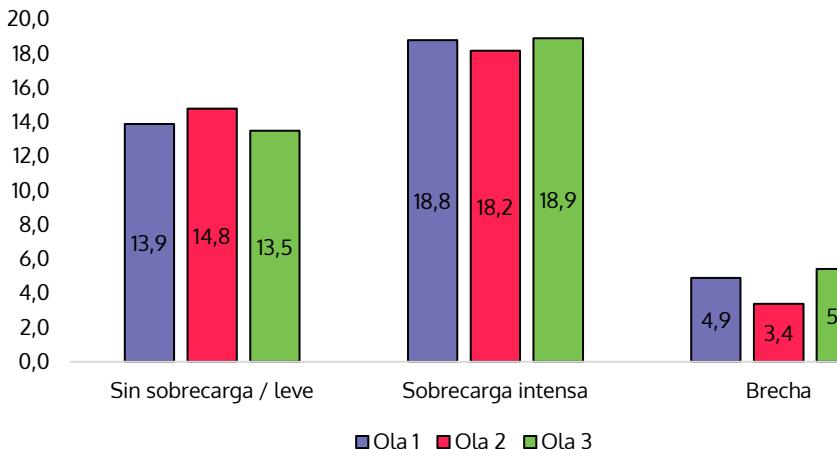
Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Tipologías de trayectoria de sobrecarga entre años 2023 y 2025 (Olas 1 a 3)

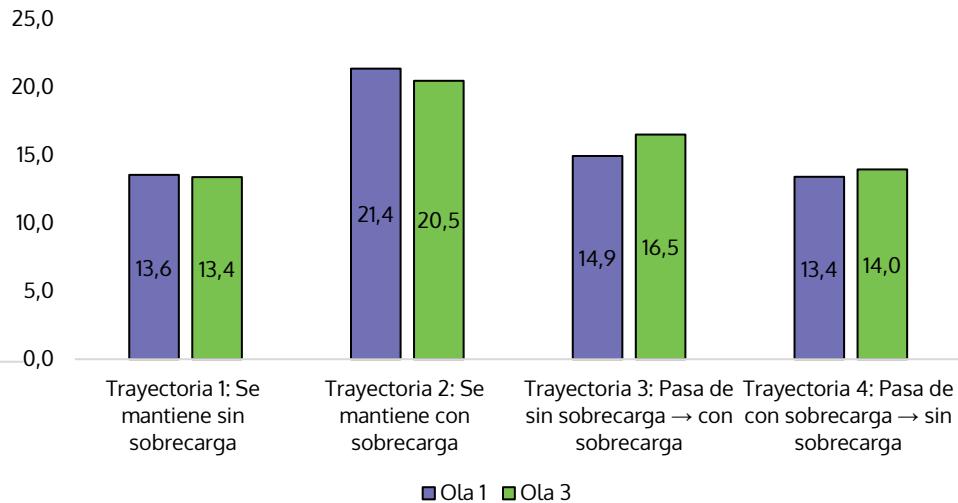


Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Promedio de horas diarias dedicadas al Cuidado según nivel de sobrecarga Zarit.
Muestra PMD

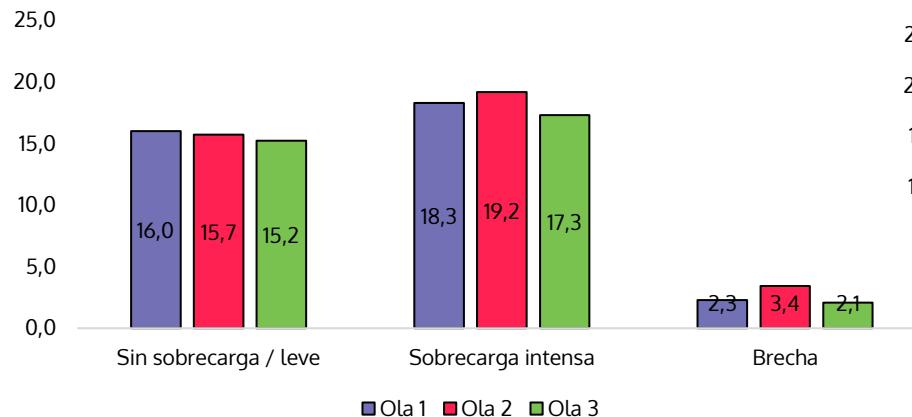


Promedio de horas diarias dedicadas al Cuidado según trayectoria de sobrecarga.
Muestra PMD

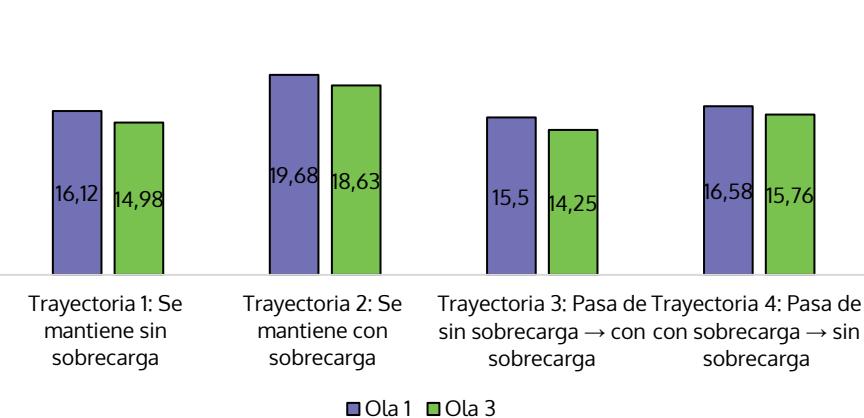


Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Promedio de horas diarias dedicadas al Cuidado según nivel de sobrecarga Zarit.
Muestra DID



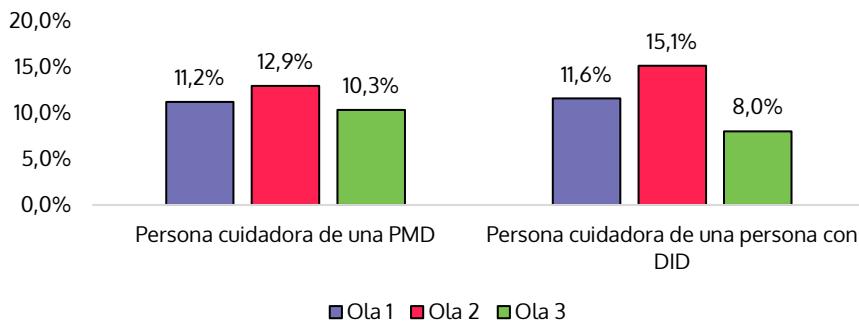
Promedio de horas diarias dedicadas al Cuidado según trayectoria de sobrecarga.
Muestra DID



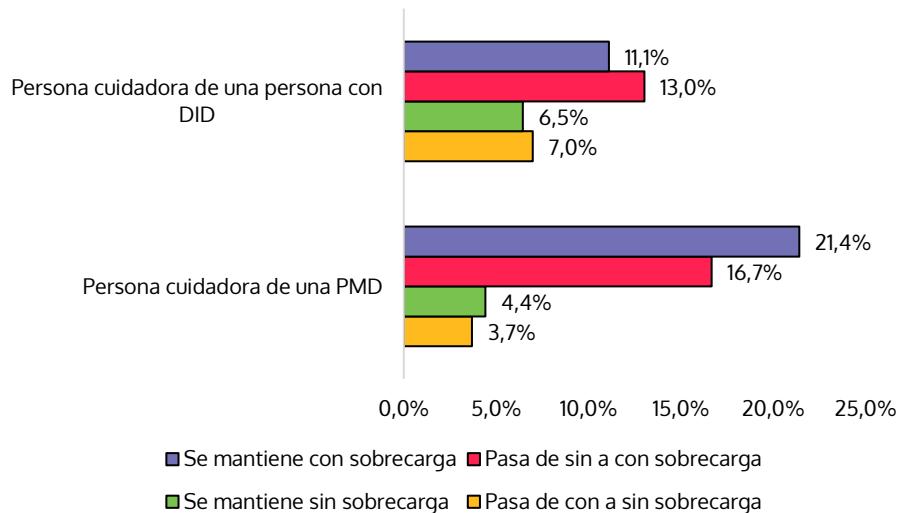
Relación de cuidados 2023-2025

Si tuviera la posibilidad de que la persona a la que cuida/apoya recibiera cuidado/apoyo permanente de alguien más, o de una institución, ¿Dejaría de cuidarle de manera permanente?

Porcentaje "Sí, dejaría de cuidar"

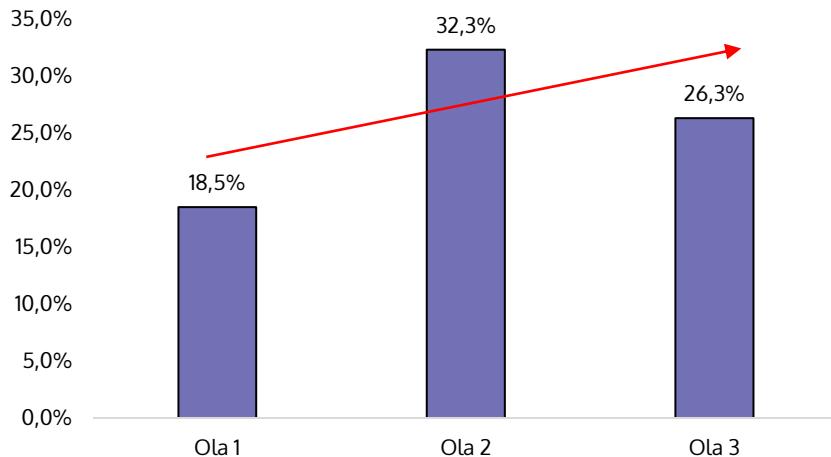


Disposición a delegar el Cuidado según trayectoria de sobrecarga entre 2023 y 2025 (Olas 1 y 3)

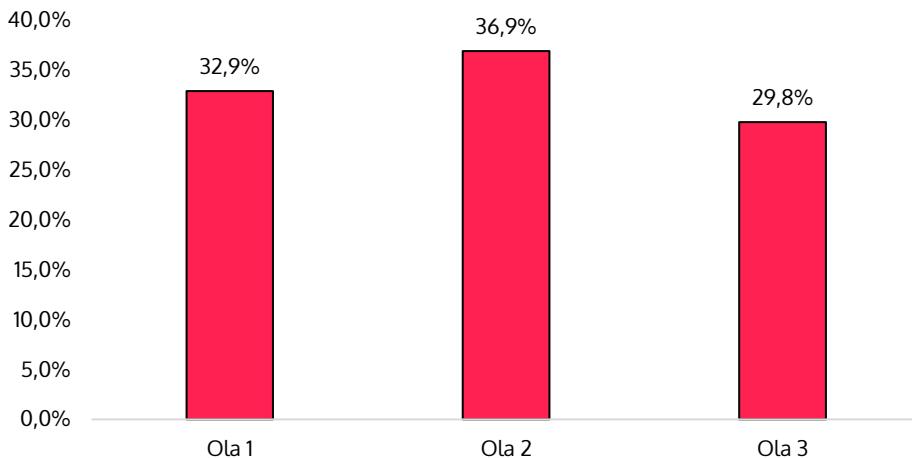


Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Prevalencia de soledad (Escala UCLA-3)
Muestra PMD

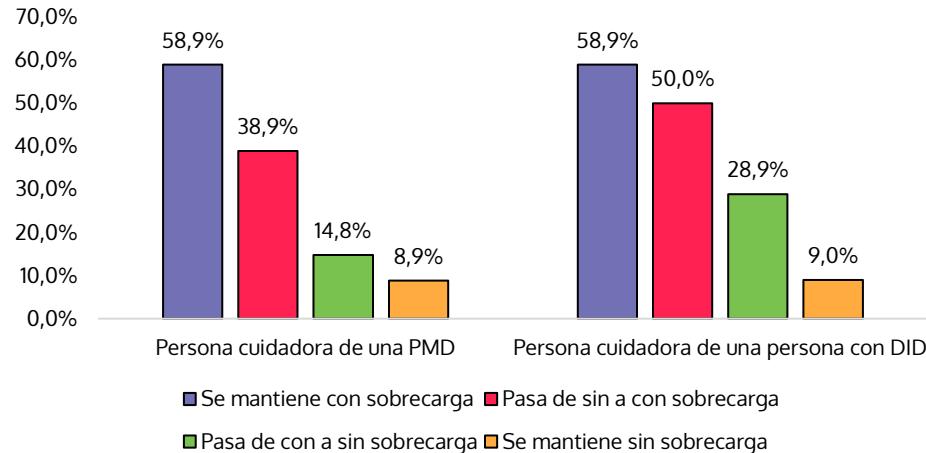


Prevalencia de soledad (Escala UCLA-3)
Muestra DID



Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Presencia de soledad (UCLA-3) según trayectoria de sobrecarga entre 2023 y 2025 (Olas 1 y 3)



Consecuencias del trabajo de cuidados 2023-2025

Comparativa 2023-2025: Porcentaje "Bastante/Siempre" de ítems que componen la Escala PAC, muestra PMD. Orden según magnitud da variación.

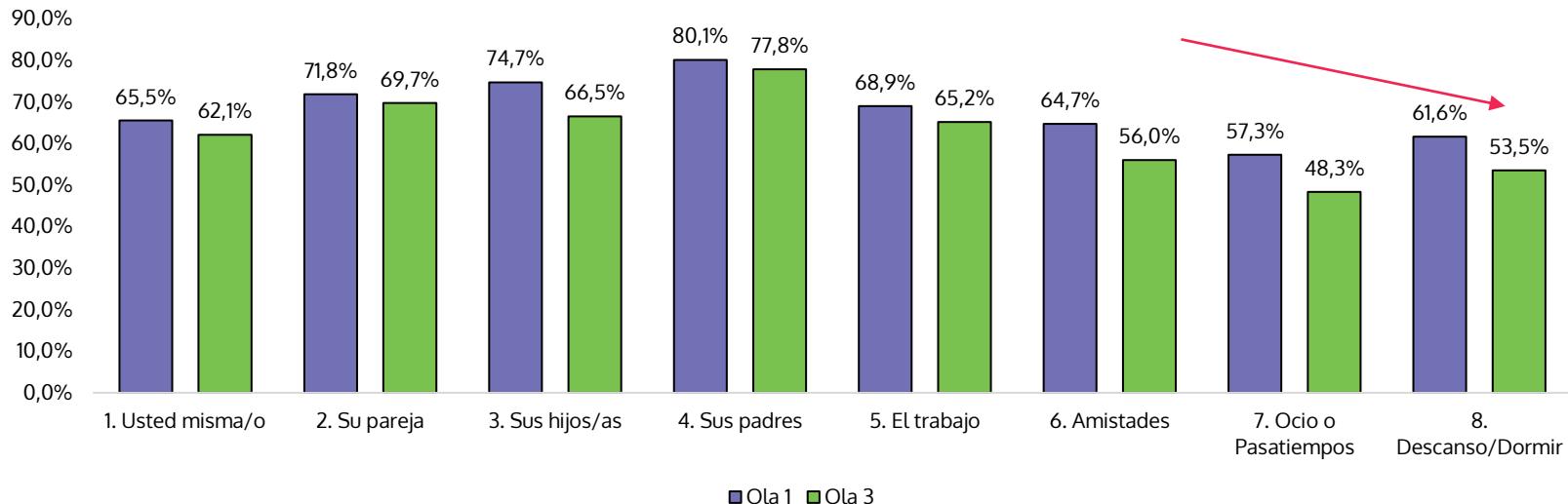
Ítem escala PAC	Ola 1 (%)	Ola 3 (%)	Brecha porcentual entre Olas 1 y 3.
6. Hace que se sienta fuerte y con confianza	79,7%	80,2%	0,4
7. Le ha permitido valorar más la vida	86,6%	85,8%	-0,9
8. Le ha permitido desarrollar una actitud más positiva hacia la vida	83,6%	82,8%	-0,9
1. Hace que se sienta más útil	79,3%	78,0%	-1,3
5. Hace que se sienta importante	69,0%	67,2%	-1,7
3. Hace que se sienta necesitado/a	74,1%	72,0%	-2,2
2. Hace que se sienta bien consigo mismo/a	85,8%	82,3%	-3,5
4. Hace que se sienta valorado/a	74,6%	71,1%	-3,5
9. Ha fortalecido su relación con otras personas	78,9%	72,0%	-6,9

Comparativa 2023-2025: Porcentaje "Bastante/Siempre" de ítems que componen la Escala PAC, muestra DID. Orden según magnitud de variación.

Ítem escala PAC	Ola 1 (%)	Ola 3 (%)	Brecha porcentual entre Olas 1 y 3.
4. Hace que se sienta valorado/a	66,7%	81,3%	14,7
2. Hace que se sienta bien contigo mismo/a	75,6%	88,4%	12,9
7. Le ha permitido valorar más la vida	82,7%	92,0%	9,3
6. Hace que se sienta fuerte y con confianza	78,2%	85,8%	7,6
5. Hace que se sienta importante	71,6%	76,9%	5,3
8. Le ha permitido desarrollar una actitud más positiva hacia la vida	83,1%	86,2%	3,1
3. Hace que se sienta necesitado/a	73,3%	76,0%	2,7
9. Ha fortalecido su relación con otras personas	82,2%	81,8%	-0,4
1. Hace que se sienta más útil	79,1%	71,1%	-8,0

Bienestar 2023-2025

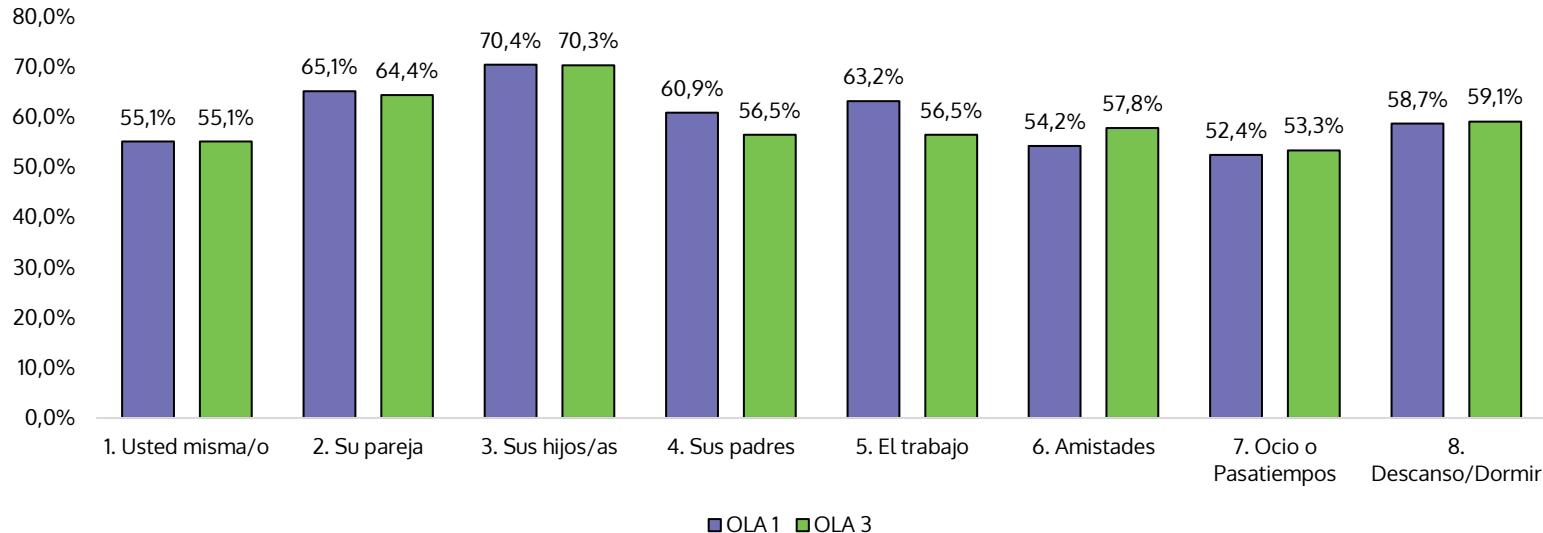
Satisfacción con el tiempo dedicado a ...
Muestra PMD



Para ítems 2, 3, 4 y 5, porcentaje calculado excluye a población "No Aplica".

Bienestar 2023-2025

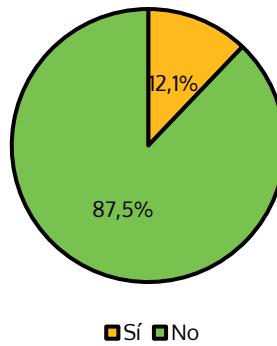
Satisfacción con el tiempo dedicado a ...
Muestra DID.



Para ítems 2, 3, 4 y 5, porcentaje calculado excluye a población "No Aplica".

Acceso a credencial de persona cuidadora en 2025: Muestra PMD.

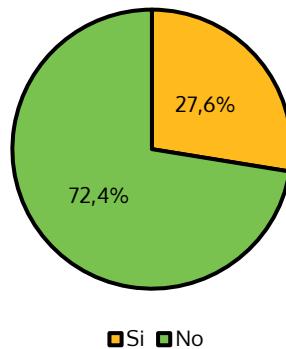
¿Ud. posee la credencial para personas cuidadora, documento que identifica a quienes realizan trabajo de cuidado no remunerado en Chile, otorgando acceso a beneficios y apoyos y que se tramita a través del Registro Social de Hogares?



Razones para no tener credencial del cuidador/a:	% del total
1. No sabía que existía	34,5%
2. No sé dónde obtenerla	37,9%
3. No me interesa	13,8%
4. Otra razón	13,8%

Acceso a credencial de persona cuidadora en 2025: Muestra DID.

¿Ud. posee la credencial para personas cuidadora, documento que identifica a quienes realizan trabajo de cuidado no remunerado en Chile, otorgando acceso a beneficios y apoyos y que se tramita a través del Registro Social de Hogares?



Razones para no tener credencial del cuidador/a:	% del total
1. No sabía que existía	38,0%
2. No sé dónde obtenerla	33,7%
3. No me interesa	13,5%
4. Otra razón (Por ejemplo: falta de tiempo o burocracia asociada).	14,7%

Reflexiones finales

- Este estudio muestra como las trayectorias y las consecuencias del trabajo de cuidados a lo largo del tiempo tienen matices y dependen tanto de las características de las propias personas cuidadora como de las personas cuidadas.
- En este sentido, es relevante considerar el contexto y particularidad en que se ejerce el trabajo de cuidado, entendiendo en su base está la interdependencia.
- Esto se alinea con el marco general en el que se inserta el nuevo Sistema Nacional de Apoyos y Cuidados en Chile, donde atender las demandas de la diada es vital para avanzar hacia el derecho al cuidado.



micare

Millennium Institute for Care Research



www.micare.cl



[@micare_chile](https://twitter.com/micare_chile)



[@micare_chile](https://www.instagram.com/micare_chile)



[micare.chile](https://www.facebook.com/micare.chile)