

# EL APOYO FORMAL A LA FAMILIA COMO CUIDADORA NATURAL

ISABEL SANTANA MORENO  
*Servicios Sociales Comunitarios  
Diputación de Huelva*

## RESUMEN

*El artículo que se presenta es la síntesis del trabajo y de la reflexión de todos los profesionales de la Red Provincial de Servicios Sociales Comunitarios de la Diputación de Huelva. Fruto del trabajo diario con las familias de nuestra provincia, de elaboraciones técnicas, como se refleja en la publicación del Programa de Convivencia y Reinserción en 1999, y del análisis, debate y propuestas de mejoras de distintas comisiones técnicas de trabajo.*

*La atención a la dependencia actualmente, está siendo objeto de muchos debates, análisis y propuestas de servicios para atenderla, en este artículo se aborda la intervención que desde de los Servicios Sociales Comunitarios se lleva a cabo en los procesos de ayuda a la familia como cuidadora principal de estas personas dependientes, la necesidad de apoyo y de atención que también tienen los cuidadores por el estrés y la sobrecarga que esta función conlleva. Supone un reto importante del sistema de Protección Social el garantizar la atención a la Dependencia como un Derecho Social Universal.*

## ABSTRACT

*The present essay is the synthesis of the research made by the professionals who work at the County Network for Communitarian Social Services of the Huelva Council. It is the result of a daily work with the peoples who live in this county, of much technical elaboration—as proved by the publication of the 1999 Coexistence and Reintegration Program—and of the analysis, debate and proposals for improvement of the different technical commissions.*

*Nowadays, the question of assistance in dependence is being subject to much debate and analysis. This essay studies the work of the Communitarian Social Services concerning both the support provided to the family as the main assistant of dependent people, and the need of support and attention required to diminish the emotional stress and overload of these families. Guaranteeing assistance to dependence as a Universal Social Right is an important challenge to the Social Protection System.*

*PALABRAS CLAVES: Apoyo social, dependencia, familia, cuidador informal, el grupo.*

*KEY WORDS: Social support, dependence, family, informal assistant, group.*

## 1. INTRODUCCIÓN

Con la civilización postmoderna aparece el nacimiento de la postfamilia y grandes modificaciones en los modelos y en las relaciones familiares, relativizándose los vínculos matrimoniales y dando lugar a una pluralidad de formas de convivencia. Así tenemos,

hogares unipersonales, familia nuclear, familia reconstituida, familia monoparental, unidades de convivencia con 2 o más núcleos familiares juntos, unidad de convivencia sin relación familiar...

Siguiendo a Gimeno (1999), la familia ha experimentado cambios en las funciones que se le asignan, en los miembros que la componen y en los roles que estos miembros desempeñan. Fenómenos como la entrada de la mujer en el mercado laboral, la independencia económica, el control de la natalidad, están modificando la institución familiar; esto significa que el modelo de familia que teníamos va cambiando, no es estático, y se van introduciendo otros modelos donde el papel de la mujer y del varón dentro de la familia va cambiando, las relaciones de la familia con la sociedad están siendo distintas. Todo ello unido al gran envejecimiento de la población, se estima que dentro de 15 años, 1 de cada 5 andaluces será mayor de 65 años; al incremento de la esperanza de vida, los mayores serán más longevos; a la cronificación de enfermedades y a la detección de nuevas enfermedades.

Así, destacamos las siguientes especificidades de la población dependiente:

- El 90% de los Mayores desean continuar en su domicilio o entorno natural.
- El 15% de la Población española presenta algún tipo de discapacidad
- Entre un 3 y un 6% de las P.Mayores tienen dificultades en las Actividades de la Vida Diaria (AVD).
- La prevalencia de la enfermedad de Alzheimer es del 8%, en las personas mayores de 65 años.
- Un 17% de los Mayores viven solos
- Los cuidados de las personas dependientes recaen fundamentalmente en los familiares, sobre todo en la mujer, (según el IMSERSO, el 84% de los cuidadores son mujeres con una edad media de 52 años
- La creciente demanda de apoyo de otros colectivos en especiales situaciones de necesidad (enfermos mentales, de SIDA, de Alzheimer, familias en crisis...).

Todo ello ha provocado una gran sobrecarga en la familia y dentro de ésta principalmente en la mujer, que aun hoy son las cuidadoras principales, a la mujer que tradicionalmente se le ha otorgado la función de proveedora de apoyos, sigue teniendo ésta y además otras muchas funciones fuera del ámbito familiar. La familia es el grupo primario que representa la organización social más básica, siendo la primera expresión de socialización y de solidaridad, protegiendo y cuidando a los suyos. Contribuye con una importante cantidad de ayuda en la asistencia a las personas con algún grado de dependencia, manteniéndose esta prestación de ayuda y de cuidados durante largos períodos de tiempo. Esta responsabilidad cotidiana de ayuda provoca un gran impacto tanto físico como psicológico en el cuidador principal y en el resto de la unidad familiar, siendo uno de los acontecimientos que más estrés ocasiona en la familia.

Desde los Servicios Sociales se trabaja con la familia apoyándola en la atención de sus necesidades y/o problemáticas y en su función protectora y cuidadora, pero también, apoyando y cuidando a esa familia que cuida y sobre todo a aquellos miembros más sobrecargados. Es desde los Servicios Sociales Comunitarios donde se trabaja la familia como grupo de una manera integral y global, al tratarse de servicios de atención primaria, especialistas de la generalidad y de la globalidad, territorializados, muy cercanos y accesibles. El grupo familiar se convierte en escenario frecuente del trabajo del equipo.

## 2. ACTUACIONES DE APOYO FORMAL A LA FAMILIA

Se entiende por Apoyo Social la relación en la que se ofrece o intercambia ayuda, esta ayuda puede ser material, emocional o instrumental, está demostrado que el apoyo social es fundamental para el bienestar de la persona y muy recomendable en situaciones de estrés.

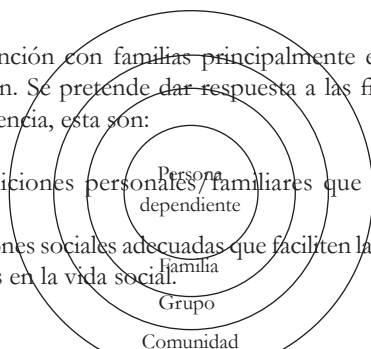
Podemos decir que existen tres sistemas de ayuda:

1. Sistema de ayuda natural, en él está incluido la familia, los vecinos y los amigos.
2. Sistema de ayuda natural organizado, formado por las asociaciones y por los grupos de apoyo.
3. Sistema de ayuda formal o profesional, que lo constituyen los servicios profesionales ya sean públicos o privados

El sistema formal debe fortalecer y apoyar los sistemas de apoyo natural y articular estrategias de coordinación entre los apoyos formales y entre éstos y los apoyos naturales. La intervención que desde los Servicios Sociales Comunitarios se realiza con familias como primera fuente de cuidados hacia sus miembros, va desde el sistema más pequeño, el individuo, hasta el sistema mayor, la comunidad.

Situaremos la intervención con familias principalmente en la Prestación Básica de Convivencia y Reinserción. Se pretende dar respuesta a las finalidades que describe el marco legislativo de referencia, esta son:

- posibilitar las condiciones personales/familiares que favorezcan una adecuada convivencia y
- propiciar las condiciones sociales adecuadas que faciliten la participación e integración de los individuos/familias en la vida social.



El Area de Servicios Sociales de la Diputación de Huelva, en 1999, elaboró el Programa de Convivencia y Reinserción (P.C.R.) como instrumento técnico para organizar las intervenciones Preventivas, de Asistencia y de Reinserción. basándonos en este documento teórico expondremos este artículo. Desde los Servicios Sociales se trabaja con la familia desde dos niveles de intervención y a través de un catalogo de servicios y programas de apoyo a la familia, estos son:

A nivel individual - familiar.

Se trabaja con la persona y con la familia donde está inserta. comprende todas aquellas actuaciones para la atención a personas y familias que presentan desajustes convivenciales, en el ámbito familiar y/o social

Corresponden a este nivel:

- El Servicio de Atención a Familias (S.A.F).
- El Servicio de Ayuda a Domicilio (S.A.D.)
- Las Prestaciones Complementarias (Ayudas Económicas Familiares y Ayudas de Emergencia Social).
- Y la derivación a Servicios Especializados.

A nivel grupal – comunitario.

Se trabaja con el medio, comprende las actuaciones que se desarrollan con grupos específicos de población y con la comunidad en general, en orden a evitar situaciones de rechazo hacia determinados núcleos de población y a promover la ayuda entre colectivos con dificultades de relación social.

Corresponden a este nivel:

- Los Talleres de Convivencia.
- La Formación de Padres y de Otros colectivos.
- Los grupos de apoyo a personas con igual problemática.
- Los Grupos de Ayuda Mutua.
- Actuaciones y Encuentros de convivencia (Intergeneracional, Intercultural, Interterritorial, entre usuarios de los diferentes servicios).
- Campañas de Sensibilización e información comunitaria.

De este catálogo de servicios y programas que se desarrollan en la provincia consideramos que todos de una manera directa o indirecta, apoyan a la familia como cuidadora principal de sus miembros.

De estos servicios explicaré aquellos que tiene una relación más directa con la atención de la dependencia (se entenderá por persona dependiente aquella que tiene una falta de autonomía importante y necesita para su cuidado la ayuda de una tercera persona) y a los cuidadores informales (personas que no pertenecen a ninguna institución social o sanitaria que cuidan a las personas dependientes o no autónomas que viven en su domicilio). Para la descripción y exposición se dividirán los servicios y programas que se prestan desde los Servicios Sociales Comunitarios en función de los destinatarios directos: las P. Dependientes (atención a la dependencia) o las personas cuidadoras (atención a los cuidadores).

3. ATENCIÓN A PERSONAS DEPENDIENTES	4. ATENCIÓN A LA FAMILIA Y A LOS CUIDADORES
3.1.- SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO	4.1.- PROYECTOS CON GRUPOS 1.1. Grupos de Ayuda Mutua 1.2. Grupos de Apoyo a personas con problemática común. 1.3. Proyectos de Formación a: - Padres - Cuidadores  4.2.- ACTUACIONES CON EL TEJIDO ASOCIATIVO. 2.1. Apoyo a Asociaciones 2.2. Formación 2.3. Reconocimiento y Dinamización

<p>3. SERVICIOS DE ATENCIÓN A PERSONAS                  3.1. SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO                  3.2.- ENCUENTROS DE                  Es un Servicio que ofrece las atenciones de carácter doméstico, social y de apoyo personal que permitan a la persona o familia destinataria seguir viviendo en su medio habitual. Es complementario y transitorio, realizado principalmente en el domicilio personal o familiar, mediante personal cualificado y supervisado, de carácter complementario que lo define se destaca que, en ningún caso, debe suplantarse la responsabilidad familiar ni sustituir la autonomía de la persona.</p>	<p>DEPENDIENTES                  4.3.- PROYECTOS CON LA COMUNIDAD.                  3.1. Campañas de Sensibilización                  3.2. Propuestas de creación de nuevos recursos y coordinación.                  4.1. Oligos y Programas Educativos                  4.2. Programas de apoyo                  4.3. Servicio de Atención a Cuidadores                  4.4. Proyectos para Cuidadores                  4.5. Planes para Cuidadores                  4.4. Proyecto de Coordinación Socio-</p>
---	--

Su configuración como Servicio supone, además, que puede concretarse en acciones que se desarrollen de forma independiente o conjuntamente con otros Servicios. Ofrece una ayuda personal a individuos y/o familias, cuya autonomía está limitada, proporcionándoles también otros tipos de atenciones de cara a facilitar un grado de independencia satisfactorio, como son la limpieza de la vivienda, compra y preparación de alimentos, cuidado de la ropa, acompañamiento, etc. Estas atenciones pretenden:

- Aumentar la autonomía de la persona o familia
- Aumentar su seguridad
- Mejorar el equilibrio personal y/o familiar
- Potenciar las relaciones sociales
- Ofrecer un respiro familiar

### 3.2. ENCUENTROS DE CONVIVENCIA Y RELACIÓN SOCIAL

Se trata de hacer una serie de actividades convivenciales de carácter lúdico, dirigidas a distintos colectivos/sectores de la población, que permiten ampliar la red social, aumentando su participación en la comunidad y sus relaciones sociales. Como objetivo general de la actuación se plantea favorecer la integración social de las personas, familias y grupos desde espacios convivenciales que permitan las relaciones interpersonales. Los encuentros específicos que se realizan son con:

- Usuarios de servicios de atención a personas dependientes (SAD).
- Intergeneracional
- Personas mayores y
- Personas con discapacidad.

Estos encuentros se realizan con aquellas personas que siendo dependientes su falta de autonomía aún no es demasiado elevada.

### 4. SERVICIOS DE ATENCIÓN DIRECTA A LA FAMILIA COMO CUIDADOR PRINCIPAL Y A LOS CUIDADORES

Los Servicios y Programas descritos anteriormente, indirectamente, son también servicios de atención a la familia como cuidadora principal y a los cuidadores, si los consideramos

como servicios que ofrecen un respiro familiar, bien sea porque otra persona realiza las tareas que hace el cuidador/a o bien porque las personas dependientes o con necesidades de vigilancia y protección salen del domicilio para participar en estos programas.

Para la Familia como cuidadora se desarrollan fundamentalmente programas de intervención con grupos y con la comunidad. Con grupos se pretende potenciar actitudes, aptitudes, habilidades y redes de relaciones porque los individuos que forman estos grupos tienen dificultades de convivencia e integración. Y con la comunidad, sensibilizar a la población sobre situaciones sociales de colectivos con necesidades especiales, para promover la tolerancia y aceptación de estos colectivos en la comunidad, ya que existen o se prevén situaciones de discriminación, marginación o rechazo social. Se desarrollan proyectos con: grupos, asociaciones y la comunidad. Veamos cada uno de ellos:

#### 4.1 PROYECTOS CON GRUPOS: EL GRUPO COMO FUENTE DE APOYO.

El grupo es la estructura social básica, se entiende por grupo el conjunto de personas que participan en una misma estructura vivencial colectiva. De todos es sabido que el grupo no es sólo la suma de individuos, sino que, además, debe tener una finalidad compartida y los miembros estar comunicados entre sí. El grupo pervive como tal mientras exista un mismo fin. Se trabaja con los grupos/colectivos a los que pertenece el individuo en función de:

- La edad: menores, adolescentes, jóvenes, adultos y P. mayores
- La problemática: discapacidad, adicciones, enfermedad, dependencia, falta de empleo
- El rol o función: padres, cuidadores, educadores
- El sistema sexo-género
- Y otros que se encuentren en dificultad social

*Desde la Intervención grupal, se trabaja con actuaciones centradas en la ayuda mutua, desarrollo de la solidaridad, participación ciudadana, competencia para el análisis de situaciones y toma de decisiones que afectan a un colectivo, habilidades de trabajo en equipo, etc. Las técnicas de intervención grupal permiten al profesional desarrollar objetivos de organización y dinamización comunitaria con la pretensión de:*

- Mejorar las actitudes y habilidades de individuos con problemáticas familiares y sociales comunes, creando espacios de relación, participación e integración con colectivos normalizados.
- Impulsar y crear grupos de apoyo social, basados en la eficacia de la ayuda y soporte terapéutico que generan, así como por la calidad de relaciones que se establecen entre los individuos afectados por una misma problemática personal y/o social.
- Fortalecer el adecuado desempeño de roles de los distintos miembros de la familia (padres, hijos, abuelos) a través de actividades grupales de carácter formativo y/o lúdico, impulsando así mismo actividades de integración entre estos colectivos.
- Impulsar y crear recursos preventivos e integradores para grupos, en colaboración

con instituciones o asociaciones relacionadas con estos grupos, ofreciendo espacios formativos y/o lúdicos en los que sus participantes desarrollen valores y actitudes positivas para su crecimiento personal, familiar y social.

Se opera en el ámbito preventivo, asistencial y de reinserción mediante actuaciones grupales, contando con los recursos profesionales de los Centros de Servicios Sociales y los recursos de otras instituciones públicas, privadas o sociales del territorio. El conjunto de medidas que se ponen en marcha a nivel grupal, requiere para su desarrollo una infraestructura que no puede garantizarse en exclusiva desde la Diputación. Para su implantación es necesario que estén involucradas las distintas instituciones con competencias en el ámbito del municipio, lo cual garantizaría un nivel de resultados más óptimo. Estas medidas, que se desarrollan en los municipios o en el ámbito comarcal, complementan y sirven para reforzar los procesos de ayuda a las familias. A continuación se sugieren algunas de las posibles medidas relacionándolas con las instituciones más afines y con las Áreas de intervención familiar que complementan<sup>1</sup>:

<sup>1</sup> En el Subprograma Grupal/Comunitario del PCR se ofrece una descripción detallada de algunas de estas medidas que en el ámbito de los Servicios Sociales Comunitarios de la Diputación Provincial de Huelva se concretan, actualmente, en Actuaciones (tal y como estas quedan definidas en el Bloque General del PCR).



Fuente: PRC de la Diputación de Huelva, 1999	MEDIDAS RELACIONADAS	COORDINACIÓN CON:
<p>Los proyectos con grupos que se ponen en marcha en la provincia de Huelva son los siguientes:</p> <p>Aprendizaje de roles, habilidades individuales,</p> <p><i>Impulso de grupos de ayuda mutua</i></p> <p>Los Grupos de Ayuda Mutua (GAM) están formados por personas que tienen en común una misma problemática o situación conflictiva, se agrupan voluntariamente para ofrecerse entre ellos distintos tipos de apoyos, fundamentalmente de tipo emocional y a través del grupo se les proporcionan mayores recursos de afrontamiento del problema que les une. Estos grupos se basan en el apoyo entre iguales y su orientación se basa en el aprendizaje experiencial, más que en el entrenamiento de técnicas o la educación formal. Su enfoque es holístico, la persona como un todo, es decir, en su dimensión biológica, emocional, espiritual, cultural y social. Se trata de proporcionar soporte emocional e instrumental a los miembros del grupo, compartiendo la perspectiva individual de su problemática y constituyendo un sistema de ayuda en el cual la persona es a su vez proveedora y receptora de apoyo.</p>	<p>En el año 1999 se promueve la participación de las personas que se promueve la participación</p> <p>Talleres de formación para la convivencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupos de Formación de padres y F. de cuidadores</li> <li>• Grupos de Autoayuda.</li> </ul> <p>Talleres de convivencia e inserción social</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Talleres prelaborales,</li> <li>• Talleres de inserción socio-laboral.</li> <li>• Talleres de búsqueda de empleo.</li> </ul>	<p>COORDINACIÓN CON:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colegios Públicos.</li> <li>• Ayuntamiento.</li> <li>• Agencias de Desa. rrollo Local.</li> <li>• Unidades de Promoción de Empleo.</li> </ul>
<p>Prevención de conflictos de la familia</p> <p>Partiendo de la premisa de que desde Servicios Sociales Comunitarios podemos garantizar intervenciones de estímulo y apoyo de los GAM y dar a conocer a los posibles destinatarios en qué consiste este modelo de autoayuda, acompañándoles en las primeras etapas de su constitución. El desarrollo y posterior evolución del grupo es responsabilidad de sus integrantes, aunque los técnicos podemos apoyarlos en las demandas que surjan, pero sin asumir la coordinación o dirección del grupo. Refiriéndonos al tipo de problemáticas o situaciones sociales que son objeto de atención a través de un GAM desde Servicios Sociales podemos destacar las siguientes:</p>	<p>Talleres de convivencia e inserción social</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Talleres de actividades recreativas</li> <li>• Apoyo a las asociaciones existentes o a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuntamiento.</li> </ul>

- Personas cuidadoras de personas dependientes (por motivos de incapacidad física o mental).
- Personas que viven situaciones de aislamiento social por motivos de índole étnico o racial.
- Personas que viven situaciones de aislamiento social por motivos de su situación personal y/o familiar (viudos/as, madres solteras, mujeres separadas con cargas familiares,...).
- Personas que viven situaciones de aislamiento social a causa de su identidad personal y/o opción de vida (prostitución, homosexualidad, mendicidad...).
- Personas que comparten una misma situación y /o problemática (ex alcohólicos, familiares de drogodependientes...).

*Grupos de apoyo de personas con problemáticas comunes*

Consisten en trabajar grupalmente situaciones similares, empleando como estrategia el análisis de éstas desde la vivencia de cada uno de los integrantes del grupo. De esta forma, a través de las orientaciones facilitadas por el profesional, el grupo desarrolla las habilidades necesarias para superar las dificultades, al mismo tiempo que se cuenta con

el grupo como soporte social que les permita hacer frente a situaciones de estrés que pudieran originarse. Se pretende reforzar a los destinatarios para el óptimo desempeño de sus responsabilidades y de autocuidado, a través de la experiencia que se moviliza desde y con el grupo. Desde las Z.T.S. cuando se plantea la creación de un grupo de apoyo de personas cuidadoras se pretende:

- Intervenir grupalmente en problemáticas o situaciones detectadas individualmente, es decir realizar tratamiento social grupal.
- Posibilitar a los cuidadores un foro de diálogo, reflexión e intercambio de experiencias para el enriquecimiento mutuo y con el asesoramiento de un profesional.
- Facilitar la integración social de familiares cuidadores que atienden a personas dependientes, para disminuir sentimientos de aislamiento y estigmatización.
- Compartir estrategias de solución de problemas ante las dificultades más comunes en la atención a la dependencia.
- Aumentar las redes sociales de los componentes del grupo, a través del contacto personal en el grupo y de los posibles lazos de apoyo que surjan espontáneamente fuera del grupo.
- Fortalecer la autoestima y la capacidad de acción de los integrantes del grupo.

Las acciones identificativas de los grupos de apoyo son las *Sesiones de trabajo grupal*, de una o dos horas de duración en las que se discute, en pequeños grupos, sobre temas propuestos por éstos o por el profesional coordinador del mismo, éste realizaría, entre otras funciones de conducción del Grupo, consultoría y formación. Las características del grupo de apoyo y los objetivos del mismo variarán según la naturaleza de los problemas que tengan los integrantes del mismo. Se centrarán entre otros temas, en el manejo del estrés, las dificultades en la tarea del cuidador, el autocuidado, las dificultades en las relaciones personales y sociales, superar una separación o divorcio, enfermedad o muerte de un ser querido, problemáticas específicas de familias monoparentales.

#### *La formación/ capacitación para mejorar la eficacia y eficiencia*

En los proyectos de Formación se realizan actividades de aprendizaje y reforzamiento del rol cuidador y protector de los cuidadores con la finalidad de:

- Potenciar los recursos personales y competenciales.
- Ofrecer información sobre los distintos aspectos relacionados con los intereses del grupo.
- Concienciar a los miembros del grupo de la importancia del papel que juegan en la familia.
- Ofrecer mecanismos adecuados de respuestas ante situaciones conflictivas que surjan en las relaciones familiares.
- Desarrollar las habilidades personales y sociales que permitan mejorar la convivencia familiar y social.
- Favorecer la estabilidad y cohesión del grupo con el que se trabaja de manera que favorezca la reflexión, el intercambio de experiencias y en definitiva permita un proceso de aprendizaje grupal.
- Interrelacionar el grupo con el resto de actividades preventivas y comunitarias que

se desarrollen en el municipio.

Las acciones formativas que con mayor frecuencia se suelen desarrollar en esta actuación son del tipo de, Jornadas de Formación, Grupos de Formación, Talleres de Formación de temas específicos. Las materias o temáticas que más se trabajan son: Habilidades Sociales. Cuidados especiales a: enfermos de Alzheimer, personas mayores y personas con discapacidad. Autocuidado para cuidadores. Autoestima y autocontrol. Resolución de conflictos. Técnicas Comunicación Conferencias-Ponencias dirigidas por expertos en distintas materias relacionadas con la enfermedad y la atención de la dependencia.

#### 4.2. TRABAJO CON EL TEJIDO ASOCIATIVO

Trabajar con asociaciones desde Servicios Sociales Comunitarios, conlleva tener presente una serie de principios básicos como son la corresponsabilidad y la participación social, principios que son expresión de la vertiente comunitaria y la metodología participativa que identifican a este sistema público. Tener presente a las asociaciones como fuente de detección de problemáticas, de sensibilización, de reivindicación y de prestación de servicios. Las principales actuaciones que se realizan con las asociaciones son las de impulso y apoyo técnico, entendido éste como aquellas estrategias o líneas de actuación centradas en la capacitación y crecimiento de la asociación como grupo social, para que ésta pueda lograr los objetivos que la identifican como grupo, interviniendo con eficacia y coherencia en la realidad social. Se trata de proporcionar a las asociaciones el apoyo instrumental, material y emocional necesario para incrementar su capacidad de gestión y autonomía, en un proceso de trabajo conjunto acorde a las necesidades de los destinatarios y a las capacidades técnico-organizativas de los Servicios Sociales Comunitarios. Este Apoyo técnico se concreta en tres actuaciones:

- El Asesoramiento Técnico es un proceso de ayuda que facilita la detección y atención de las necesidades de la asociación, y se materializa en apoyo instrumental y técnico. Incide en la cohesión interna del grupo, está abierto a los miembros de la asociación que puedan participar en él.
- La formación es una actuación de aprendizaje y capacitación, es una formación centrada en los aspectos más generales de la práctica asociativa, se trata de facilitar los conocimientos y contenidos teórico-prácticos que incidan en la capacidad de funcionamiento, organización y relación de las asociaciones.
- Reconocimiento y dinamización del tejido asociativo, son actuaciones que comparten el reconocimiento y proyección social de las asociaciones y grupos, así como el interés por dar a conocer las actividades que realizan. Entre otras tenemos: premios de Proyectos para las asociaciones o grupos, con el objetivo de incentivar y dar a conocer a la población, la labor social de asociaciones y grupos, a través del reconocimiento social de sus proyectos. Encuentros de Asociaciones y Grupos, son espacios de relación

entre asociaciones, con objetivos de convivencia e intercambio de experiencias entre las asociaciones, estrategia de utilidad para las asociaciones que están en su etapa inicial y las que pueden aportar orientaciones a través de su propia experiencia, obteniendo asimismo reconocimiento social por la labor que han realizado.

Las asociaciones con las que trabajamos, cuyos socios tiene un perfil de cuidador son: ex alcohólicos y familiares. Familiares de Drogodependientes. Familiares de Discapacitados. Familiares de Personas con algún tipo de enfermedad (Alzheimer, Enf. Mental, SIDA).

#### 4.3. PROYECTOS CON LA COMUNIDAD.

La comunidad donde estas familias están insertas como conocedora, sensible y suministradora de apoyo a la familia. El término “comunidad” es complejo por lo que se ha considerado importante acercar su significado al contexto en el que se desarrolla la intervención profesional desde los Servicios Sociales. Se reconoce la comunidad como el conjunto de personas que comparten una conciencia de identidad común respecto a cultura, sistema de valores, entorno... Generalmente, a través del intercambio y la convivencia, se articulan en un conjunto de sistemas interdependientes con intereses comunes y particulares los cuales, a veces, entran en conflicto, por lo que se movilizan para resolverlo y para organizar sus recursos. Si bien es cierto que la comunidad es destinataria de todos los programas, se incluye como tal, dada la importancia que tiene en aquellas actuaciones relacionadas con la convivencia y la integración social de las personas. Para comprender mejor esta idea se aportan estas dos dimensiones de la comunidad:

- **Dimensión Educativa:** La comunidad es transmisora de valores, basa su eficacia educativa en el hecho de ser fuente de normas y valores, proporcionando modelos, e instando a que sean seguidos por los ciudadanos, recompensándolos con su aprobación y sancionándolos en caso de disconformidad.
- **Dimensión Socializadora:** La integración del individuo en la comunidad se realiza en dos tipos de grupos, los primarios y secundarios. La socialización primaria de la persona, se realiza en los grupos primarios, básicamente en la familia. La comunidad como tal es un grupo secundario, donde el individuo continua su proceso de socialización. Esto es, el individuo amplía horizontes sociales, contrasta el modelo cultural aprehendido por su grupo primario de referencia y como consecuencia de este choque cultural revisa y adquiere otros puntos de vista que contribuyen a su crecimiento personal.

Las actuaciones que más inciden en la comunidad son las de sensibilización, integración y apoyo a grupos, siempre que los objetivos de las mismas estén relacionados con la mejora de la convivencia.

#### *Campañas de sensibilización e información comunitaria*

Son actividades de difusión que tienen una intencionalidad de movilización social ante problemáticas o hechos que pueden provocar situaciones de marginación o discriminación. El cometido de estas actividades trasciende al acto de informar promoviendo el respeto, la tolerancia y cooperación ciudadana emplean estrategias participativas para la concienciación, el cambio de actitudes y la implicación de la comunidad.

En este contexto se entiende que las Campañas de Sensibilización basadas exclusivamente en la difusión no favorecen el contacto con la realidad social, ya que se produce una línea de información unidireccional, carente de interlocutor concreto. Los objetivos de este programa hacen que interese más implicar a la población en el proceso metodológico que finalizar la acción en la mera propagación de información.

De este modo la sensibilización se convierte en la fase inicial de un proceso de trabajo con la población; proceso que se concreta a medio plazo en proyectos de intervención que utilizan actividades participativas, formativas y lúdicas, además de las habituales referidas a la divulgación mediante cartelería, dípticos, emisiones de radio... Actividades encaminadas a reducir obstáculos o barreras culturales y sociales que están impidiendo el acceso a sistemas informales de apoyo.

Las Campañas de Sensibilización versan sobre: integración y aceptación de los "otros". Relaciones Intergeneracionales. Valores Sociales. Los Derechos de los Niños. Derechos y problemas de las Personas Mayores. Situaciones de maltrato familiar. Problemáticas de los inmigrantes. Acercamiento a la cultura de minorías étnicas (colectivo gitano u otros). Problemáticas de personas dependientes.

*Propuestas de creación de nuevos recursos y coordinación entre instituciones de la comunidad.*

Desde el territorio se detectan muchas necesidades y carencias, consideramos que es función básica de los Servicios Sociales Comunitarios realizar propuestas de creación de nuevos recursos, ampliación y rentabilización de los existentes, en la siguiente línea: servicio de ayuda a domicilio como derecho universal, programas de estancias diurnas, centros de día con servicio de comedor, programas de respiro familiar, programas de entrenamiento a cuidadores, rehabilitación y fisioterapia a domicilio y en centros sanitarios, programas de salud, cuidados sanitarios a domicilio, programas de adaptación de viviendas, viviendas tuteladas, miniresidencias, unidades de día y unidades de inserción sociolaboral...

En consonancia con la integralidad y la globalidad de la intervención social se resalta la importancia de impulsar estrategias de coordinación, uniendo nuestros esfuerzos con entidades públicas y privadas con la finalidad de diseñar y ejecutar líneas conjuntas de intervención.

En la atención a la dependencia necesariamente se deben de establecer canales de relación con el Sistema de Salud, con la finalidad de complementar las prestaciones y servicios que ambos sistemas de protección ofrecen a la población.

#### 4.4. OTRAS ACTUACIONES GLOBALES

Se encuadran en esta categoría aquellos servicios y/o programas que ofrecen de una manera más global un conjunto de proyectos y actuaciones.

### *Servicio de atención a cuidadores*

Este servicio está puesto en marcha en la Zona de Trabajo Social ( Z.T.S.) Costa, desde esta zona se ofrece este Servicio como recurso de apoyo mediante intervenciones de Formación – Información, Aprendizaje de Habilidades y Apoyo Emocional a los familiares cuidadores. Los objetivos que se plantean desde el Servicio es de reducción de la sobrecarga y el estrés emocional, así como mejorar la calidad de las relaciones interpersonales, la red social y familiar El Servicio ofrece cuatro actuaciones o intervenciones:

1. Orientación familiar, es la primera acogida de la familia y/o cuidador, bien por demanda directa o por derivación de otras entidades de la zona.

Se recepciona la demanda, se le oferta a la familia información, asesoramiento y gestión de recursos para la atención de la persona dependiente: unidades de estancia diurna servicio de ayuda a domicilio, residencias ya sea de manera permanente o por temporadas.

2. Taller formativo, desde el taller se facilita información y conocimientos para para que el cuidador se sienta mejor y le resulte más fácil la prestación de cuidados. Se realiza a través de cinco sesiones semanales de dos horas de duración cada una para un grupo de 10-15 personas.

Va dirigido a aquellos familiares cuyo nivel de sobrecarga se valora como ligero, para ésta valoración se tienen en cuenta estas variables: estrés emocional, sobrecarga, apoyo social y calidad en las relaciones.

3. Grupo de Ayuda Mutua, se ofrece este grupo a familiares que se le haya diagnosticado un nivel de sobrecarga moderado.

Con la pretensión de facilitar el aprendizaje interpersonal y el apoyo emocional entre personas que ejercen el mismo papel de cuidador y favorecer la búsqueda de soluciones basada en el intercambio de experiencias de los cuidadores.

Se realizaran en sesiones semanales de 90 minutos y para grupos de 8 a 10 personas.

4. Terapia individual/familiar, va dirigida aquellas personas o familias que estén con un nivel de sobrecarga muy alto. Se presta atención individualizada a las problemáticas emocionales y/o afectivas que presenta la persona y/o la familia cuidadora. Las sesiones son individuales o familiares cuya duración y frecuencia dependerá del diagnóstico y de la evolución de la situación.

### *Programa Alzheimer*

Este programa se desarrolla en el municipio de Beas por los Servicios Sociales Municipales con la colaboración de la Z.T.S. Cinturón. El objetivo general que se plantea en el programa es ofrecer una alternativa de atención a personas y familiares afectados por la enfermedad de Alzheimer que complementen las atenciones que presta las familias. Se pretende en definitiva, retrasar la incapacidad física de los enfermos el mayor tiempo posible, proporcionar un respiro a los familiares y a los cuidadores, facilitar a los cuidadores

información y formación sobre la enfermedad, ofrecer un espacio para la reflexión y la Ayuda mutua y facilitar atención y acompañamiento a los familiares en la fase final de la enfermedad, ayudándoles a enfrentarse a la situación. Se dividen las actuaciones en aquellas que van dirigidas a las personas enfermas y las dirigidas a los familiares y cuidadores:

Actuaciones dirigidas a enfermos de Alzheimer: servicio de ayuda a domicilio. Taller de entrenamiento y habilidades; con el objetivo de que el enfermo se adapte al medio y permanezca integrado en su comunidad el mayor tiempo posible.

Actuaciones dirigidas a familiares: grupo de ayuda mutua de familiares de enfermos de Alzheimer, se pretende ofrecer a los cuidadores apoyo emocional e instrumental para minimizar los efectos provocados por la sobrecarga que conlleva el cuidado de enfermos y para obtener respuestas a sus necesidades. Acompañamiento durante y en la fase final de la enfermedad, se dirige a los familiares y cuidadores y se ofrece apoyo, información y orientación individualizado.

A lo largo del año 2003 se va a poner en marcha un programa de estas características en otro municipio de la Z.T.S. Cinturón, en Trigueros, en colaboración con los Servicios Sociales municipales.

#### *Talleres para cuidadores de personas dependientes*

Se realiza un trabajo con los cuidadores a través de proyectos de manera interrelacionada: Proyectos de formación y capacitación. Impulso y apoyo a Grupos de Ayuda Mutua y Apoyo técnico a asociaciones. Con estos talleres se está trabajando en las Z.T.S. del Condado Sur, en el municipio de Bollullos Par del Condado; en la Sierra Este, en Aracena y en el Condado Norte con la implantación del mismo a nivel comarcal.

#### *Proyecto de coordinación socio-sanitaria para la atención a la dependencia*

Se va a comenzar a trabajar en la Z.T.S. Cuenca Minera un proyecto de colaboración entre Salud, Servicios Sociales y la Asociación comarcal de familiares de enfermos con necesidades de cuidados permanentes, con la finalidad de programar conjuntamente actuaciones para atender a las personas dependientes y a los cuidadores.

### 5. A MODO DE CONCLUSIÓN

Las conclusiones más relevantes que los equipos de los Servicios Sociales Comunitarios extraen de su práctica diaria son:

- La demanda de servicios asistenciales es cada vez mayor y ni la iniciativa pública ni la privada están ofreciendo toda la respuesta necesaria y adecuada para atender

esta problemática. La familia siente que la respuesta más real es la que ellos están ofreciendo.

- La familia es la que atiende fundamentalmente a las personas dependientes no internadas y esta familia padece situaciones de estrés, ansiedad, soledad y aislamiento.
- La familia no tiene los conocimientos suficientes sobre las enfermedades que padecen sus miembros y sobre los cuidados que necesitan. Se detecta una falta de recursos en el medio para atención de la dependencia, que podrían descargar a la familia de esta tarea diaria y prolongada en el tiempo, que le supone una intensa y permanente dedicación.

Desde los Servicios Sociales Comunitarios se propone que es necesario articular servicios y programas que apoyen a estos cuidadores, para ello será necesario:

- Dotar a los cuidadores de los conocimientos básicos necesarios que les aporten mayor seguridad en la atención que dispensan.
- Entrenarlos en las estrategias y las técnicas adecuadas para que reduzcan la sobrecarga y el estrés
- Facilitar la información y el acceso a los recursos existentes para que les apoyen en el cuidado
- El reconocimiento y apoyo, a través de la metodología grupal que posibilita la autonomía y la autoconfianza
- El impulso de asociaciones de familiares y cuidadores que realicen su función de detección, sensibilización y reivindicación.
- Ofrecer servicios y programas integrales de atención a la dependencia y a sus cuidadores principales
- Incorporar en las actuaciones de los Servicios Sociales la valoración de los sistemas de apoyo de la persona
- Rentabilizar los recursos naturales a través de la intervención de los recursos formales.
- Fomentar actitudes solidarias basadas en los vínculos interpersonales y en apoyos naturales de la comunidad para descargar a la familia.
- Promover también actitudes solidarias de apoyo social en la población masculina, que tradicionalmente ha estado muy al margen de la función cuidadora y proveedora de apoyos.
- La formalización y coordinación del cuidado familiar de manera integral

La atención a la dependencia va a requerir formulas innovadoras y el esfuerzo de todos los sectores implicados en la atención de las múltiples necesidades que el colectivo presenta.

En Servicios Sociales se ha planteado siempre la necesidad de potenciar los recursos de apoyo natural e informal como complemento indispensable de la ayuda formal o



profesional, pero en la atención de la problemática que nos ocupa está ocurriendo lo contrario, el apoyo fundamental lo aportan los familiares y los sistemas formales actúan como complemento. Es el momento que desde todos los sistemas formales de protección social se reivindicquen servicios para atender a las personas con dependencia como Derecho Universal. Hay que fomentar el apoyo formal en la atención a las personas dependientes y el apoyo natural para la familia y cuidadores informales.

Desde los Servicios Sociales Comunitarios nos planteamos la necesidad de *ir consolidando una red universal de recursos estables para mejorar la convivencia y apoyar a la familia*. Es imprescindible la creación de una Red de Servicios de Proximidad de atención a la dependencia a través del modelo de provisión de servicios en cascada, desde la intervención en el domicilio hasta la hospitalización o internamiento, pasando por toda la intervención comunitaria con programas y servicios en el medio habitual. Así como la creación de servicios de apoyo a los cuidadores y a la familia. Las redes sociales naturales son una fuente de apoyo fundamental y consideramos que hay que tenerlas en cuenta y cuidarlas para que no se deterioren y suministren el apoyo que ellas aportan mejor que ningún otro sistema, el apoyo emocional, hay que hacerlas participe en la planificación de los recursos de atención a las dependencias y a las familias cuando se trabaja desde el sistema público de servicios Sociales.

Es necesario trabajar en Red desde los diferentes ámbitos: Político; Impulsando políticas de Protección Social compactadas, integrales e interconectadas. Técnico; coordinando e integrando las actuaciones. Poblacional; impulsando y creando redes entre la población atendida y trabajando con la red social de apoyo de esta población. Desde el sistema formal de apoyo, es decir las administraciones públicas, se ha de garantizar cada vez más servicios para atender la dependencia y reducir la sobrecarga familiar. La sociedad civil, a través de las asociaciones de familiares y de voluntarios también presta cada vez más servicios a las personas dependientes y a sus cuidadores, sería necesario incluir también una tercera vía que es el seguro de dependencia (ya sea en la modalidad de público, privado o mixto). Los retos que hoy se plantean las sociedades modernas y por lo tanto los sistemas formales de apoyo, deben conjugar por un lado la satisfacción de los cuidados personales con servicios de calidad y la defensa y consolidación de derechos sociales universales cada vez más amplios en un contexto social en el que el protagonismo del tejido social crece en paralelo a las nuevas necesidades y demandas sociales.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CENTRO DE DOCUMENTACIÓN Y ESTUDIOS, S.I.I.S. (1995): *Red natural de atención*. Diputación Foral de Álava, Vitoria.
- DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE HUELVA. (1999): *Programa de Convivencia y Reinserción Social*. Área de Servicios Sociales, Huelva.
- DIPUTACIÓN DE SEVILLA. (1997): *Proyecto de Atención Familiar*. Documento base. Área de Asuntos Sociales. Serie Estudios Técnicos N° 2, Sevilla.
- GÓMEZ DE TERREROS, I. (1995): *Los profesionales de la salud ante el maltrato infantil*. Comares. Granada.

- GRACIA FUSTER, E. (1997): *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Piados, Barcelona.
- MARTORELL, J.L. (1996): *Psicoterapias. Escuelas y conceptos básicos*. Pirámide, Madrid.
- DE LA RED, N. y Otros. (1995): “Servicios Sociales en el medio rural”, en *Intervención Psicosocial*, 12; 17-36.
- GIL LACRUZ, M. y Otros. (1996): “Aproximación operativa a los conceptos de participación y sentimiento de pertenencia: estrategias de intervención en la comunidad”, en *Intervención Psicosocial*, 13; 21-30.
- GIMENO, A.(1999): *La familia: el desafío de la diversidad*. Ariel, Barcelona.
- GRACIA FUSTER, E.( 1996): “Los grupos de autoayuda en el contexto de las estrategias de intervención social”, en *Intervención Psicosocial*, 15; 7-21.
- MARTÍNEZ GARCÍA, M. E. y Otros. (1995): “Estructura y características de los recursos naturales de apoyo social en los ancianos andaluces”, en *Intervención Psicosocial*, 11; 17-36.
- MAYA JARIEGO, I. (1996): “Determinantes de la participación y tipología organizacional de los grupos de ayuda mutua”, en *Intervención Psicosocial*, 15; 43-59.
- NAVARRO PEDREÑO, S. (1993): “Una propuesta metodológica: El diseño e implementación de planes de trabajo en el Servicio de Ayuda a Domicilio con familias, desde la perspectiva sistémica” en *Revista de Trabajo Social*, 129; 120-137.
- VILLALBA QUESADA, C. (1996): “Los Grupos de Apoyo basados en la autoayuda: una propuesta para el inicio y acompañamiento profesional” en *Intervención Psicosocial*, 15. 23-41.



