

## CUALQUIER PERSONA PUEDE SER UN CUIDADOR INFORMAL EN ALGÚN MOMENTO

Los cuidadores informales son personas que se encargan de proveer un cuidado (normalmente no remunerado) a una persona que padezca una enfermedad crónica, minusvalía o cualquier otro tipo de necesidad relacionada con la salud y que precise un cuidado pero fuera del ámbito profesional. Sólo dentro de la UE hay un 80% de personas que se ocupan del cuidado, contando que las mujeres proporcionan aproximadamente dos tercios del cuidado en su papel de hijas y como esposas o parejas. En nuestras envejecidas sociedades, cada vez hay más y más personas apoyan las actividades realizadas por los cuidadores informales.

### ¿CUÁLES SON LOS PROBLEMAS?

La calidad de vida de los cuidadores tiende a ser bastante pobre en relación con la que tienen el resto de personas en la sociedad. Ser un cuidador está normalmente asociado con la pobreza, marginación, frustración, mala salud y depresión.

Los cuidadores informales a menudo se enfrentan a dificultades específicas sujetas a la demencia y sin contar con el apoyo adecuado.

Los cuidadores informales que están en edad de trabajar tienen que enfrentarse a dificultades muy significativas tratando de combinar el cuidado con el empleo.

### ¿QUÉ DEBERÍA HACERSE?

Debería reconocerse más reconocimiento a la contribución de los cuidadores informales, así como su gran capacidad de apoyo.

Se necesita más investigación comparativa, intercambios de buenas prácticas e iniciativas políticas para apoyar el progreso dentro de esta área.

## COORDINADOR DEL PROYECTO

ANS (Licia Boccaletti)  
progetti@anzianienonsolo.it

## PÁGINA WEB DEL PROYECTO

[www.eurocarers.org/care4dem](http://www.eurocarers.org/care4dem)



Cofinanciado por el programa Erasmus + de la Unión Europea

La Comisión Europea apoya la producción de esta publicación pero no constituye el respaldo de los contenidos que se reflejan, ya que los puntos de vista reflejados provienen de sus autores, y la Comisión no puede hacerse responsable del uso que se le dé a la información que contiene.



**APOYO A LOS CUIDADORES INFORMALES  
A CARGO DE PERSONAS CON DEMENCIA**  
a través de grupos de ayuda mutua en la web



## APOYO A LOS CUIDADORES INFORMALES A CARGO DE PERSONAS CON DEMENCIA A TRAVÉS DE GRUPOS DE AYUDA MUTUA EN LA WEB

El proyecto CARE4DEM (2017-2020) tiene como objetivo desarrollar un nuevo e innovador modelo de grupos de ayuda mutua que promuevan la participación de los cuidadores a través de una herramienta web con herramientas integradas sobre los diferentes tipos de intervención. Tiene dos objetivos principales:

- Mejorar la satisfacción del cuidador y reducir los riesgos del agotamiento producido por el cuidado de la persona.
- Impulsar el desarrollo de los grupos de ayuda mutua para los cuidadores aprovechando la formación de los facilitadores.

## UN MODELO INNOVADOR BASADO EN LA EVIDENCIA Y LA PARTICIPACIÓN

CARE4DEM se basa en una investigación transnacional, más concretamente en un modelo web de grupos de ayuda mutua que se llevará a cabo en varios países: Italia, Rumania, España y Portugal. Toda la información y las herramientas que se requieren para implantar este modelo serán puestas en manos de profesionales. Este proyecto también se centra en:

- La identificación de las competencias que debe tener el perfil del facilitador para que encaje dentro del modelo de grupos de ayuda mutua diseñado.
- El desarrollo de un curso multimedia para los facilitadores de los grupos de ayuda mutua.
- La creación de una red de profesionales de la Unión Europea que trabajen, a través de la implantación, el apoyo que reciben los cuidadores informales.

## CONOCER LAS NECESIDADES DE LOS CUIDADORES INFORMALES

Las intervenciones de apoyo entre iguales se basan en las capacidades de las personas que han experimentado una situación difícil en la que han tenido que apoyar adecuadamente a otras a enfrentarse a una situación similar. Gracias a la escucha empática, al hecho de compartir sus experiencias y al ofrecimiento de posibles sugerencias basadas en la propia experiencia, las personas que han vivido esta experiencia son capaces de ayudar a otras personas en una situación bastante parecida.

El apoyo entre personas con vivencias parecidas, y en particular las que integran una amplia gama de servicios de apoyo, está muy valorado por los cuidadores informales y muy recomendado por los profesionales de la salud y los profesionales capacitadores, así como de la investigación académica.

Sin embargo, las pruebas muestran que los cuidadores informales se enfrentan a múltiples obstáculos que les impide beneficiarse de las medidas de apoyo, incluyendo a los grupos de ayuda mutua. Entre ellos también se encuentra una falta de información, de autoconciencia, de oportunidades disponibles y de disponibilidad limitada debido a las responsabilidades del cuidado... El uso de las TICs ofrece aquí nuevas oportunidades que no han sido plenamente explotadas hasta la fecha.

CARE4DEM tiene su base sobre el intercambio transnacional para diseñar una solución innovadora.



## LOS PARTICIPANTES

Anziani e non solo società cooperativa	Italia	
Caso 50+	Portugal	
EaSI, the European Association for Social Innovation	Rumania	
Eurocarers, European Association Working for Carers	Bélgica	
Instituto de Salud Carlos III	España	
Aproximar, cooperativa de solidariedade social	Portugal	