



Erasmus+



Projecte “Alternative”

Pla formatiu europeu per a persones cuidadores en l'entorn familiar



Índex

Presentació	3
Marc de competències de les persones cuidadores	4
Pla formatiu europeu per a persones cuidadores	6
Estructura i adaptació del pla formatiu europeu	8
Per saber-ne més	10



PRESENTACIÓ

El contingut d'aquest document tracta de divulgar el resultat del Projecte "Alternative", el **desenvolupament d'un estàndard de formació europeu per a la capacitat de cuidadors de persones grans dependents o amb discapacitat en l'entorn familiar**.

El seu objectiu és millorar la qualitat de la cura a persones en situació de dependència en l'entorn familiar. S'entén que aquesta atenció en un marc familiar és una **alternativa** a potenciar enfront de la institucionalització creixent de les persones grans dependents en dispositius com residències o centres de dia.

La formació es dirigeix a **cuidadors familiars** o de l'entorn proper (no professionals) i, en el cas d'alguns països, a **famílies d'acollida** "professionalitzades", que atenen, finançades per l'Estat, a persones dependents amb les que no tenen parentiu. De la mateixa manera, concebem l'existència de diferents perfils dels cuidadors/es de persones grans a Espanya:

- familiars o voluntaris que atenen la persona que segueix vivint en el seu propi domicili;
- familiars (típicament fills / es) o persones de l'entorn proper que les acullen a casa seva sense prestació per a la cura;
- familiars que les acullen a casa seva i reben una prestació de cuidador/a no professional;
- famílies d'acollida retribuïdes regulades en algunes CCAA, però gairebé sense pràctica real al respecte.

En tots aquests casos sobre els diferents perfils es considera que les seves funcions són substancialment idèntiques.

El **Pla Formatiu Europeu** s'ha concebut amb el nivell de formació i exigència més elevat, el de les famílies acollidores professionalitzades retribuïdes (pràctica habitual a França). Però el mateix pla de formació ja preveu una adaptació a altres nivells d'exigència i a la realitat i el context de cada país.

El projecte parteix de conèixer la situació al respecte en els països europeus participants: Bèlgica, França, Itàlia i Espanya, i amb posterioritat es defineix un marc de referència comú respecte de les funcions que han de desenvolupar les persones cuidadores.

En passos successius, es determina quines competències i habilitats necessiten per exercir aquestes funcions i, finalment, quina formació s'ha d'ofrir per desenvolupar aquestes competències, actituds, aptituds i habilitats en el marc de l'acompanyament i la cura de les persones grans i/o amb discapacitat.

Amb això s'ha definit un **Pla Formatiu Europeu per a Persones Cuidadores**, i s'ha organitzat per a la seva validació una fase pilot d'experimentació de la formació constituint grups de cuidadors familiars (no professionals o de l'entorn familiar), a excepció de França on es va formar un grup de acollidors familiars.

Per a la implementació del projecte la **Fundació Salut i Comunitat (FSC)** col·labora amb nombroses institucions i organitzacions locals, entre les quals destacarem a la **Generalitat de Catalunya** (Programa de persones cuidadores no professionals), a la **Fundació Pere Tarrés**, la **Creu Roja** i la **Fundació Alzheimer Catalunya**.

Marc de competències de les persones cuidadores

1) POSICIÓ DE LA PERSONA CUIDADORA

1.1. Clarificació de les actituds personals de l'acompanyant*:

- Saber identificar les actuacions que corresponen al rol de cuidador/a;
- Saber formular les seves expectatives, i els beneficis personals del seu compromís;
- Saber acceptar l'ajuda i la intervenció de col·laboradors;
- Saber formular el seu projecte d'acollida amb una perspectiva d'autodeterminació de la persona.

1.2. El paper del cuidador/a, les seves responsabilitats i els seus límits:

- Saber identificar els espais, funcions i responsabilitats de cada un dels participants;
- Saber determinar els límits de la seva pròpia intervenció i funció;
- Saber identificar els canvis en la situació personal i familiar.

1.3. El marc jurídic i institucional de la funció:

- Saber-se situar en el context jurídic de l'acolliment familiar;
- Saber emmarcar-se en el respecte del marc de la funció de la família acollidora;
- Saber presentar un contracte d'acollida segons els drets i obligacions d'ambdues parts.

1.4. La col·laboració amb diferents ens:

- Saber identificar els diversos serveis professionals i saber-los sol·licitar de forma adequada;
- Saber comunicar, gestionar i transmetre la informació;
- Saber mantenir les relacions amb la família i / o persones properes.

1.5. El desenvolupament de les seves competències:

- Saber actualitzar els seus coneixements;
- Saber situar-se en un enfocament de millora i de formació contínua.



2) PROCÉS DE CURA I ACOMPANYAMENT A LA PERSONA GRAN O AMB DISCAPACITAT

2.1 L'observació i l'avaluació:

- Saber observar a la persona per adaptar l'entorn i el suport o suport;
- Saber avaluar les necessitats i el context social de la persona;
- Saber avaluar la satisfacció i el progrés de la persona en les accions realitzades i els recursos utilitzats;
- Saber utilitzar les eines senzilles d'observació i d'avaluació, en particular en el cas de dificultats específiques.

2.2 El coneixement de la persona dependent i de les seves necessitats:

- Saber reconèixer i gestionar les patologies freqüents;
- Saber identificar les necessitats físiques i psicològiques de la persona;
- Saber donar suport a la persona en la mobilització dels seus recursos en funció de la seva història, de les seves capacitats;
- Saber donar suport a la persona en la construcció del seu projecte personalitzat en funció de les seves característiques.

2.3 L'establiment de l'acompanyament:

- Saber permetre a la persona a la qual es té cura expressar les seves expectatives, els seus projectes personals, i escoltar-la;
- Saber afavorir la integració de la persona acompanyada en funció de l'espai que es disposi.

2.4 La integració de la persona en el si de la família que l'acull:

- Saber adaptar i harmonitzar el seu entorn i el seu ritme de vida a la persona acollida mantenint l'equilibri de vida de les persones de l'entorn familiar;
- Saber respectar la privacitat de la persona acollida.

2.5 La finalització de l'acompanyament: la fi de l'acollida, atenció o defunció de la persona:

- Saber contribuir a l'acompanyament de la persona en el seu canvi de lloc de vida;
- Saber contribuir a l'acompanyament de la persona en la fi de la vida;
- Saber identificar, acollir i gestionar les emocions en cadascun dels casos, per trasllat o dol.



3) ACOMPANYAMENT EN LES ACTIVITATS ESSENCIALS DE LA VIDA QUOTIDIANA, DIÀRIES I SOCIALS

3.1 La relació en l'acompanyament:

- Saber establir una relació de confiança, afable i respectuosa amb la persona;
- Saber adaptar la seva comunicació en funció de la persona acollida;
- Saber gestionar el seu temps amb la finalitat de disposar del suficient temps per a la persona;
- Saber acompanyar la persona en l'establiment del seu projecte personalitzat durant les diferents etapes de la seva vida;
- Saber gestionar les situacions de conflicte i de crisi.

3.2 L'acompanyament a les activitats essencials de la vida quotidiana:

- Saber contribuir a respondre les necessitats físiques i psicològiques de la persona promovent la seva autonomia;
- Saber identificar els senyals d'advertència, els canvis de l'estat general de la persona;
- Saber prevenir, identificar i gestionar les situacions de maltractaments;
- Saber acompanyar la persona tenint en consideració les seves necessitats afectives i sexuals.

3.3 L'acompanyament a les activitats ordinàries i socials:

- Saber fomentar la vida social de la persona, la seva inclusió en la vida ciutadana;
- Saber proposar tècniques d'activitats cognitives, motores i sensorials a la persona acollida.



* La utilització de l'expressió "cuidador" o "acompanyant" es realitza indistintament. La segona, confereix a la persona a la qual es té cura un suposat major nivell d'autonomia, però això pot ser merament simbòlic o poc realista en la majoria dels casos.

Pla formatiu europeu per a persones cuidadores

Mòdul 1 (MF1)

POSICIÓ DE LA PERSONA CUIDADORA

1.1. Definició de les actituds personals del cuidador / acompanyant:

- actituds i posicionament personal (valors);
- ètica, deontologia i postura [professional];
- empatia.

1.2. El paper del cuidador / acompanyant, les seves responsabilitats i els seus límits:

- acompanyament a la llar: lloc i paper de cadascú, especificitats, limitacions i límits de la vida familiar compartida;
- organitzar les seves activitats en conformitat amb la continuïtat de l'acompanyament;
- desgast [professional]: causes, conseqüències i prevenció, suport a l'acompanyant (cura al cuidador)*.

1.3. El marc jurídic i institucional: (Específic de l'acolliment familiar i adaptat segons les realitats de cada un dels països i als grups als quals es dirigeixi la formació*):

- evolució de l'acolliment familiar;
- acreditació: condicions, abast i compromisos de l'acompanyament;
- legislació de l'acolliment familiar, dependència o tuteles: òrgan administratiu responsable de la posada en pràctica;
- l'acord o contracte: condicions financeres i materials d'acollida; els drets i obligacions de la família d'acollida, de la persona cuidadora i les persones acollides.

1.4. La col·laboració amb diferents ens:

- les relacions amb la família i els éssers estimats de la persona acompanyada;

- col·laboració amb les entitats administratives responsables de la posada en pràctica de l'acolliment familiar; altres actors que intervenen amb les persones acollides i les seves funcions respectives.

1.5. El desenvolupament de les seves competències

- intercanvi de les seves experiències*;
- necessitat d'actualitzar els coneixements i formació contínua.*

Mòdul 2 (MF2)

PROCÉS DE CURA I ACOMPANYAMENT A LA PERSONA GRAN O AMB DISCAPACITAT

2.1. El coneixement de les persones acollides i de les seves necessitats

- les necessitats bàsiques de l'ésser humà;
- el desenvolupament de la persona i les etapes de desenvolupament: de la infància a la vellesa;
- diferents tipus de discapacitat i les seves conseqüències en la vida quotidiana, incloent les característiques relacionades amb els trastorns mentals i trastorns de la conducta, trastorn de l'espectre autista*;
- efectes de l'envelliment i de les patologies específiques de la vellesa*;
- el projecte de vida de les persones acompanyades.*

2.2. L'observació i l'avaluació

- la identificació i consideració dels trastorns de comportament i pràctiques addictives;
- prevenció i identificació de la pèrdua d'autonomia;
- l'observació i l'escolta de la persona acompanyada;
- la salut, la seguretat i el benestar de la persona acompanyada.

2.3. L'establiment de l'acollida

- formalització de contractes, acords o reglaments d'acollida;
- recopilació dels requisits i expectatives de la persona;
- co-construcció de projectes d'acollida personalitzats; normalització o Valorització dels Rols Socials (VRS);
- riscos potencials per a les persones acompanyades i prevenció d'accidents domèstics (facilitar un entorn accessible i segur, equipat d'acord amb el perfil de les necessitats de la persona)*;
- coneixement de les principals ajudes tècniques de mobilitat i les seves finalitats (llits d'hospital, elevadors de pacients, cadires de rodes ...);*
- Certificat de primers auxilis.

2.4. La integració de la persona en el si de la família d'acollida

- posició de la persona acompanyada, la seva participació en la vida familiar;
- interaccions amb la família del cuidador/a i les altres persones de l'entorn.

2.5. La finalització de l'acollida: fi de contracte; defunció de la persona

- procediments vinculats a la finalització del contracte; fer front a la finalització de l'acompanyament;
- acompanyament en el procés de dol*;
- fer front a la mort de la persona acompanyada.*



* Temes seleccionats per a l'adaptació proposada per FSC de l'estàndard de formació europeu per a persones cuidadores.



Mòdul 3 (MF3)

ACOMPANYAMENT EN LES ACTIVITATS ESSENCIALS DE LA VIDA QUOTIDIANA, DIÀRIES I SOCIALS

3.1. La relació en l'acompanyament:

- límits d'actuació de l'acompanyant: els recursos obligatoris per als professionals de la salut;
- construcció d'una relació de confiança;
- participació social i fomentació de l'autonomia de la persona acompanyada;
- comunicació verbal i no verbal;
- gestió de conflictes, violència i actituds [socialment] inapropiades*;
- postura [professional] de l'acompanyant: saber quan i com fer un pas enrere en situacions concretes, mantenir una correcta distància emocional*;
- actitud i entorn de respecte, bons tractes i cures.*

3.2. L'acompanyament a les activitats bàsiques de la vida diària:

- ajuda en la higiene, rentat, vestir-se i desvestir-se, desplaçaments i mobilitzacions*;
- higiene del son i el repòs*;
- bones postures i prevenció de danys musculars i esquelètics*;
- alimentació: ajuda a l'alimentació, preparació dels menjars (principis bàsics de la higiene d'aliments, dieta equilibrada, tenint en compte les dietes específiques)*;
- la salut de la persona que rep les cures: acompanyament i seguiment mèdic, assistència a la presa de medicacions*;
- vida sexual i afectiva de les persones grans i de les persones amb discapacitat*;
- preservació i respecte de la intimitat.*

3.3 L'acompanyament en les activitats quotidianes i socials:

- importància de mantenir una vida social per a les persones acompanyades*;
- activitats físiques, socials, culturals o de lleure que es poden proposar a les persones acompanyades.*

Estructura i adaptació del model europeu

Cal recordar que el pla formatiu europeu està dirigit a **persones cuidadores** no professionals de l'entorn familiar i a **famílies d'acollida** que es fan càrrec a casa de persones grans amb les que no tenen parentiu sota una condició professional, precisant per aquest motiu un nivell de formació elevat.

En el model europeu de formació per a cuidadors i famílies d'acollida es proposa un total de 240 hores de formació, sense incloure el curs de Primers Auxilis, en sessions de 3 hores i mitja de durada amb l'estructura horària:

ESTÀNDARD DE FORMACIÓ EUROPEU PER A PERSONES CUIDADORES

Durada de les sessions: 3h 30 '

Total hores de formació: 240 Hores
(Sense incloure curs Primers Auxilis)



MF1: 35h	MF2: 132h
1.1: 2x3h30 = 7h	2.1: 20x3h30 = 70h
1.2: 2x3h30 = 7h	2.2: 4x3h30 = 14h
1.3: 2x3h30 = 7h	2.3: 13x3h30 = 45h30
1.4: 2x3h30 = 7h	2.4: 2x3h30 = 7h
1.5: 2x3h30 = 7h	2.5: 2x3h30 = 7h
MF3: 73h30	
	3.1: 5x3h30 = 17h30
	3.2: 12x3h30 = 42h
	3.3: 4x3h30 = 14h



ADAPTACIÓ DE L'ESTÀNDARD DE FORMACIÓ EUROPEU PER A PERSONES CUIDADORES

Durada de les sessions: 2h 30 '
Total hores de formació: 25 Hores

Com es pot apreciar, aquest és un estàndard adaptat a la situació i característiques de l'acolliment en una família aliena, i pot resultar poc realista proposar una càrrega horària de 240 hores per a cuidadors familiars, tant a nivell europeu com a Espanya en particular. Per aquest motiu, l'estàndard de formació europeu per a persones cuidadores ja **considera una adaptació a la realitat de cada país i/o context.**

Per part de **Fundació Salut i Comunitat (FSC)** s'ha realitzat una proposta d'adaptació a través de l'elecció de mòduls i temes destinats a la **formació específica de persones cuidadores de l'entorn familiar o proper.** Per a això, es proposa tractar els temes que s'indiquen amb un asterisc blau (*) en el **Pla formatiu europeu per a persones cuidadores** (veure pàg. 6 i 7), en sessions d'un màxim de 2 hores i mitja, **amb durada estimada total de 25 hores** amb la següent estructura horària:

MF1: 5h	MF2: 7,5h
1.2 } 2x2h30 = 5h	2.1: 1x2h30 = 2h30
1.3 } 2x2h30 = 5h	2.3 } 2x2h30 = 5h
1.5 }	2.5 }
MF3: 12,5h	
3.1: 1x2h30 = 2h30	
3.2: 3x2h30 = 7h30	
3.3: 1x2h30 = 2h30	

MÒDUL 2

PROCÉS DE CURA I ACOMPANYAMENT A LA PERSONA GRAN O AMB DISCAPACITAT
(7,5 Hores)

MÒDUL 1

POSICIÓ DE LA PERSONA CUIDADORA
(5 Hores)

MÒDUL 3

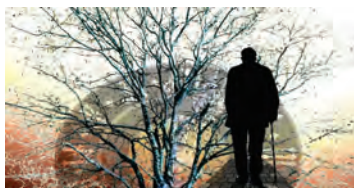
ACOMPANYAMENT EN LES ACTIVITATS ESSENCIALS DE LA VIDA QUOTIDIANA, DIÀRIES I SOCIALS
(12,5 Hores)



Per saber-ne més

Aquest projecte pretenia millorar les habilitats, aptituds i destreses per a la cura de persones grans, persones dependents o amb discapacitat en l'entorn familiar. Cal assenyalar que en l'actualitat cada vegada hi ha **un major nombre de persones grans assumint la cura d'un familiar** (de vegades molt més gran), cònjuges o altres familiars en situació de dependència o amb discapacitat, i en la majoria dels casos es tracta de dones cuidadores.

Per aquest motiu, un dels aspectes rellevants per abordar en aquest àmbit és la sensibilització sobre la necessitat i importància de la coresponsabilitat entre dones i homes en les tasques de cura, qualsevol que sigui qui les rebí, sense distinció de sexes. Segons el projecte d'investigació "Homes cuidadors. Reptes i oportunitats per reduir les desigualtats de gènere i afrontar les noves necessitats de cures" (Comas d'Argemir, D. (URV); Marre, D. (UAB); et al. 2015/17) en l'actualitat, s'està obrint pas a models emergents d'**homes cuidadors que assumeixen responsabilitats en la cura de persones grans**, implicats tant en les tasques de cura remunerades com en les voluntàries o no remunerades. Tal com mostren els resultats de l'estudi, els canvis en els models familiars i de relacions intergeneracionals han portat a molts homes a entrar en la cura de persones adultes. Per aquesta raó és important continuar generant suport i formació que s'incorpori a les realitats socials.




A través del **projecte "Alternative"** hem pogut aprofundir en l'estudi de la figura del cuidador en l'entorn familiar tant a Espanya com en altres països europeus. En l'actualitat, aquesta figura mostra el seu procés de transformació; per exemple, des de la part social i cultural l'augment de persones en situacions de dependència reclama la necessitat d'ampliació dels serveis especialitzats d'atenció a la gent gran, que en la majoria dels casos assumeixen totes o part de les tasques de la cura: residències, centres de dia, llars de gent gran, serveis d'ajuda a domicili, etc.; o el cas creixent de familiars, fills/es majorment, que acullen a casa seva a gent gran; o cònjuges que tenen cura de les seves parelles, els quals poden ser persones grans cuidadores al seu torn d'altres molt més grans.

Aquestes circumstàncies i la celeritat dels canvis en la societat ens fan contemplar la necessitat d'un **servei específic de suport a les persones cuidadores**. Si bé cal assenyalar que a Barcelona està previst obrir el 2019 el primer centre a Europa dedicat a les persones que tenen cura d'altres persones (La Vanguardia, 5/03/18).

Amb tot això, a la **Fundació Salut i Comunitat (FSC)** creiem que hem de continuar treballant en aquest mateix tema, possiblement podria ser a partir d'un projecte nou, amb el qual ens agradaria aprofundir en la importància d'enfortir el suport de la cura de persones grans o en situació de dependència en l'entorn familiar, mitjançant la formació, a partir del compromís i implicació de tots els agents implicats: persones cuidadores, institucions i organismes públics.

Per conèixer amb més detall el Projecte "Alternative" poden contactar amb:

 gustavo.munoz@fsyc.org
 Coordinador del Projecte "Alternative" a FSC.

Publicació

Aquesta publicació presenta el resultat del **Projecte "ALTERNATIVE"**: pla formatiu estàndard europeu per a la capacitat de persones cuidadores i famílies d'acollida de persones grans dependents o amb discapacitat, un projecte d'aliances estratègiques cofinançat pel **programa ERASMUS+**, entre set institucions i entitats socials de quatre països europeus:

1. **Comité Européen pour le Développement de l'integration Sociale (CEDIS)**, Agen, França.
 Promotors i coordinadors del projecte: www.cedis-europe.org
2. **ADES Formation**, Marmande, França: www.adesformations.fr
3. **Centre di Solidarietà di Reggio Emilia (CEIS)**, Emília-Romanya, Itàlia: www.solidarieta.re.it
4. **koiné**, Cooperativa Social, Emília-Romanya, Itàlia: www.koinecoop.it
5. **Agence pour une Vie de Qualité (AVIQ)**, Institució pública de la regió de Valònia, Charleroi, Bèlgica: www.aviq.be
6. **Fondation Susa**, Servei especialitzat de la Universitat de Mons, Bèlgica: www.susa.be
7. **Fundació Salut i Comunitat (FSC)**, Barcelona, Espanya: www.fsyc.org

Poden accedir per a més informació sobre el desenvolupament del projecte: <https://www.fsyc.org/la-nostra-tasca/projectes-internacionals>

Copyright © Fundació Salut i Comunitat, Barcelona, 2018

Es permet qualsevol utilització sempre que es reconegui l'autoria.



Projecte finançat amb el suport de la Comissió Europea.

Aquest document és responsabilitat exclusiva de l'autor i la Comissió no és responsable de l'ús que pugui fer de la informació continguda.



C / Ali-Beí, 25 (08010) Barcelona

fsyc@fsyc.org

Tel: 93 244 05 70



Projecte finançat amb el suport de la Comissió Europea.
Aquest document és responsabilitat exclusiva de l'autor i la Comissió no és responsable de l'ús que pugui fer de la informació continguda.