



Erasmus+



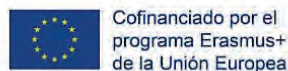
Proyecto “Alternative”

Plan formativo europeo para personas cuidadoras en el entorno familiar



Índice

| | |
|---|----|
| Presentación..... | 3 |
| Marco de competencias de las personas cuidadoras..... | 4 |
| Plan formativo europeo para personas cuidadoras..... | 6 |
| Estructura y adaptación del plan formativo europeo..... | 8 |
| Para saber más..... | 10 |



PRESENTACIÓN

El contenido de este documento trata de divulgar el resultado del Proyecto “Alternative”, el **desarrollo de un estándar de formación europeo para la capacitación de cuidadores de personas mayores dependientes o con discapacidad en el entorno familiar.**

Su objetivo es mejorar la calidad del cuidado a personas en situación de dependencia en el entorno familiar. Se entiende que esa atención en un marco familiar es una **alternativa** a potenciar frente a la institucionalización creciente de los mayores dependientes en dispositivos como residencias o centros de día.

La formación se dirige a **cuidadores familiares o del entorno cercano** (no profesionales) y, en el caso de algunos países, a **familias de acogida** “profesionalizadas”, que atienden, financiadas por el Estado, a personas dependientes con las que no tienen parentesco. Del mismo modo, concebimos la existencia de diferentes perfiles de los cuidadores/as de personas mayores en España:

- familiares o voluntarios que atienden a la persona que sigue viviendo en su propio domicilio;
- familiares (típicamente hijos/as) o personas del entorno cercano que las acogen en sus casas sin prestación para el cuidado;
- familiares que las acogen en sus casas y reciben una prestación para el cuidado;
- familias de acogida retribuidas reguladas en algunas CCAA, pero sin apenas práctica real al respecto.

En todos estos casos sobre los diferentes perfiles se considera que sus funciones son sustancialmente idénticas.

El **Plan Formativo Europeo** se ha concebido con el nivel de formación y exigencia más elevado, el de las familias acogedoras profesionalizadas retribuidas (práctica habitual en Francia). Pero el propio plan de formación ya prevé una adaptación a otros niveles de exigencia y a la realidad y el contexto de cada país.

El proyecto parte de conocer la situación al respecto en los países europeos participantes: Bélgica, Francia, Italia y España, y con posterioridad se define un **marco de referencia común** respecto de las **funciones que deben desarrollar las personas cuidadoras.**

En pasos sucesivos, se determina qué **competencias y habilidades** precisan para desempeñar esas funciones y, finalmente, qué **formación** debe ofrecerse para desarrollar esas competencias, actitudes, aptitudes y habilidades en el marco del acompañamiento y el cuidado de las personas mayores y/o con discapacidad.

Con ello se ha definido un **Plan Formativo Europeo para Personas Cuidadoras**, y se ha organizado para su validación una fase piloto de experimentación de la formación constituyendo grupos de cuidadores familiares (no profesionales o del entorno familiar), a excepción de Francia donde se formó un grupo de acogedores familiares.

Para la implementación del proyecto la **Fundación Salud y Comunidad (FSC)** colabora con numerosas instituciones y organizaciones locales, entre las que destacaremos a la **Generalitat de Catalunya** (Programa de personas cuidadoras no profesionales), a la **Fundación Pere Tarrés**, la **Cruz Roja** y la **Fundación Alzheimer Catalunya.**



Marco de competencias de las personas cuidadoras

1) POSICIÓN DE LA PERSONA CUIDADORA

1.1. Clarificación de las actitudes personales del acompañante*:

- Saber identificar las actuaciones que corresponden al rol de cuidador/a;
- Saber formular sus motivaciones, y los beneficios personales de su compromiso;
- Saber aceptar la ayuda y la intervención de colaboradores;
- Saber formular su proyecto de acogida con una perspectiva de autodeterminación de la persona.

1.2. El rol del cuidador/a, sus responsabilidades y sus límites:

- Saber identificar los espacios, funciones y responsabilidades de cada uno de los participantes;
- Saber determinar los límites de su propia intervención y función;
- Saber identificar los cambios en la situación personal y familiar.

1.3. El marco jurídico e institucional de la función:

- Saberse situar en el contexto jurídico del acogimiento familiar;
- Saber enmarcarse en el respeto del marco de la función de la familia acogedora;
- Saber presentar un contrato de acogida según los derechos y obligaciones de ambas partes.

1.4. La colaboración con diferentes entes:

- Saber identificar los diversos servicios profesionales y saberlos solicitar de forma adecuada;
- Saber comunicar, gestionar y transmitir la información;
- Saber mantener las relaciones con la familia y/o personas cercanas.

1.5. El desarrollo de sus competencias:

- Saber actualizar sus conocimientos;
- Saber situarse en un enfoque de mejora y de formación continua.



2) PROCESO DE CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO A LA PERSONA MAYOR O CON DISCAPACIDAD

2.1 La observación y la evaluación:

- Saber observar a la persona para adaptar el entorno y el soporte o apoyo;
- Saber evaluar las necesidades y el contexto social de la persona;
- Saber evaluar la satisfacción y el progreso de la persona en las acciones realizadas y los recursos utilizados;
- Saber utilizar las herramientas sencillas de observación y de evaluación, en particular en el caso de dificultades específicas.

2.2 El conocimiento de la persona dependiente y de sus necesidades:

- Saber reconocer y gestionar las patologías frecuentes;
- Saber identificar las necesidades físicas y psicológicas de la persona;
- Saber apoyar a la persona en la movilización de sus recursos en función de su historia, de sus capacidades;
- Saber apoyar a la persona en la construcción de su proyecto personalizado en función de sus características.

2.3 El establecimiento del acompañamiento:

- Saber permitir a la persona atendida expresar sus expectativas, sus proyectos personales, y escucharle;
- Saber favorecer la integración de la persona atendida en función del espacio que se disponga.

2.4 La integración de la persona en el seno de la familia que le acoge:

- Saber adaptar y armonizar su entorno y su ritmo de vida a la persona acogida manteniendo el equilibrio de vida de las personas del entorno familiar;
- Saber respetar la privacidad de la persona acogida.

2.5 La finalización del acompañamiento: fin de la acogida, atención o defunción de la persona:

- Saber contribuir al acompañamiento de la persona en su cambio de lugar de vida;
- Saber contribuir al acompañamiento de la persona en el fin de la vida;
- Saber identificar, acoger y gestionar las emociones en cada uno de los casos, por traslado o duelo.



3) ACOMPAÑAMIENTO EN LAS ACTIVIDADES ESENCIALES DE LA VIDA COTIDIANA, DIARIAS Y SOCIALES

3.1 La relación en el acompañamiento:

- Saber establecer una relación de confianza, afable y respetuosa con la persona;
- Saber adaptar su comunicación en función de la persona acogida;
- Saber gestionar su tiempo con el fin de disponer del suficiente tiempo para la persona;
- Saber acompañar a la persona en el establecimiento de su proyecto personalizado durante las diferentes etapas de su vida;
- Saber gestionar las situaciones de conflicto y de crisis.

3.2 El acompañamiento en las actividades básicas de la vida diaria:

- Saber contribuir a responder las necesidades físicas y psicológicas de la persona promoviendo su autonomía;
- Saber identificar las señales de advertencia, los cambios del estado general de la persona;
- Saber prevenir, identificar y gestionar las situaciones de malos tratos;
- Saber acompañar a la persona teniendo en consideración sus necesidades afectivas y sexuales.

3.3 El acompañamiento en las actividades cotidianas y sociales:

- Saber fomentar la vida social de la persona, su inclusión en la vida ciudadana;
- Saber proponer técnicas de actividades cognitivas, motoras y sensoriales a la persona acogida.

*La utilización de la expresión "cuidador" o "acompañante" se realiza indistintamente. La segunda, confiere a la persona atendida un supuesto mayor nivel de autonomía, pero ello puede ser meramente simbólico o poco realista en la mayoría de los casos.



Plan formativo europeo para personas cuidadoras

Módulo 1 (MF1)

POSICIÓN DE LA PERSONA CUIDADORA

1.1. Definición de las actitudes personales del cuidador/acompañante:

- actitudes y posicionamiento personal (valores);
- ética, deontología y postura [profesional];
- empatía.

1.2. El rol del cuidador/acompañante, sus responsabilidades y sus límites:

- acompañamiento en el hogar: lugar y rol de cada cual, especificidades, limitaciones y límites de la vida familiar compartida;
- organizar sus actividades en conformidad con la continuidad del acompañamiento;
- desgaste [profesional]: causas, consecuencias y prevención, apoyo al acompañante (cuidado al cuidador).*

1.3. El marco jurídico e institucional: *(específico de la acogida familiar y adaptado según las realidades de cada uno de los países y a los grupos a los que se dirija la formación)*:*

- evolución de la acogida familiar;
- acreditación: condiciones, alcances y compromisos del acompañamiento;
- legislación de la acogida familiar, dependencia o tutelas: órgano administrativo responsable de la puesta en práctica;
- el acuerdo o contrato: condiciones financieras y materiales de acogida; los derechos y obligaciones de la familia de acogida, de la persona cuidadora y las personas acogidas.

1.4. La colaboración con diferentes entes:

- las relaciones con la familia y los seres queridos de la persona acompañada;

- colaboración con las entidades administrativas responsables de la puesta en práctica de la acogida familiar; otros actores que intervienen con las personas acogidas y sus funciones respectivas.

1.5. El desarrollo de sus competencias

- intercambio de sus experiencias; *
- necesidad de actualizar los conocimientos y formación continua. *

Módulo 2 (MF2)

PROCESO DE CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO A LA PERSONA MAYOR O CON DISCAPACIDAD

2.1. El conocimiento de las personas acogidas y de sus necesidades

- las necesidades básicas del ser humano;
- el desarrollo de la persona y las etapas de desarrollo: de la infancia a la vejez;
- diferentes tipos de discapacidad y sus consecuencias en la vida cotidiana, incluyendo las características relacionadas con los trastornos mentales y trastornos de la conducta, trastorno del espectro autista; *
- efectos del envejecimiento y de las patologías específicas de la vejez; *
- el proyecto de vida de las personas acompañadas. *

2.2. La observación y la evaluación

- la identificación y consideración de los trastornos de comportamiento y prácticas adictivas;
- prevención e identificación de la pérdida de autonomía;
- la observación y la escucha de la persona acompañada;
- la salud, la seguridad y el bienestar de la persona acompañada.

2.3. El establecimiento de la acogida

- formalización de contratos, acuerdos o reglamentos de acogida;
- recopilación de los requisitos y expectativas de la persona;
- co-construcción de proyectos de acogida personalizados; normalización o Valorización de los Roles Sociales (VRS)
- riesgos potenciales para las personas acompañadas y prevención de accidentes domésticos (facilitar un entorno accesible y seguro, equipado de acuerdo con el perfil de las necesidades de la persona); *
- conocimiento de las principales ayudas técnicas de movilidad y sus finalidades (camas de hospital, elevadores de pacientes, sillas de ruedas...); *
- Certificado de primeros auxilios

2.4. La integración de la persona en el seno de la familia de acogida

- posición de la persona acompañada, su participación en la vida familiar;
- interacciones con la familia del cuidador/a y las demás personas del entorno.

2.5. La finalización de la acogida: fin de contrato; defunción de la persona

- procedimientos vinculados a la finalización del contrato; hacer frente a la finalización del acompañamiento;
- acompañamiento en el proceso de duelo; *
- hacer frente al fallecimiento de la persona acompañada. *



Temas seleccionados para la adaptación propuesta por FSC del estándar de formación europeo para personas cuidadoras.

Módulo 3 (MF3)

ACOMPAÑAMIENTO EN LAS ACTIVIDADES ESENCIALES DE LA VIDA COTIDIANA, DIARIAS Y SOCIALES

3.1. La relación en el acompañamiento:

- límites de actuación del acompañante: los recursos obligatorios para los profesionales de la salud;
- construcción de una relación de confianza;
- participación social y fomentación de la autonomía de la persona acompañada;
- comunicación verbal y no verbal;
- gestión de conflictos, violencia y actitudes [socialmente] inapropiadas; *
- postura [profesional] del acompañante: saber cuándo y cómo dar un paso atrás en situaciones concretas, mantener una correcta distancia emocional; *
- actitud y entorno de respeto, buenos tratos y cuidados. *

3.2. El acompañamiento en las actividades básicas de la vida diaria:

- ayuda en la higiene, lavado, vestirse y desvestirse, desplazamientos y movilizaciones; *
- higiene del sueño y el reposo; *
- buenas posturas y prevención de daños musculares y esqueléticos; *
- alimentación: ayuda a la alimentación, preparación de las comidas (principios básicos de la higiene de alimentos, dieta equilibrada, teniendo en cuenta las dietas específicas); *
- la salud de la persona que recibe los cuidados: acompañamiento y seguimiento médico, asistencia a la toma de medicaciones; *
- vida sexual y afectiva de las personas mayores y de las personas con discapacidad; *
- preservación y respeto de la intimidad. *

3.3 El acompañamiento en las actividades cotidianas y sociales:

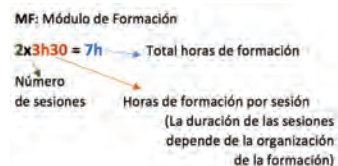
- importancia de mantener una vida social para las personas acompañadas; *
- actividades físicas, sociales, culturales o de ocio que se pueden proponer a las personas acompañadas. *

Estructura y adaptación del modelo europeo

Cabe recordar que el plan formativo europeo está dirigido a **personas cuidadoras** no profesionales del entorno familiar y a **familias de acogida** que se hacen cargo en sus casas de personas mayores con las que no tienen parentesco bajo una condición profesional, precisando por este motivo un nivel de formación elevado.

En el modelo europeo de formación para cuidadores y familias de acogida se propone un total de 240 horas de formación, sin incluir el curso de Primeros Auxilios, en sesiones de 3 horas y media de duración con la siguiente estructura horaria:

ESTÁNDAR DE FORMACIÓN EUROPEO PARA PERSONAS CUIDADORAS
 Duración de las sesiones: **3h 30'**
 Total horas de formación: **240 Horas**
 (sin incluir curso Primeros Auxilios)



| 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 |



Como se puede apreciar, este es un estándar adaptado a la situación y características de la acogida en una familia ajena, y puede resultar poco realista proponer una carga horaria de 240 horas para cuidadores familiares, tanto a nivel europeo como en España en particular. Por este motivo, el estándar de formación europeo para personas cuidadoras **ya considera una adaptación a la realidad de cada país y/o contexto.**

Por parte de **Fundación Salud y Comunidad (FSC)** se ha realizado una propuesta de adaptación a través de la elección de módulos y temas destinados a la formación específica de personas cuidadoras del entorno familiar o cercano. Para ello, se propone tratar los temas que se indican con un asterisco azul (*) en el **Plan formativo europeo para personas cuidadoras** (ver págs. 6 y 7), en sesiones de un máximo de 2 horas y media, con **duración estimada total de 25 horas** con la siguiente estructura horaria:

ADAPTACIÓN DEL ESTÁNDAR DE FORMACIÓN EUROPEO PARA PERSONAS CUIDADORAS
 Duración de las sesiones: **2h 30'**
 Total horas de formación: **25 Horas**

En la selección de los temas más relevantes y específicos para la adaptación del estándar de formación europeo para personas cuidadoras han colaborado y se han tenido en cuenta la valoración de los miembros del comité de expertos del proyecto, formado por profesionales de **FSC** y otras organizaciones como **Fundación Alzheimer Cataluña**, así como las personas responsables del "Programa de cuidadores no profesionales" del *Departament de Treball, Afers Socials i Famílies* de la **Generalitat de Catalunya** con la colaboración de profesionales de la **Cruz Roja** y la **Fundació Pere Tarrés**.

| 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 | |

MÓDULO 2

PROCESO DE CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO A LA PERSONA MAYOR O CON DISCAPACIDAD
 (7,5 Horas)

MÓDULO 1

POSICIÓN DE LA PERSONA CUIDADORA
 (5 Horas)

MÓDULO 3

ACOMPAÑAMIENTO EN LAS ACTIVIDADES ESENCIALES DE LA VIDA COTIDIANA, DIARIAS Y SOCIALES
 (12,5 Horas)



Para saber más

Este proyecto pretendía mejorar las habilidades, aptitudes y destrezas para el cuidado de personas mayores, personas dependientes o con discapacidad en el entorno familiar. Cabe señalar que en la actualidad cada vez hay **un mayor número de personas mayores asumiendo el cuidado de un familiar** (en ocasiones muy mayores), cónyuges u otros familiares en situación de dependencia o con discapacidad, y en la mayoría de los casos se trata de mujeres cuidadoras. Por este motivo, uno de los aspectos relevantes para abordar en este ámbito es la sensibilización sobre la necesidad e importancia de la **corresponsabilidad entre mujeres y hombres en las labores de cuidado**, cualquiera que sea quien las reciba, sin distinción de sexos. Según el proyecto de investigación *“Hombres cuidadores. Retos y oportunidades para reducir las desigualdades de género y afrontar las nuevas necesidades de cuidados”* (Comas d'Argemir, D. (URV); Marre, D. (UAB); et al. 2015/17) en la actualidad, se está abriendo paso a modelos emergentes de hombres cuidadores que asumen responsabilidades en el cuidado de personas mayores, implicados tanto en las tareas de cuidado remuneradas como en las voluntarias o no remuneradas. Tal como muestran los resultados del estudio, los cambios en los modelos familiares y de relaciones intergeneracionales han llevado a muchos hombres a entrar en el cuidado de personas adultas. Por esta razón es importante continuar generando apoyo y formación que se incorpore a las realidades sociales.




A través del proyecto hemos podido profundizar en el estudio de **la figura del cuidador en el entorno familiar** tanto en España como en otros países europeos. En la actualidad, esta figura muestra su proceso de transformación; por ejemplo, desde la parte social y cultural el aumento de personas en situaciones de dependencia reclama la necesidad de ampliación de los servicios especializados de atención a los mayores, que en la mayoría de los casos asumen todas o parte de las tareas del cuidado: residencias, centros de día, hogares de mayores, servicios de ayuda a domicilio, etc.; o el caso creciente de familiares, hijos/as mayormente, que acogen en sus casas a personas mayores; o cónyuges que cuidan de sus parejas, los cuales pueden ser ancianos cuidadores a su vez de personas muy mayores.

Tales circunstancias y la celeridad de los cambios en la sociedad nos hacen contemplar la necesidad de un **servicio específico de apoyo a las personas cuidadoras**. Si bien cabe señalar que en Barcelona está previsto abrir en 2019 el primer centro en Europa dedicado a las personas que cuidan de otras personas (El País, 5/03/18).

Por este motivo, en **Fundación Salud y Comunidad (FSC)** creemos que debemos continuar trabajando en este mismo tema, posiblemente podría ser a partir de un proyecto nuevo, con el cual nos gustaría profundizar en la importancia de fortalecer el apoyo al cuidado de personas mayores o en situación de dependencia en el entorno familiar, mediante la formación, a partir del compromiso e implicación de todos los agentes implicados: personas cuidadoras, instituciones y organismos públicos.

Para conocer con más detalle el **Proyecto “Alternative”** pueden contactar con:

 gustavo.munoz@fsyc.org
 Coordinador del **Proyecto “Alternative”** en FSC.

Publicación

Esta publicación presenta el resultado del **Proyecto “ALTERNATIVE”**: *el plan formativo estándar europeo para la capacitación de personas cuidadoras y familias de acogida de personas mayores dependientes o con discapacidad*, un proyecto de alianzas estratégicas **cofinanciado por el programa ERASMUS+**, entre siete instituciones y entidades sociales de cuatro países europeos:

1. **Comité Européen pour le Développement de l'Intégration Sociale (CEDIS)**, Agen, Francia.
 Promotores y coordinadores del proyecto: www.cedis-europe.org
2. **ADES Formation**, Marmande, Francia: www.adesformations.fr
3. **Centro di Solidarietà di Reggio Emilia (CEIS)**, Emilia-Romaña, Italia: www.solidarieta.re.it
4. **Koiné**, Cooperativa Social, Emilia-Romaña, Italia: www.koinecoop.it
5. **Agence pour une Vie de Qualité (AVIQ)**, institución pública de la región de Valonia, Charleroi, Bélgica: www.aviq.be
6. **Fondation Susa**, servicio especializado de la Universidad de Mons, Bélgica: www.susa.be
7. **Fundación Salud y Comunidad (FSC)**, Barcelona, España. www.fsyc.org

Pueden acceder para más información sobre el desarrollo del proyecto: <https://www.fsyc.org/nuestro-trabajo/proyectos-internacionales>



Copyright © **Fundación Salud y Comunidad**, Barcelona, 2018
 Se permite cualquier utilización siempre que se reconozca la autoría.



Proyecto financiado con el apoyo de la Comisión Europea.
 Este documento es responsabilidad exclusiva del autor y la Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida.



C/Alí-Bey,25 (08010) Barcelona

fsyc@fsyc.org

Tel: 93 244 05 70



Proyecto financiado con el apoyo de la Comisión Europea.
Este documento es responsabilidad exclusiva del autor y la Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida.