

Cuidadors de la Nova Esquerra de l'Eixample. Un projecte compartit

Mercè Gil Rovira,¹ Malena Carpallo Nieto² i Rosa M. Pérez Franc³

Resum

La nostra experiència consisteix en la creació i l'organització de grups de suport a cuidadors de persones amb dependències que, per poder desenvolupar les activitats bàsiques de la vida diària, requereixen que un familiar assumeixi les seves atencions. L'àmbit d'actuació del projecte és el barri de la Nova Esquerra de l'Eixample, i està organitzat conjuntament pel Centre de Serveis Socials de la Nova Esquerra de l'Eixample, l'Equip d'Atenció Primària de Salut "Via Roma" i l'Equip d'Atenció Primària de Salut Borrell CAPSE.

Paraules clau: Cuidadors, suport, treball en xarxa.

Per citar l'article: GIL ROVIRA, Mercè; CARPALLO NIETO, Malena i PÉREZ FRANC, Rosa M. "Cuidadors de la nova esquerra de l'Eixample. Un projecte compartit", en Revista de Treball Social, núm. 201 (abril 2014). Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya. Pàgines 78-82. ISSN 0212-7210.

Abstract

Our experience consists in creating and organizing groups to support main caregivers of persons in a situation of dependency requiring the assistance of a family member in daily living tasks. It is implemented in a neighbourhood called Nova Esquerra de l'Eixample and organized by two health attention teams, Equip d'Atenció Primària de Salut "Via Roma" and Equip d'Atenció Primària de Salut Borrell CAPSE.

Key words: Carers, support, networking.

¹Treballadora Social EAP Via Roma.

²Treballadora Social EAP Comte Borrell.

³Treballadora Social del Centre de Serveis Socials de la Nova Esquerra de l'Eixample.

Justificació

Els serveis d'Atenció Primària de Salut i d'Atenció Primària de Serveis socials que promovem aquest projecte atenem un nombre alt de persones amb demandes relacionades amb gent amb elevada dependència per a les activitats de la vida diària, malalties cròniques i demències.

Aquest fet ens fa plantejar que la majoria de les persones que pateixen alguna d'aquestes problemàtiques de salut requereixen el suport d'un cuidador per poder cobrir les necessitats bàsiques de la vida diària. En molts casos aquesta figura del cuidador l'exerceix algun familiar proper (segons bibliografia es parla de "cuidador informal"), o en el cas que la família no pugui ocupar-se directament, ha de buscar, entre altres alternatives, una persona per cobrir aquesta necessitat al domicili (segons bibliografia es parla de "cuidador formal"); aquest projecte va dirigit als "cuidadors informals".

- **El fet de fer-se càrrec d'una persona amb la qual es mantenen relacions afectives intenses pot crear un situació d'estrès molt important, que sovint s'expressa a través de diferents símptomes psíquics i somàtics.**

També hem pogut observar com el fet de fer-se càrrec d'una persona amb la qual es mantenen relacions afectives intenses pot crear un situació d'estrès molt important, que sovint s'expressa a través de diferents símptomes psíquics i somàtics. Cal

tenir en compte que les persones dependents pateixen un malaltia que comporta un deteriorament progressiu que es pot allargar durant un temps indeterminat.

Respecte a les persones que estan patint aquesta situació, i atès el coneixement d'altres experiències en intervencions grupals, vist el benefici que suposa l'intercanvi amb persones que comparteixen les mateixes vivències ens plantejem el desenvolupament d'una experiència grupal per abordar aquesta situació, molt més enllà de fer una intervenció individual.

- **Benefici que suposa l'intercanvi amb persones que comparteixen les mateixes vivències ens plantejem el desenvolupament d'una experiència grupal per abordar aquesta situació, molt més enllà de fer una intervenció individual.**

La participació a un grup s'ofereix a persones que tenen una situació, un problema o un interès comú, perquè mitjançant el grup i amb l'ajut d'un professional, en aquest cas un treballador social, puguin aconseguir millorar la seva situació personal i puguin augmentar la seva capacitat per modificar aspectes socials que consideren negatius o millorables (Teresa Rossell, 1998).

A partir de la pròpia experiència dels professionals en la intervenció grupal amb grups de cuidadors previs i la bibliografia consultada, constatem que el fet de disposar d'un espai on poder expressar les emocions i sentiments que apareixen quan s'assumeix el rol de cuidador, així com el fet de compartir els mateixos problemes

amb d'altres, i sentir-se identificats i compresos, facilita l'activació de recursos i habilitats personals, disminueix el nivell d'angoixa, amplia la xarxa de suport social i per tant augmenta la qualitat de vida tant dels cuidadors com dels cuidats.

■ Han estat les necessitats dels usuaris i l'aposta per l'enriquiment que suposa el treball en xarxa el que ens han portat a engegar aquest projecte compartit.

Han estat les necessitats dels usuaris i l'aposta per l'enriquiment que suposa el treball en xarxa el que ens han portat a engegar aquest projecte compartit.

Com a objectiu general ens vam marcar donar suport a cuidadors informals de persones dependents, per aprendre a cuidar-se, és a dir establir canvis positius, disminuir el seu malestar, i prevenir el risc de claudicació.

Metodologia

Utilitzem la metodologia bàsica de grups de suport social, caracteritzada per l'ajuda que es proporcionen tots els membres, de forma recíproca i igualitària, constituint-se ells mateixos com a motor de canvi.

En aquest grup es fomenten els objectius que sorgeixin en el propi grup, afavorint la participació activa dels tots els membres, on els professionals tendim a acompanyar, conduir i moderar, més que a dirigir el procés, donant suport i detectant situacions personals.

En aquest tipus de grup és important el fet de tenir present que els processos seran tan importants com els objectius a aconseguir. Cal afavorir una actitud de cor de responsabilitat entre els membres, per tal de potenciar una participació activa. Es treballa per centres d'interès i la programació de les activitats està en consonància amb aquests. Es facilita el consens d'unes normes bàsiques que regulen el funcionament del grup (el respecte, la confidencialitat, la puntualitat i l'assistència).

S'estableix un calendari d'avaluació individual i grupal, per tal de valorar l'impacte de l'ajuda que s'està generant en el grup.

Hem creat documentació de registre: model d'entrevista, registre d'observació i avaluació de les sessions, qüestionari d'avaluació i satisfacció dels usuaris envers el grup.

Utilitzem instruments de valoració que ens permeten mesurar l'estat d'ansietat i risc de claudicació dels participants (escala d'ansietat i depressió Yesavage abreviada i Barthel).

Seleccionem un màxim de 12 persones participants, el grup és tancat, ens reunim amb una periodicitat quinzenal, d'una hora i mitja de durada, els dimarts al matí de 10.30 a 12 h, durant un any natural.

Les sessions tenen un contingut d'autoajuda i ajuda mútua d'informació, reflexió, educació sanitària, sessions de relaxació i debat.

La conducció del grup la fan dues professionals, cadascuna d'elles d'un dels serveis que impulsen el projecte, amb la preparació de les sessions abans de l'inici, registre d'observació del desenvolupament de la sessió i l'avaluació corresponent després de cada sessió.

El procés per seleccionar els membres que formaran el grup es desenvolupa en tres fases:

1a fase: a l'inici de posar en marxa el grup fem una captació d'usuaris susceptibles de poder participar en un Grup de cuidadors. Aquesta captació es du a terme des dels EAP Via Roma i Comte Borrell i des del Centre de Serveis Socials de la Nova Esquerra de l'Eixample.

2a fase: seguidament tot l'equip (EAPS i CSS), mitjançant una reunió de coordinació, revisa els candidats susceptibles i posteriorment es procedeix a la realització d'una entrevista extensa on es valora la idoneïtat per participar al grup. En aquesta entrevista s'observarà l'experiència i la motivació per tal de valorar l'interès real de la persona a ser partícip d'un grup.

3a fase: finalment, l'equip de professionals conductors del grup es reuneix per posar en comú les entrevistes i fer un procés de valoració, per tal d'acabar de definir els participants del Grup de Cuidadors.

Avaluació

Per a l'avaluació fem servir tant indicadors quantitius com qualitius.

Pel que fa als indicadors quantitius tenim en compte el nombre d'usuaris seleccionats pel grup, en funció de la motivació personal i de l'adequació al perfil establert, el nombre de demandes de recursos assistencials, el percentatge de l'assistència dels membres del grup, el grau de puntualitat a les sessions grupals, el nombre d'activitats lúdiques i/o d'autocura realitzades pel cuidador i també avaluem el nombre d'usuaris que han millorat el seu aspecte físic.

Pel que fa als indicadors qualitius avaluem el grau de reconeixement, per part del cuidador, del malestar que li comporta l'exercici del rol, el grau d'expressió de les emocions negatives per part del cuidador, el grau d'expressió de les emocions positives per part del cuidador, el Grau de participació dels membres del grup, el grau de compromís amb el contingut de la sessió, la capacitat d'empatia per part dels membres del grup, el grau de reconeixement dels recursos personals davant de l'exercici del rol, el grau de reconeixement de les limitacions personals davant de l'exercici del rol, el grau de reconeixement de les necessitats i desitjos personals, l'increment de la demanda d'ajuda del cuidador respecte el seu entorn social i familiar i la utilització d'estratègies diferents en l'exercici del rol.

Recursos

Pel que fa als recursos humans, el projecte requereix treballadores socials de dos àmbits d'actuació, sanitari i social; dues professionals procedents de l'Àrea Bàsica de Salut (EAP Borrell i EAP Manso) i dues professionals procedents del Centre de Serveis Socials de la Nova Esquerra de l'Eixample.

Aquest equip de 4 professionals coordinarà la intervenció i el treball grupal.

Si és necessari es podrà comptar amb un suport de treballadores familiars que donaran atenció al domicili mentre els candidats a participar al grup puguin assistir a les sessions grupals.

En moltes edicions han col·laborat puntualment professionals de l'àmbit de la infermeria per tal de fer alguna sessió d'educació sanitària i de mobilització de malalts.

Conclusions

De la nostra experiència constatem que l'espai grupal permet treballar determinats aspectes que difícilment es podrien abordar en una entrevista individual.

La capacitat que tenen els cuidadors de poder adquirir noves estratègies dels seus companys, reforçant positivament i empoderant-se per seguir atenent a la persona depenent amb millor salut.

Per als professionals és enriquidor per a la nostra tasca poder acompanyar als cuidadors en el seu procés de canvi.

S'ha millorat la coordinació entre els serveis socials i de salut que treballen en la mateixa zona, treballant en xarxa i oferint un projecte comú.

Ens agradaria remarcar que, un cop acabat el grup, molts dels seus components han mostrat interès a seguir trobant-se, d'aquí que s'han constituït com a Grup d'Ajuda Mútua i s'anomenen Els cuidadors de la Nova Esquerra de l'Eixample. Actualment es reuneixen cada 15 dies com a grup i alternen les trobades amb activitats lúdiques, i en l'actualitat estan participant en el projecte Radars de la Nova Esquerra de l'Eixample. El projecte Radars és una xarxa de prevenció que té l'objectiu de garantir el benestar de les persones grans reduint el risc d'aïllament i d'exclusió social amb la complicitat del seu entorn.

Bibliografia

- ROSSELL, Teresa. Cuadernos de trabajo social, n. 11, 1998. Pàg. 103-122, Edi. Universidad Complutense de Madrid. ISSN: 0214-0314.