

CUIDAR AL CUIDADOR.

REPERCUSIONES DEL CUIDADO EN LA CALIDAD DE VIDA DEL CUIDADOR.

Andrés Losada Baltar. Catedrático de psicología clínica.
Universidad Rey Juan Carlos. andres.losada@urjc.es

Esta conferencia se divide en dos partes. En una primera se describe el panorama actual que describe la situación de las personas que cuidan de familiares en situación de dependencia. En una segunda parte se realizan propuestas para ofrecer una adecuada atención a éstas, con la idea de fondo de que una adecuada atención a los cuidadores repercutirá sobre una mejor calidad de vida de las personas cuidadas y un significativo ahorro de recursos sanitarios, sociales y económicos.

Con respecto al panorama de la situación de los cuidadores, resulta evidente que, a la vez que se incrementa de forma significativa el número de personas con problemas graves como las demencias, se reducen también de forma significativa las redes de atención familiares o informales y el número de cuidadores disponibles para atender a las personas enfermas. Siendo evidente que el cuidado es una situación prolongada estresante que genera consecuencias negativas sobre la salud mental y física de los cuidadores, que no todo el mundo vale para cuidar, y que el estado se beneficia de manera evidente de la existencia de las redes informales de cuidados, la reducción significativa del número de cuidadores (cuidadoras) pone en peligro no solo a las personas que cuidan y a sus familias, sino a la sociedad en su conjunto, incluidas las instituciones públicas y el estado. Se realiza una reflexión acerca de las intervenciones que existen para atender a los cuidadores y su (limitada) eficacia, y sobre la necesidad de reformular la situación actual relativa a la atención a la dependencia y a las familias.

Con respecto a las propuestas para atender a las dificultades planteadas en la primera parte de la charla, se destaca la necesidad de establecer planes de prevención que requieren incluir a los cuidadores en el plan de atención sanitaria y social del estado. Para ello, resulta necesario dotar de recursos que permitan que los proveedores de servicios sanitarios y sociales puedan evaluar e intervenir sobre las necesidades de los cuidadores. Esta actuación debe romper con estilos de intervención generalistas, insensibles a las diferencias individuales existentes entre las experiencias de los cuidadores. Deben de ser capaces de identificar perfiles vulnerables que entran en el proceso del cuidado ofreciendo intervenciones que hayan recibido respaldo empírico. Para ello, deberán entrar en escena actores hasta ahora casi inexistentes en los servicios sociosanitarios (por ej., psicólogos y trabajadores sociales). Por último, y no por ello menos importante, se debe dignificar el contexto laboral de atención a la dependencia y a las familias cuidadoras,

Seminario RETOS Y PROPUESTAS ANTE LOS ENVEJECIMIENTOS
Aging Valencia 2030 Cátedra Prospect Comunitat Valènciana 2030

promoviendo formación especializada dirigida a la difícil tarea de responder a las necesidades de las familias, ofreciendo salarios dignos, así como un incremento de recursos que permita ofrecer una atención diversa, accesible y flexible que proporcione respuestas al prolongado y variable proceso del cuidado.