

## CUIDADANAS: Servicio de apoyo integral a cuidadoras. Fundación Mujeres

CUIDADANAS: Integral support service to caregivers. Women's Foundation

**Goretti Avello Álvarez**

Licenciada en derecho y antropología social y cultural. Máster en género y políticas públicas. *Fundación Mujeres (Asturias)*

*Manuscrito recibido: 31-07-2017  
Manuscrito aceptado: 02-10-2017*

### Cómo citar este documento

Avello Alvarez G. CUIDADANAS: Servicio de Apoyo Integral a Cuidadoras. Fundación Mujeres. RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA). 2017 Noviembre; 5(4): 20-23

### Resumen

**Fundación Mujeres**, organización no gubernamental sin ánimo de lucro, desarrolla CUIDADANAS, un proyecto innovador dirigido a mejorar la salud y la calidad de vida de las mujeres cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar mediante la prestación de un servicio de apoyo integral

CUIDADANAS es un recurso de información, orientación, acompañamiento y apoyo personal, social y laboral para aquellas mujeres que cuidan algún familiar, hayan cuidado o vayan a cuidar en un futuro.

### Palabras clave

*Mujeres; Igualdad.*

### Abstract

The non governmental organization FUNDACION MUJERES, is developing an innovative project called CIUDADANAS. The aim of this project is to achieve an improvement on the health and life quality of nonprofessional female carers in the family environment, providing a full support service.

CIUDADANAS, is a source of information, advice, employment and personal support for women who are caring for a relative at some time in their lifes.

### Keywords

*Women; Equality.*

## Desarrollo

A lo largo de la historia, las mujeres han desempeñado los cuidados dentro del ámbito familiar, como resultado del reparto desigual de los roles entre hombres y mujeres. Ésta labor de cuidado, se les asigna abogando por una supuesta capacidad innata para el mismo, sólo por el mero hecho de ser mujeres. En la actualidad las mujeres, muchas veces, sin ser conscientes, se responsabilizan del cuidado de forma paulatina, tal asunción de responsabilidad trae consigo un enorme impacto en la calidad de vida de estas mujeres, las cuidadoras. El impacto del cuidado de personas en el ámbito familiar trae consecuencias de diversa índole para las mujeres, tanto en su esfera personal, donde puede afectar no solo a su salud sino también a su autoestima y cercena su proyecto vital de raíz, como en el ámbito social, con la desaparición de sus redes sociales y espacios de ocio, así como en su esfera laboral ya que al disponer de menos tiempo se reducen sus posibilidades de participación en el mercado laboral. Como tónica general, una vez inmersas en la vorágine del cuidado, generalmente no compartido con otras personas del ámbito familiar, las mujeres desconocen los recursos para mejorar su situación y es ahí donde logra su mayor incidencia el programa **Ciudadanas**.

En definitiva, **Ciudadanas** es un servicio necesario debido a las repercusiones que la tarea de cuidar tiene sobre el bienestar, la salud y la calidad de vida de las mujeres que la desarrollan, el aumento de la demanda de los cuidados debido al envejecimiento generalizado de la población, la transformación del modelo social que ha priorizado la familia como sujeto principal de provisión del cuidado, y la necesidad de fomentar la corresponsabilidad de los cuidados en los entornos familiares.

**Ciudadanas** inició su trayectoria a través de una subvención del Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad y se desarrolla como un recurso de orientación, acompañamiento y apoyo personal, social y laboral, complementario a los recursos existentes en el ámbito de la dependencia. El proyecto cuenta con servicios como información y asesoramiento, apoyo individual, espacios de participación y talleres grupales de Salud y autocuidado, Habilidades sociales y comunicativas, Cultura laboral y estrategias para el empleo, y Corresponsabilidad, entre otros.

A lo largo de su funcionamiento, iniciado en 2011 se ha informado a más de 15.000 personas acerca del servicio, 13.000 cuidadoras han recibido apoyos y han participado en diferentes actividades del programa y 120 entidades públicas y privadas del ámbito socio-sanitario han colaborado de manera activa. En 2016 los datos más relevantes del proyecto son: 1034 mujeres asesoradas en el servicio, 129 entidades colaborando en el proyecto, 403 personas participantes en los talleres grupales de activación y 121 talleres desarrollados. Estos datos corresponden a la globalidad del programa que, tiene incidencia directa en los cinco territorios donde Fundación Mujeres tiene sede –Andalucía, Asturias, Extremadura, Galicia y Madrid. En el caso concreto de Asturias, Fundación Mujeres tiene su sede en Gijón y en Oviedo, el grueso de sus proyectos incluido Ciudadanas, se desarrolla en estas localidades, aunque la actividad de la entidad abarca toda la comunidad autónoma, estableciendo colaboraciones con Ayuntamientos de toda Asturias.

El objetivo del programa CUIDADANAS es mejorar la calidad de vida de las cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar a través del fomento de su activación personal, social y laboral. Para ello se pretende difundir el programa y sensibilizar sobre las repercusiones de las tareas del cuidado y la necesidad de coordinar esfuerzos y recursos y compartir responsabilidades, a la vez que informar y asesorar a las mujeres destinatarias sobre el servicio y otros recursos de atención a la dependencia y de apoyo a las mujeres cuidadoras,

llevando además a cabo un acompañamiento y seguimiento continuo de las beneficiarias del servicio.

Con el programa se pretende también fomentar la activación de las usuarias del servicio a través de talleres grupales y promover espacios de participación de las usuarias así como afianzar la coordinación con los recursos socio sanitario del ámbito de la dependencia. El programa posibilita que las mujeres cuidadoras vayan recorriendo un itinerario de activación según su situación y necesidades para un desarrollo personal, social y/o laboral (**Figura 1**).



**Figura 1**

Aquellas mujeres, que cuiden de manera no profesional, hayan cuidado o vayan a cuidar a personas en situación de dependencia y quieran aprender a cuidarse a sí mismas, reconducir su proyecto vital, desarrollar hábitos saludables, retomar su tiempo personal y de ocio, formarse en el uso de Internet o aumentar sus posibilidades de encontrar un empleo, encontrarán en **Ciudadanas** un espacio de apoyo mutuo en el que compartir sus experiencias y reflexiones.

## Conclusiones

Por lo tanto y como resumen final reseñar que **Ciudadanas** es un proyecto financiado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad que lleva en funcionamiento desde el 2011 en Fundación Mujeres, dirigido a las cuidadoras del ámbito familiar y que a través de un itinerario completo de activación personal, social y familiar, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar.

## Bibliografía

1. Memoria del proyecto SAIC "Servicio de Apoyo integral a personas Cuidadoras". Fundación Mujeres. 2017

Para información sobre el proyecto, derivación por profesionales o cuidadoras interesadas en CUIDADANAS, en Asturias, pueden ponerse en contacto con Fundación Mujeres **en la C/ Bélgica nº 9-11 Bajo, nuestros números de teléfono son: 985090002, y el e-mail en el que solicitar información: [asturias@fundacionmujeres.es](mailto:asturias@fundacionmujeres.es)**

**Puedes seguirnos en:**

<http://www.cuidadas.es/>

<https://es-es.facebook.com/cuidadas/>