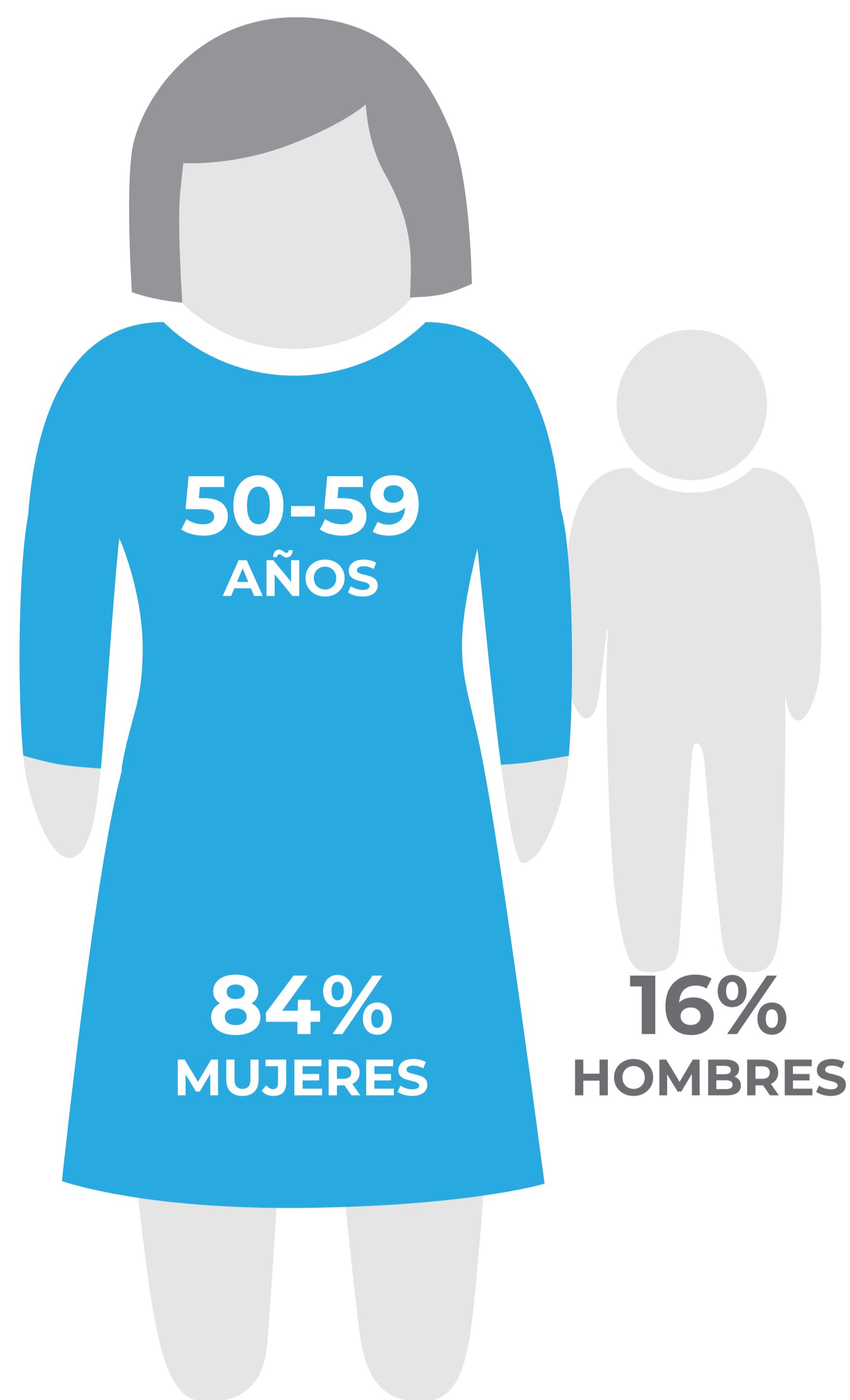


# COMPRIENDIENDO LA SITUACIÓN DE LAS PERSONAS EXCUIDADORAS.

Cómo afrontar la vuelta a la normalidad tras años de cuidado de un ser querido con demencia.

## Perfil de persona excuidadora



46% mayor de 60 años

46%

74% entre 1-10 años de cuidados

74%

87% han visto alterada su condición física (+ de 50 años)

87%

85% se sienten vulnerables psicológicamente

85%

18% no han conseguido recuperar su vida habitual

18%

Con dificultades para establecer nuevas relaciones sociales

80%

## NECESIDAD DE:



Creación de programas de autoestima y bienestar emocional



Programas de empoderamiento de la persona excuidadora



Programas de refuerzo en la toma de decisiones



Incentivar y facilitar la participación de las personas excuidadoras en estos programas

## Reclamamos apoyo desde los sistemas de protección social y sanitario en el desarrollo de:

- Programas de salud mental.
- Líneas de apoyo dirigidas a abordar la resaca emocional.
- Programas de orientación laboral unidos a la creación de líneas de capacitación y consolidación de competencias.
- Establecer sistemas de información veraces y completos de la situación de las personas excuidadoras familiares.
- Establecer líneas de cooperación entre todos los agentes socio-sanitarios.

## PROPUESTA DE CEAFA: Programa excuidadores Expertos "ex\_EX"

Eje 1: Programa "Voluntariado excuidadores proactivos" con el objetivo de rejuvenecer el voluntariado y dirigido a excuidadores de 39 y menos años.

Eje 2: Programa "Voluntariado excuidadores terapéuticos", el objetivo es reactivar a los voluntarios y dirigido a excuidadores de 40-60 años.

Eje 3: Programa "Voluntariado excuidadores sociales" el objetivo es conectar a los voluntarios y está dirigido a excuidadores de 69 y más años.

