

**Cuidarme bien, para  
 Cuidarte**  
 Asociación de cuidadores **Mejor**

**Introducción**

El título de este póster se ha convertido a lo largo de estos años en gran medida en mi propósito: de crecimiento personal y profesional, dicha iniciativa empieza en el año 2007 cuando realice un estudio socioeconómico de unos 800 adultos mayores en distintos municipios de mi natal Honduras, crecí con miedos por la inseguridad y podría decir que la supervivencia era y sigue siendo el pan nuestro de cada día del mayor porcentaje de la población... Por razones personales emigro a España, a partir de mi experiencia en el ámbito sociosanitario al escuchar testimonios que reflejan la distinta problemática vi la oportunidad de crear esta iniciativa la cual deseo reforzar y difundir para contribuir ante esta realidad ya que es un camino en el que aún queda mucho por hacer desde las políticas y perspectiva del Trabajo Social.



**Metodología**

- ❖ Observación directa en ambientes de trabajo o comunidad
- ❖ Estudios de casos , (testimonios )
- ❖ Grupos focales
- ❖ Fuentes secundarias: Tesis, informes, etc.

**Resultados**

Los avances son lentos, pero se están aunando esfuerzos dentro de los distintos colectivos, y se apunta a hacia una política de cuidados comunitarios donde todos los actores interesados formen parte de ella.

Fase	Acciones	Fechas	Resultados
Promoción	Enlistados medios de difusión existentes en la comarca Se estableció contacto con personas de programas y medios de comunicación. Uso de redes sociales Facebook Y se actualizo el blog	Mayo a diciembre	Proyecto difundido en espacios de interés Y un medio local Traducción de entrevista por-Euskeltegi (Voluntario) Difusión en programa "Faktoria" Eitb irratia
Participación	Grupo de apoyo "La Fe y la salud" Taller "El Cuidador y su comunidad" Taller de reflexología Podal Clases particulares de música Voluntariado para creación del blog Y edición de videos "CUIDARTE"  Servicios de oferta y demanda de personas cuidadoras. 'Celebraciones sociales - cumpleaños Bebe shower	Junio a diciembre	Asistencia a reuniones con asociaciones de Gipuzkoa y Bizkaia (Casa de la mujer Donostia (San Sebastián), Economistas sin fronteras, Mujeres migradas Emprendedoras) Teléfono de la Esperanza Atención individual 28 personas Atención telefónica a familias demandantes de personas cuidadoras Participación en la elaboración del informe para la Política de Cuidados Comunitarios...
Fortalecimiento	Acercamiento a instituciones locales, de Gipuzkoa, nacionales e internacionales	Enero a la fecha	Sinergias establecidas

Tabla 1 Elaborado por Maura Rodríguez año 2022

**Conclusiones**

Todas las personas nacionales y extranjeros , no profesionales o profesionales del ámbito social nos repercute tomar conciencia sobre las múltiples formas de distribuir los cuidados en nuestras comunidades , plantear a modo de conciencia individual y comunitaria

¿Cuál es nuestro papel en el sistema de cuidados actual?

Los resultados se reflejan a modo de intervención, pero algunas problemáticas continúan y son realidades continuamente cambiantes y se presentan como una limitante para avanzar hacia el logro de los objetivos hacia un sistema de cuidados justo.

**Agradecimientos a:**

- mi familia por acompañarme en esta lucha sentida, por acoger en casa a muchas mujeres en situación de duelo. (migratorio y laboral por perdida de persona cuidada y empleo)
- Se agradece el apoyo por parte del gremio de Trabajo Social que trabajan por un sistema de cuidados en condiciones justas y que beneficien la calidad de los cuidados brindados a una población que necesita de dichos servicios.
- Coro Amunarriz, Soraya y Jesús Perdiguero por sus consejos, motivación y acompañamiento en esta aventura.
- Mónica Leiva coordinadora de la Mesa de Diversidad y convivencia.
- Beatriz Arbizu coordinadora de Servicios Sociales del ayuntamiento de Zumárraga, por su valoración y consejos para la ejecución del proyecto.
- <https://www.congresoestataltrabajosocial.com/>

**Referencias bibliográficas**

- 1 Agenda 2030, Agenda Euskadi , Multinivel . Gobierno Vasco  
(Objetivo 3 - Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todas las personas a todas las edades.
- 2- Congreso Internacional Sare 2003: "Cuidar cuesta: costes y beneficios del cuidado" EDITA: EMAKUNDE/Instituto Vasco de la Mujer. C/ Manuel Iradier, 36. 01005 Vitoria-Gasteiz COFINANCIA: COMUNIDAD EUROPEA. Fondo Social Europeo  
[https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/publicaciones\\_jornadas/es\\_emakunde/adjuntos/sare2003\\_es.pdf](https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/publicaciones_jornadas/es_emakunde/adjuntos/sare2003_es.pdf)
- 3- ¿Quién sostiene la vida? Análisis Interseccional De La Situación De Las Cuidadoras Remuneradas En Urretxu-Zumárraga. Gobierno Foral de Gipuzkoa/ Aradia Cooperativa.
- 4- Mapa De Servicios Sociales De Gipuzkoa 2018-2021 Aprobado por el Consejo de Gobierno de la Diputación Foral de Gipuzkoa el 11 de diciembre de 2018
- 5- Diaz , Gorfinkiel Magdalena/ Martínez – Bujan Raquel Mujeres Migrantes y Trabajos de Cuidados : transformaciones del Sector doméstico en España.
- 6- Trabajadoras Del Hogar De Origen Extranjero: Situación socio laboral y discriminación en el ámbito de los cuidados. SOS Arrazakeria Gipuzkoa
- 7- Políticas Públicas Y Producción Política De La Categoría De Cuidados: El Caso De La Ley De Dependencia (Fecha De Realización: 1. 2011-1. 2014)