

A psicoloxía acumula coñecementos, instrumentos e técnicas, avaladas experimental e cientificamente, así como experiencias prácticas que, xunto con profesionais capacitados/as, en intervir eficazmente con familias de persoas dependentes.

Tanto o desenvolvemento teórico como práctico na intervención psicolóxica con cuidadores/as vense producindo, de xeito paralelo, nos eidos da discapacidade física, psíquica e sensorial, así como do envellecemento, da enfermidade mental, e do malestar crónico ou do enfermo terminal.

A QUEN, CANDO E ONDE SE REALIZA A INTERVENCIÓN PSICOLÓXICA:

- Aos/Ás cuidadores/as principais/familiares involucrados/as no coidado (irmáns/irmás, avós/avoas, cónxuxes, fillos/as, netos/as ...), así como membros do grupo de referencia.
- Realízase canto antes mellor e durante todo o proceso de coidado, especialmente ante momentos de crise.
- Desenvólvese en todos aqueles ámbitos nos que o profesional da psicoloxía ten contacto coa situación de coidado (centros de día, centros residenciais, asociacións de familiares, servizos sociais municipais, centros de saúde, etc.).



Colexio Oficial de
Psicólogos de Galicia

Rúa da Espiñeira, 10-Baixo
15706 Santiago de Compostela

Tfno.: 981 534 049

Fax: 981 534 983

copgalicia@cop.es

www.copgalicia.es

**Colexio Oficial de
Psicólogos de Galicia
SECCIÓN DE PSICOLOXÍA
DA INTERVENCIÓN SOCIAL**



**A INTERVENCIÓN PSICOLÓXICA
CON CUIDADORES/AS DE PERSOAS
EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA**

OBXECTIVOS DA ATENCIÓN PSICOLÓXICA A COIDADORES:

- Mellorar o coidado e atención da persoa en situación de dependencia, e facilitar a promoción da súa autonomía, facéndoo de xeito indirecto a través do/a seu/súa coidador/a.
- Reducir a vulnerabilidade e os niveis de estrés derivados da situación de coidado.
- Facilitar o proceso de adaptación/aceptación familiar á dependencia.
- Potenciar os recursos de afrontamento activo.
- Mellorar o acceso a recursos sociais, traballando as resistencias psicolóxicas ante a delegación de coidados.
- Previr as situacións de malos tratos ou negligencia.
- Detectar casos que requiran atención especializada.

FORMATOS MÁIS FRECUENTES DOS PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN CON COIDADORES/AS:

- Elaboración de materiais, guías e protocolos de actuación.
- Intervención psicolóxica individual (información, orientación, asesoramento e terapia).
- Promoción de programas de axuda mutua entre familiares coidadores.
- Intervención grupal:
 - Grupos de apoio social coordinados e facilitados polo profesional.
 - Programas psicoeducativos, nos que o profesional proporciona información sobre manexo de emocións, habilidades de afrontamento, etc.
 - Instrución en técnicas ou habilidades (manexo de comportamentos problemáticos, técnicas de control do estrés, etc.).
 - Intervención en colectivos con necesidades concretas (grupos de irmáns/irmás, grupos de coidadores/as de maiores, grupos de dó, etc.).

A selección dos programas de intervención psicolóxica, dentro da ampla gama dispoñible, dependerá das **necesidades** e peculiaridades da situación de coidado en función:

- Do contexto familiar e social no que se quere intervir.
- Do perfil da persoa con diversidade funcional, do seu momento evolutivo e do curso da situación de dependencia.
- Do perfil da persoa coidadora, tendo en conta a natureza preeminentemente feminina e o progresivo avellentamento do coidado.
- Do vínculo entre persoa en situación de dependencia e persoa coidadora.
- Da presenza/ausencia de alteracións de comportamento.
- Dos aspectos psicolóxicos nas que é necesario intervir (afectiva, cognitiva, condutual, etc.).