



**ESTRATEGIA CUIDANDO CUIDADORES
ENTORNO COMUNITARIO
2025**

LÍNEA OPERATIVA	TIPO DE INTERVENCIÓN
CARACTERIZACIÓN Y GENERACIÓN DE CAPACIDADES CUIDANDO CUIDADORES	EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN DIRIGIDA A CUIDADORES
INFORMACIÓN GENERAL	
OBJETIVO	Realizar caracterización y generación de capacidades a cuidadores para el fortalecimiento de habilidades para el cuidado de la población
POBLACIÓN BENEFICIARIA	Centro de vida sensorial Vilapinzón Cundinamarca
PERIODICIDAD	De acuerdo con las entregas establecidas en el anexo técnico, los tiempos establecidos y los horarios se coordinarán directamente con el centro de vida sensorial de Vilapinzón para no interferir en las actividades que ellos realizan.
ASPECTOS TECNICOS	<p>“El cuidado es una acción que se concreta a partir de relaciones, es una acción entre seres vivos. Todos cuidan y son cuidados” (Kuerten, Lenise do Prado, & De Gasperi, 2009). Como acción humana, el cuidado abre la perspectiva del otro, la mirada hacia sus necesidades e intereses y hacia sus formas de ser y de actuar.</p> <p>En esta relación, se potencia la autonomía y el respeto, situando tanto a la persona cuidadora como a la persona sujeto de cuidado como sujetos activos, que establecen una relación de corresponsabilidad y reciprocidad.</p> <p>Es de anotar que antes de establecer una relación con el otro, cada persona debe reconocerse a sí misma, contando con elementos que le ayuden a asumir diversos problemas, y por ende gozar de salud mental; la cual es definida por la Organización Mundial de la Salud como “un estado de</p>



bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (Organización Mundial de la Salud, 2013)

Un cuidador o cuidadora puede ser un familiar, amigo, profesional o cualquier persona voluntaria que asume la responsabilidad de atender las necesidades físicas, emocionales y sociales de otra persona, esta actividad implica dedicar tiempo, atención y afecto a una persona que necesita ayuda para realizar sus actividades cotidianas.

Pueden brindar atención en el hogar, hospital u otro entorno de atención médica y realizar diversas funciones o tareas, como: Asistencia en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria como bañarse, comer o tomar medicamentos. Proporcionar apoyo emocional y social. Organizar actividades previas a la atención médica. Facilitar la comunicación y la participación. Promover la autonomía y prevenir complicaciones. Tomar decisiones sanitarias e higiénicas. Tomar decisiones financieras.

Tipos de cuidadores:

- Cuidador Formal. Aquel que ha recibido una formación específica y es remunerado por sus servicios. Su rol es brindar apoyo especializado, generalmente en el domicilio o en instituciones de cuidado
- Cuidador Informal. Aquel que no dispone de formación o capacitación, ni es remunerado, tiene un elevado grado de compromiso y una atención sin límites de horario debido a su cercanía con la persona que necesita atención. Suelen ser familiares cercanos, como hijos, cónyuges, padres, hermanos o en ocasiones personas de su círculo social como amigos o vecinos

Aunque no existe un perfil único de cuidador, ya que depende de las características y circunstancias de cada caso, se pueden identificar algunos factores que influyen en la decisión de asumir el rol de cuidador, como el grado de parentesco, el vínculo afectivo, la disponibilidad, la capacidad y la



motivación.

INFORMACIÓN ESPECÍFICA	
DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA	
DESCRIPCIÓN	<p>Como primera instancia se realizó un primer acercamiento solicitando de manera formal un espacio para lograr una reunión con el fin de identificar y caracterizar las personas cuidadoras y de esta manera vincularlas a la estrategia “Cuidando Cuidadores” una vez compartida la base de datos se dejó una invitación en el centro para que cada uno de los cuidadores conocieran sobre los talleres que se van a trabajar y de manera voluntaria se inscribieran para saber la asistencia real antes de realizar el taller</p> <p>Actividad lúdica de inicio</p> <p>Debido al espacio de la reunión ejecutada en una oficina del centro vida sensorial, como actividad de apertura se realizó un ejercicio práctico de palabras la idea era conocer más a fondo la composición del centro la manera como se realizó fue la siguiente: en una bolsa con palabras respecto al tema se iba sacando un papel y se iba preguntado en el centro como se iba manejando en dicho tema. Ejemplo: tipos de cuidadores (que cuidadores se manejan en el centro formales o informales)</p> <p>Descripción del material didáctico utilizado</p> <ul style="list-style-type: none">• Poster convocatorio (adjunto) <p>Conclusiones y cierre</p> <p>Los asistentes manifestaron la necesidad que tiene el municipio de realizar proyectos enfocados a los cuidadores puesto que siempre se tiene en cuenta es a las personas con limitaciones/vulnerabilidad, lo que aísla a los cuidadores, quienes también se ven afectados por la carga física, emocional y económica, razón por la cual mostraron de todo el interés con la estrategia “Cuidando Cuidadores” y reiteraron de su apoyo para brindar los espacios pertinentes</p>
INDICADORES DE	Número de sesiones realizadas/ Número de sesiones programadas por * 100

CUMPLIMIENTO	
EVALUACIÓN	La actividad se evaluará como efectivamente cumplida, cuando en el indicador de cumplimiento se logre el 90%.



Gobernación de
Cundinamarca

RESPONSABLE	Profesional asignado en el entorno comunitario
OBSERVACIONES	<p>Se logro trabajar articuladamente con el centro de vida sensorial de Vilapinzón y se cumplió con el objetivo de Identificar y caracterizar personas cuidadoras de este programa de igual manera dentro de las necesidades del cuidador se estableció la importancia de coordinar para la ejecución de los talleres ofertados por el referente de APS de entorno comunitario con el fin de fortalecer conocimientos en los cuidadores.</p>



Gobernación de
Cundinamarca



Gobernación de
Cundinamarca



Gobernación de
Cundinamarca