# Títol: Xarxa de Grups de Suport Eixample

## Inicis i antecedents:

Tradicionalment les diferents institucions i serveis que treballem amb persones malaltes, dependents, discapacitades... hem intentat tenir cura d'aquelles persones que s'encarreguen de cobrir les seves necessitats, de garantir el seu confort i cuidados, de proporcionar-los les atencions que precisen, etc. Hem intentat i intentem tenir cura dels cuidadors.

A través del treball individual procurem dotar als cuidadors dels instruments, coneixements, capacitats, recursos... que facilitin la seva tasca com a tals. Però, com ja sabem, l'orquestra és quelcom més que la suma dels instruments, els diferents agents socials que participem del treball amb els cuidadors vam donar un pas creant grups de cuidadors.

Tant des dels Serveis Socials Municipals, des dels Centres d'Atenció Primària de Salut (CAP's), com des de Càritas, s'havien iniciat diverses experiències de suport per a cuidadors en diferents formats: grups de suport, tallers, xerrades... i sempre des dels propis centres i exclusivament adreçats a la població vinculada als propis centres.

Així és com vam aconseguir una melodia més afinada però que encara no ens acabava de fer el pes, teníem la sensació que podíem treure més profit, que podíem donar un pas més enllà i aprofundir en el treball grupal, aconseguint una feina més enriquidora tant pels beneficiaris com pels professionals. Llavors alguns serveis i institucions de l'Eixample vam pensar que si uníem els nostres instruments; és a dir, els nostres grups, els nostres coneixements, les diferents metodologies de treball, les diferents missions de les nostres empreses, etc, podíem crear una gran orquestra que aconseguiria uns millors resultats en l'objectiu inicial i principal, cuidar al cuidador, però que, al mateix temps, faria créixer els projectes individuals de cada institució.

Així, l'any 2003, el Centre de Serveis Socials de l'Antiga Esquerra de l'Eixample, l'Equip d'Atenció Primària de Salut "Via Roma", i Càritas Diocesana - Equip Barcelona Esquerra - Barcelonés Sud, van iniciar un treball en xarxa, unint esforços, creant una metodologia de treball comú, compartint experiències, i així també va néixer La Colla Cuidadora i amb ella la intervenció comunitària.

La Colla Cuidadora va néixer com un grup de continuïtat des d'on s'organitzen activitats de difusió i sensibilització, a través d'un blog, de xerrades i col·loquis etc, en la qual encara té cabuda el suport mutu i la cooperació i les activitats més d'entreteniment i esbarjo.

Al treball en xarxa iniciat el 2003, any rere any, ens hem anat sumant més institucions, professionals i professions, i, seguint fórmules matemàtiques amb la suma dels diferents grups, les diferents experiències... hem anat creixent i madurant com a xarxa fins que s'ha donat pas a la Xarxa Cuidadors Eixample.

Per tal de facilitar la comunicació entre els diferents membres i institucions que configurem la Xarxa i aconseguir una dinàmica de treball àgil i efectiva, em fet ús de les Tecnologies de la Informació i Comunicació (TIC's), les quals ens han permès una comunicació casi en temps real, assolint l'agilitat i l'efectivitat que cercàvem.

La Xarxa Cuidadors Eixample, està constituïda en l'actualitat per tres Centres de Serveis Socials: Antiga Esquerra de l'Eixample, Fort Pienc i la Dreta de l'Eixample, dos equips d'atenció primària de salut: Via Roma i Casanova i l' AFAB -Associació de Familiars d'Alzheimer¸ amb l'abandó de Càritas el 2011 per reestructuració interna de la institució i del professional que participava. La majoria dels professionals som treballadors socials, però s'han incorporat les professions d'infermeria i psicologia.

## El treball de la Xarxa Cuidadors Eixample:

En aquestes Novenes Jornades volem posar l'èmfasi en la Xarxa Cuidadors Eixample, perquè considerem que és aquí on resideix la innovació del projecte.

La Xarxa Cuidadors Eixample és el sentit de tot el treball que s'està fent en els grups; ens ajuda a lligar el treball individual amb el grupal i aquest amb el comunitari.

Com ja hem comentat anteriorment, el treball en xarxa suposa més que la suma dels esforços individuals, és molt més enriquidor perquè coneixes, comparteixes i pots entendre lògiques de funcionament diferent. Les connexions que s'estableixen entre les diferents institucions i professions faciliten treballar conjuntament els diferents objectius, les distintes visions professionals, la diversitat en les aproximacions i els abordatges, aconseguint un treball molt més profund i complex i també molt més satisfactori pels professionals implicats i molt més enriquidor per la població diana, els cuidadors.

Però el treball interprofessional, no només ens enriqueix a la Xarxa en coneixements, sinó que les diferents visions i la possibilitat de compartir l'experiència en les reunions periòdiques també ens protegeix a cada professional del "burn out" que acostumem a patir els professionals que ens dediquem a "cuidar als que cuiden" i que és una amenaça pel desenvolupament de les nostre professions.

Totes aquestes lògiques i filosofies són diferents perquè provenen de diverses institucions: de serveis socials, de salut, d'entitats..., però també de diverses professions, treballadors socials, infermeres, psicòlegs...

A mida que hem anat evolucionant com a xarxa, aquesta s'ha anat transformant i a mida que hem anat creixent com a tal, han anat sorgint necessitats específiques de la xarxa, necessitats diferents del treball grupal i comunitari, però imprescindibles per donar-li continuïtat a aquest.

Per acompanyar el creixement de la Xarxa Cuidadors Eixample i també del treball grupal i comunitari, cuidem d'ella, una de les maneres de cuidar-la ha estat creant un canal de comunicació àgil i directa entre els integrants de la Xarxa, les TIC's, i una altra manera ha estat marcant objectius de treball específics per la Xarxa Cuidadors Eixample.

Centrant-nos primer en la creació d'un canal de comunicació que fos vàlid, ràpid i que ens permetés salvar les limitacions geogràfiques i temporals per a la Xarxa Cuidadors Eixample, vam aprofitar les TIC's i es va crear una adreça de correu electrònic única que ens engloba a tots els professionals i institucions implicats en la xarxa.

A través d'aquesta adreça de correu treballem:

- les actes i les convocatòries de les properes reunions
- les tasques que es deriven dels pactes de cada reunió del grup dinamitzador
- el seguiment i evolució dels grups
- compartim la informació que pot ser d'utilitat per la Xarxa o els grups
- els treballs per donar a conèixer la Xarxa Cuidadors Eixample
- altres....

Al crear-se la Xarxa Cuidadors Eixample, el curs 2004-2005, ens vam haver de plantejar dues línees d'objectius, una en relació als grups de suport de cuidadors i la Colla Cuidadora i d'altra banda, una altre en relació a la xarxa com a tal. Això, però no ha estat sempre així, sinó inicialment, l'objectiu de la Xarxa Cuidadors Eixample era la creació, el desenvolupament i la

consecució d'uns objectius comuns pels grups de suport. A mida que aquest objectiu general es va anar assolint, poc a poc, va anar sorgint la necessitat de dissenyar, treballar i assolir uns altres objectius més específics de xarxa com a tal.

Els objectius que ens hem anat establint mentre s'ha anat consolidant la Xarxa Cuidadors Eixample han estat:

- contribuir a detectar i compartir cuidadors que es trobin en situació de vulnerabilitat com a conseqüència de la sobrecàrrega que els comporta aquesta tasca
- millorar la coordinació entre els serveis socials i sanitaris que treballen a la zona, treballant en xarxa, oferint un projecte comú
- difondre el projecte entre els diferents professionals dels serveis implicats (metges, infermeres, treballadors socials, treballadores familiars, educadors, voluntaris, col·laboradors, caps de servei...)
- crear un espai periòdic de trobada de tots els professionals (grup de dinamitzadors) implicats en el projecte
- constituir i consolidar un grup motor que vetlli per la coordinació i funcionament del projecte
- cercar, dissenyar i elaborar les TIC's més adequades per facilitar la comunicació entre els integrant de la Xarxa Cuidadors Eixample, d'una banda, i d'altra per arribar a d'altres cuidadors, i fer difusió del projecte

I actualment, en aquest curs hem tornat a fer un pas endavant com a xarxa i, estem treballant per formar-nos de manera conjunta sobre eines i habilitats per poder dinamitzar grups de gent gran. Així els objectius que tenim plantejats actualment són:

- millorar la metodologia de treball, la planificació, coordinació i seguiment del projecte de la Xarxa
- formació conjunta pels dinamitzadors dels diferents grups
- dissenyar i implementar protocols que garanteixin el feedback entre el treball individual i el grupal
- empoderament dels cuidadors participants a la Xarxa Cuidadors Eixample
- difondre la tasca de la Xarxa als cuidadors anònims i invisibles del nostre entorn

## Conclusions:

Com a ens viu i actiu que és la Xarxa Cuidadors Eixample, aquesta va canviant i creixent, les necessitats canvien, els models es transformen... però de moment podem extreure algunes reflexions que ens serviran per anar concloent la comunicació:

- els reptes institucionals a nivell organitzatiu (model, mobilitat, objectius, etc) no condicionin les possibilitats de desenvolupament d'aquesta manera de treballar, la força de la Xarxa ajuda a superar-los i, cada repte superat és un canvi en la Xarxa
- les càrregues professionals individuals es porten millor quan estàs implicat en altres projectes, més enllà del treball individual que tots fem, obtenim allò que des de la Xarxa anomenaríem satisfacció "personalaboral", ja que ens posem nous reptes per creixement professional quelcom que ha facilitat molt la participació i vinculació amb la Xarxa han estat les TIC's que faciliten tant el treball com la comunicació en la distància geogràfica, però cal també disposar de l'espai presencial de treball de la Xarxa
- a més dels beneficis que es detecten pels participants dels grups de suport, també els professionals i les institucions implicades ens beneficiem del treball en xarxa perquè millora la nostra coordinació i el coneixement de les peculiaritats de cada institució.

- el treball en xarxa també implica però, un posicionament personal del professional, cap a l'apertura, la col·laboració, aprendre a compartir, d'entendre el treball com una suma d'esforços que ens pot enriquir a tots
- les persones que participen tant en els grups de suport com en La Colla Cuidadora han pres consciència de la magnitud de la Xarxa i aquesta consciència, d'alguna manera, també forma part del pla terapèutic, es converteix en un instruments que els dota d'empoderament
- la creació del blog permet establir i donar a conèixer experiències a compartir i donar vida a aquests grups fora dels nostres centres
- resulta molt positiu el treball grupal interprofessional a través tant de les reunions periòdiques com de l'agilitat en les respostes, comentaris, desenvolupament de les tasques... a través de les TIC's com a eines de prevenció dels professionals que treballem per "cuidar als que cuiden"

## Referències Bibliogràfiques:


- Ballesteros, X., Chinchilla, J. (2008). Una xarxa per cuidar les persones que cuiden. L'experiència de la Xarxa de Grups de Cuidadors. Barcelona Societat, nº 15
- Papers d'Acció Social 1. Bases per al suport als cuidadors i les cuidadores no professionals. Departament d'Acció Social i Ciutadania II. Col·lecció Papers d'Acció Social (2008)
- Domínguez, M. (2003). Las Tecnologías de la Información y la Comunicación: sus opciones, sus limitaciones y sus efectos en la enseñanza. (2003). Nómadas (8).
- Marí, V.M. Nuevas Tecnologías de la información, Movimientos sociales y Cambio Social. Disponible en: http://www.uned.es/ntedu/asignatu/4Victor_Mari.htm