



# Guía de programas de respiro familiar Andalucía



Un programa social impulsado por:

Johnson & Johnson

Janssen  
PHARMACEUTICAL COMPANIES OF  
Johnson & Johnson



## **Edita**

Cuidopía

Un programa de Acción Social del grupo de compañías de Johnson & Johnson en España.

[www.cuidopia.es](http://www.cuidopia.es)

## **Diseño editorial y actualización de contenidos**

En Babia Comunicación Responsable

[www.estasenbabia.com](http://www.estasenbabia.com)

**Ilustraciones:** Juan Medina Manrique

EM-104950. Julio, 2022.

Segunda edición.

Un programa social impulsado por:



© 2020-2022, Johnson & Johnson y Janssen España.

Todos los derechos reservados.

Queda prohibida cualquier utilización del contenido de esta publicación sin la expresa autorización del titular del copyright.

Cuidopía es el programa de Acción Social de las compañías de Johnson & Johnson en España cuyo objetivo es promover la Sociedad de los Cuidados y destacar el trabajo de miles de personas que, de forma profesional o no, están dedicadas al cuidado en todos los ámbitos de la vida en nuestro país.

En Cuidopía apoyamos que personas que tienen vocación por los cuidados puedan convertirse en profesionales del sector a través de un programa de becas, en colaboración con Fundación Tomillo y otras entidades sociales especializadas en formación para el empleo de personas vulnerables. Desde 2019 hemos otorgado más de 200 becas a personas que a día de hoy son Profesionales de los Cuidados en Madrid, Cáceres, Sevilla, Zaragoza, Valencia y Barcelona; y seguiremos ampliando el alcance de nuestras becas como empresa comprometida con los cuidados.

Cuidopía nace del Modelo Afectivo-Efectivo de humanización de la salud que Janssen promueve desde 2015. Tiene como finalidad divulgar, orientar y formar para promover una sociedad más activa, sensibilizada y responsable en este ámbito. El programa se suma así también a los esfuerzos por alcanzar las metas de salud, igualdad y reducción de la exclusión social que proponen los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos por Naciones Unidas para 2030.

Conscientes de la dificultad que implica atender de la mejor forma posible a nuestros seres queridos cuando se encuentran en situación de dependencia, con la edición de estas guías pretendemos facilitar el camino, no siempre fácil, que emprenden las familias para adquirir conceptos básicos relacionados con las prestaciones y servicios contemplados en la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, tener a mano el catálogo de servicios, prestaciones y programas de respiro familiar que ofrece cada Comunidad Autónoma y disponer de forma agrupada del directorio de oficinas y recursos que las Administraciones Públicas ponen a disposición de la ciudadanía.

Además, la página web del programa Cuidopía cuenta con un amplio catálogo de contenidos relacionados con los cuidados, al tiempo que propone la participación y escucha activa de la comunidad a través de las redes sociales. A través de Cuidopía queremos ofrecer a la sociedad todo un abanico de recursos para que juntos reflexionemos sobre la importancia de cuidarnos y cuidar de los demás en un mundo cada vez más interconectado e interdependiente.

**#elvalordeloscuidados**



**Ramón Frexes**

Director de Relaciones Institucionales de Janssen  
y Acción Social de Johnson & Johnson España

# Índice

<b>1</b>	<b>Información general sobre respiro familiar .....</b>	<b>5</b>
	¿Qué son los programas de respiro familiar? .....	6
	¿Qué tipos de programas de respiro familiar existen? .....	8
<b>2</b>	<b>Programas de respiro familiar en Andalucía .....</b>	<b>9</b>
<b>3</b>	<b>Directorio de servicios públicos de respiro familia en Andalucía ....</b>	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>Directorio de servicios de respiro familiar proporcionados por asociaciones y fundaciones de ámbito social .....</b>	<b>15</b>

1

# Información general sobre respiro familiar





## ¿Qué son los programas de respiro familiar?

El respiro familiar es un servicio que se facilita cuando una persona en situación de dependencia se encuentra a cargo de un familiar que asume el gran número de cuidados y tareas que la persona dependiente necesita. La persona cuidadora asume una gran carga física y emocional que puede afectar a su salud integral, además del riesgo de aislamiento social por falta de tiempo y desánimo.

El respiro familiar es el tiempo que puede proporcionar una tercera persona al cuidador familiar para que siga manteniendo sus actividades personales, laborales, sociales y de ocio, a la vez que cuenta con la seguridad de que la persona dependiente está acompañada y atendida por un cuidador profesional. Este tiempo de respiro familiar mejora el bienestar del cuidador familiar ya que le ofrece desahogo y apoyo físico y emocional, para continuar proporcionando atención y cuidados al familiar dependiente. De ahí la importancia de conocer lo que ofrecen y cómo acceder a los servicios de respiro familiar.



El respiro familiar es un servicio para personas en situación de dependencia cuyo cuidador o cuidadora principal es un familiar. Consiste en facilitar a la persona dependiente el cuidado a cargo de un cuidador profesional para que el familiar disponga de tiempo libre.

En la actualidad, cada vez más cuidadores de personas dependientes o personas que padecen alguna discapacidad se acogen a los programas de respiro familiar que están disponibles, tanto en centros públicos como privados, para poder contar con tiempo de descanso propio.

Son muchas las asociaciones que además están implantando estos programas porque desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) se considera esencial el disfrute de tiempo libre para el correcto desarrollo del ser humano, siendo el tiempo de ocio personal básico para el equilibrio psíquico y social de la persona.

De este modo se considera primordial la implantación de programas de respiro familiar, porque además de beneficiar al cuidador evitando el “síndrome del cuidador quemado”<sup>1</sup>, beneficia también a la persona dependiente o que padezca alguna discapacidad al recibir por parte del cuidador una mejora en la calidad de la atención. Que la persona cuidadora disponga de cierto tiempo para disfrute propio alivia la carga emocional y física que haya podido acumular.

El objetivo de los programas de respiro familiar es que las personas en situación de dependencia o discapacidad que necesitan de ciertos cuidados no se encuentren desatendidos mientras que el cuidador familiar recibe un apoyo que le ayuda a disponer de un tiempo de respiro, de ocio o para realizar otras tareas que no sean las de cuidar. Se trata de evitar que el cuidador familiar realice tareas de cuidado las 24 horas de los 365 días del año.



Los programas de respiro familiar cuidan tanto de la persona en situación de dependencia o discapacidad, como del familiar que asume el cuidado principal.

Los programas de respiro familiar, que se han ido implantando en muchas de las Comunidades Autónomas, ofrecen a los cuidadores de los familiares en situación de dependencia o de discapacidad un apoyo y un periodo de descanso y tiempo libre. Suponen una descarga física y mental para el cuidador principal, le ayuda a recuperar energía y ánimo, le permite descansar y facilita que siga proporcionándole un buen cuidado a la persona que tiene a su cargo.

<sup>1</sup> El “síndrome del cuidador quemado” es un estado de agotamiento físico, emocional y mental que padecen las personas cuidadoras cuando su responsabilidad se extiende durante un largo periodo de tiempo. Descubre más en la unidad temática “Autocuidados”, de Escuela de Cuidados en <https://www.cuidopia.es/escuela-de-cuidados/autocuidados>



## ¿Qué tipo de programas de respiro familiar existen?

Teniendo en cuenta la labor continua de un cuidador informal a un familiar dependiente, es fundamental contar con ciertos apoyos formales. Los cuidadores familiares deben cuidarse y dedicarse tiempo a ellos mismos para ofrecer unos cuidados de calidad a su familiar y mejorar el bienestar de ambos.

Encontramos programas de respiro familiar ya implantados en las ayudas del **Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD)**, aunque no se reflejen con el nombre de respiro familiar. Es el caso de la **asistencia temporal residencial**, que facilita al cuidador poder descargarse en ciertos momentos de realizar tareas, o los ingresos en residencias de las personas dependientes en periodos vacacionales, llamadas **estancias temporales de régimen residencial**.

Otro de los servicios son los **Centros de Día**, donde las familias pueden dejar por unas horas a sus familiares asegurándose de que reciben la atención que necesitan y que cuentan con la asistencia de un cuidador profesional para realizar aquellas funciones que no puedan llevar a cabo de manera independiente.

Los Centros de Día son centros diurnos de atención especializada para personas mayores o en situación de dependencia, que mantienen o mejoran la funcionalidad de sus usuarios y sirven de apoyo a la familia.

Las Comunidades Autónomas tienen distintos programas de respiro familiar. La mayoría de ellos vienen incluidos en la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia de España, más conocida como **Ley de Dependencia**.

Esta ley española reúne el conjunto de servicios y prestaciones destinados a la promoción de la autonomía personal, así como a la protección y atención a las personas, a través de servicios públicos y privados concertados debidamente acreditados.

# 2

## Programas de respiro familiar en Andalucía



Desde 2019, la Junta de Andalucía ha desarrollado un Programa de Respiro Familiar para dar apoyo a las familias en situaciones de emergencia o necesidad para cuidar a la persona dependiente por un periodo que va desde un día a un mes.

<https://www.juntadeandalucia.es/agenciadeserviciosocialesydependencia/index.php/m-dependencia>

## ¿En qué consiste el Programa de Respiro Familiar de la Junta de Andalucía?

Es un programa de atención residencial integral de personas en situación de dependencia o en riesgo de estarlo, con una duración de entre 24 horas y un mes (prorrogables) por motivos de descanso, enfermedad u hospitalización, emergencias y otras circunstancias similares, de la familia cuidadora.

Su objetivo es favorecer la conciliación familiar y socio-laboral de familiares y personas cuidadoras que tienen a su cargo el cuidado de personas en situación de dependencia, cuando temporalmente no puedan ser atendidas en su entorno, garantizando la continuidad en la calidad de la atención y los cuidados.

Las actuaciones de este programa se concretan en la atención integral a las personas en situación de dependencia mediante servicios de manutención, ayuda en las actividades diarias, terapia ocupacional, acompañamiento y otras medidas que favorezcan su autonomía personal en entornos adaptados.

## ¿A quién está destinado este Programa de Respiro Familiar?

- **Personas mayores de 65 años en situación de dependencia o en riesgo de estarlo.**
- **Personas con discapacidad mayores de 16 años y menores de 65, que se encuentren en situación de dependencia o en riesgo de estarlo.**
- **Todas deben estar empadronadas en la Comunidad Autónoma Andaluza.**

### Requisitos de acceso

- Tener 65 o más años, o ser menor de 65 años y mayor de 16 años con discapacidad reconocida en un grado igual o superior al 33%.
- Precisar de otra persona para el desarrollo de actividades de la vida diaria, con o sin grado de dependencia.
- No padecer enfermedad que precise atención imprescindible y continuada en centro hospitalario.
- No haber sido sancionado con expulsión definitiva de un centro similar.

### ¿Cómo solicitarlo?

Las personas con discapacidad pueden disfrutar de uno de los dos servicios rellenando la siguiente solicitud:

[https://www.juntadeandalucia.es/agenciadeserviciosocialesydependencia/images/solicitudes/Solicitud\\_Respiro\\_2022.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/agenciadeserviciosocialesydependencia/images/solicitudes/Solicitud_Respiro_2022.pdf)

Una vez completada debe presentarla en el registro de la Delegación Territorial de la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de su provincia. Las oficinas de registro funcionan con cita, por lo tanto, debe solicitar previamente su cita. La presentación presencial de documentos requerirá la identificación del presentador con su DNI o documento identificativo equivalente en la oficina de registro.



**Programas de Respiro Familiar**

**Junta de Andalucía**

**Teléfono: 955 54 50 60**

**[saludresponde@juntadeandalucia.es](mailto:saludresponde@juntadeandalucia.es)**

## Recursos para familias cuidadoras

La Escuela Andaluza de Salud Pública y la Junta de Andalucía han publicado una guía para personas cuidadoras **"Cuidar y cuidarse"**, que sirve de apoyo y reflexión para todos los cuidadores.



<https://escueladepacientes.es/cuidados-y-autonomia/persona-cuidadoras/guias-personas-cuidadoras/guia-informativa-personas-cuidadoras>

Además de las ayudas que ofrecen los servicios sociales, algunas ONG y entidades sociales pueden ofrecer servicios alternativos de respiro familiar en las distintas provincias de Andalucía.

### PLENA INCLUSIÓN EN ANDALUCÍA

Av. Alcalde Luis Uruñuela, 19

Local 10. Planta 1.

41020 Sevilla

Teléfono: 954 525 199

[sede@plenainclusionandalucia.org](mailto:sede@plenainclusionandalucia.org)

[www.plenainclusionandalucia.org](http://www.plenainclusionandalucia.org)

# 3

## Directorio de servicios públicos de respiro familiar en Andalucía



SERVICIO	SOLICITUD	DATOS DE CONTACTO
<b>Apoyo a las familias en situaciones de emergencias o necesidad</b>	En la página web de la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, de la Junta de Andalucía o en las Delegaciones Provinciales de la misma.	Teléfono gratuito del Plan de Apoyo a las Familias Andaluzas 900 850 000  <a href="https://www.juntadeandalucia.es/igualdadybienestarsocial/opencms/system/modules/com.opencms.presentationCIBS/paginas/detalle.jsp?listar=true&amp;tipoContenido=/FAQ/&amp;sector=/Sector/Personas_con_Discapacidad/&amp;contenido=/Personas_Discapacidad/FAQ/006">https://www.juntadeandalucia.es/igualdadybienestarsocial/opencms/system/modules/com.opencms.presentationCIBS/paginas/detalle.jsp?listar=true&amp;tipoContenido=/FAQ/&amp;sector=/Sector/Personas_con_Discapacidad/&amp;contenido=/Personas_Discapacidad/FAQ/006</a>
<b>Guía de apoyo para cuidadores "Cuidarse para cuidar"</b>	Guía informativa para cuidadores. Es una iniciativa de la Escuela Andaluza de Salud Pública y la Junta de Andalucía.	<a href="https://escueladepacientes.es/cuidados-y-autonomia/persona-cuidadoras/guias-personas-cuidadoras/guia-informativa-personas-cuidadoras">https://escueladepacientes.es/cuidados-y-autonomia/persona-cuidadoras/guias-personas-cuidadoras/guia-informativa-personas-cuidadoras</a>
<b>Respiro familiar personas con discapacidad</b>	Consulta la Red de Centros:  <a href="https://www.juntadeandalucia.es/agenciadeserviciosocialesydependencia/images/publicaciones/dependencia/RED_DE_CENTROS_DE_RESPIRO_FAMILIAR.pdf">https://www.juntadeandalucia.es/agenciadeserviciosocialesydependencia/images/publicaciones/dependencia/RED_DE_CENTROS_DE_RESPIRO_FAMILIAR.pdf</a>	Teléfono de información: <b>955 062 627</b>
<b>Plena Inclusión en Andalucía</b>	El formulario oficial puede descargarse en el siguiente enlace:  <a href="https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Personas_Discapacidad_solicitudes_sol_estancia_diurna_respiro.pdf">https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Personas_Discapacidad_solicitudes_sol_estancia_diurna_respiro.pdf</a>	Av. Alcalde Luis Uruñuela, 19 Local 10. Planta 1 41020 Sevilla Tel. 954 525 199 <a href="http://www.plenainclusionandalucia.org">www.plenainclusionandalucia.org</a> <a href="mailto:sede@plenainclusionandalucia.org">sede@plenainclusionandalucia.org</a>
<b>CEAFA Andalucía (124 asociaciones)</b>		Encuentra la asociación más cercana en el siguiente link: <a href="https://www.ceafa.es/es/quienes-somos/asociaciones-alzheimer/consigue-ayuda?community=andalucia">https://www.ceafa.es/es/quienes-somos/asociaciones-alzheimer/consigue-ayuda?community=andalucia</a>

# 4

## Directorio de servicios de respiro familiar proporcionados por asociaciones y fundaciones de ámbito social



<b>FUNDACIÓN ONCE</b>	Sebastián Herrera, 15 28012 Madrid Teléfono: 915 068 888 <a href="mailto:fundaciononce@fundaciononce.es">fundaciononce@fundaciononce.es</a>
<b>CÁRITAS ESPAÑOLA</b>	Embajadores, 162 28045 Madrid Teléfono: 914 441 000 e-mail: <a href="mailto:correo@caritas.es">correo@caritas.es</a>
<b>CRUZ ROJA ESPAÑOLA</b>	Avenida Reina Victoria, 26 28003 Madrid Teléfono: 900 221 122 <a href="mailto:informa@cruzroja.es">informa@cruzroja.es</a>
<b>ASPACE</b>	General Zabala, 29 28002 Madrid Teléfono: 915 614 090 <a href="mailto:administracion@confederacionaspace.org">administracion@confederacionaspace.org</a>
<b>PLENA INCLUSIÓN</b>	Avenida General Perón, 32 Planta 1 28020 Madrid. Teléfono: 915567413 <a href="mailto:info@plenainclusion.org">info@plenainclusion.org</a>
<b>DOWN ESPAÑA</b>	Machaquito, 58 L-10 28043 Madrid Teléfono: 917 160 710 <a href="mailto:downspana@sindromedown.net">downspana@sindromedown.net</a>
<b>CEAFA</b> CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE FAMILIARES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS	Pedro Alcatarena, 3 Bajo 31014 Pamplona (Navarra) Teléfono: 948 174 517 <a href="mailto:ceafa@ceafa.es">ceafa@ceafa.es</a>
<b>CERMI</b> COMITÉ ESPAÑOL DE REPRESENTANTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD	Recoletos, 1 Bajo 28001 Madrid Teléfono: 913 601 678 <a href="mailto:cermi@cermi.es">cermi@cermi.es</a>



El valor de los cuidados

[www.cuidopia.es](http://www.cuidopia.es)

Un programa social impulsado por:

*Johnson & Johnson*



@cuidopia



facebook.com/cuidopia



@cuidopia



@cuidopia