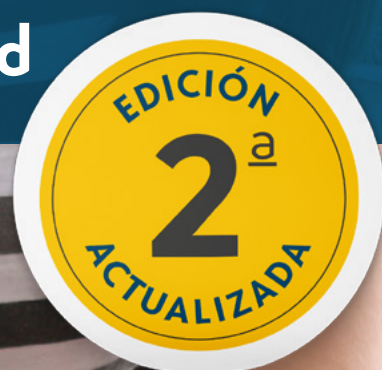


Guía de programas de respiro familiar Comunidad de Madrid



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

Diseño editorial y actualización de contenidos

En Babia Comunicación Responsable

www.estasenbabia.com

Ilustraciones: Juan Medina Manrique

EM-104950. Julio, 2022.

Segunda edición.

Un programa social impulsado por:

Johnson & Johnson



© 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

1	Información general sobre respiro familiar	5
	¿Qué son los programas de respiro familiar?	6
	¿Qué tipos de programas de respiro familiar existen?	8
2	Programas de respiro familiar en Comunidad de Madrid	9
3	Directorio de servicios públicos de respiro familiar en Comunidad de Madrid	15
4	Directorio de servicios de respiro familiar proporcionados por asociaciones y fundaciones de ámbito social	17

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”¹, 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.

¹ 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 Comunidad de Madrid



En la Comunidad de Madrid, además de las prestaciones y servicios recogidas en la ley 30/2006 de 14 de diciembre de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a Personas en Situación de Dependencia, encontramos como servicios complementarios que facilitan el respiro familiar los siguientes programas:

1. Programa Respiro Familiar del Ayuntamiento de Madrid

El Ayuntamiento de Madrid ha puesto en marcha un programa social que se desarrolla en algunos Centros de Día y Residencias a través de un conjunto de actividades durante los fines de semana en régimen diurno no residencial que va dirigido a personas mayores de 65 años, o excepcionalmente mayores de 60 años de edad que padezcan demencia, Alzheimer o cualquier dependencia y que convivan con familiar o cuidador que requiera un tiempo de descanso.

La solicitud puede realizarse presencialmente en los Centros de Servicios Sociales Municipales del distrito donde se encuentre empadronado el solicitante, o vía telemática realizando la solicitud electrónicamente.

En el siguiente enlace puede acceder a la página para la tramitación online, a descargar los distintos modelos de formularios, ver los precios que tiene asignado este servicio y los centros adheridos:

<https://sede.madrid.es/portal/site/tramites/menuitem.1044e048d6fe41a7e-de6ede684f1a5a0/?vgnnextoid=3375db16cd868410VgnVCM100000171f5a0aR-CRD&vgnnextchannel=3375db16cd868410VgnVCM100000171f5a0aR-CRD&vgnnextfmt=default&nombreTramite=Respiro%20Familiar&idContent=2161ef82e1bed010VgnVCM1000000b205a0aRCRD>

2. Residencias para Mayores (estancias temporales)

Se puede solicitar el ingreso temporal para personas mayores en residencias de la Comunidad de Madrid, cuando determinadas circunstancias familiares de carácter transitorio, como ingresos hospitalarios, maternidad, viajes..., hacen imposible que dediquen a sus mayores la atención que les prestan habitualmente.

Estas plazas están dirigidas tanto a personas mayores autónomas, como a las que tengan reconocida la situación de dependencia.

La solicitud para acceder a una plaza de estancia temporal se realiza en el centro de servicios sociales municipal que le corresponda, según la zona de empadronamiento.

La duración máxima de la estancia es de dos meses, si bien, de manera excepcional y previa justificación de la causa, es posible prolongar la estancia un mes más.

Para poder realizar la solicitud de la plaza debe cumplir los siguientes requisitos:

- Ser español o extranjero residente en el territorio de la Comunidad de Madrid, o transeúnte extranjero residente en cualquier territorio de la Unión Europea, que se encuentre en evidente estado de necesidad, asistencia y protección social.
- Las personas extranjeras no residentes en la UE podrán acceder a los centros, de acuerdo con lo dispuesto en los vigentes tratados internacionales o conforme se establezca, reglamentariamente, para los que se encuentren en reconocido estado de necesidad.
- Acreditar la residencia en la Comunidad de Madrid durante los dos últimos años inmediatamente anteriores a la fecha de solicitud.
- Tener cumplidos 65 años en el momento de solicitar el ingreso o 60 años en el caso de personas en situación de dependencia. Podrá ingresar en la residencia el cónyuge o pareja de hecho del residente, siempre que haya un motivo justificado y tenga cumplidos los 60 años.
- No padecer enfermedad infecto-contagiosa ni cualquier otra que requiera atención permanente y continuada en un centro hospitalario.

Junto a la solicitud deben presentarse los siguientes documentos:

- Fotocopia del DNI del solicitante o documento acreditativo de identidad, en caso de no ser español (si el ciudadano autoriza su consulta en el formulario de solicitud, no será necesaria su aportación).
- Original o copia compulsada del certificado de empadronamiento, que acredite la residencia legal del solicitante en un municipio de la Comunidad de Madrid, durante los dos años anteriores a la fecha de la solicitud.
- Certificado de las pensiones percibidas (si el ciudadano autoriza su consulta en el formulario de solicitud, no será necesaria su autorización).
- Declaración del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas del solicitante, o en su defecto, datos de los que dispone la Agencia Tributaria, referidos al último ejercicio fiscal (si el ciudadano autoriza su consulta en el formulario de solicitud, no será necesaria su autorización).
- Informe médico en modelo oficial.
- Informe social en modelo oficial.
- Autorización de notificación del solicitante (solo en casos de notificación a una persona distinta al solicitante o representante legal).
- Autorización para consulta de datos personales y presentación de la solicitud (para el caso de solicitudes con segundos solicitantes).

La tramitación de dicha solicitud se puede realizar presentándola a través del registro electrónico de la Consejería. Es necesario disponer de DNI electrónico o de uno de los Certificados electrónicos reconocidos por la Comunidad de Madrid.

Además, se puede presentar su solicitud en cualquiera de las oficinas de asistencia en materia de registro de la Comunidad de Madrid o de la Administración General del Estado.

Podemos acceder a la descarga de la solicitud en el siguiente enlace:

http://www.madrid.org/cs/Satellite?pagename=ComunidadMadrid/Comunes/Presentacion/popupGestionTelematica&op=PCIU_&language=es&c=CM_ConvocaPrestac_FA&cid=1109168956714&nombreVb=impresos&other=1

3. Respiro para familias cuidadoras de personas con discapacidad intelectual y graves trastornos de conducta

La finalidad del programa de respiro es favorecer la conciliación de la vida familiar, laboral y social de las familias cuidadoras de personas con discapacidad intelectual y graves trastornos de conducta que se ocupan de sus familiares los 365 días del año, proporcionando apoyos y actividades de ocio y tiempo libre en periodos que no están cubiertos por los centros de referencia de los usuarios.

El servicio, financiado por la Comunidad de Madrid, incluye atención especializada, psicológica y social, así como los profesionales de cuidado y apoyo necesarios para que la persona con discapacidad esté acompañada y pueda disfrutar de forma segura y con la ayuda que sea precisa de las actividades propuestas.

Las familias han de abonar los gastos asociados al desarrollo de la propia actividad (entradas, transporte, manutención, alojamiento, etc.).

Las personas que pueden solicitar el servicio son aquellas que se encuentren en situación de dependencia reconocida con discapacidad intelectual y que tengan entre 18 y 65 años.

El programa lo gestiona para la Comunidad de Madrid la **Asociación Antares**.

ASOCIACIÓN ANTARES

Costa Brava, 50

28034 Madrid

Tel. 913 720 545

info@asociacionantares.org

www.asociacionantares.org

También pueden existir programas de respiro familiar a escala provincial o local. Puede solicitarse su información a través de los Servicios Sociales o podemos encontrar varias asociaciones y hospitales que realizan servicios de respiro familiar de manera privada.

PLENA INCLUSIÓN EN MADRID

Avenida Ciudad de Barcelona, 108
28007 Madrid

Teléfono: 915 018 335

info@plenamadrid.org

plenainclusionmadrid.org

3

Directorio de servicios públicos de respiro familiar en Comunidad de Madrid



SERVICIO	SOLICITUD	DATOS DE CONTACTO
Programa Respiro Familiar	La atención puede ser presencial o telefónica a través del Servicio de CITA PREVIA ON LINE Horario de atención: de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h. Horario de atención: de lunes a viernes de 9:00 a 17:00 h.	Teléfono 012 (915 804 260 para llamadas desde fuera de Madrid): el horario de este servicio es de 24 horas todos los días del año. Oficina de información a la dependencia Agustín de Foxá, 31 28046 Madrid
Residencias para mayores (estancias temporales)	La solicitud puede realizarse presencialmente en los Centros de Servicios Sociales Municipales del distrito donde se encuentre empadronado el solicitante o vía telemática realizando la solicitud a través del enlace 'Registro Electrónico' https://tramita.comunidad.madrid/prestacion-social/estancias-temporales-residencias-mayores	Teléfono 012 (915 804 260 para llamadas desde fuera de Madrid): el horario de este servicio es de 24 horas todos los días del año. Oficina de información a la dependencia Agustín de Foxá, 31 28046 Madrid
Respiro para familias cuidadoras de personas con discapacidad intelectual y graves trastornos de conducta	Servicio gestionado para la Comunidad de Madrid por la Asociación Antares. La solicitud del servicio debe realizarse a través de la trabajadora social de la Asociación Antares	Asociación Antares Información y solicitudes Costa Brava, 50 28034 Madrid Tel: 913 720 545 info@asociacionantares.org www.asociacionantares.org
Plena Inclusión en Madrid		Av. Ciudad de Barcelona, 108 28007 Madrid Tel. 915 018 335 info@plenamadrid.org plenainclusionmadrid.org
CEAFA Comunidad de Madrid (11 asociaciones)		Encuentra la asociación más cercana en el siguiente link: https://www.ceafa.es/es/quienes-somos/asociaciones-alzheimer/consigue-ayuda?community=comunidad-de-madrid

4

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



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



El valor de los cuidados

www.cuidopia.es

Un programa social impulsado por:

Johnson & Johnson



@cuidopia



facebook.com/cuidopia



@cuidopia



@cuidopia