

# Guía de programas de respiro familiar

## Canarias



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 Canarias .....</b>  | <b>9</b>  |
| <b>3</b> | <b>Directorio de servicios públicos de respiro familiar en Canarias .....</b>   | <b>12</b> |
| <b>4</b> | <b>Directorio de servicios de respiro familiar proporcionados<br/>por asociaciones y fundaciones de ámbito social .....</b> | <b>14</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 Canarias



El Gobierno de Canarias ofrece un servicio de respiro familiar para personas con discapacidad, que tiene como objetivo la sustitución temporal o de fin de semana del cuidador informal, cuando por diferentes causas, éste no pueda hacerse cargo de la atención.

## **Respiro familiar para personas con discapacidad**

El Servicio de Apoyo a Personas Cuidadoras permite a los familiares la sustitución de la persona cuidadora en el domicilio o su atención temporal en el centro diurno. También nos permite la sustitución de los familiares en su periodo vacacional, en situaciones de urgencia o por motivos personales del cuidador.

[https://www.gobiernodecanarias.org/derechossociales/discapacidad/respiro\\_familiar/](https://www.gobiernodecanarias.org/derechossociales/discapacidad/respiro_familiar/)

**Los requisitos de los beneficiarios para que puedan solicitarlo son los siguientes:**

- Tener el certificado de discapacidad.
- No padecer enfermedad infectocontagiosa ni necesitar atención de forma continuada en instituciones sanitarias.
- No padecer trastornos mentales graves que puedan alterar la normal convivencia en el centro.
- Alcanzar la puntuación mínima exigida en cada momento para el ingreso en el centro solicitado conforme al baremo en vigor.
- Ser beneficiario del sistema de la Seguridad Social o tener derecho a las prestaciones de servicios sociales del mismo, en virtud de Ley o Convenio internacional para aquellos centros cuya titularidad corresponde al sistema de la Seguridad Social.
- Tener 17 o más años.
- Estar afectados por una disminución física a consecuencia de la cual precisen, a juicio del correspondiente equipo de valoración y orientación, de la atención de otra persona para los actos esenciales de la vida diaria, tales como vestirse, desplazarse, comer y análogos.
- Carecer de posibilidades razonables de rehabilitación y recuperación profesional y no proceder, por consiguiente, su ingreso o la continuación de su tratamiento en un centro de los dedicados a esa finalidad.
- No padecer de una deficiencia por discapacidad intelectual.

**Para su solicitud debemos presentar el formulario oficial en los distintos registros:**

- Registros de la Dirección General de Derechos Sociales o cualesquiera otros de los de la Consejería competente en materia de Asuntos Sociales.
- Registros de cualquier órgano de la Administración Autónoma de Canarias o de la Administración del Estado.
- Registros de los Cabildos Insulares.
- Registros de los ayuntamientos, si se han adherido al Convenio Marco de intercomunicación registral.
- Oficinas de Correos.
- Representaciones diplomáticas u oficinas consulares de España en el extranjero.

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 CANARIAS**

#### **Oficina Gran Canaria**

Juan Manuel Durán, 50 Bajo  
35010 Las Palmas de Gran Canaria  
Teléfono: 928 227 077

#### **Oficina La Palma**

Calle Benahore, 4  
38710 Breña Alta  
Teléfono: 664 698 137

#### **Oficina Tenerife**

Rambla de Azaña. Grupo de viviendas 88. Parcela 1, 14 n<sup>o</sup>3  
38111 Santa Cruz de Tenerife  
Teléfono: 608 67 35 87

Email: [info@plenainclusioncanarias.org](mailto:info@plenainclusioncanarias.org)

Web: [www.plenainclusioncanarias.org](http://www.plenainclusioncanarias.org)

# 3

## Directorio de servicios públicos de respiro familiar en Canarias



| SERVICIO   | SOLICITUD  | DATOS DE CONTACTO  |
|--|--|--|
| <b>Respiro familiar para personas con discapacidad</b> | <p><b>La solicitud se puede presentar en:</b></p> <p>Registros de la Dirección General de Derechos Sociales o cualesquiera otros de los de la Consejería competente en materia de Asuntos Sociales</p> <p>Registros de cualquier órgano de la Administración Autonómica de Canarias o de la Administración del Estado</p> <p>Registros de los Cabildos Insulares</p> <p>Registros de los ayuntamientos, si se han adherido al Convenio Marco de intercomunicación registral.</p> <p>Oficinas de Correos</p> <p>Representaciones diplomáticas u oficinas consulares de España en el extranjero</p> <p><a href="https://www.gobiernodecanarias.org/siac/atencionpresencial/cabildos/">https://www.gobiernodecanarias.org/siac/atencionpresencial/cabildos/</a></p> | <p><b>Gran Canaria</b><br/>Centro Sociosanitario El Pino<br/>Avenida Juan XXIII, 13<br/>35004 Las Palmas de Gran Canaria<br/>Tel. 928 292 545</p> <p><b>Tenerife</b><br/>Avda. Benito Pérez Armas, 4<br/>Edificio Andrea<br/>38071 Santa Cruz de Tenerife<br/>Tel. 922 922 112</p> <p><b>Gran Canaria</b><br/>Tomás Morales, 122<br/>Centro Sociosanitario Nuestra Señora del Pino, Planta Baja<br/>35071 Las Palmas de Gran Canaria<br/>Tel: 928 306 309</p> <p><b>La Gomera (módulo insular)</b><br/>Avenida Fred Olsen, S/N<br/>Casa del Mar<br/>38800 San Sebastián de La Gomera<br/>Tel. 922 870 004 / 922 870 204</p> <p><b>Lanzarote</b><br/>Salvador Allende S/N (en vía medular, al lado de la Cruz Roja)<br/>35500 Arrecife<br/>Tel. 928 824 970</p> |
| <b>Plena Inclusión en Canarias</b>                     | <p><a href="mailto:info@plenainclusioncanarias.org">info@plenainclusioncanarias.org</a><br/><a href="http://www.plenainclusioncanarias.org">www.plenainclusioncanarias.org</a></p>   | <p><b>Oficina Gran Canaria</b><br/>Juan Manuel Durán, 50 Bajo<br/>35010 Las Palmas de Gran Canaria<br/>Tel: 928 227 077</p> <p><b>Oficina La Palma</b><br/>Calle Benahore, 4<br/>38710 Breña Alta<br/>Tel: 664 698 137</p> <p><b>Oficina Tenerife</b><br/>Rambla de Azaña. Grupo de viviendas 88. Parcela 1, 14 nº3<br/>38111 Santa Cruz de Tenerife<br/>Tel: 608 67 35 87</p>   |
| <b>CEAFA Canarias (4 asociaciones)</b>                 |  | <p>Encuentra la asociación más cercana en el siguiente link:<br/><a href="https://www.ceafa.es/es/quienes-somos/asociaciones-alzheimer/consigue-ayuda?community=canarias">https://www.ceafa.es/es/quienes-somos/asociaciones-alzheimer/consigue-ayuda?community=canarias</a></p>   |

# 4

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



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