

SERVICIOS PARA LA PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA, LA PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA DE LAS PERSONAS Y DE ATENCIÓN SOCIOTERAPÉUTICA PARA PERSONAS CUIDADORAS

María Pilar Monge Diest

Jefa de Sección de Coordinación de las Prestaciones y Programas para Personas Mayores

Instituto Aragonés de Servicios

Plaza de Nuestra Señora del Pilar, 3 50004 Zaragoza
976714407 | papgerencia@aragon.es

**Instituto Aragonés
de Servicios Sociales
para la autonomía
personal**

2026

**PROGRAMA
CUIDARTE**

GRUPOS DE APOYO
EMOCIONAL

**Cuidarse y
cuidar**



1. RESUMEN BUENA PRÁCTICA

La Misión de los Servicios de Prevención y Promoción de la Autonomía Personal (PAP) es fomentar la calidad de vida de las personas en situación de dependencia o en situación de fragilidad, de sus familiares y de su red de apoyo. Para ello, se ofrece un conjunto de actuaciones que brindan a las personas un camino de oportunidades para la mejora de su bienestar físicoemocional, el fomento de la autonomía personal, las relaciones interpersonales y el aprendizaje, acompañándolos en sus procesos de cambio para conseguir mayor satisfacción con la propia vida, con las tareas de cuidar y de ser cuidado.

2. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Los servicios para la autonomía de las personas y de atención socio terapéutica para cuidadores de personas en situación de dependencia, (Servicios PAP), ofrecen un conjunto de actuaciones tendentes a mejorar las condiciones de autonomía personal a las personas en situación de fragilidad (de alto riesgo de dependencia), personas en situación de dependencia valoradas con Grado I, II y III, y personas cuidadoras no profesionales que tengan su domicilio en la Comunidad Autónoma de Aragón.

Desde noviembre de 2016 se prestan en la red de Hogares de personas mayores del Instituto Aragonés de Servicios Sociales bajo la dirección funcional de personal de este y en 2018 se ampliaron sus recursos y posibilidades de atención a la población destinataria.

Contemplan el desarrollo de los siguientes servicios:

1. Servicio de Prevención de la Dependencia. Proporciona actividades que previenen la aparición de las situaciones de dependencia en las personas mayores en situación de fragilidad o de alto riesgo de dependencia.

2. Servicio de Promoción de la Autonomía Personal. Ofrece un conjunto de actuaciones tendentes a mejorar las condiciones de autonomía personal a las personas en situación de dependencia valoradas con Grado I y II. En el caso de que estas personas ya fueran usuarias del PAP, y a través de una nueva valoración de dependencia, obtuvieran un Grado III podrían seguir siendo usuarias si cumplen una serie de requisitos.

Ambos Servicios impulsan actuaciones desde un enfoque preventivo, adaptador y recuperador para desarrollar y mantener la capacidad personal de autogobierno: controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de las actividades básicas de la vida diaria, primando el principio de participación.

Para conseguirlo se ofrecen programas y actividades grupales en las siguientes áreas:

- Rehabilitación y terapia ocupacional.
 - Estimulación cognitiva.
 - Promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional.
 - Formación en tecnologías de apoyo y adaptaciones del hogar, así como en habilidades para el autocuidado.
 - Atención social
3. Servicio de Formación para Cuidadores/as de personas en situación de dependencia o de alto riesgo de dependencia. Proporciona formación integral desde un enfoque interdisciplinar para los cuidadores de estas personas, con el objeto de alcanzar una mejor competencia e independencia en el desarrollo de las tareas cotidianas de atención a las personas que cuidan, favoreciendo el mantenimiento y desarrollo de los niveles de autonomía de la persona y el desenvolvimiento en su propio entorno favoreciendo su inclusión social. Se dirige a cuidadores no profesionales de personas en situación de dependencia o en alto riesgo de dependencia y aquellas personas cuidadoras que lo soliciten.

4. Servicio de Atención Socio terapéutica grupal para cuidadores familiares de personas en situación de dependencia o en alto riesgo de dependencia y personas mayores en situación de fragilidad. Promueve un espacio de cuidado para facilitar el refuerzo de las capacidades personales y la adquisición de habilidades para cuidarse y afrontar el momento que viven las personas. La intervención profesional se realiza, de forma innovadora en la cultura del IASS, a través de la constitución de un grupo socio terapéutico, que ayuda a una óptima gestión emocional de las experiencias compartidas.

Con carácter general, se impulsan actuaciones integradoras de los distintos servicios y actividades entre sí y de los servicios prestados con aquellos que se prestan dentro del propio centro en el que se implementan, de tal manera que las personas y sus familias encuentran un itinerario de atención que facilita una continuidad en la atención, dando respuesta a las distintas necesidades que tienen en función de su momento vital.

En los últimos años la promulgación de dos leyes tan importantes como la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia (ámbito estatal), así como la Ley 5/2009, de 30 de junio, de Servicios Sociales de Aragón (ámbito autonómico), han supuesto para nuestra organización una clara influencia legal, teórica y práctica, del enfoque AICP.

Puede decirse que los Servicios PAP se nutren de cuestiones clave de este marco jurídico, pero también del modelo AICP, que constituyen a su vez su razón de ser:

- Las personas son tratadas con respeto a su dignidad, con plena garantía de derechos y libertades fundamentales que vienen así recogidas en nuestros Reglamentos de Régimen Interior. Cada persona cuenta con este reglamento desde su llegada al servicio, pero también con un profesional de referencia asignado que vela por el cumplimiento de estas cuestiones, así como por el adecuado ejercicio del derecho de autodeterminación de la persona en el proceso (atendiendo sus necesidades, deseos, intereses y preferencias) pero también en su proyecto vital.

- Se ofrece una atención integral e integrada, considerando a la persona como un todo, valorando junto a ella y su familia aquellos objetivos que pueden brindarles mayor bienestar físico, cognitivo, social y emocional, para conseguir una mejor calidad de vida. Para ello contamos con un protocolo de valoración y desarrollo de actuaciones a través de herramientas clave que nos proporciona el modelo AICP, entre otros instrumentos adaptados a los Servicios PAP.
- Nuestros equipos de trabajo son multidisciplinarios y nuestros procesos de trabajo flexibles, permitiéndonos adaptarnos a las diferentes realidades y contextos en los que se encuentra la persona usuaria y su familia. Partimos de un protocolo común y compartido entre los equipos, primando en su ejecución la personalización de nuestra atención a las demandas recibidas. Los programas de atención no son estancos para dar así respuesta a las necesidades emergentes, permiten la permeabilidad o adaptabilidad de estos sin alterar la esencia de nuestro trabajo.
- Nuestras actuaciones surgen en el entorno habitual donde se desarrolla la vida de las personas favoreciendo su accesibilidad y su integración en la comunidad, evitando el aislamiento al ser servicios que se implementan grupalmente. Les acercamos a recursos que puedan favorecer su bienestar y desarrollo personal y en los que también puedan participar contribuyendo socialmente a la vida y al pleno desarrollo de sus barrios o municipios. Las actividades, aunque la mayoría se hagan en la Red de Hogares de Personas Mayores, se complementan con otras iniciativas comunitarias y de atención en el domicilio, estas últimas para favorecer que la persona sienta que es capaz de realizar las actividades de la vida diaria de la forma más independiente posible, dentro de sus posibilidades, aunque precise de apoyos para ello.

En definitiva, una mirada organizacional puesta en las capacidades de la persona y una apuesta metodológica que sienta las bases para alcanzar este reto es por lo que consideramos que nuestra experiencia en los Servicios PAP se constituye como una buena práctica en la implementación del modelo AICP.

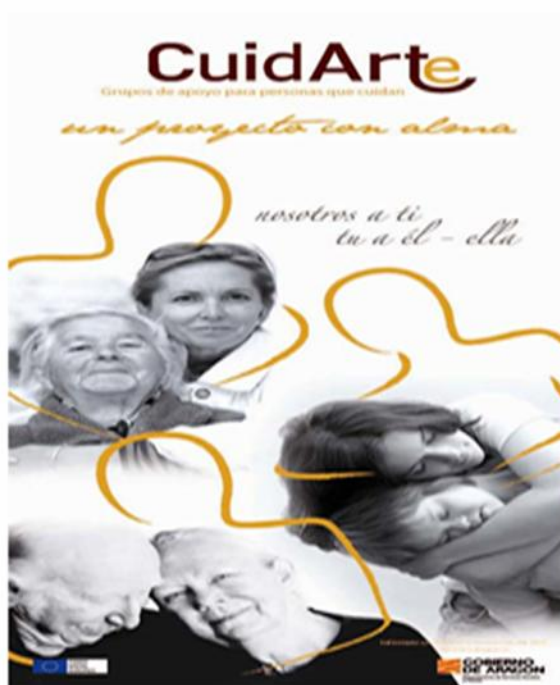
Nuestra trayectoria profesional viene marcada por un trabajo compartido entre la Gerencia del IASS y la empresa prestadora del servicio (desde 2016, UTE Edúcate y Aserhco), en donde ha sido clave la coordinación para la formación ya acompañamiento

de los equipos en este cambio de mirada tanto en los procesos de gestión como de desarrollo del programa.

La escucha de los relatos de vida de nuestras personas usuarias nos brinda un espacio de oportunidades para la intervención puesto que la reflexión otorga significado a sus experiencias y vivencias, fortaleciendo y reconociendo su identidad. Por ello se ha hecho un pequeño ejercicio con nuestros equipos de trabajo para considerar igualmente, sus historias como reflejo de nuestro impacto en su vida.

Así, desde la primera línea de intervención son muchos los profesionales que comparten experiencias de crecimiento y superación en los Servicios PAP: algunos destacan su enfoque socializador: María: “con 85 años volvió a nacer” y Lorenzo: “aquí no se siente solo”. Otros el trato recibido por los profesionales (Elena, José Luis). También la despedida y el acompañamiento de José y Miguela en el cambio al entorno residencial, la vuelta a vivir a su domicilio con apoyos de Mila, etc.

Son ejemplos breves de las muchas historias que creemos nos definen como un servicio innovador en el campo de la implementación de la atención integral centrada en la persona, que apoya la permanencia de las personas en el domicilio y genera experiencias de vida que merecen ser contadas.



SERVICIOS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL (P.A.P.)

¿EN QUÉ CONSISTEN LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL (P.A.P.)?
Son servicios para mejorar la calidad de vida. En ellos se realizan actividades dirigidas a aumentar y/o mantener el bienestar físico, mental y social.

¿CÓMO SE PROMUEVE LA AUTONOMÍA DESDE EL SERVICIO P.A.P?

Con la colaboración y apoyo de profesionales como fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales,...

Compartiendo el espacio y la tarea con personas que viven situaciones parecidas.
Organizando tareas en grupo que permitan mejorar las actividades de la vida diaria.

¿A QUIÉN SE DIRIGEN Y CUÁNTO CUESTAN?

El servicio de prevención de la dependencia se dirige a personas que tienen un estado de salud frágil aunque son autónomas para su vida diaria. Estas personas participan económicamente con una pequeña cuota en el coste del servicio.

El servicio de promoción de la autonomía personal se dirige a personas que han sido valoradas por el Sistema de la Dependencia con un grado I o II. Para estas personas el servicio es gratuito.



¿DÓNDE INFORMARSE Y SOLICITARLO?

HUESCA			
Localidad	Centro	Dirección	Teléfono
HUESCA	Hogar del P.A.P.	C/ Pío IX, s/n 22002	974 208 212
BARRASTRO	Hogar del Barbastro	C/ Navarra, s/n 22300	974 272 962
BINEFAR	Hogar de Binefar	C/ Navarro Vasco, s/n 22300	974 428 866
FRAGA	Hogar de Fraga	Avenida del Progreso, s/n 22500	974 471 888
JACA	Hogar de Jaca	C/ Landeru, 4 22700	974 361 861
MONZÓN	Hogar de Monzón	Paseo del San Juan, 30 50100	974 421 833
SABADIELLO	Hogar de Sabadiego	Calle del Comercio, s/n 22400	974 581 547
TERUEL			
Localidad	Centro	Dirección	Teléfono
TERUEL	Hogar Tere	Hogar de Santa, 17 44001	974 604 913
ALCAÑIZ	Hogar de Alcañiz	C/ Carlos de Ansoáin, s/n 44001	974 630 791
ANGORRÍA	Hogar de Angorria	Paseo de la Independencia, s/n 44001	974 642 932
ZARAGOZA			
Localidad	Centro	Dirección	Teléfono
ZARAGOZA	Hogar Barrio	C/ Santa Fe, s/n 50013	974 912 859
ZARAGOZA	Hogar Centro	C/ Carlos de Ansoáin, s/n 50017	974 488 862
ZARAGOZA	Hogar La Catedral	C/ Cardenal Cisneros, 7-9 50013	974 921 866
ZARAGOZA	Hogar Piedad	Calle Justicia, 97 50013	974 488 864
ZARAGOZA	Hogar El Bosque	C/ San Blas, 215 50013	974 438 276
ZARAGOZA	Hogar Galdames	C/ Cervantes, 3 50013	974 732 744
BORJA	Hogar de Borja	C/ Vitor Segura, 4 50600	974 987 211
SALATRUDE	Hogar de Salatrude	C/ Juan de Dios, 62 50600	974 988 946
EL JARA	Hogar de El Jara	C/ Libertad, 18-20 50600	974 944 254
YARAZONA	Hogar de Yarzón	Calle del Comercio, 10 50600	974 746 265

3. ÁMBITO TERRITORIAL Y RURALIZACIÓN

Local	
Provincial	
Autonómico y regional: Aragón	x
Estatad	
Unión Europea/ Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Red de Hogares de Personas Mayores del Instituto Aragonés de Servicios Sociales.	
TERRITORIAL Y RURALIDAD Esta buena práctica del Instituto Aragonés de Servicios Sociales se considera ruralizable porque su modelo de Servicios de Prevención de la Dependencia y Promoción de la Autonomía Personal (PAP) utiliza una gestión por procesos centrada en valores éticos que se adaptan a la realidad de cada centro, permitiendo su implementación en entornos con distintos niveles de recursos. El programa aborda retos específicos del ámbito rural, como la soledad y la fragilidad, mediante un enfoque de atención integral que fomenta las relaciones interpersonales y la participación comunitaria, logrando resultados medibles como la mejora del 60% en las relaciones sociales de los usuarios. Además, su diseño inclusivo ofrece apoyo directo tanto a las personas en situación de dependencia como a su red de cuidadores, promoviendo una imagen real y dignificada de las personas mayores que facilita su integración y empoderamiento dentro de su propio territorio.	sí

4. JUSTIFICACIÓN

En los últimos años desde el Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) se ha impulsado la puesta en marcha de servicios recogidos en el Catálogo de Servicios Sociales de la Comunidad Autónoma de Aragón (Decreto 143/201, de 14 de junio) que todavía no existían. Como consecuencia de este desarrollo normativo se crearon los Servicios para la Autonomía de las Personas.

El punto de partida lo marca el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal (PAP), que nace en noviembre de 2016 para atender a personas en situación de dependencia valoradas con Grado I y II, ofreciéndoles un conjunto de actuaciones tendentes a la mejora de sus capacidades y áreas de ocupación, fomentando el desarrollo social de la persona en su entorno y con su familia. En definitiva, nace para

acompañar a estas personas en el proceso de cambios vitales que supone la aparición de una situación de dependencia, con la finalidad última de que puedan ser más autónomas e independientes en su domicilio a la hora de enfrentarse a las actividades de la vida diaria.

Este servicio se desarrolla desde su inicio con una metodología clara: la implementación del modelo de atención integral centrada en la persona. La idea central de esta metodología, que estaría presente de forma inexcusable en la prestación del servicio, es la participación activa de la persona y su familia en el establecimiento de objetivos o metas junto con el equipo multidisciplinar.

Tras la experiencia del primer año y medio de vida del Servicio PAP y el análisis de las necesidades de las personas mayores y sus familiares en el entorno comunitario, tomó aún más importancia el enfoque preventivo y promocional de la salud.

Así es como, en julio de 2018, el programa crece para completar los servicios que se prestan en la Red de Hogares de Personas Mayores y llegar a más personas. El Servicio PAP abre una nueva puerta de entrada al sistema a través del Servicio de Prevención de la Dependencia, para atender a personas en situación de fragilidad o alto riesgo de dependencia.

De esta manera las personas comenzaron a encontrar, dentro de la Red de Hogares, no solo actividades para el fomento del envejecimiento activo, también programas y servicios especializados a medida que sus necesidades de cuidado y atención iban incrementándose fruto del momento vital en el que se encuentran. Así, en un mismo entorno, podrían tener opciones de atención desde los estados de plena autonomía hasta situaciones de dependencia en sus primeros estadios, desde las cuales se les acompañaría en la derivación hacia otros recursos de mayor intensidad como Centros de Día o Residencias.

Con este salto comenzamos a hablar de Servicios para la Autonomía de las Personas y de atención socio terapéutica, manteniendo el nombre genérico de Servicios PAP. Bajo esta denominación se integran actualmente los cuatro servicios detallados en el punto anterior.

La experiencia de los equipos mixtos de trabajo, formados por profesionales del IASS y empresa prestadora del servicio desde 2016, UTE Edúcate y Aserhco, liderados y apoyados desde la Gerencia del IASS y la Coordinación de esta misma empresa, hicieron ver la necesidad de definir y tomar conciencia sobre la misión de los Servicios PAP para unificar criterios técnicos y reforzar esa mirada compartida, dado que el programa se ha desarrollado hasta en 22 centros de Aragón, ubicados en distintos municipios de las provincias de Huesca, Zaragoza y Teruel.

Como resultado de un estudio de “Medición del impacto del Servicio de Promoción de la Autonomía Personal del IASS en la vida de las personas usuarias” en los años 2018-2019 se concluye que nuestra misión, lo que nos identifica como recurso, es el fomento de la calidad de vida de las personas en situación de fragilidad o dependencia, así como la de sus familiares y red de apoyo principal.

Siguiendo el camino de una nueva cultura organizativa, basada en la calidad y en la mejora continua, la Gerencia del IASS inicia en abril de 2019 un proceso de revisión participativa con todos los agentes implicados para el diseño del “Modelo de Atención y Gestión de los Servicios para la Autonomía de las personas”, configurándose como un marco teórico de referencia común que encauce las actuaciones de todos los equipos técnicos. Así, paralelamente el programa ha ido reconvirtiéndose por la experiencia profesional y por la participación de las personas usuarias en los servicios, que han ido esbozando el mejor

camino para promover cambios y mejoras en su calidad de vida teniendo en cuenta sus principales demandas y expectativas de futuro para el programa. Este camino compartido es el actual factor diferenciador de nuestros Servicios: no es lo que ofrecemos, sino cómo lo ofrecemos.

En definitiva, lo que comenzó siendo un reto para dar respuesta al desarrollo normativo del Catálogo de Servicios Sociales de Aragón, ha terminado siendo lo que para nosotros es una buena práctica en la implementación del modelo AICP. Se ha creado un programa:

- Transformador, abierto al cambio, con una organización que promueve procesos de reflexión y revisión de la práctica diaria mediante espacios de formación, supervisión y seguimiento para construir, compartir y divulgar aprendizaje.
- Liderado por equipos de trabajo flexibles y comprometidos con la implementación del modelo AICP, en constante coordinación con los recursos comunitarios presentes en el entorno natural y sociocultural donde se desarrolla la vida de nuestras personas usuarias.
- Generador de oportunidades de atención a las necesidades de cuidados, en donde las personas se sienten acompañadas, reforzadas y motivadas a tomar las riendas de sus proyectos de vida, a pesar de las dificultades o limitaciones derivadas de situaciones de fragilidad o dependencia.


5. RECURSOS

Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Director- Coordinador del Proyecto.
- Coordinadora de los Equipos de la empresa contratada.
- Sección de Coordinación de Prestaciones y Programas para personas mayores.
- (Gerencia IASS) y Sección de Centros de cada Dirección Provincial del IASS.
- Profesionales especializados en las distintas áreas: fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales. Uno de ellos por cada centro PAP.

Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Material fungible necesario para la prestación del servicio: material para las actividades de terapia ocupacional (pinturas, pegamentos, plastilinas, material de papelería, juegos de mesa...).
- Conexiones a aplicaciones informáticas que se determinen para tratamientos específicos de estimulación cognitiva.
- Aparato de música, ordenador de sobremesa y mobiliario de oficina.
- Material de la sala de habilitación y terapia ocupacional: mesas, sillas, reloj, espejos, etc.
- Material para destreza manipulativa y motricidad fina: varillas (altas) con figuras geométricas ensartables, mecanos o tornillos y tuercas plástico, conos apilables, etc.

- 
- Material para la estimulación cognitiva: Juegos de conecta-4, Memory, Rummy, Organicubos, Tangram, Structuro, etc.
 - Material para ABVD: accesorios de alimentación, calzadores metálicos de mango, etc.
 - Material psicomotricidad y/o circuitos: aros, bolos, petanca, Bobath, etc
 - Material para promoción, mantenimiento y recuperación autonomía funcional
 - Material de sala: bicicleta ergonómica, espaldera, goniómetro, tobilleras lastradas, etc.

6. PERFIL DEL DESTINATARIO

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	X
Familias	X
Profesionales	X
Sociedad en general	X
Otro/s	

Personas con un alto riesgo de dependencia, pero con autonomía para su vida diaria, personas valoradas por el Sistema Aragonés de Atención a la Dependencia con Grado I o II, y excepcionalmente con Grado III, cuidadores de familiares dependientes y red de apoyo principal. Los profesionales a los que se proporciona cuidado profesional que se presta (formación continua, supervisión y acompañamiento para el desarrollo de los servicios e implementación de la AICP). La sociedad en general puesto que los Servicios de Prevención y Promoción de la Autonomía Personal (PAP) están insertos y abiertos a la comunidad, coordinándose y nutriéndose de otros servicios, iniciativas y experiencias comunitarias que contribuyen a la generación de itinerarios de atención en donde las personas pueden ver cubiertas distintas necesidades según el momento vital en el que se encuentren.

7. INNOVACIÓN

La organización del servicio se centra en el enfoque de calidad mediante la gestión por procesos. El diseño y desarrollo del servicio parte de valores éticos que guían y orientan las actuaciones, generando en cada centro distintas experiencias de divulgación que tratan de ofrecer una imagen real de las personas atendidas, mostrando que a pesar de encontrarse en una situación de fragilidad o dependencia son capaces de lograr objetivos de cambio y mejora.

8. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

La evaluación combinó distintas fuentes de información: opinión de las personas usuarias y de sus familias, opinión de los profesionales que prestan el servicio, evaluación interna de la gestión y evaluación externa de los resultados e impacto.

En 2019 se presentaron los resultados de la medición del impacto del servicio PAP en la vida de las personas usuarias: El 66% mantienen o mejoran su autonomía personal para las AVDS. El 81% mantiene o disminuye el riesgo de caídas. El 60% mantienen o mejoran sus relaciones sociales. El 36% mejoran su satisfacción con la vida. El 59% mejora su satisfacción con la tarea de ser cuidado. El 66% mejora su satisfacción con la tarea de cuidar. El coste del impacto fue de 1800 € usuario/año.

LINKS DE INTERÉS

- Normativas
<https://www.boa.aragon.es/cgi-bin/EBOA/BRSCGI?CMD=VEROBJ&MLKOB=390353230505>
<https://www.boa.aragon.es/cgi-bin/EBOA/BRSCGI?CMD=VEROBJ&MLKOB=606633000303>
<https://www.boa.aragon.es/cgi-bin/EBOA/BRSCGI?CMD=VEROBJ&MLKOB=748018863535>
<https://www.boa.aragon.es/cgi-bin/EBOA/BRSCGI?CMD=VEROBJ&MLKOB=779132220303>
- Folleto del programa
<https://www.aragon.es/documents/20127/2490005/V3+D%C3%8DPTICO+CUIDARTE.pdf/2c083a66-bb25-8950-3629-28938785751d?t=1675340228786>
- Video
<https://www.youtube.com/watch?v=bLNdgn-Dm3U>

Documento elaborado por la **Fundación Padrinos de la Vejez** a partir de información pública y fuentes oficiales, en el marco del programa **SOCIEDADORA – Sociedad Cuidadora**.
Financia: **IMERSO**, mediante subvención del régimen general en el área de atención a personas mayores.

