

El Entorno Familiar y Social del Cuidador Familiar

Introducción

El cuidador familiar debe tener siempre claro que no se halla solo: tiene un entorno familiar y unos amigos a los que puede y debe acudir. Además, necesita mantener estas relaciones para sentirse plenamente realizado como persona y así poder ser feliz y contagiar ese estado a la persona en su situación de dependencia.

Cuidarse para poder cuidar también consiste en mantener e incrementar las relaciones humanas y los contactos con el entorno. En este capítulo se hallarán las claves de la integración total en un entorno social y familiar.

Cuidador Familiar: ¿cuándo surge y por qué?

Alguien de nuestro entorno vive una situación que cambia su autonomía personal. Puede estar provocada por diferentes causas, creando la necesidad de ayuda más o menos constante de otra persona para realizar las actividades básicas de la vida cotidiana.

En los primeros días, el cuidador familiar nace de forma espontánea y se plasma en la persona más cercana física y emotivamente. En ese momento, el peso de las atenciones recae sobre el cuidador familiar. Todo el tiempo, día y noche, está dedicado a la persona en situación de dependencia. Cuando ésta necesita más atención, el cuidador familiar tiende a no pedir ayuda y a restar tiempo a sus propias relaciones, hasta el punto de llegar a abandonarlas por completo. Además, no siempre es posible tener una idea clara o aproximada del tiempo y las atenciones que serán requeridos por parte de la persona, ya que puede tratarse de una dependencia transitoria (un bebé, una fractura, una enfermedad vírica, una situación de posoperatorio, una depresión, etc.) o ilimitada (enfermedad degenerativa, lesiones medulares, trastornos mentales, discapacidades sensoriales severas, edad avanzada, etc.).

La situación surgida de forma inesperada se convierte en un estado habitual para la familia, el entorno social de persona en situación de dependencia y el cuidador familiar. Este último renuncia a todo su tiempo a favor del primero y su entorno familiar y social acepta esta situación como normal, de modo que el cuidador familiar pasa a ser una figura única, irremplazable e insustituible. Nadie se plantea la posibilidad de que tenga una vida propia fuera del círculo de dependencia.