

www.sercuidador.org

El nuevo espacio web de Cruz Roja de apoyo al entorno de las personas dependientes

- Un portal de apoyo e información para las personas que han de enfrentarse al cuidado de un ser cercano dependiente. Cuenta con información y vídeos prácticos para mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras y de quienes están a su cargo.



- Esta iniciativa, patrocinada por el MTAS, fue presentada el 31 de octubre en el Centro Regional de Teleasistencia de Guadalajara por D. Jesús Caldera, Ministro de Trabajo y Asuntos Sociales y D. Juan Manuel Suárez del Toro, Presidente de Cruz Roja.



Según el Libro Blanco de la Dependencia, **España cuenta con 1.125.190 personas que no pueden valerse por sí mismas**, entre las que se encuentran personas mayores, discapacitadas y enfermos crónicos o de larga duración.



Muchas de las personas que han de enfrentarse al cuidado de un ser cercano, afrontan su situación con una carencia de medios, formación y apoyo que fragiliza sus vidas y puede repercutir en su salud y bienestar: **la incidencia de trastornos psíquicos de las personas cuidadoras, como la ansiedad y la depresión, es cuatro veces mayor que la de la población general**



Para evitar la soledad y la confusión en este momento de cambio, www.sercuidador.org es el nuevo espacio web que Cruz Roja ofrece a la sociedad como instrumento de ayuda, basado en tres líneas de contenidos:

- Apoyo, información y asesoramiento para las personas cuidadoras.
- Prevención de la dependencia gracias a la promoción de hábitos saludables
- Sensibilización social acerca de la dependencia.



Se podrá acceder a los diferentes recursos y servicios que hay para personas mayores, discapacitados/as y sus familias. También aspectos relacionados con la legislación vigente en relación al derecho de las personas dependientes a la salud, la seguridad social, y a los servicios sociales y se podrán visionar vídeos prácticos sobre ejercicios posturales y pautas de atención que mejoren la calidad de vida tanto del cuidador /a como de la persona dependiente a su cargo.

El portal está dividido en cuatro áreas, cada una de ellas con información específica o para personas mayores o con alguna discapacidad:

- Área de información: conocimientos, habilidades, pautas de atención, vídeos prácticos...
- Área de Ayuda: recursos y servicios, definiciones y soluciones para cada caso, además de consejos y vídeos para prevenir enfermedades asociadas al papel de cuidador/a..
- Área de Prevención: para fomentar un envejecimiento saludable.
- Área de Contacto y enlaces: para acceder a las páginas web, direcciones y teléfonos de



Como declaró Juan Manuel Suárez del Toro en la presentación de www.sercuidador.org que tuvo lugar el martes 31 en el Centro Regional de Teleasistencia de Guadalajara ***“las personas cuidadoras merecen, además de apoyo, un reconocimiento que haga patente su enorme contribución social. Es necesario dignificar la figura de las personas que cuidan y el trabajo que realizan, e invertir todos los esfuerzos precisos para que el llamado ejército de protección invisible tenga el apoyo social que merece”***.

Para más información:

Departamento de Comunicación de Cruz Roja Española

Tel: 91 335 44 08 / 91 335 4 611 o 610 217 501

www.sercuidador.org // www.cruzroja.es