

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

# **Algunos comentarios sobre la cooperativa cuidadores domiciliarios en tiempos de pandemia y Salud Mental.**

Scolni, Mirta y Palacios, Federico.

Cita:

Scolni, Mirta y Palacios, Federico (2020). *Algunos comentarios sobre la cooperativa cuidadores domiciliarios en tiempos de pandemia y Salud Mental. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/37>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/Rpz>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# ALGUNOS COMENTARIOS SOBRE LA COOPERATIVA CUIDADORES DOMICILIARIOS EN TIEMPOS DE PANDEMIA Y SALUD MENTAL

Scolni, Mirta; Palacios, Federico

CONICET - Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología - Cooperativa de Trabajo Cuidadores Domiciliarios. Mar del Plata, Argentina.

## RESUMEN

El cuidado domiciliario se define como el conjunto de servicios de apoyo sanitarios y sociales prestados a la persona en su hogar, con el fin de mejorar su calidad de vida. (Contenidos Gerontológicos 2017). En este contexto de pandemia, la prevención para evitar el contagio es primordial para trabajar en los hogares, debido a que los adultos mayores son considerados población de riesgo. En este sentido, es fundamental que los cuidadores cumplan estrictamente con el protocolo propuesto por la cooperativa y, a su vez, hagan cumplir el mismo a las familias. El rápido accionar por parte de la cooperativa y sus cuidadores para transmitir seguridad y confianza a las familias presentando y cumpliendo dicho protocolo, fue clave para poder sostener los servicios. Uno de los motores principales para alcanzar dicho objetivo fue la prevención en salud mental con nuestros asociados y familias, inserto en una fuerte estructura de trabajo mancomunado. Gracias a esa estructura que la cooperativa ha construido en estos ocho años, es que pudimos ir sorteando y sosteniéndonos en este contexto de pandemia, que nos atraviesa a todos. Hoy nos encontramos con la necesidad y la responsabilidad de seguir aprendiendo y pensando juntos diferentes alternativas de trabajo.

## Palabras clave

Cuidador domiciliario - Cooperativa - Pandemia - Salud Mental

## ABSTRACT

SOME COMMENTS ON THE WORK COOPERATIVE HOME CAREGIVERS IN TIMES OF PANDEMIC AND HEALTH MINT

Home care is defined as the set of health and social support services provided to the person in their home, in order to improve their quality of life. (Gerontological Contents 2017) In this pandemic context, prevention to avoid contagion is essential to work in homes, since older adults are considered a population at risk. In this sense, it is essential that caregivers strictly comply with the protocol proposed by the cooperative and, in turn, enforce it to families. The rapid action by the cooperative and its caregivers to transmit security and confidence to the families presenting and complying with said protocol, was key to sustaining the services. One of the main engines to achieve

this goal was prevention in mental health with our associates and families, inserted in a strong joint work structure. Thanks to that structure that the cooperative has built in these eight years, it is that we were able to get around and sustain ourselves in this context of a pandemic, which runs through us all. Today we find ourselves with the need and the responsibility to continue learning and thinking together about different work alternatives.

## Keywords

Home caregiver - Cooperative - Pandemic - Mental Health

## Introducción

¿Qué nos está pasando?

El mundo que conocíamos está cambiando. Súbitamente, la pandemia nos hizo ver que ya nada es lo que era, nada es lo mismo, ni siquiera nosotros lo somos.

Cada uno desde su lugar puede observar que tanto las estrategias como las herramientas de trabajo aprendidas ya no son tan útiles. Lo que teníamos pensado para resolver las dificultades, esas que se nos iban presentando cada día, perdió algo de su eficacia. Todo lo que fuimos aprendiendo con nuestra experiencia..... ¿qué pasó?. Apareció "lo impensado". ¿Alguien alguna vez imaginó que podríamos vivir una pandemia? nosotros no, y me atrevo a decir que ninguno de ustedes lo hizo.

¿Qué nos sucede entonces como sujetos con lo no pensado?. "Lo impensado". ¿Qué nos pasa en lo singular y en lo social?. Primero hay que poder pensar, si nos dejan. Pensar y reflexionar todos juntos cada uno desde su lugar, con sus compañeros, con sus familias, en lo político, en lo laboral.

Hasta hace unos días, y por décadas, compartíamos el discurso de que los niños no deberían estar con el celular o la tablet todo el tiempo. De repente debemos mostrarle las video llamadas de los abuelos, tíos, primos, para que puedan reconocerlos y vincularse de alguna manera. También, por qué no?, para que las familias puedan compartir los diferentes momentos del crecimiento de ese nuevo integrante que llegó poco antes que la pandemia. "Ya se sienta solito, ya da sus primeros gateos, ahora comienza a probar la comida".

¿Y de los viejos? decíamos que no era bueno que estén solos y aislados por que eso era perjudicial para su salud mental. Hoy

los tenemos más solos que nunca para cuidarlos del coronavirus, sobre todo a los que viven en hogares de larga estada, ya que en esos establecimientos no entra nadie que no sea personal de asistencia. Seguramente se los llama y con los que puedan se harán video llamadas ya que tanto ellos como sus familias se extrañan. ¿Qué hacemos con todo esto? ¿Qué hacemos con tantas preguntas?

¿Quién sabe?, ¿usted? ¿el estado?, ¿la ciencia?, ¿la política? Todos tenemos diferentes respuestas. ¿Cuál es la verdadera? Hay que poder soportar el “no saber” y desde ahí trabajar y aprender de lo nuevo, como si fuéramos novatos. ¿O no lo somos?

Me atrevo a decir que este es un momento fundacional. Creo que estamos frente a un mito: “QUEDATE EN CASA”, pero este tema lo abordaremos en otro momento.

### Desarrollo

Los Psicólogos que trabajamos en la cooperativa hemos asumido una posición ética profesional para acompañar e intervenir en los procesos de dicha empresa social y solidaria, fomentando la aparición de lo nuevo, de lo diverso, de lo transformador y del empoderamiento de los asociados. Esta posición implica a su vez algo del orden de la disponibilidad.

Un “estar” disponible como la disposición a afectar y a ser afectado, disponer el cuerpo a la incertidumbre de lo novedoso (Coletti, 2019).

No hay que esforzarse por intentar comprenderlo todo. Aprender a soportar el no saber, el no entender, el no poder operar con nuestras herramientas conocidas. Hoy más que nunca el vacío y el sinsentido que aparecen en estos momentos de crisis, llevan a una sensación de caos, de desorientación, de pérdida de referencia. Este periodo es difícil de soportar intelectualmente, pero es la posibilidad de que algo nuevo surja.

“Hay que aguantar mucho tiempo sin esforzarse a comprender. Hay que pasar por el caos que precede al estado creativo” (Pavlovsky y Frydlewsky 2010). Reconociendo esta incompletud es que podemos generar articulaciones y coconstrucciones con otros actores.

Habitar dicha posición implica también habilitar a los otros desde sus saberes y sus afectaciones. Integrar todos los saberes de los sujetos que comparten la cooperativa y permitiendo que esto nos interpele para la construcción de saberes nuevos y de un poder popular desde la comprensión del saber-poder que surge del encuentro con otros agentes comunitarios. Esta posición activa y habilitante produce un efecto de subjetivación desde la perspectiva de derechos y se vincula con la inclusión, ya que quien no puede ser escuchado no puede ser ratificado como sujeto que pertenece al todo social (Carballeda, 2015).

Y desde ese “no saber” en el contexto actual, comenzamos a trabajar en la Cooperativa de Trabajo Cuidadores Domiciliarios. En todas las áreas, con todos los asociados, con los adultos mayores, con las familias. Sabiendo que estamos frente a un problema grave, trabajando con un grupo vulnerable con la responsabili-

dad que eso requiere. Poniéndonos al hombro los conflictos que iban y van surgiendo, aprendiendo entre todos, escuchando cada nueva problemática que nos contaban y nos cuentan los/as cuidadoras, las familias y tratando de resolver, de crear soluciones nuevas, buscando juntos respuestas diferentes.

Lo esencial, según Fromm (1979), es el instinto de vinculación: el hombre necesita sentirse integrado en algún sistema (familiar, laboral, etc.). Pero además, simultáneamente, el hombre ha tenido que ir armonizando las tendencias del “yo” para conseguir ese “equilibrio inestable” que es la salud psíquica. Es decir, la salud mental debe conjugar un doble movimiento: la sintonización consigo mismo y una interrelación adecuada con el entorno. Cuando alguna de estas posiciones falla, se produce la angustia que puede llevar a la autodestrucción.

Hoy observamos un padecimiento social emergente frente al covid 19: la incertidumbre. ¿Qué implica esto? La falta de certeza, la carencia de conocimiento sobre el futuro manifestándose en los sujetos mediante los miedos, las angustias, las ansiedades y la preocupación por el sentido de la vida.

Considerando esta problemática desde la salud mental, en la cooperativa implementamos estrategias de contención para mitigar el malestar psicológico que comenzaban a experimentar algunos de nuestros asociados con el objetivo de evitar la cronicidad de la sintomatología, y en lo posible evitar que aparecieran en otros compañeros.

En relación con el lugar de trabajo y la salud mental, en la Cooperativa de Trabajo Cuidadores Domiciliarios Mar del Plata Lda. trabajamos, desde su fundación, en **la prevención**, tanto de los asociados como de la comunidad en general. Contamos con un equipo interdisciplinario al servicio de todos los agentes sociales involucrados (cuidadores, equipo técnico, familias, y comunidad), además de brindar educación permanente como columna vertebral de nuestro proyecto.

Con este objetivo brindamos diferentes servicios a los asociados: grupos de reflexión, tratamiento de conflictos laborales, supervisiones de trabajo y de necesidades y problemáticas económicas, familiares, edilicias, etc. Contamos con cursos de capacitación permanente, créditos personales, fondo de asistencia de salud (FAS), actividades sociopreventivas dirigidas a la comunidad como los talleres gratuitos de violencia de género y formación de nuevos dirigentes, entre otros.

Lo positivo para nosotros en este contexto fue que se viera reflejado nuestro trabajo de años en la prevención con nuestros asociados y familias y en la fuerte estructura de trabajo mancomunado.

Gracias a esa estructura que la cooperativa ha construido durante estos ocho años es que hemos podido ir sorteando adversidades y sosteniéndonos en este contexto de pandemia que nos atraviesa a todos los ciudadanos, aunque de diferentes maneras. Si bien el factor sorpresa no puede negarse (dado lo nuevo de esta situación -al menos para esta generación), la realidad es que la cuarentena por pandemia encuentra a la organización

y sus asociados con cimientos muy firmes, a partir de los cuales pudo lograr el crecimiento que experimenta desde el comienzo. Hoy nos encontramos con la necesidad y la responsabilidad de seguir aprendiendo y pensando juntos diferentes alternativas de trabajo en todas las áreas que conforman la cooperativa.

Estamos enfocados fuertemente en la prevención de la salud mental tanto de los cuidadores como de las personas que cuidamos y sus familias.

Hemos tenido que aprender en estos días nuevas prácticas profesionales para acompañar a nuestros asociados en estos momentos de aislamiento social obligatorio.

La Cooperativa hizo rápidamente un protocolo de trabajo para que sea cumplido por todos los asociados, tanto los que trabajan en los hogares como los que trabajamos en la sede.

Los cuidadores domiciliarios, por tratarse de agentes de la salud, están exentos del aislamiento social obligatorio. Si bien esta situación los hace no padecerlo en el aspecto emocional y económico cierto es que están viviendo otra realidad que los lleva a conflictos emocionales o sufrimiento subjetivo.

La inseguridad, el miedo a ser asaltados cuando entran o salen del lugar en que trabajan, (el cual podemos pensar que se vio potenciado por el asesinato de una compañera hace casi un año al volver a su casa), el temor a contagiarse tanto en la calle como en el hogar del adulto mayor al que asisten, son algunas de las preocupaciones que deben sobrellevar a diario.

Con estas premisas hablamos rápidamente con los responsables del adulto mayor para modificar horarios tanto de entrada como de salida de los cuidadores, además de elaborar un protocolo que deben cumplir las familias en el aspecto sanitario para proteger tanto a la persona asistida como a nuestros cuidadores y sus familias.

En los grupos de reflexión, ahora por video llamadas, estamos trabajando los miedos y ansiedades de los cuidadores, así como también inquietudes, propuestas etc.

En el caso de ser necesario reciben tratamiento psicológico, para atender la urgencia y luego ser derivados, además de estar acompañados permanentemente por el área operativa.

También asistimos por video llamada o telefónicamente a las familias y adultos mayores.

Estamos trabajando en más de cien hogares, con más de ciento veinte cuidadores/as.

En este contexto podríamos agregar a lo antedicho que hoy la prevención del contagio es lo más importante para trabajar en los hogares. Es fundamental cumplir y hacer cumplir a las familias estrictamente el protocolo que hemos diseñado para ellos así como los cuidadores cumplen con el suyo.

En la sede se trabaja con una guardia de 7 asociadas de lunes a viernes de 10 hs a 15 hs, y solo se atiende a las familias los días viernes mientras que el resto trabajamos desde casa en forma remota. Todas las reuniones son por zoom o videollamadas, teniendo para ello que aprender a usar la tecnología.

En la Cooperativa de Trabajo Cuidadores Domiciliarios Mar del

Plata Lda. los asociados cumplen un doble rol, el de asociados y el de cuidador. (Scolni, M. 2018)

La participación activa de los asociados fue uno de los pilares que garantizaron el crecimiento de esta empresa social solidaria. El conocimiento e incorporación de este doble rol (cuidador/ asociado) fue y es la base para que la cooperativa pueda funcionar adecuadamente. Esta manera de trabajar nos ha permitido en estos momentos tan difíciles seguir conectados ahora tecnológicamente y encontrando juntos soluciones a los nuevos interrogantes.

Brindamos desde el comienzo formación específica y permanente para la preparación idónea de los cuidadores asociados que asisten a las personas mayores de nuestra comunidad y requieran del servicio. La capacitación permanente les permite actualizar contenidos y desarrollar competencias necesarias para abordar las problemáticas que se van presentando. También es sumamente importante la educación y capacitación sobre cooperativismo, los valores y principios cooperativos, aspectos técnicos, jurídicos y contables.

Para ello cuentan con talleres, grupos de reflexión, cursos, participación en jornadas, congresos y encuentros entre otros. Hoy estamos trabajando en el área educación en la implementación de un campus propio para realizar en forma remota los talleres y cursos que quedaron pendientes.

En la cooperativa el cuidador/a no está solo. Está contenido en la organización que le pertenece, hay un verdadero trabajo en equipo en todos los niveles que provee la orientación y el apoyo necesarios para la implementación de las técnicas y modos de accionar que implica el cuidar, lo que en el contexto actual, ayuda a contrarrestar el sentimiento de incertidumbre

En estos años hemos adquirido un determinado conocimiento acerca de las personas mayores, de las personas con capacidades reducidas y de los diferentes tipos de familias, que nos permitieron pensar e implementar acciones que favorezcan el trabajo de los cuidadores y con ellos el desarrollo de nuestra cooperativa. Una de las acciones que implementamos fue la supervisión, que consiste en un proceso de análisis crítico de la función integral y abarcativa del cuidador/a, del grupo de trabajo, del adulto mayor y la familia,

En esa revisión conjunta nos enfocamos en el ejercicio del rol, en las tareas, y todo aquello que nos afecta de distintos modos a medida que lo vamos adquiriendo y desarrollando. Además, en este contexto de pandemia se trabaja en forma remota en sus diferentes modos ( videollamadas, zoom etc.)

Trabajamos en diferentes áreas cada una con su competencia específica : Institucional, Contable, Operativa, Recursos Humanos, Educación y Psicológica.

Nuestra cooperativa se basa en los valores de autoayuda, responsabilidad, democracia, igualdad, equidad y solidaridad. Además los asociados cooperativos sostienen los valores éticos de la honestidad, apertura, responsabilidad social y preocupación por los demás.

Podemos agregar que, fundamentalmente durante los grupos de reflexión realizados durante el período de cuarentena, los cuidadores destacaron que la mayoría de estos valores eran la base a partir de la cual se está superando esta difícil situación. Es decir, que la pandemia como un peligro externo, ayudó a que se refuerzan los lazos entre los cuidadores, fortaleciendo las redes de apoyo social que conforman la cooperativa. Como asociado el cuidador debe tener conocimiento de la cooperativa y su participación debe ser permanente. Podemos observar que estos valores, además de estar ayudándonos a sortear las problemáticas que la actual realidad nos plantea, a su vez nos facilitan sostener el “no saber” para desde ahí poder aprender lo nuevo y necesario que requiere nuestra tarea.

### Conclusiones

A la humanidad nos ha tocado atravesar una situación inesperada. Hoy todos estamos atravesando la pandemia que ha provocado el covid 19, quedando al descubierto que no estábamos preparados desde los diferentes sistemas de salud para enfrentarnos con esta problemática.

Un desastre multidimensional sanitario, político, social y económico se ha presentado sobre Argentina. Casi nunca estuvimos tan desconsolados y abatidos. Este malestar podrá derivar en construcción colectiva o volverá para destruirnos. Es necesario invertir un futuro.

La cooperativa de trabajo cuidadores domiciliarios no esta exenta de los padeceres que este contexto ha provocado. Estamos trabajando sobre la re-construcción de los niveles de vida, pero sobre todo de los proyectos de vida, y los proyectos cooperativos. Siempre teniendo en cuenta los valores que nos mueven, base de nuestra cooperativa, autoayuda, responsabilidad, democracia, igualdad, equidad y solidaridad y los valores éticos de la honestidad, apertura, responsabilidad social y preocupación por los demás.

Estos valores, junto con la prevención física, psicológica y social realizada desde el comienzo, nos están ayudando a sortear las problemáticas que la actual realidad nos plantea, y a su vez nos facilitan sostener el “no saber” para desde ahí poder aprender lo nuevo y necesario que requiere nuestra tarea.

### BIBLIOGRAFÍA

- Carballeda, A. (2015). La escucha como proceso. Una perspectiva desde la intervención social. En Silvia Faraone y Soraya Giraldez (Comp.) Determinantes de la salud mental en Ciencias Sociales: actores, conceptualizaciones, políticas y prácticas en el marco de la Ley 26657. (p. 55-62). Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Departamento de publicaciones de la Facultad de Derecho y Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires.
- Coletti, G. (2019). ¿Que cuerpo necesita un/a Psicología Comunitario?. Residencia de Psicología Comunitaria. Salta, Argentina. Recuperado de: <https://repsicom.wixsite.com/blog-repsicom/singlepost/2019/04/29/%C2%BFQu%C3%A9-cuerpo-necesita-una-Psic%C3%B3log-Comunitaria>
- Fromm, E. Grandeza y limitaciones del pensamiento de Freud. Siglo XX México 1979.
- Ministerio de Desarrollo Social de la Nación. *Contenidos Gerontológicos para la formación de Cuidadores Domiciliarios (2017)*. Secretaria Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia.
- Pavlovsky, E. y Frydlewsky, L. (2010). Aprender a no entender. Artículo del diario página 12 Recuperado de: <https://www.pagina12.com.ar/diario/psicologia/9-145189-2010-05-06.html>
- Scolni, M. y Palacios. S.F. (2018). La difícil tarea de lograr la distancia óptima en el trabajo del cuidador domiciliario. Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXV Jornadas de Investigación. XIV Encuentro de Investigadores del Mercosur.
- Scolni, M. (2016). *La Distancia Óptima*. 1er Encuentro de Cuidadores Domiciliarios de la Provincia de Buenos Aires. Conocernos, Intercambiar experiencias, Proyectar juntos Cooperativa de Trabajo de Cuidadores Domiciliarios Mar del Plata- Ltda. diciembre 2016.