

GRUPOS DE AYUDA MUTUA *para familias* DE MENORES CON TEA



INTRODUCCIÓN:

Los grupos de ayuda mutua (GAM) se definen como espacios de encuentro entre personas que comparten un mismo problema o dificultad, favoreciendo su bienestar y su calidad de vida en aspectos como el afecto, la afiliación, el sentimiento de pertenencia, la identidad y la seguridad. Así mismo, contribuyen a mejorar posibles situaciones de estrés y de aislamiento social.¹

La crianza de menores con Trastorno del Espectro Autista (TEA) genera un alto impacto en las familias ante la alta necesidad de cuidados y se pone en riesgo la salud de las mismas.

Los GAM para los padres de menores con TEA se han puesto en marcha en algunos servicios de diferentes comunidades autónomas españolas (como Cataluña y Andalucía) y permiten que se compartan experiencias, anhelos, miedos, frustraciones, deseos y que hallen comprensión en otras personas que se encuentran en la misma situación; de esta forma afrontan mejor la situación que están viviendo.²

MÉTODO:



En la Unidad de Salud Mental Infanto Juvenil del HUVM se detectaron familias con puntuaciones bajas en los indicadores del NOC (2613) "Normalización de la familia: trastorno del espectro autista"³, a las cuales se les propuso participar en el GAM con el objetivo final de mejorar dichas puntuaciones.

La enfermera especialista en salud mental gestionó las peticiones ordenando la demanda por estricto orden de llegada.

El grupo se planteó de Noviembre a Junio, con reuniones mensuales de una hora y media de duración, siempre en horario de mañana. Se procuró no hacer coincidir las reuniones con festivos y se evitó el horario escolar.

Los profesionales que acompañaron la dinamización del grupo fueron una enfermera especialista en salud mental, una trabajadora social y una psiquiatra infantil.

En cada edición se reunieron unas 10-15 familias, algunas de nuevo comienzo y otras repetían de ediciones anteriores.

En cada sesión se partió de la presentación de los nuevos miembros, si los hubiera, y tras unos minutos de acogida las familias compartieron todo aquello que desearon compartir. Los profesionales que acompañaron al grupo propusieron temas en caso de atasco o dificultad para dinamizar la participación.

Las sesiones no fueron secuenciales sino independientes unas de otras.

RESULTADOS:

- Se han realizado hasta la fecha 8 GAM.
- Indicadores que mostraron mejores resultados:
 - [261308] Reconoce la relación entre estrés y comportamientos disruptivos.
 - [261309] Ajusta las rutinas familiares a las necesidades adaptativas del miembro de la familia afectado.
 - [261313] Utiliza estrategias para encontrar las necesidades psicosociales de cada uno de los miembros de la familia.
 - [261319] Cambia los roles familiares para acercarse a los requisitos del tratamiento.
 - [261321] Utiliza el respiro familiar para aliviar la carga del cuidado de los miembros de la familia
- Intervención principal por parte de los profesionales: "fomentar la normalización familiar" (NIC 7200).

CONCLUSIONES:

Las familias expresaron una alta satisfacción con la experiencia grupal, donde encontraron un espacio de apoyo y comprensión en el que compartir la experiencia de criar a un hijo/a con TEA.

Los profesionales que acompañamos a estos grupos podemos afirmar que este tipo de iniciativas ayudan a las familias a transitar por la experiencia de crianza de una forma más adaptativa, fortaleciendo su capacidad de afrontamiento, disminuyendo notablemente su malestar y, por tanto, contribuyendo a mejorar la normalización familiar.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Bernat Mor A, Díaz Cubillo E, Molas Sadurní N. Grupo de ayuda mutua para padres de niños en riesgo de sufrir TEA en el contexto de un servicio público de atención. Reflexiones tras dos años de trabajo. Pensamiento psicoanalítico. 2017; 1 (1): 101-106.
2. Federación Andaluza de Asociaciones de usuarios/as de Salud Mental. Recuperación y ayuda mutua. Guía de apoyo para el moderador de grupos de ayuda mutua [Internet]. [Consultado 20 Septiembre 2024]. Disponible en: https://www.1decada4.es/pluginfile.php/285/mod_label/intro/GUIA_MODERADOR_GRUPOS_AYUDA_MUTUA.pdf
3. Moorhead S, Swanson E, Johnson M & Maas M. Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC): Medición de Resultados en Salud. 6ª ed. Barcelona: Elsevier; 2019.