

# MEMORIA ZAINDUZ 2021



**PROGRAMA MUNICIPAL DE APOYO  
AL CUIDADO FAMILIAR**



# ZAINDUZ PROGAMA 2021.

## INTRODUCCIÓN:

### **ZAINDUZ; PROGRAMA PARA APOYAR A LAS PERSONAS CON DEPENDENCIA Y A SUS FAMILIAS.**

Desde hace varios años, el Ayuntamiento de Leioa viene ofreciendo un conjunto de servicios para mejorar la calidad de vida de las personas con dependencia y/o con discapacidad que viven en el municipio, así como de sus familiares. Estos servicios son llevados a cabo por un equipo de psicólogas especialistas en el tema del cuidado familiar.

Uno de los elementos diferenciales de este programa, es la atención y acompañamiento a las personas cuidadoras familiares de personas en situación de dependencia, ayudándoles a que adquieran estrategias, conocimientos y habilidades, tanto para mejorar su atención como para favorecer su propio autocuidado.

La oferta del programa Zainduz del ayuntamiento de Leioa se concreta en varias líneas de actuación, con sus correspondientes actividades y servicios. Durante el año 2021, estos han sido los servicios.

#### **1. Promocionar la autonomía personal de las personas con dependencia:**

- ✓ 3 TALLERES DE PSICOESTIMULACION para retrasar el deterioro cognitivo, funcional y sensorial de las personas con dependencia.

#### **2. Ofrecer formación e información a las personas cuidadoras de personas dependientes para conseguir un cuidado más satisfactorio.**

- ✓ CENTRO MUNICIPAL DEL CUIDADO, donde se ofrece asesoramiento y consulta individualizada.
- ✓ PLAN DE FORMACION. Ofrecer información y formación sobre diferentes temas relacionados con el cuidado.

#### **3. Contribuir al bienestar emocional y psicológico de las personas cuidadoras a través de servicios de apoyo psicológico. Aquí también hay diferentes modalidades.**

- ✓ 1 GRUPO DE APOYO PSICOLOGICO: para personas cuidadoras familiares
- ✓ APOYO PSICOLOGICO INDIVIDUAL: para casos más graves.
- ✓ ACOMPAÑAMIENTO EN EL DUELO: cuando fallece la persona dependiente

Este año debido a la pandemia, a la situación excepcional generada, al miedo de las familias y de las personas mayores a poder contagiarse, se ha adaptado la metodología para poder desarrollarlo sin renunciar a los objetivos marcados. Lo detallamos a continuación.

# ORGANIZACIÓN

## 1. RRHH, ESTRUCTURA ORGANIZATIVA Y DE FUNCIONAMIENTO

### 1.1 PERSONA DEL AYUNTAMIENTO RESPONSABLE DEL PROGRAMA

- **Raquel Garcia:** trabajadora social responsable del área personas mayores y dependencia.

### 1.2 PERSONA COORDINADORA DEL PROGRAMA

- **Nuria Pousa Mimbrero:** Coordinadora del programa Zainduz.

- Entidad ejecutora: Bizitzen Fundazioa; Murueta Torre 8E bajo, 48200. Durango. 94 623 27 44.
- Nuria Pousa Mimbrero: Lda en psicología y psicopedagogía.
- Telefono: 649 52 98 74. E-mail: [nuria@bizitzen.org](mailto:nuria@bizitzen.org)

#### **Tareas;**

- Coordinación con las personas responsables del ayuntamiento a través de reuniones de seguimiento.
- Coordinación con el equipo de que desarrolla el programa Zainduz.
- Organización del programa; actividades, fechas, locales, diferentes profesionales.
- Coordinación de la publicidad y difusión del programa.
- Entrevistas de acogida con las personas usuarias.
- Seguimiento de los casos.
- Realizar seguimiento y evaluaciones de los diferentes programas realizados.
- Evaluación del programa.

### 1.3. EQUIPO DE TRABAJO

Hace referencia a las personas que están implicadas de manera estable en el desarrollo del programa o participan puntualmente llevando a cabo actividades concretas.

- Nerea Fernandez Placeres. Lda. en psicología
- Nuria Pousa Mimbrero. Lda. en psicología y psicopedagogía

#### **Tareas:**

- **Nerea:**
  - Realización del taller de psicoestimulación

- **Nuria:**
  - Coordinación del programa
  - Realización de casos de apoyo psicológico individuales y grupales
  - Llevar a cabo el centro municipal del cuidado.
  - Realización de la formación.

## Linea 1. Promoción de la autonomía personal.

### 1. TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN.

#### Objetivo:

El objetivo del taller de psicoestimulación es **mejorar o retrasar el deterioro cognitivo** de las personas mayores en situación de deterioro cognitivo mediante la estimulación de las diferentes áreas cognitivas (atención, memoria, lenguaje, gnosis, praxias y funciones ejecutivas), **así como las capacidades funcionales y sociales**.

#### Desarrollo de la actividad:

Este es un servicio que se ha realizado durante los últimos años dentro del programa Zaindus y se ha convertido en un **programa estrella**.

- **Calendario, horario y metodología:** Se ha realizado de **febrero a julio y de septiembre a noviembre** (agosto y diciembre, vacaciones)

- **febrero a septiembre:** El **servicio se ha desarrollado a domicilio y telefónicamente**, metodología que se adoptó cuando surgió la pandemia en marzo del 2020. La psicóloga del taller ha preparado el material individual para trabajar mensualmente. Lo ha preparado, lo ha impreso y lo ha mandado por correo postal a todos los domicilios de todas las personas participantes. Cada mes preparaba y mandaba el material para trabajar. Después semanalmente ha llamado a las personas participantes o familiares para realizar la orientación; personal, espacial y temporal, además de ayudarles con los problemas que se han podido encontrar, corregir ejercicios y hacer un seguimiento del servicio con cada caso.

- **octubre y noviembre:** Ha vuelto a la presencialidad y se ha desarrollado con **normalidad en un aula del centro de personas mayores de Errakalde, situado detrás la kultur**. Un lugar muy adecuado para desarrollarlo, por el tamaño, por su buena iluminación, por sus mesas grandes y espaciosas sus cómodas sillas. Además, el centro de personas mayores está céntrico y es accesible.

El horario ha sido el de siempre; **martes y jueves; grupo 1: 10:30-12:00 y grupo 2: 12:00-13:30**

- **Horas de intervención:** En los dos talleres a lo largo del año se han utilizado **87h en cada taller**, en **total 174h**.

▪ **Participantes:**

- En la modalidad no presencial; ha habido **22 participantes; 17 mujeres y 5 hombres**.
- En la modalidad presencial: en total: **14 participantes; 12 mujeres y 2 hombres**.
  - Grupo 1: **7 personas; 6 mujeres y 1 hombre**.
  - Grupo 2: **7 personas; 6 mujeres y 1 hombre**.

**En total a lo largo del 2021, se ha trabajado con 36 personas; 29 mujeres y 7 hombres.**

Las bajas que es han dado han sido;

- por miedo a la presencialidad
- por ingreso en centro de día o residencia
- por gran avance del deterioro de la persona lo que le impide su participación.

Este servicio, aunque no se ha desarrollado según lo previsto por el escenario pandémico, **se ha realizado de manera satisfactoria**, con la metodología adoptada, tiempos esperados y objetivos previamente establecidos. **La vuelta a la presencialidad se ha realizado de una manera respetuosa**, respetando los ritmos de las personas participantes.

### **Resultados obtenidos:**

**El taller ha alcanzado sus objetivos esperados.** El gran factor de **su éxito** ha sido, que es un **recurso necesario** y muy demandado por las personas usuarias, y en esta época de pandemia, también.

**PERFIL de las personas participantes: 36 personas, a lo largo del 2021, 29 mujeres y 7 hombres.**

- Edad persona más mayor 87 persona más joven 55 media de **edad 74**.
  - **24 personas con dependencia**: 24 con diagnóstico de deterioro cognitivo y 3 además con problemas de movilidad.
  - **5 personas autónomas**: 1 con ligero deterioro cognitivo
- 
- **Asistencia: 100%, muy alta**, ya que el horario se consensuó con ellas y ellos.
  - **Participación; alta**, sesiones muy dinámicas y satisfactorias.
  - **Resultados**: Podemos concluir que **al participar en el taller se consigue el objetivo marcado, mejorar la calidad de vida de las personas participantes, ayudando a mantener sus capacidades cognitivas, sobre todo es esta época de inactividad, especialmente para las personas mayores.**
  - Satisfacción ¿Ha sido adecuado y satisfactorio? (0-10); 9
  - Valoración de la profesional: 9
  - Idoneidad ¿Ha sido útil el servicio? (0-10); 9 de útil.

Estas últimas valoraciones se han llevado a cabo, con las personas con dependencia, pero también con sus cuidadores y cuidadoras.

## 2. PSICOESTIMULACIÓN EN EL DOMICILIO.

A partir de octubre, cuando volvimos a la presencialidad, para las personas con mas deterioro cognitivo se ha decidió continuar con la metodología en el domicilio hasta final de año, por no cerrar de golpe el servicio.

### Objetivo:

El objetivo del taller de psicoestimulación en el domicilio es **mejorar o retrasar el deterioro cognitivo** de las personas mayores en situación de deterioro cognitivo mediante la estimulación de las diferentes áreas cognitivas (atención, memoria, lenguaje, gnosis, praxias y funciones ejecutivas), **así como las capacidades funcionales y sociales.**

### Desarrollo de la actividad:

- **Calendario, horario y metodología:** octubre, noviembre y diciembre.

El **servicio se ha desarrollado a domicilio y telefónicamente**, metodología que se adoptó cuando surgió la pandemia en marzo del 2020. La psicóloga del taller ha preparado el material individual para trabajar mensualmente. Lo ha preparado, lo ha impreso y lo ha mandado por correo postal a todos los domicilios de todas las personas participantes. Cada mes preparaba y mandaba el material para trabajar. Después semanalmente ha llamado a las personas participantes o familiares para realizar la orientación; personal, espacial y temporal, además de ayudarles con los problemas que se han podido encontrar, corregir ejercicios y hacer un seguimiento del servicio con cada caso.

- **Horas de intervención:** 12 horas de intervención en total.
- **Participantes:** 6 participantes; 4 mujeres y 2 hombres.

Este servicio, **se ha realizado de manera satisfactoria**. Se ha dado la oportunidad de que este grupo que llevaba trabajando en el taller en modalidad no presencial desde marzo de 2020, continuara trabajando la psicoestimulación hasta final de año.

### Resultados obtenidos:

**Perfil;** son las personas de edad más avanzada de esta línea; tienen 82 años de media y con un alto nivel de dependencia.

- **Participación y satisfacción muy alta.**
- **Resultados:** Podemos concluir que **al participar en el taller se consigue el objetivo marcado, mejorar la calidad de vida de las personas participantes.**
- Satisfacción ¿Ha sido adecuado y satisfactorio? (0-10); 9



- Valoración de la profesional: 9
- Idoneidad ¿Ha sido útil el servicio? (0-10); 9 de útil.

Estas últimas valoraciones se han llevado a cabo, con las personas con dependencia, pero también con sus cuidadores y cuidadoras.

## Linea 2. Formación e información para personas cuidadoras familiares.

### 1. CENTRO MUNICIPAL DEL CUIDADO FAMILIAR.

#### Objetivo:

Servicio **de información, consulta, asesoramiento y seguimiento** sobre el cuidado familiar para la ciudadanía de Leioa, con el objetivo de **obtener un cuidado de más calidad y satisfactorio** para las todas las personas inmersas en el proceso de cuidado familiar.

#### Desarrollo de la actividad:

Desde el centro municipal del cuidado familiar, **se informa, asesora y orienta a las familias cuidadoras de Leioa** sobre sus procesos de cuidado familiar para poder llevarlos a cabo de una **manera más adecuada y satisfactoria**.

Para esto se realiza una reunión informativa. Además, también **se realiza un seguimiento de los casos**. Este servicio da mucha calidad al programa, da acogida y seguimiento a los casos que lo necesiten. Puesto que el cuidado familiar es un proceso que va cambiando, es importante dar soluciones diferentes en las distintas etapas de este. **Esto lo valoran muy bien las familias**.

▪ **Calendario, horario y metodología:** Se ha realizado de **febrero a julio y de septiembre a enero**.

- **febrero a septiembre:** El servicio se ha desarrollado telefónicamente, con cita previa, metodología que se adoptó cuando surgió la pandemia en marzo del 2020.

- **octubre y enero:** Ha vuelto a la presencialidad y se ha desarrollado con normalidad. Pero se ha mantenido las dos modalidades la telefónica y la presencia, en función de las necesidades detectadas.

**La presencial:** Tanto en el **Sac de Pinueta**, como en un despacho **de servicios sociales del ayuntamiento**. Esto facilita que las trabajadoras sociales deriven directamente a personas después de ser atendidas por ellas. Es decir, facilita la coordinación entre el Zainduz y las trabajadoras sociales, y esto dinamiza y da calidad al servicio. **Con cita previa, los miércoles;** entre las 8:30 y las 12:00 en el Sac de pinueta, y desde las 12:15 a las 14:45 en el Servicios Sociales de base.

Un aspecto a destacar es que **al recoger datos de los casos** que pasan por el servicio, se está recogiendo información muy valiosa para **saber cuál es la realidad del cuidado familiar de Leioa y sus necesidades reales**.

- **Horas de intervención:** 100 horas en total.
- **Participantes:** 124 participantes; 109 mujeres y 15 hombres.

Este servicio, aunque no se ha desarrollado según lo previsto por el escenario pandémico, **se ha realizado de manera satisfactoria**, con la metodología adoptada, tiempos esperados y objetivos previamente establecidos. **La vuelta a la presencialidad se ha realizado de una manera respetuosa**, respetando los ritmos del colectivo participante.

### **Resultados obtenidos:**

En total han sido 124 **entrevistas**. De las cuales **109 han sido a mujeres 15 a hombres**.

#### **El servicio ha alcanzado sus objetivos esperados:**

- ✓ Ofrecer información a las personas cuidadoras de personas con dependencia del municipio acerca de los recursos y servicios disponibles para ellos y ellas.
- ✓ Asesorar sobre los programas más adecuados para su situación.
- ✓ Ofrecer asesoramiento y consulta sobre el cuidado familiar de una manera cercana, directa y personalizada.
- ✓ Conocer la realidad del cuidado familiar de Leioa.
- ✓ Seguimiento de casos de mayor riesgo.

Y podemos afirmar que ha sido **un servicio muy valorado**.

El gran factor de su éxito ha sido, que es **un recurso, muy necesario, un recurso de acogida personalizada, de escucha, individual, cercano y accesible y rápido**.

#### **El perfil recogido de las personas atendidas es el siguiente:**

- Todas son personas cuidadoras familiares: 110 entrevistas
- Sexo: **90 son mujeres** y 90 hombres
- Edad media **de 56 años**
- Parentesco:
  - Pareja: 15%
  - **Hijos/hijas: 67%**
- **Convive** con su familiar: sí 70% y no el 30%
- Años de cuidado: **media de 4-5 años**
- Tienen malestar emocional: **el 80% si tienen malestar**.
- **Sexo del familiar al que cuidan: 82% mujeres** y el 18% hombres
- Rango de **edad media de la persona con dependencia: 75-85 años**

- Diagnostico:
  - o **Alzheimer y otras demencias:63%**
  - o Diversas problemáticas que generan movilidad reducida: 26%
  - o Otras enfermedades degenerativas: 11%
- Recursos:
  - o **No: 58%**
  - o Sad: 10%
  - o Sad privado:15%
  - o Centro de día: 5%

**Necesidades detectadas a personas atendidas:**

- Trabajar el malestar emocional de la persona cuidadora: 80% de los casos
- Poner recurso o más recursos al cuidado: 67% de los casos
- Trabajar con las personas con dependencia: 41% de los casos.

**Valoración del servicio por las personas usuarias:**

- Idoneidad ¿Ha sido útil el servicio? (0-10); 9 de útil
- Satisfacción ¿Ha sido adecuado y satisfactorio? (0-10); 9,2
- Valoración de la profesional: 9,5

**Resultados y valoración del programa:** el desarrollo del programa se ha realizado en base a lo programado y de forma adecuada. Los objetivos establecidos se han cumplido dado que se ha asesorado y se ha informado a las personas cuidadoras familiares teniendo en cuenta sus necesidades personales, ofreciéndoles a cada caso los recursos más idóneos teniendo en cuenta su situación, y el escenario de pandemia que vivimos. En general la satisfacción con este servicio es alta, por su carácter íntimo y personalizado.

## **2. FORMACIÓN A PERSONAS CUIDADORAS.**

**Objetivo:**

La formación a personas cuidadoras tiene como objetivo el **dotar de información, conocimientos y habilidades** sobre diferentes temáticas relacionadas con el cuidado a terceras personas, así como a **mejorar el autocuidado de las personas cuidadoras.**

## Desarrollo de la actividad:

**Se ha llevado a cabo un plan de formación** para las personas cuidadoras de familiares con dependencia acerca de los principales aspectos derivados de la misma o de aspectos concretos del cuidado, del autocuidado **para conseguir un cuidado más satisfactorio.**

- **Calendario, horario y metodología:** Se ha realizado de **febrero a julio y de septiembre a enero.**
  - **febrero a septiembre:** formación online y a través de las píldoras formativas; pequeños contenidos formativos trabajados a través de audios, videos y documentación enviados a través de whatsapp y comentados. Esta metodología que se adoptó cuando surgió la pandemia en marzo del 2020.
  - **octubre y enero:** se han mantenido las píldoras formativas, pero también se ha vuelto a la formación presencial y se ha desarrollado con **normalidad.**
- **Horas de intervención: 32 horas en total.**
  - Píldoras formativas: 19 horas, todo el año, 38 píldoras formativas.
  - Online: 7,5 horas: relajación online, en mayo
  - Presencial: 5,5 horas, claves para la recuperación emocional tras la pandemia, en noviembre y enero 2022.
- **Participantes: 121 participantes; 112 mujeres y 9 hombres.**

## Resultados obtenidos:

**Formaciones presenciales y on-line, 13 horas en total, 25 participantes, 24 mujeres y 1 hombre**

- Relajación para personas cuidadoras familiares: 7,5h online; lunes, 3, 10,17,24 y 31 de mayo, 16:30-18:00. 12 mujeres.
- Claves para la recuperación emocional tras la pandemia: 4 h Sabino Arana, 8 y 15 de noviembre; 16:30-18:00. 8 personas; 7 mujeres y 1 hombre. (presencial)
- Claves para la recuperación emocional tras la pandemia: 1,5h Sabino Arana, 31 de enero; 11:00-12:30. 10 personas; 4 mujeres (presencial)

**Píldoras formativas, 19 horas en total, 96 participantes, 88 mujeres y 8 hombres. Las temáticas trabajadas** han sido las siguientes:

- Alimentación y dependencia.
- Productos de apoyo al cuidado.
- Hábitos saludables y fomento de la autonomía.
- Introducción a técnicas de relajación.
- Recursos sociales; la tarjeta de estacionamiento
- Información sobre recursos jurídicos importante en procesos de cuidado familiar.

- Autocuidado; derechos de las personas cuidadoras familiares.
- Síndrome de la cabaña
- Revisión de la valoración de dependencia; solicitud online.
- La tutela, actualizaciones y servicio de información.
- Formación completa sobre manejo de conductas problemáticas en el cuidado familiar.
- Formación completa sobre la comunicación adecuada con personas con dependencia.
- Gizatek y subvención de audífonos.
- Autocuidado; bases del cuidado emocional
- Reconocimiento a las personas cuidadoras familiares.
- Gestión emocional.

Estas **formaciones se han realizado en formato píldoras formativas semanales que se enviaban al whatsapp**, además de otorgar un **espacio para resolver dudas y preguntas**.

**Las temáticas las ha ido eligiendo los y las participantes del programa Zainduz**. Así que las temáticas han sido a la carta, las personas usuarias las han elegido, y así una vez más nos hemos adaptado a sus necesidades. Esto da un punto extra de satisfacción a este programa, que se refleja en las encuestas.

El formato de **píldoras formativas continúa teniendo una gran acogida entre las personas cuidadoras**. Lo han valorado como muy útil, accesible e interesante, y apuestan por su continuidad.

**Este servicio se ha desarrollado según lo previsto, de manera satisfactoria, aunque con la metodología y recursos adaptados.**

## **Resultados obtenidos:**

### **Valoración de las formaciones:**

- 121 personas participantes: 9 hombres y 112 mujeres
- Participación; alta, grupo muy dinámico y sin incidencias.
- Satisfacción general de la formación: 9,5
- El 100% recomendaría esta formación
- Satisfacción general con la profesional: 9,5

En general puntúan **la idoneidad del programa con un 9,5**

**El servicio ha alcanzado sus objetivos esperados.**

## Linea 5. Servicios de apoyo psicológico para personas cuidadoras.

### 1. APOYO PSICOLÓGICO.

#### Objetivo:

El objetivo del apoyo psicológico es **mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras** familiares de personas dependientes a **disminuyendo los niveles de ansiedad, depresión y sobrecarga** suelen padecer estas personas.

#### Desarrollo de la actividad:

- **Calendario, horario y metodología:** Se ha realizado de **febrero a julio y de septiembre a enero**.
  - **febrero a septiembre:** apoyo psicológico individual telefónico. Esta metodología se adoptó cuando surgió la pandemia en marzo del 2020.
  - **octubre y enero:** Volvimos a **la presencialidad** y comenzamos con el apoyo psicológico presencial tanto **a nivel individual como grupal**, aunque para las sesiones individuales se ha mantenido el apoyo telefónico. La vuelta se ha realizado con gran normalidad.
- **Horas de intervención: 255 horas en total.**
  - Individual: 240 horas, todo el año.
  - Grupal (Pinueta): 15 horas: octubre, noviembre y enero.
- **Lugar y días: de presencialidad a partir de septiembre.**
  - Lunes en Sabino Arana, en servicios sociales II; individual
  - Miércoles en Pinueta, en el sac de Gaztelubide; grupal e individual.
- **Participantes: 51 participantes; 46 mujeres y 5 hombres.**

La intervención de terapia y apoyo psicológico ha sido de gran necesidad en esta pandemia. **Ha habido mucho deterioro de las personas con dependencia, ha fallecido bastante gente y las personas cuidadoras ha empeorado su salud emocional.**

**Las intervenciones individuales han sido semanales, pero el numero de sesiones y tiempo dedicado a cada persona** atendida ha variado en función de su necesidad, evolución y disponibilidad de horas de intervención.

Las sesiones de apoyo grupal se han realizado presencialmente durante el último trimestre, la idea era realizarlo a través de pequeños grupos compuestos con personas cuidadoras con situaciones similares. Se ha comenzado por el grupo de Pinueta porque se ha mantenido estable durante toda la pandemia. Pero en Sabino Arana, justo había de crear un grupo nuevo cuando estalló la pandemia así que durante este año

estamos observando a quienes les vendría bien y podrían formar un grupo estable, para llevarlo adelante en el 2022.

El programa de intervención psicológica lo ha llevado a cabo **Licenciadas Nuria Pousa Licenciada en psicología y con habilitación sanitaria para hacer terapia psicológica.**

**Este servicio se ha desarrollado según lo previsto, de manera satisfactoria, aunque con la metodología adaptada a la pandemia y ha alcanzado sus objetivos.**

### **Resultados obtenidos:**

**Los resultados obtenidos son los siguientes:**

**Nº participantes 51 personas. 46 mujeres y 5 hombres**

**Perfil de las personas participantes:**

- Con un rango de edad media **de 57 años**
- Parentesco:
  - Pareja: 45%
  - **Hijos/hijas: 40%**
- **Convive con su familiar: si 62%**
- **Años de cuidado: media de 5 años**
- **Estado laboral:**
  - En activo: 32%
  - **Amas de casa: 54%**
  - Jubiladxs: 14%
- **Sexo del familiar al que cuidan: 63% mujeres**
- **Rango de edad media de la persona con dependencia: 84 años**
- **Diagnostico:**
  - **Alzheimer y otras demencias:65%**
  - Diversas problemáticas que generan movilidad reducida: 38%
- **Recursos:**
  - **No: 53%**
  - Sad privado:18%
  - Centro de día: 17%
  - Residencia:11%



- **Asistencia: alta**, ya que el horario entre la persona cuidadoras y la profesional acuerdan el día y hora de la semana que van a tener las sesiones, es muy “a la carta” por lo que la asistencia es muy alta.
- **Participación; alta, sesiones muy dinámicas, personalizadas y sin incidencias.**
- **Se puede decir que las personas participantes en general han adquirido las herramientas, estrategias y conocimientos adecuados.**
- **Reducir el malestar emocional:** Y podemos decir que los objetivos marcados al principio se han alcanzado, pues los niveles de malestar emocional: ansiedad, depresión y sobrecarga han bajado y una vez finalizado el programa.

**Valoración del servicio por las personas usuarias:**

- Idoneidad ¿Ha sido útil el servicio? (0-10); 9,5 de útil
- Satisfacción ¿Ha sido adecuado y satisfactorio? (0-10); 9,5
- Valoración de la profesional: 9,5