



MUJER Y DISCAPACIDAD

LOS APOYOS AUTODIRIGIDOS

Índice

LOS APOYOS AUTODIRIGIDOS	3
¿Qué son los apoyos autodirigidos?	3
El prototipo de apoyo autodirigidos	3
¿Cómo funciona?.....	3
Resultados	4
Para las mujeres	4
Problemas encontrados y soluciones	5

LOS APOYOS AUTODIRIGIDOS

Este documento explica de forma sencilla el informe de Plena Inclusión en 2024 sobre apoyos autodirigidos, un nuevo modelo donde las personas con discapacidad intelectual deciden y gestionan directamente sus propios apoyos.

¿Qué son los apoyos autodirigidos?

Los apoyos autodirigidos cambian completamente la forma tradicional de dar servicios. En lugar de que cada persona reciba un "paquete fijo" de servicios de un centro, recibe un **presupuesto personal** con el que puede contratar exactamente lo que necesita.

Por ejemplo, una mujer con discapacidad que recibe 900 euros al mes puede decidir si necesita más apoyo para encontrar trabajo, para aprender a cocinar por su cuenta, para ir al médico sola o para tener compañía cuando salga a la calle. Ella toma la decisión con ayuda de su familia cercana o amigos, pero es ella quien elige.

El prototipo de apoyo autodirigidos

Durante todo el **año 2024**, Plena Inclusión hizo un experimento con 21 personas con discapacidad intelectual de toda España. De ellas, el 52% eran mujeres. Ninguna de estas personas tenía plaza en un centro tradicional. Cada una recibió 900 euros mensuales, es decir, 10.800 euros al año.

¿Cómo funciona?

El proceso es **muy sencillo**.

Primero, la persona recibe su **presupuesto personal** de 900 euros al mes.

Después habla con su **círculo de apoyo**, que suele estar formado por un familiar cercano, un amigo y alguna persona profesional. Juntos definen qué metas quiere conseguir ese mes.

Luego la persona elige directamente a los **profesionales** que necesita: una terapeuta, un entrenador para encontrar trabajo, una persona que le acompañe al médico, etc. Firma el contrato ella misma y al final del mes evalúa si esos apoyos le han ayudado realmente.

La persona clave en este proceso se llama "**gestor de caso facilitador**". Su trabajo es coordinar y explicar, pero nunca decidir por la persona.

Resultados

El resultado principal es que el **80% de las personas** dijeron sentirse más satisfechas con su vida. Ahora participan más en su comunidad, tienen mejores relaciones con otras personas, salen más y tienen más posibilidades de encontrar trabajo.

Además, aprendieron a gestionar su dinero y a decidir qué apoyos necesitaban cada mes. Por ejemplo, algunas personas contrataron a una persona que les ayudara a buscar empleo, otras prefirieron apoyo para hacer la compra solas y otras eligieron ayuda para mejorar su salud mental.

Lo más interesante es que este nuevo modelo **cuesta exactamente lo mismo** que el sistema tradicional de plazas en centros. Tanto uno como otro cuestan 10.800 euros por persona al año. La diferencia es que con los apoyos autodirigidos las personas están mucho más satisfechas y controlan mejor su vida.

Para las mujeres

Como el 52% de las participantes eran mujeres, este modelo tiene beneficios muy claros para ellas. Las mujeres con discapacidad ahora pueden:

- Decidir con quién quieren tener relaciones personales (muy importante para prevenir situaciones de violencia).
- Elegir libremente los apoyos médicos que necesitan, como salud sexual o reproductiva.

- Buscar trabajo por su cuenta, eligiendo el tipo de empleo que prefieren.
- Vivir en una casa que ellas mismas han elegido, no en centros mixtos con hombres.

Problemas encontrados y soluciones

Durante el experimento surgieron **algunos problemas** normales al empezar algo nuevo:

Algunas personas tuvieron dificultades al principio con **la burocracia** de firmar contratos y hacer facturas. La solución fue darles una **formación básica** muy sencilla sobre cómo gestionar dinero.

Las familias al principio no confiaban mucho en que sus familiares con discapacidad pudieran tomar decisiones importantes. Esto se solucionó creando **círculos de apoyo mixtos** donde participaban tanto familiares como profesionales.

Finalmente **faltaban profesionales** preparados para trabajar con este nuevo modelo, por lo que se propone hacer **cursos específicos** para estos profesionales