



Apoyo entre IGUALES

Un modelo único

GUÍA INFORMATIVA

DE PRINCIPIOS Y RECOMENDACIONES

El valor del apoyo entre iguales en salud mental

Claves para su implementación



Plataforma de entidades para
la promoción e inclusión
social de personas con
enfermedad mental

FUNDACIÓN
Intras



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Plataforma de entidades para
la promoción e inclusión
social de personas con
enfermedad mental



Expertos por Experiencia-Un Modelo Único, iniciativa desarrollada a través del Plan Integral de Impulso a la Economía Social para la Generación de un Tejido Económico, Inclusivo y Sostenible y por la que se aprueba la convocatoria de ayudas para proyectos innovadores para los años 2024 y 2025.

Convocatoria puesta en marcha través del Ministerio de Trabajo y Economía Social, en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia financiado por la Unión Europea - NextGenerationEU-

Contribuye al componente número 23 del PRTR «Nuevas políticas públicas para un mercado de trabajo dinámico, resiliente e inclusivo», previsto como inversión 6 del Componente 23 del PRTR.





¿QUÉ ES EL APOYO ENTRE IGUALES?.....	4
La figura del agente de apoyo entre iguales y su rol	4
Funciones y responsabilidades	5
¿POR QUÉ SU IMPLANTACIÓN?	6
Beneficios del apoyo entre iguales	6
PRINCIPIOS DEL APOYO ENTRE IGUALES	7
RECOMENDACIONES PARA SU IMPLANTACIÓN.....	7
1. Selección e incorporación.....	8
2. Formación y competencias.....	8
3. Integración en los equipos.	8
4. Supervisión y acompañamiento.....	9
5. Sensibilización interna	9
6. Protocolos y mejora continua.....	9
Mas información	9





La presente guía informativa tiene como propósito ofrecer principios y recomendaciones fundamentados en un análisis de datos obtenidos de fuentes bibliográficas especializadas, entidades con experiencia en el modelo y de las aportaciones de un grupo de trabajo multidisciplinario.

A través de esta guía, se busca proporcionar orientación práctica sobre qué es el modelo de apoyo entre iguales y recomendaciones básicas para su implementación, fomentando la colaboración, el aprendizaje mutuo y el fortalecimiento de las entidades de salud mental.

¿QUÉ ES EL APOYO ENTRE IGUALES?

Se basa en la conexión entre personas que comparten experiencias similares, brindándose ayuda para afrontar momentos difíciles, apoyándose para afrontar dificultades, fortalecer su bienestar y avanzar en su recuperación. A través de esta relación, basada en la esperanza, la empatía y la comprensión, las personas exploran juntas y trabajan hacia la recuperación, fortaleciendo así su resiliencia y bienestar emocional.

4

La figura del agente de apoyo entre iguales y su rol

Se define como aquella persona que, a partir de su experiencia vivida, ofrece acompañamiento, orientación y apoyo emocional a otras personas que atraviesan circunstancias similares. Este modelo reconoce el valor de la “sabiduría experimental” entendida como el conocimiento que surge de la experiencia propia.

El/la agente de apoyo entre iguales ha elaborado positivamente su proceso y se forma para acompañar a otros. Ofrece apoyo emocional y práctico, orienta, comparte su vivencia y actúa como referente de recuperación y/o inclusión. Este rol combina la empatía derivada de la experiencia compartida con una formación específica que le permite actuar de forma profesional, complementando el trabajo de los equipos técnicos.

Sus habilidades fundamentales incluyen la gestión de límites profesionales, la



reflexión sobre la propia experiencia y la capacidad de acompañar sin imponer soluciones.

Desde el punto de vista profesional, se requiere que el agente de apoyo:

- Haya transitado y elaborado positivamente su experiencia de dificultad.
- Posea formación básica en intervención social, salud mental, o el ámbito específico en el que actúe.
- Conozca los recursos institucionales y comunitarios disponibles.
- Mantenga una actitud de aprendizaje continuo y trabajo colaborativo con los equipos técnicos.

Su formación continua, así como la supervisión profesional son clave para garantizar la calidad y sostenibilidad de su práctica.

Funciones y responsabilidades

Sus funciones pueden variar según el colectivo destinatario o el contexto organizativo, de manera general sus principales funciones son:

5

- Acompañamiento individual o grupal desde la confianza y la horizontalidad
- Promoción de la participación y autoayuda
- Colaboración con equipos técnicos aportando la mirada de la experiencia
- Participación en acciones de sensibilización y reducción del estigma

Los/as agentes de apoyo actúan como un puente entre la experiencia personal y la práctica profesional, humanizando los servicios y mejorando la cercanía en las intervenciones. Por la labor que realizan la responsabilidad ética es fundamental asegurando la efectividad de su rol.

Entre sus responsabilidades destacan:

- El respeto a la confidencialidad
- El mantenimiento de límites saludables



→ La comunicación constante con los profesionales de referencia.

¿POR QUÉ SU IMPLANTACIÓN?

La incorporación de agentes de apoyo entre iguales en las entidades sociales de salud mental marca un paso importante hacia formas de atención más inclusivas, colaborativas y centradas en la persona. Esta figura no viene a sustituir la labor de los equipos profesionales, sino a complementarla, aportando una perspectiva valiosa basada en la empatía, la comprensión y la esperanza.

Beneficios del apoyo entre iguales

La incorporación de agentes de apoyo entre iguales genera beneficios multidimensionales que alcanzan tanto a las personas atendidas como a los equipos y a la organización en su conjunto.

- **A las personas receptoras:** contar con agentes de apoyo entre iguales ayuda a mejorar la adherencia a los tratamientos y recuperación, reduce los reingresos hospitalarios y refuerza la autoestima aumentando la esperanza y la motivación personal, igualmente fortalece el sentimiento de pertenencia a la comunidad. Con su labor se facilitan la identificación emocional, incrementan la autoeficacia y promueven la motivación hacia el cambio
- **A nivel organizacional:** su presencia en las entidades contribuye a reducir el estigma favoreciendo la inclusión, impulsa un cambio cultural en los servicios de salud mental, promoviendo una atención más humana, participativa y orientada a la recuperación y fomenta cohesión y la innovación en los equipos. Los agentes de apoyo actúan como mediadores naturales entre las personas y los equipos técnicos, facilitando la comunicación, la comprensión de procesos y la adherencia a los proyectos de intervención.
- **En el plano comunitario:** la presencia de agentes de apoyo impulsa procesos de participación ciudadana, cohesión social y reducción del



estigma, fortaleciendo los lazos entre las entidades sociales y el entorno local

PRINCIPIOS DEL APOYO ENTRE IGUALES

El apoyo entre iguales se basa en principios que lo hacen único frente a otras formas de acompañamiento profesional.

¿Qué lo caracteriza?

- **Empatía y respeto mutuo:** como base de la relación entre iguales
- **Reciprocidad:** la relación bidireccional, evitando jerarquías o dependencias.
- **Empoderamiento:** impulsa a la autonomía y las capacidades personales para tomar sus propias decisiones
- **Confianza y autenticidad:** relación basada en la credibilidad de la experiencia compartida
- **Participación activa y horizontalidad:** las personas se convierten en agentes activos de cambio

7

RECOMENDACIONES PARA SU IMPLANTACIÓN

La implementación de servicios de apoyo entre iguales conlleva cambios culturales profundos en las instituciones de salud mental. Los desafíos más comunes incluyen dudas del personal tradicional sobre su “fragilidad”, temores sobre la confidencialidad o desconocimiento capacidad. Sin embargo, múltiples estudios subrayan la **resiliencia**, **competencia** y **valor añadido** que aportan los profesionales con experiencia propia. Es por ello, que antes de su implementación se sigan determinados pasos para que la incorporación del modelo sede con mejor éxito.

Las recomendaciones generales son las siguientes:



1. Selección e incorporación

El proceso de selección de agentes de apoyo entre iguales debe partir de criterios que garanticen la idoneidad personal, la estabilidad emocional y la motivación genuina para el acompañamiento.

La experiencia vivida no es suficiente por sí sola; es necesario que la persona haya realizado un proceso reflexivo de elaboración y transformación de dicha experiencia, de modo que pueda convertirla en un recurso útil para otros.

El proceso de incorporación debe incluir una entrevista, una evaluación de competencias socioemocionales y un periodo inicial de observación que permita evaluar la adecuación del candidato al rol.

Este procedimiento garantiza una incorporación gradual y acompañada, reduciendo el riesgo de desajustes personales o profesionales

2. Formación y competencias

La formación es un componente esencial para profesionalizar el rol del agente de apoyo entre iguales. El plan formativo debe contemplar tanto contenidos teóricos como prácticos, con el fin de dotar a los participantes de herramientas para el acompañamiento de las personas.

La formación debe abordar acompañamiento, autocuidado, comunicación, gestión emocional y trabajo en equipo.

El desarrollo profesional debe ser continuo, con acceso a programas de actualización y espacios de intercambio entre pares que fomenten la construcción colectiva de conocimiento.

3. Integración en los equipos.

La integración de agentes de apoyo entre iguales en equipos técnicos requiere un enfoque organizacional inclusivo y flexible.

Definir roles y funciones, asignar una persona de referencia y garantizar la



participación en reuniones, planificación y evaluación es fundamental.

4. Supervisión y acompañamiento.

La supervisión constituye un elemento estructural del modelo de apoyo entre iguales.

Se recomienda establecer tres niveles de acompañamiento: de supervisión técnica, entre iguales y de apoyo psicosocial individual. Ello cuidará tanto el bienestar del agente como la calidad de su labor.

5. Sensibilización interna

Se considera necesario impulsar acciones formativas y campañas internas que expliquen el rol, promuevan la cultura del apoyo entre iguales y valoren la experiencia vivida como fuente de conocimiento.

El fomento de una cultura organizacional inclusiva que involucre a todo el personal de la entidad facilita su aceptación y éxito.

9

6. Protocolos y mejora continua.

La elaboración de protocolos de actuación es indispensable para garantizar la coherencia, la ética y la seguridad en las intervenciones.

Dichos protocolos deben definir los límites de actuación, los procedimientos de derivación y las responsabilidades compartidas entre agentes y profesionales

Es importante realizar un seguimiento, para ello se deben diseñar indicadores para medir resultados (autonomía, bienestar, satisfacción, impacto organizacional) e incorporar la evaluación participativa y el aprendizaje constante.

Mas información

Si deseas tener más información sobre la implementación del apoyo entre iguales entra en nuestra www.redisem.es



CONTACTO

Susana Gómez Pérez

DIRECCIÓN DE CORREO

susanagp@redisem.es

