



Instituto Interamericano sobre
Discapacidad y Desarrollo Inclusivo

Apoyo entre pares: una estrategia para construir autonomía y ejercer derechos

Documento
de trabajo

3/2026

Autora:

Brígida Lanzillotto

Asesoría técnica:

Sergio Meresman

Agradecimientos	3
1. Introducción	4
2. El derecho a vivir y participar en comunidad	7
3. Inequidad y desigualdad social como barreras a la participación	10
4. Parecidos pero diferentes: cuidados, apoyos y asistencia	12
a) Los cuidados.....	12
b) La asistencia personal	14
c) Los apoyos	16
d) Cuidar, asistir, brindar apoyo: tensiones y continuidades	19
5. El apoyo entre pares	24
a) Antecedentes	24
b) Características del apoyo entre pares	27
c) ¿Qué sucede en el apoyo entre pares?.....	30
d) Ética y política del apoyo entre pares	31
e) ¿Qué metodologías usa el apoyo entre pares?	32
f) ¿Todo vínculo entre pares implica un apoyo entre pares?.....	33
g) Barreras al apoyo entre pares	33
h) ¿Por qué construir un futuro apoyado por pares?	35
6. Conclusiones y recomendaciones	38
Bibliografía consultada	40



Agradecimientos

Este documento es el resultado de una cuidadosa recopilación y de los aportes y contribuciones de poderosas activistas que lo enriquecieron con sus reflexiones y testimonios. Queremos agradecer

- al colectivo La Luz de Frida del iiDi, aliadas imprescindibles en la elaboración de esta guía.
- a los familiares y apoyos que compartieron sus conocimientos y experiencias durante las entrevistas.
- a las activistas que realizaron una lectura amorosa de las sucesivas versiones de este documento y sumaron comentarios que dieron en el punto exacto.
- a quienes dedicaron parte de su tiempo a la revisión y corrección.
- y a todas las personas y organizaciones que han alimentado esta guía con sus trabajos de escritura, debate y discusión sobre las diferentes formas de cuidado y apoyo.



1. Introducción

Todos tenemos algo para aportar que es valioso. El apoyo es esto (mueve las manos en el espacio que hay entre nosotras), la interacción.

Tamara , Fogón de Sur,¹ 2025

Desde 2014, con el inicio de su Red Juvenil META, el Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (iiDi) lleva adelante un esfuerzo permanente para promover que los desafíos de la inclusión sean abordados desde una perspectiva de derechos y con base en la experiencia acumulada por las personas con discapacidad a lo largo de su peripetia histórica y vital.

En la medida que el acceso a derechos humanos para quienes tienen una condición de discapacidad encuentra como factor determinante el acceso a apoyos, generar alternativas y facilitar la mayor disponibilidad posible de este tipo de herramientas se convierte en un desafío fundamental.

Para iiDi, desarrollar modalidades de apoyo basadas en prácticas solidarias entre pares e impares, ha sido una característica a lo largo de toda su experiencia. Se trata de un esfuerzo de experimentación y aprendizaje que hemos tenido que hacer muchas veces para solucionar la falta de recursos y resolver imprevistos de manera creativa, contando como principal activo con las propias personas con discapacidad.

1 El Fogón del Sur fue un encuentro regional organizado por el iiDi y la Luz de Frida que se desarrolló del 12 al 16 de noviembre de 2025. Entre otras cuestiones, implicó una experiencia de convivencia basada en el apoyo entre pares que involucró a 25 jóvenes activistas con y sin discapacidad de siete países de Latinoamérica. Se puede acceder a un resumen de la experiencia en <https://youtu.be/Uij6bRg3t1E?si=i-UNIZodQAjMBqBF>

Ha sido un proceso en gran medida intuitivo, muchas veces nos encontramos gestionando *apoyo entre pares* con intérpretes de lengua de señas, asistentes personales o consejeros emocionales de una manera que, luego vimos, estaba concebida originalmente como una práctica formal y a menudo profesional de asistencia a personas con discapacidad.

Este documento busca recuperar algo de esa experiencia, a la luz de conceptos y análisis técnicos que den cuenta de las continuidades y discontinuidades en todas las modalidades de apoyo. Se trata también de poner en valor la experiencia histórica y el conocimiento creado por el colectivo de personas con discapacidad y sus familias a lo largo del tiempo, en relación con las diferentes formas de cuidar, apoyar y asistir a las personas, facilitando la resolución de necesidades y actividades de la vida cotidiana, respetando y potenciando el ejercicio de derechos. Muchas de estas formas de cuidar, apoyar y asistir, se vieron luego reflejadas en un modelo de habilitación y rehabilitación que se conoce como Vida Independiente.²

Desde una perspectiva de derechos humanos y desarrollo inclusivo, nos proponemos cuestionar las lógicas asistencialistas, caritativas y médico-rehabilitadoras que históricamente han predominado la provisión de apoyos a las personas con discapacidad. Este tipo de lógicas reproducen y perpetúan prácticas de segregación, narrativas de lástima o discursos de inspiración, que invisibilizan las barreras estructurales y niegan la autonomía y la agencia de las personas.

En contraste, el apoyo entre pares se propone aquí como una oportunidad para el desarrollo colectivo de redes que fortalezcan la autodeterminación, la vida independiente y la participación en igualdad de condiciones.

2 A mediados de los años 60 las personas con discapacidad en EEUU crearon el Movimiento de Vida Independiente (Independent Living Movement) con el objetivo de participar en todos los ámbitos sociales de su comunidad. La Vida Independiente reivindica la autodeterminación cuando nace de las propias personas con discapacidad, enclaustradas en el estereotipo de "persona asistida". El movimiento se extendió por otros países del mundo en los años 70 y se establecieron Redes de Vida Independiente entre asociaciones de personas con discapacidad que apoyan los principios del Movimiento de Vida Independiente. También se crearon Foros de Vida Independiente que promueven espacios de reflexión, movilizaciones, y actualización al modelo de Vida Independiente.

A partir de este documento de trabajo, el iiDi se propone abrir un diálogo amplio con organizaciones de personas con discapacidad, organismos internacionales, investigadores y responsables de políticas públicas para seguir recuperando y compartiendo creaciones y experiencias relacionadas a las prácticas de apoyo y analizando sus características e importancia en el contexto de la perspectiva de derechos humanos. Esperamos de esta manera, seguir difundiendo y mejorando las herramientas y programas que permitirán una sociedad mejor preparada para convivir con las diferencias, donde todos y todas tengan la oportunidad de participar y desarrollarse.



2. El derecho a vivir y participar en comunidad

Vivir en comunidad implica siempre, para todas las personas, una dimensión individual y otra social o colectiva.³ La Declaración Universal de Derechos Humanos⁴ menciona en su artículo 29 la relación que existe entre el desarrollo personal de un individuo y el aspecto social: “Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad, puesto que solo en ella puede desarrollar libre y plenamente su personalidad”

La dimensión individual de la vida en comunidad, comprende el desarrollo de gustos personales, intereses propios, deseos individuales. En esta dimensión, es necesaria la igualdad de oportunidades en el acceso a información y derechos, para que todas las personas puedan tener sus propias experiencias, desarrollar sus gustos e identificar sus intereses particulares.

La dimensión colectiva, implica el derecho de todas las personas a ser parte y participar de la vida social de su comunidad. Es en este sentido que existe una interdependencia entre lo individual y lo colectivo: todas las personas interactuamos dando y recibiendo cuidados, apoyos y afectos que conforman redes interdependientes.

3 Méndez, G. S. (2022). La desinstitucionalización de las personas con discapacidad como parte del derecho a la inclusión en la comunidad, visión social. Anales de derecho y discapacidad. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Segundo-Pizarro/publication/387222734_Cincuenta_anos_de_la_politica_de_empleo_para_la_inclusion_laboral_de_personas_con_discapacidad/links/676472dde74ca64e1f1eba77/Cincuenta-anos-de-la-politica-de-empleo-para-la-inclusion-laboral-de-personas-con-discapacidad.pdf#page=78

4 Naciones Unidas (1948) Declaración Universal de Derechos Humanos. Disponible en: https://www.ohchr.org/sites/default/files/UDHR/Documents/UDHR_Translations/spn.pdf

Interdependencia

La interdependencia es una versión renovada del principio de autonomía, que históricamente se construyó sobre la idea de que una persona debe ser autosuficiente y hacer las cosas por su cuenta.⁵ La interdependencia nos permite pensar la vida como algo que hacemos junto a otras personas.

Aunque todas las personas vivimos en comunidad, no todas podemos participar de la comunidad en igualdad de condiciones. Participar implica poder tomar decisiones, ejercer el derecho de realizarlas con la mayor autonomía posible⁶ y cumplir con nuestros deberes respecto a la comunidad.⁷ Porque solo en la comunidad las personas podemos desarrollarnos plenamente.⁸

Participar de la vida comunitaria para las personas con discapacidad, implica tener acceso a cuidados, apoyos y asistencias, y contar con el máximo grado posible de libre determinación, respetando el principio de inclusión y participación en la sociedad.⁹

5 Del Águila, L. M. (2015). “La autonomía de las personas con discapacidad como principio rector”. En Salmón Gárate, Nuevos conceptos para entender la Convención. Pontificia Universidad Católica de Perú.

6 Rumbo (2024). *Manual de asistencia personal*. Disponible en: <https://proyectorumbo.es/wp-content/uploads/2025/02/7.-MANUAL-DE-ASITENCIA-PERSONAL-RUMBO-1.pdf>

7 Naciones Unidas (1948)

8 Naciones Unidas (1999) Comité de Derechos Humanos sobre la libertad de circulación. Observación general núm. 27. Disponible en: <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/1400.pdf>

9 Naciones Unidas. (2017) Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD). Observación General No 5 sobre el artículo 19 de la CDPCD: Derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad (CRPD/C/GC/5). Disponible en: https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CRPD%2FC%2FGC%2F5&Lang=es

A veces las personas no entienden que una persona con discapacidad pueda apoyar a alguien sin discapacidad. Mi papá piensa que yo no lo puedo acompañar en cosas, no me deja cocinar en la casa porque dice que me voy a quemar. A veces las personas sin discapacidad no ven que podemos apoyar a otros.

Guadalupe, Fogón de Sur, 2025

El artículo 19 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad¹⁰ reconoce el derecho a vivir en comunidad, con las mismas opciones que las demás personas. El artículo se basa en el principio fundamental de derechos humanos que dice que todos los seres humanos nacemos iguales en dignidad y en derechos, y todas las vidas tienen el mismo valor.

10 Naciones Unidas. (2006) Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. Disponible en: <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

3. Inequidad y desigualdad social como barreras a la participación

Somos discas y personas LGBTIQ+, es esta cuestión de la doble vulnerabilidad, la doble discriminación que nos pasa en gran parte de América Latina.

Guadalupe, Fogón de Sur, 2025

Vamos a detenernos un momento en las diferencias que algunos grupos de personas experimentan en la participación comunitaria, diferenciando aspectos que refieren a determinantes sociales, inequidades y desigualdad social. En los tres casos, haremos referencia a factores y condiciones estructurales, que llamamos determinantes sociales e inciden sobre la autonomía y participación de las personas.

Los determinantes sociales se definen como las *condiciones en las cuales las personas nacemos, crecemos, trabajamos, vivimos y envejecemos. Estos determinantes sociales influyen poderosamente en las inequidades, que son definidas como diferencias injustas en el acceso a recursos (el poder, el dinero, la representación en la toma de decisiones, entre otros).*¹¹

Los determinantes sociales son muchas veces la causa de fuertes inequidades, por ejemplo en el acceso a la educación. A su vez, esa desventaja educativa se traduce en desigualdades sociales (en el acceso a empleo, en el uso de la palabra, en las oportunidades de participación social) que generan posteriormente, que algunas personas protagonicen la participación en los espacios comunitarios mientras otras permanecen en lugares más pasivos o secundarios.

11 World Health Organization (2024) Operational framework for monitoring social determinants of health equity. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/ddc72764-9a74-435b-a50f-920d2ad00bed/content>

Varias formas de la inequidad pueden estar presentes en la vida de una persona, y generar numerosas experiencias de desigualdad social. Esto se conoce como interseccionalidad.¹²

Interseccionalidades

La interseccionalidad es un modo de entender la desigualdad social que se inició con el movimiento de mujeres afrodescendientes en Estados Unidos. Ellas comenzaron a demostrar que ser mujer no es igual para las mujeres blancas y para las mujeres afrodescendientes, porque existen formas de opresión que afectan a las mujeres afrodescendientes como parte de la comunidad negra.

En América Latina la interseccionalidad se promovió como la “triada de las opresiones”, que quiere decir tres opresiones juntas: raza - clase - género.¹³

12 Venturiello, M. P., Gómez Bueno, C., & Martín Palomo, M. T. (2020). Entramados de interdependencias, cuidados y autonomía en situaciones de diversidad funcional. Papeles del CEIC, (2020/2), 1–18. <https://doi.org/10.1387/pceic.20940>

13 La luz de Frida (2022) ¡Menstruación aquí estamos! Derechos sexuales y discapacidad. Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo. Disponible en: <https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/biblioteca/menstruacionaquiestamos.pdf>



4. Parecidos pero diferentes: cuidados, apoyos y asistencia

Los cuidados, los apoyos y la asistencia son actividades esenciales para sostener la vida, pilares fundamentales del desarrollo y bienestar tanto individual como comunitario.¹⁴

Estas tareas pueden ser remuneradas o no remuneradas, pueden realizarse dentro o fuera del hogar y las instituciones, y pueden ser realizadas por personas que estudiaron y son “profesionales” de los cuidados, o por personas que los llevan adelante apoyándose en la experiencia.

a) Los cuidados¹⁵

Los cuidados son un conjunto de actividades, tareas y vínculos que permiten sostener la vida. Incluyen entre otros:

- Los quehaceres domésticos, como la limpieza del hogar, el aseo de la ropa, la preparación de los alimentos y la organización de las compras.
- Las tareas cotidianas como llevar a otra persona a la escuela o al trabajo.
- Las tareas que no son cotidianas, como acompañar a otra persona a consultas médicas, u otras actividades como encuentros con amigos y eventos.

14 CBM Global Disability Inclusion (2019) Guía de Buenas Prácticas sobre Salud Mental Comunitaria. Apoyo entre Pares. Disponible en: https://cbm-global.org/wp-content/uploads/2021/12/GBP_CBM_Apoyo-entre-Pares-SP.pdf

15 ELA (2025) Cuidados y apoyos: Hacia nuevos acuerdos entre las agendas de género y discapacidad. Disponible en: <https://ela.org.ar/publicaciones-documentos/cuidados-y-apoyos-entre-tensiones-y-convergencias-se-abren-nuevos-caminos/>

- Actividades de cuidado que van más allá de las personas, como el cuidado de las plantas, los animales domésticos o el ambiente.

Los cuidados tienen tres dimensiones:

- El derecho a recibir cuidado.
- El derecho a brindar cuidados.
- El derecho al autocuidado, a cuidar nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestras emociones.

Cuidar no es una obligación, ni es una responsabilidad familiar. Es una tarea comunitaria que involucra a todos los miembros de una sociedad y nos beneficia a todas las personas.

Las distintas formas de cuidados se clasifican en función de quienes los reciben:

- Cuidado de infancias.¹⁶
- Cuidado de personas enfermas
- Cuidado de personas mayores o ancianas
- Cuidado del planeta
- Cuidado de personas con discapacidad

Históricamente, las tareas de cuidado son llevadas adelante en mayor medida por las mujeres y niñas, y en menor medida por los varones.¹⁷

Generalmente las mujeres y niñas que cuidan no reciben una remuneración, no reciben dinero por ese trabajo.¹⁸ Además, como ocupan

16 Organización Panamericana de la Salud (2021). *El cuidado cariñoso y sensible es una propuesta específica de cuidado para el desarrollo saludable en la primera infancia. Forma parte de un Modelo marco para ayudar a los niños y niñas a prosperar cuidando su salud y su potencial humano*. Washington, D.C. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275324592>

17 Naciones Unidas (2023). *Buenas prácticas de los sistemas de apoyo para la inclusión de las personas con discapacidad en la comunidad (A/HRC/55/34)*. Disponible en: <https://docs.un.org/es/A/HRC/55/34>

18 Naciones Unidas (2026) *Promoción y protección de todos los derechos humanos, civiles, políticos, económicos, sociales y culturales, incluido el derecho al desarrollo. Informe de la Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/HRC/34/58)*. Disponible en: <https://docs.un.org/es/a/hrc/34/58>

mucho tiempo en realizar trabajos de cuidado,¹⁹ no pueden buscar trabajos remunerados fuera del hogar, se ven obligadas a trabajar a tiempo parcial o a abandonar por completo el mercado laboral. En consecuencia, aumentan las inequidades: las mujeres que cuidan tienen menos dinero que el resto de las personas que viven con ellas,²⁰ ven impedido su desarrollo personal y profesional, su crecimiento económico, el cuidado de su salud, y el sostenimiento de vínculos afectivos.²¹

Estas diferencias de género en las tareas de cuidados son aún mayores si relacionamos los cuidados con la discapacidad,²² acrecentando la desigualdad económica. Para dar un ejemplo, según un estudio realizado en Madrid sobre los gastos económicos extraordinarios que tienen las mujeres con ceguera o deficiencia visual en el ejercicio de la maternidad, se estimó que representan el 60% de la renta media anual total declarada del hogar.²³

b) La asistencia personal

La asistencia personal es una forma de cuidado que las personas con discapacidad conceptualizaron y delimitaron dentro del Movimiento de Vida Independiente,²⁴ para fomentar su autodeterminación, autonomía personal y toma de decisiones.²⁵

19 Instituto Nacional de Estadística y Censos de Argentina (2021). *Encuesta Nacional de Uso del Tiempo (ENUT)*. Disponible en: <https://share.google/WY4iZmfLYXvGb0rRE>

20 Naciones Unidas (2023). Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Maria Simona Bellini vs. Italia (CRPD/C/27/D/51/2018). Disponible en: <https://docs.un.org/es/CRPD/C/27/D/51/2018>

21 Comunicación personal. Instagram, Valeria Monopoli, Abogada especializada en DDHH y Discapacidad. 12 de marzo de 2025. <https://www.instagram.com/p/DHGYF1pu1gR/>

22 Naciones Unidas (2024) Department of Economic and Social Affairs, Disability and development report: Accelerating the realization of the Sustainable Development Goals by, for and with persons with disabilities. Disponible en: <https://social.desa.un.org/sites/default/files/2025-09/DDR2024-Full-Report-Final.pdf>

23 Narváez, A. P., Ríos, B. M., & Gallego, M. L. (2009). Maternidad y discapacidad (No. 1). CERMI. Disponible en: <https://rebiun.baratz.es/OpacDiscovery/public/catalog/detail/pdf?detailId=b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMTY4NDgxNTA>

24 Movimiento de Vida Independiente. <https://ovibcn.org/movimiento-de-vida-independiente/>

25 Arnau Ripollés, S. P. (2008). Guía práctica de la asistencia personal. Consejería de Familia y Asuntos Sociales.

Las tareas de asistencia personal son formas de cuidado que las personas con discapacidad requieren para realizar actividades cotidianas como levantarse, bañarse, vestirse, prepararse para trabajar, salir a pasear, cocinar, limpiar y hacer las compras, y que se realizan respetando la autodeterminación.

La asistencia personal puede brindarse por períodos de tiempo muy diversos. Hay personas que necesitan asistencia personal a tiempo completo, otras que la precisan unas horas a la semana y otras que la necesitan solo en eventos especiales como fiestas o viajes.

Es vital reconocer que la asistencia personal no se limita a lo físico. La formación que brindo a mi asistente debe incluir el manejo ético y técnico de mis dispositivos, asegurando que mi voz y mi trabajo no se vean filtrados por la perspectiva del cuidador.

Milagros, Fogón del Sur, 2025

El enfoque de la asistencia personal basado en los derechos humanos representa un cambio transformador respecto de los modelos de asistencia tradicionales.²⁶ La asistencia personal que respeta los derechos de las personas con discapacidad y su autodeterminación tiene ciertas características:²⁷

- Es directa de una persona a otra y debe estar basada en la confianza mutua.
- La persona con discapacidad es la encargada de la formación del asistente personal, porque es quien conoce sus necesidades de asistencia.
- La persona con discapacidad es quién dice al asistente personal en qué tareas debe asistir, en qué lugares debe hacerlo, y de qué manera.

²⁶ Naciones Unidas (2023) (A/HRC/55/34)

²⁷ Plena Inclusión (2018). Asistencia Personal. Una herramienta clave para el ejercicio del derecho a la Vida Independiente de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo . Disponible en: <https://www.plenainclusion.org/wp-content/uploads/2018/09/Plena-inclusion.-Asistencia-personal.-Una-herramienta-clave.pdf>

- La asistencia personal debe ser flexible porque depende de las necesidades individuales. Por eso se diseña un tipo de asistencia para cada persona y para cada ocasión (no es lo mismo recibir asistencia personal durante un viaje de trabajo que durante una cita romántica).

c) Los apoyos

El apoyo es otra forma de cuidado que las personas con discapacidad conceptualizaron, y utilizan de diferentes maneras. Esta práctica es central en el modelo social de la discapacidad,²⁸ se basa en la participación de la comunidad y el entorno, introduciendo un enfoque complementario al análisis acerca de cómo se organizan socialmente los cuidados.

Modelo Social

El modelo social de la discapacidad implica una ruptura histórica con los modelos tradicionales, fuertemente medicalizados y marcados por las prácticas rehabilitadoras que han sido hegemónicas a lo largo del tiempo.

El desarrollo de iniciativas como la rehabilitación basada en la comunidad, los enfoques orientados a la autonomía y la vida independiente²⁹ permiten pensar la discapacidad más allá del enfoque del déficit, permitiendo el desarrollo de servicios de salud, bienestar y calidad de vida para toda la población y compatibles con el enfoque de promoción de la salud³⁰

28 ELA (2025)

29 Blanco, M., Centeno, A., Fernández, L., Rodríguez-Picavea, A., & Romañach, J. (2009). *Asistencia personal: una inversión en derechos, una inversión eficiente en empleo*. Congreso Anual Red Española de Políticas Sociales (REPS). Universidad de Oviedo. Disponible en: http://www.valldignaaccessible.org/wp-content/uploads/2009/05/090513_asistencia_personal_empleo_derecho_preval.doc

30 Meresman, S. (2022). La intersectorialidad al diván. Disponible en: <https://www.sergiomereman.com/>

Todos somos apoyo de alguien y necesitamos el apoyo de alguien. En el contexto de la discapacidad, el término “apoyo” se refiere a la prestación de asistencia para que las personas con discapacidad puedan realizar las actividades cotidianas y participar activamente en su comunidad.

Porque solo en la comunidad las personas podemos desarrollarnos plenamente, pienso en la comunidad abrazando, alojando, conteniendo y acompañando trayectorias de colectivos históricamente discriminados.

Guadalupe, Fogón del Sur 2025

Como se establece en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, los sistemas de apoyo y cuidados basados en los derechos humanos son una condición previa necesaria para que las personas con discapacidad vivan de forma independiente en su comunidad, con autonomía, capacidad de elección y control.³¹

Por “sistemas de apoyo” se entiende una red de personas, productos y servicios, tanto formales como informales, que proporcionan asistencia.³² Cuando esos sistemas tienen en cuenta tanto el género como la edad, también contribuyen a reducir las desigualdades de género y la discriminación por edad o *edadismo*.³³

Según la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, el apoyo no se limita al apoyo humano,³⁴ pueden prestarse también mediante un animal de apoyo (como los perros de asistencia) o mediante ayudas técnicas, tecnologías e infraestructuras de apoyo.

31 Naciones Unidas (2023). (A/HRC/55/34)

32 Naciones Unidas (2026) (A/HRC/34/58)

33 Naciones Unidas (2023) Informe de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. Los sistemas de apoyo para garantizar la inclusión en la comunidad de las personas con discapacidad, entre otras cosas como medio para construir un futuro mejor tras la pandemia de enfermedad por coronavirus (COVID-19) (A/HRC/52/52). Disponible en: <https://docs.un.org/es/A/HRC/52/52>

34 Naciones Unidas (2017) (CRPD/C/GC/5)

Son ejemplos de apoyo:

- El apoyo humano, como las maestras de apoyo en una escuela, los acompañantes terapéuticos o intérpretes de Lengua de Señas.
- Los dispositivos de movilidad como muletas, bastones o sillas de ruedas.
- Las tecnologías de apoyo como implantes cocleares, tablets, computadoras, lectores de pantalla o medios alternativos de comunicación.
- Los sistemas de ayuda doméstica o servicios comunitarios, como las manzanas de cuidado,³⁵ donde la vecindad se apoya mutuamente.³⁶
- Las adaptaciones arquitectónicas que hacen un lugar accesible y seguro, como rampas, barandillas, ascensores y baños accesibles.
- También apoyos específicos para acceder a servicios de salud o justicia,³⁷ que apoyan a las personas con discapacidad en la tarea de comprender la información.

Las tecnologías de apoyo, como las sillas de ruedas, las prótesis, los audífonos y los lectores de pantalla, contribuyen a reducir la necesidad de apoyo humano o personas de apoyo.

En América Latina, las personas que brindan apoyo o participan en la asistencia personal siguen siendo fundamentales, porque las tecnologías de apoyo tienen altos costos y la mayoría de las personas no pueden obtenerlas.³⁸ Solo una de cada diez personas que necesita tecnologías de apoyo tiene acceso a ellas.³⁹

35 Álvarez Rivadulla, MJ, Fleischer, F. y Hurtado-Tarazona, A. (2024). El Estado cuida: el papel de la voluntad política y la intermediación en la nueva política feminista de cuidados de Bogotá. Ciudad , 28 (5-6), 637-658. <https://doi.org/10.1080/13604813.2024.2412469>

36 Poore F. (2025/09/26) De Bogotá al mundo: el caso de éxito de las Manzanas de Cuidado. Cenital. Disponible en: <https://cenital.com/de-bogota-al-mundo-el-caso-de-exito-de-las-manzanas-de-cuidado/>

37 Naciones Unidas (2023) (A/HRC/55/34)

38 Naciones Unidas (2026) (A/HRC/34/58)

39 World Health Organization (2022) The United Nations Children's Fund. Global report on assistive technology. ISBN (WHO) 978-92-4-004945-1. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049451>

En la mayoría de los casos, debido a la falta de cobertura social para los apoyos, los gastos relacionados con la tecnología de apoyo y las personas de apoyo, corren por cuenta de las personas con discapacidad o de sus familias.⁴⁰

d) Cuidar, asistir, brindar apoyo: tensiones y continuidades

La transición del cuidado familiar a la asistencia personal requiere desmitificar la idea de que la familia es el único espacio seguro.

Milagros, Fogón del Sur 2025

Desde hace varias décadas el mundo está hablando de una crisis global de los cuidados y de las asistencias.⁴¹ En países de la Unión Europea y otros como Japón, por ejemplo, la población con discapacidad ha crecido mucho en las últimas décadas, producto de la extensión de la expectativa de vida. Por eso, hay programas y políticas públicas que buscan introducir la asistencia personal como parte del trabajo de cuidado doméstico regulado por el estado.⁴²

En nuestra región, la asistencia personal todavía no ha sido contemplada en la legislación, salvo algunas excepciones;⁴³ suele confundirse con otras formas del cuidado a largo plazo (como la atención domiciliaria de personas que requieren tareas de enfermería),⁴⁴ y frecuentemente son las familias quienes las realizan.

40 Mont, D., et al. (2022). Estimating the extra costs for disability for social protection programs. ILO & UNICEF. Disponible en: https://un.social-protection.org/gimi/Media.action;jsessionid=Wcdmll2oZPcW2PBqNlCzTGFE3ebzz_CmDoZ5VTKOI5Hn-oPY8mJM!876743894?id=18879

41 Ezquerro, S. (2011). Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real. Investigaciones feministas, 2(0), 175-194. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/INFE/article/download/38610/37335%20/0>

42 R. Morris, F. G. Caro and J. Hansan (2000). Personal Assistance: The Future of Home Care. Inquiry, 37(1), 111. Disponible en: <https://www.proquest.com/openview/5d2a9bd32ba1d67ef454c1ebee66e8a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=26910>

43 La Ley N° 9379 para la Promoción de la Autonomía Personal de las Personas con Discapacidad, sancionada en 2016 en Costa Rica, contempla la figura de la asistencia personal humana. Publicada en: https://pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=82244&nValor3=105179&strTipM=TC

44 Matus López, M. (2015). Pensando en políticas de cuidados de larga duración para América Latina. Salud colectiva, 11, 485-496. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/scol/2015.v11n4/485-496/es>

En los países de la Unión Europea, la asistencia personal existe en la legislación desde los años 90 y se establecen claramente las diferencias entre asistencia personal, personas que cuidan y personal sanitario.⁴⁵

Sin embargo, las tareas de asistencia personal suelen formar parte de los nichos de empleo (a menudo informal) para las mujeres pobres y migrantes, quienes las realizan como parte del trabajo doméstico de cuidado. Este proceso, actual y muy complejo, se conoce como feminización del cuidado en las migraciones⁴⁶ y forma parte de las discusiones de los movimientos de mujeres y feminismos que buscan visibilizar el valor económico y emocional de este tipo de cuidados.⁴⁷

En muchas ocasiones, los movimientos de mujeres y feminismos se refieren a las tareas de asistencia personal como parte de las tareas de cuidado doméstico, sin diferenciar entre la asistencia personal y los apoyos u otras formas específicas de cuidado que resultan esenciales para el ejercicio de derechos de las personas con discapacidad.

En el Movimiento de Vida Independiente de Estados Unidos⁴⁸ existe un posicionamiento, que insiste en separar la asistencia personal de las tareas de cuidado doméstico. Quienes sostienen esta posición mencionan que, cuando la asistencia personal se acerca a los cuidados domésticos, la vida independiente de las personas con discapacidad peligr⁴⁹ porque

45 Navas Macho, P., Esteban Sánchez, L., García Domínguez, L., Alvarado Torres, N., & Aguayo Romero, V. (2025). Análisis comparativo de la asistencia personal en Europa. Disponible en: http://riberdis.cedid.es/bitstream/handle/11181/7004/An%C3%A1lisis_comparativo_asistencia_personal_Europa.pdf?sequence=1

46 Molpeceres, L. (2012). Situación laboral de las mujeres inmigrantes en España. Cuadernos de relaciones laborales, 30(1), 91-113. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/CRLA/article/download/39116/37729>

47 Rodríguez Enriquez, Corina María; El trabajo de cuidado no remunerado en Argentina: un análisis desde la evidencia del Módulo de Trabajo no Remunerado; Equipo Latinoamericano de Justicia y Género; Documentos de Trabajo "Políticas públicas y derecho al cuidado"; 2; 2-2014; 1-24. Disponible en: https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/34802/CONICET_Digital_Nro.0d0828bc-d5d1-455c-9b1d-59cdd40cb35d_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y

48 Independent Living Institute (ILI) <https://www.independentliving.org>

49 Mladenov, T., Elder-Woodward, J., Siilsalu, M., Bulic, I., Hadad, N., & Angelova-Mladenova, L. (2022). Comparison between personal assistance and home care work. Disponible en: <https://enil.eu/explainer-difference-between-personal-assistance-and-home-care/>

todavía existen prácticas de opresión y confinamiento en el sistema de cuidados tradicional, que es intrafamiliar y doméstico.

Llaman a este tipo de acciones “cuidado opresivo” y enlistan algunos ejemplos:

- La sobreprotección
- El encierro doméstico
- La esterilización forzada
- Negar información sobre la sexualidad y el placer
- Impedir a las personas con discapacidad formar parte de la vida política y pública de su comunidad

Todas estas acciones son muy frecuentes todavía dentro de las dinámicas familiares y contradicen el enfoque de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.⁵⁰ El Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, reconoce la existencia de cuidados opresivos y clarifica que, el cuidado como un derecho humano, debe leerse en consonancia con el deber de apoyo a las personas con discapacidad, y enmarcarse de manera que se evite volver a enfoques proteccionistas.⁵¹

Al tener familiares como cuidadores principales debemos aprender a establecer límites y protocolos claros. Eso previene el cuidado opresivo y fortalece la relación afectiva, separándose de la obligación laboral. Lo más importante es que se mantengan en el centro la autodeterminación y la interdependencia. Es decir, la posibilidad de las personas con discapacidad de diseñar la asistencia, y reconocer, al mismo tiempo, que ese diseño se da dentro de un vínculo.

Milagros, Fogón del Sur 2025

50 Naciones Unidas (2023) Relatoría Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad. Transformación de los servicios para las personas con discapacidad (A/HRC/52/32). Disponible en: <https://docs.un.org/es/A/HRC/52/32>

51 Corte IDH (2023) Opinión Consultiva OC-31/25, solicitada por Argentina, relativa al “contenido y alcance del derecho al cuidado como derecho humanos y su interrelación con otros derechos”. Disponible en: https://www.corteidh.or.cr/docs/opiniones/soc_2_2023_es.pdf

Pensar los cuidados como una cuestión ética y política requiere que hagamos referencia a la responsabilidad en el vínculo de cuidado: un fuerte compromiso con la tarea, que no pierde de vista el encuentro con la persona con la que se produce la praxis.⁵² El cuidado como un trabajo implica dar cuenta de las prácticas que llevamos adelante, dar cuenta de que el trabajo implica esa relación de responsabilidad, que nos muestra en interacción e interdependencia.

No podemos hablar de las tareas de cuidado como un trabajo y, al mismo tiempo, seguir limitando el grado de responsabilidad que tenemos en los intercambios de cuidados, asistencias y apoyos. El significado mismo de la responsabilidad debe replantearse. Para hacernos responsables, debemos comenzar confesando los límites de nuestra autocomprensión⁵³ y reconocernos como parte de las lógicas opresivas y violentas del sistema de cuidados tradicional.

En este sentido, el movimiento de personas con discapacidad es parte de la lucha de los movimientos de mujeres y feminismos por el reconocimiento del cuidado como un trabajo; pero, para que dejen de existir los cuidados opresivos no alcanza con liberar el tiempo que las mujeres y niñas dedican a las tareas de cuidado, debe hacerse contemplando el modelo social de la discapacidad.⁵⁴

Sostener esa tensión, hablar de cuidados opresivos, nos permite pensar en las condiciones en las cuales se realizan los cuidados y se presta asistencia personal, y la historia que hay detrás de la sobreprotección, el encierro y las prácticas sin consentimiento.

52 Herranz, S. M., Gandolfo, M., & Torres, E. (2021). Cuidados y afectaciones mutuas.: Un debate ético-político ineludible en el campo de la discapacidad/salud mental. *Educación y Vínculos. Revista de estudios interdisciplinarios en Educación*, 137-156. Disponible en: <https://pcient.uner.edu.ar/index.php/EyV/article/view/1027/1139>

53 Butler, J. (2009). *Dar cuenta de sí mismo. Violencia ética y responsabilidad*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

54 Naciones Unidas (2025) *Promoción y protección de los derechos humanos: situaciones de los derechos humanos e informes de relatores y representantes especiales. Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/80/170)* Disponible en: <https://docs.un.org/es/A/80/170>

Sabemos que, a pesar de estas definiciones que diferencian cuidados, asistencia personal y apoyos, en la vida de las personas con discapacidad suele haber “zonas grises” en las que no es fácil evitar una superposición de roles.

Existe una forma de apoyo que surge en parte de esos cruces entre cuidados, asistencias y apoyos, a veces espontáneamente, a veces a pedido, y que denominaremos aquí como *apoyo entre pares*.





5. El apoyo entre pares

No sé qué hubiéramos hecho muchas cosas sin el apoyo entre pares. Por ahí no lo llamábamos con ese nombre, pero siempre estuvo. Somos conscientes que, ante la sobreprotección de las familias, compañeros con nuestras mismas discapacidades fueron fundamentales.

Guadalupe, Fogón del Sur 2025

a) Antecedentes

Las experiencias de mentoría y *peer counseling*, que se utilizan muchas veces en espacios grupales vinculados a procesos de rehabilitación física o mental, son formas de apoyo que podríamos reconocer como antecedentes del apoyo entre pares.

En términos generales, decimos que la mentoría es una relación entre iguales, un sistema de tutoría donde existe una asimetría (en la experiencia, conocimiento, etc.) y a la vez, un vínculo horizontal, que intenta evitar dinámicas de poder. Se trata de un proceso de intercambio continuo, de guía y apoyo orientador, con la finalidad de desarrollar un proceso con metas determinadas.⁵⁵ Durante una mentoría, una persona con más experiencia o conocimiento guía a otra con menos experiencia o conocimiento, y ambas desarrollan un proceso de beneficio mutuo, basado en la confianza, el respeto y el aprendizaje continuo.

⁵⁵ Quintana, P. J. V., Santos, F. D., Quintas, S., & Fernández, A. B. (2010). La mentoría entre iguales y el desarrollo de competencias. *Mentoring & Coaching*, 3, 71-85. Disponible en: https://www.academia.edu/download/38969013/10_130-143_La_mentoria_iguales.pdf

Cuando se organizan en contextos formales o institucionales, las mentorías suelen tener objetivos claramente identificados y un monitoreo de las acciones realizadas.⁵⁶

- Se planifican los objetivos a alcanzar, los beneficios y logros esperados.
- Intervienen agentes familiares, institucionales u organizaciones que son los encargados de realizar un seguimiento adecuado del proceso.
- La persona mentora recibe una formación específica para el correcto desarrollo de su función.

Algunos programas para pacientes y familias como Alcohólicos Anónimos, Familiares de Pacientes de Salud Mental, Programas para Diabéticos y otros, han sido pioneros en la participación de personas que han vivido experiencias complejas o limitantes para acompañar la habilitación y rehabilitación entre pares y pueden ser considerados antecedentes válidos.

También en España, la implementación de programas con “pacientes expertos”,⁵⁷ tiene una larga tradición de aprovechar el *know how* y el conocimiento basado en la experiencia entre pares en procesos de acompañamiento y apoyo.

En el Movimiento de Vida Independiente, el apoyo entre pares ha sido utilizado como parte de las metodologías de apoyo y mentoría en el marco de procesos de rehabilitación y recupero de la movilidad de personas con discapacidades motoras. Los Centros de Vida Independiente⁵⁸ han cultivado desde hace muchos años la experiencia de transmitir conocimientos y soluciones artesanales a los desafíos de la funcionalidad, a partir de las experiencias entre pares.

56 Macías, A. V., de Miguel, C. R., Jiménez, E. G., & Rodríguez, S. R. (2003). Innovación en la orientación universitaria: la mentoría como respuesta. Contextos educativos: *Revista de Educación*, (6), 87-112. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1049470.pdf>

57 Sánchez López J. D., Luque Martínez F. (2023) El paciente experto. ¿Un nuevo modelo sanitario?. *Medicina de Familia. Semergen*, 49 (3). Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-articulo-el-paciente-experto-un-nuevo-S1138359322002477>

58 Centro Morpho <https://www.centromorpho.com/servicios>

Otras experiencias de mentoría, existen en organizaciones de personas con discapacidad visual,⁵⁹ auditiva⁶⁰ o intelectual.⁶¹

En el caso de la discapacidad psico-social, la mentoría es muy utilizada dentro del modelo de *peer supporters*,⁶² en el cual personas con diagnósticos de salud mental, hablan de sus propias experiencias para inspirar, apoyar e informar a otros con diagnósticos similares. Es una mentoría vinculada principalmente a la toma de decisiones y estrategias de *coping* o mitigación de daño.⁶³

Además, la mentoría es una estrategia de apoyo entre pares frecuente entre las familias de las personas con discapacidad; siendo mencionada por la Relatora Especial sobre Discapacidad de las Naciones Unidas en el contexto de los derechos y como un recurso muy potente para compartir experiencias, información, apoyo emocional y consejos prácticos.⁶⁴

Asimismo, en los últimos años hemos visto crecer la mentoría en los espacios educativos⁶⁵ como escuelas, universidades y centros educativos terapéuticos. Allí suele tomar la forma de duplas o pares pedagógicos que se apoyan en el trayecto formativo, compartiendo información sobre apoyos técnicos o tecnológicos, o participan de espacios de apoyo académico para favorecer la permanencia en la institución educativa.

59 ULAC (1994) Manual técnico de servicios de rehabilitación integral para personas ciegas o con baja visión en América Latina. Disponible en: https://www.foal.es/sites/default/files/docs/manual_de_rehabilitacion%20ulac%20Pdf.pdf

60 Devia Robayo, H. I. (2024). Roles y funciones de los consejeros académicos de apoyo tutorial para sordos en la Universidad Nacional Abierta y Distancia–UNAD. Disponible en: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/63074/hideviar.pdf?sequence=1>

61 Kekik, M. (2021). Eficacia del empleo con apoyo y la mentoría en la inserción laboral de las personas con discapacidad en el empleo ordinario. Disponible en: https://repositori.urv.cat/estatic/TFG0011/ca_TFG3961.html

62 CBM Global Disability Inclusion (2019) Guía de Buenas Prácticas sobre Salud Mental Comunitaria. Apoyo entre Pares. Disponible en: https://cbm-global.org/wp-content/uploads/2021/12/GBP_CBM_Apoyo-entre-Pares-SP.pdf

63 Repper, J., & Carter, T. (2010). Using personal experience to support others with similar difficulties. Together/University of Nottingham/NSUN. Disponible en: <https://amhp.org.uk/wp-content/uploads/2017/08/usingpersexperience.pdf>

64 Naciones Unidas (2025) (A/80/170)

65 Brock, M. E., & Huber, H. B. (2017). Are peer support arrangements an evidence-based practice? A systematic review. *The Journal of Special Education*, 51(3), 150-163.

Todas estas experiencias y abordajes basados en mentoría, *peer counseling* o *peer supporting* son antecedentes valiosos del apoyo entre pares, muy útiles para compartir experiencias, recursos y guiarse mutuamente. Sin embargo, desde nuestra perspectiva, el apoyo entre pares puede generar encuentros donde las personas se apropien del espacio para dialogar abiertamente, buscando juntas las referencias que permitan hacer frente a diversas barreras.

Al momento de escuchar las palabras de mis compañeros y compañeras, sentía que podía seguir aprendiendo, pero esta vez en un contexto en el que todos y todas necesitamos acompañamiento.

Gabriel, Movimiento Estamos Todes en Acción
Segundo encuentro #Mifórmula de UNICEF

b) Características del apoyo entre pares

En términos generales, podríamos decir que el apoyo entre pares consiste en compartir información basada en la experiencia propia, para colaborar con quienes están pasando por situaciones similares y requieren de apoyo.

¿Cómo definimos el apoyo entre pares y cómo lo distinguimos de prácticas similares?⁶⁶

- Es un vínculo cooperativo y colaborativo, basado en la confianza, el consenso y la interdependencia.
- Es uno de los pilares de la vida independiente y un elemento esencial para la autonomía y autodeterminación de las personas con discapacidad.⁶⁷

66 Fundación Río Pinturas (2025). *La importancia del grupo de pares en las personas con discapacidad*. Disponible en: <https://www.riopinturas.org.ar/la-importancia-del-grupo-de-pares-en-las-personas-con-discapacidad/>

67 Independent Living Institute (ILI). *Peer support and independent living. Promoting the self-determination of people with disabilities*. Disponible en: <https://www.independentliving.org/drd/Peer-support-and-independent-living.html>

- No son solo recomendaciones, sino una guía para reconocer el conocimiento y la experiencia disponible en la comunidad.

Por ejemplo, una persona que es usuaria de asistencia personal hace muchos años tiene un conocimiento importante y puede:

- Brindar apoyo a otras personas que van a utilizar un asistente personal por primera vez.
- Formar asistentes y otros pares en temas de cuidado.
- Promover que la persona visualice alternativas prácticas para preservar su autonomía y vida independiente.

El apoyo entre pares se basa en un supuesto muy importante: quien ya ha vivido una situación, puede apoyar a otros en situaciones similares. Entonces ¿En qué se diferencia el apoyo entre pares de la mentoría, el *peer counseling* o el *peer support*?

La mentoría, el *peer counseling* o el *peer supporting* son estrategias que tienen objetivos claramente identificados y realizan un seguimiento de sus acciones, para evaluar si se alcanzaron o no las metas establecidas.

- El apoyo entre pares no se guía por finalidades o propósitos e intenta deslocalizar y reformular las posiciones que enfatizan la experiencia individual.⁶⁸

La mentoría, el *peer counseling* o el *peer supporting* emplean lo grupal como un espejo de individualidades, o una caja de resonancia para animar a otros.⁶⁹

- El apoyo entre pares pone en el centro la interdependencia. Se apropia de las experiencias compartidas individualmente, ofreciendo

68 Para las posiciones que privilegian al individuo por sobre la sociedad, las personas y su vivencia del mundo constituyen una realidad. En consecuencia, para comprender los fenómenos sociales deberíamos prestar atención a los procesos psicológicos de los individuos. Las sociedades podrían entenderse por la suma de las acciones individuales, porque no existiría en lo grupal nada que no haya existido previamente en los individuos. Allport F.H (1924) en Fernández, A. M. (1995). El Campo Grupal: nota para una genealogía. Nueva Visión.

69 Meresman S. (2020) Ana-lisis de la imparidad. Disponible en: <https://www.sergiomerresman.com/ana-lisis-de-la-imparidad/>

a cada persona la posibilidad de reformular esa experiencia individual en sus propias palabras, y compartirlas con su propio estilo.

Las experiencias con foco en lo individual, como el *peer counseling* o el *peer supporting*, suelen sostener grupalismos⁷⁰ que otorgan a los grupos vivencias, ideas, sentimientos, como si los grupos tuviesen una existencia en sí misma.⁷¹

A menudo, se crean así protocolos, listas de recomendaciones, advertencias o consejos, que la repetición suele convertir en receta, o una especie de “manual de supervivencia” que difícilmente reconozca la necesidad de escuchar y crear a partir de cada caso.⁷²

En nuestro enfoque del apoyo entre pares, proponemos dejar de lado los manuales, guiando las decisiones por la experiencia, autonomía, espontaneidad y confianza mutua. El apoyo entre pares no niega que los grupos que comparten un desafío y desarrollan estrategias exitosas para abordarlo devienen en ocasiones “grupo de expertos” (como el colectivo de personas con discapacidad y sus familias), pero eso ocurre a través de lógicas colectivas, no reductibles a la historia personal o familiar.

c) ¿Qué sucede en el apoyo entre pares?

A partir de nuestras experiencias y observaciones, proponemos tres enunciados que describen lo que ocurre en un proceso de apoyo entre pares:

Se actualiza una arqueología colectiva

Se abordan las posibilidades de responder a experiencias personales a partir de la historia colectiva. Se pueden encontrar así, modos colectivos

70 Durkheim desarrolló la noción de “mentalidad de grupo”, donde los procesos psicológicos individuales, al formar un grupo, generan otra forma distinta, una grupalidad, que podría pensar y tener una intencionalidad más allá de quienes la componen. Durkheim, E. citado por Asch, S. (1964) *Psicología Social*. Eudeba.

71 Colapinto, J. (1971). La psicología grupal: algunas consideraciones críticas. *Revista Argentina de Psicología*, 8, 73-91.

72 Meresman S. (2020)

de enfrentar barreras a la autonomía, la vivencia del rechazo, el aislamiento y la soledad.

Se ejercita la coordinación interpersonal

En el apoyo entre pares es fundamental adecuar los movimientos personales al ritmo de la otra persona.⁷³ Todos tenemos experiencia en coordinación interpersonal, es eso que ocurre cuando conversamos, cuando hacemos deportes de equipo o cuando bailamos.

Se dejan de lado los manuales

El apoyo entre pares es siempre un traje que hay que hacer a medida. No existe una receta que nos indique cómo poner a funcionar una estrategia de apoyo hacia la autonomía y la participación.⁷⁴ Nos pueden guiar el nivel de bienestar que se da naturalmente entre algunas personas, y podemos monitorear las emociones que circulan en un grupo, pero no hay criterios preestablecidos. El apoyo entre pares es algo que surge del vínculo entre las personas, no es diseñado externamente.

d) Ética y política del apoyo entre pares

Conceptualizar las experiencias de apoyo entre pares como experiencias entre lo individual y lo colectivo, podría llevarnos a la pregunta ¿Qué debe priorizarse? ¿Cómo conjugar intereses individuales con intereses colectivos?⁷⁵

73 Macpherson, M. C., & Miles, L. K. (2023). Synchrony and mental health: Investigating the negative association between interpersonal coordination and subclinical variation in autism and social anxiety. *Journal of Experimental Social Psychology*, 105, 104439. Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103122001585?casa_token=MzpCEa7NbQEAAAAA:0pPX-ilhHQs0DV7y2p-NtA3_7XsyRTd1AkEN1smdEA6mBGY92f4B8iGjddYQY72gw3ttmzvYlepr

74 Autism Research Institute (2024) Peer Support in Autism. Disponible en: <https://autism.org/peer-support-in-autism/>

75 Dotti J. (1985) Conferencia "Democracia y transformación social". Centro de Estudios para la transformación argentina. Unidos, número 6, agosto. Fundación Banco Patricios.

Para salir de esa disyuntiva proponemos abordar el apoyo entre pares desde una perspectiva ética y política, lo que nos coloca frente a la interdependencia y los desafíos de la vida comunitaria.

En una de las actividades [durante el Fogón del Sur] recordamos cómo empezamos en el activismo ¿Fue desde un lugar del amor o de la rabia y el sufrimiento? La gran mayoría dijimos que fue desde la rabia, desde el hartazgo, desde la necesidad de hacer algo para encontrar espacios seguros, de cuidado y de pertenencia.

Tamara y Flor, Fogón de Sur, 2025

Las relaciones que las personas tejemos entre nosotras siempre implican consonancias, disonancias, acuerdos, disputas, contradicciones y también conflictos.

Si observamos el apoyo entre pares como parte de la vida en comunidad, se hace evidente que tiene muchas formas.

1. El apoyo entre pares informal, que ocurre de manera natural e imprevista, cuando un desconocido apoya a otro a tomar el transporte público o cruzar la calle, o una persona apoya a otra a subir las bolsas de las compras.
2. El apoyo entre pares como acción planificada, que puede darse durante un evento extraordinario como un viaje, o en situaciones cotidianas y frecuentes como las reuniones regulares de una organización activista o un día de trabajo.

Podemos encontrar el apoyo entre pares en muchas situaciones de la vida comunitaria: en los entornos educativos, el trabajo, la calle, el activismo y la lucha por los derechos; ya sea de manera presencial (reuniones y viajes en grupo, actividades en el espacio público, capacitaciones y talleres) o virtual (conversaciones telefónicas, videollamadas, foros en línea, redes sociales).

e) ¿Qué metodologías usa el apoyo entre pares?⁷⁶

- Metodologías participativas y aprendizaje cooperativo
- Los marcos de trabajo comunitario
- La socialización para el bienestar
- La comunicación mediada por pares
- Los grupos de amistad
- La recreación basada en intereses comunes y los juegos cooperativos

En el iiDi, el apoyo entre pares ha sido, desde sus orígenes, un eje transversal que define una mirada y metodología de trabajo. Se integra en cada etapa: desde el diseño y la planificación de las actividades y proyectos, hasta su propia implementación, monitoreo y evaluación. Un ejemplo reciente de su puesta en práctica ha sido el encuentro regional Fogón del Sur, donde el apoyo entre pares permitió que las y los participantes asumieran el protagonismo, organizándose de manera autónoma y libre, para garantizar una plena participación durante los cinco días de aprendizaje y convivencia.⁷⁷

Equipo iiDi , Fogón de Sur, 2025

f) ¿Todo vínculo entre pares implica un apoyo entre pares?

Existen vínculos de convivencia entre pares que no implican necesariamente una experiencia de apoyo entre pares.

Muchos grupos de autoayuda y espacios terapéuticos coordinados desde una autoridad principal no son un grupo de apoyo entre pares, pues su ética implica dinámicas de poder centralizadas y verticales. Se trata de

76 Kapp, S. K. (2018). Social support, well-being, and quality of life among individuals on the autism spectrum. *Pediatrics*, 141 (Supplement_4), S362-S368. Disponible en: https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/141/Supplement_4/S362/34527/Social-Support-Well-being-and-Quality-of-Life

77 Video donde las y los jóvenes dan cuenta de esa experiencia: <https://youtu.be/GVTtuEfht4s?si=je1t8s3AwU5hGx41>

espacios enfocados en la terapia y la recuperación de problemáticas complejas que muchas veces requieren abordar las adversidades y limitaciones de las personas a partir de esquemas rígidos y basados en el conocimiento de los profesionales, no del grupo.

Los centros de rehabilitación y tratamiento tampoco son grupos de apoyo entre pares sino instituciones médicas enfocadas en la recuperación de las funciones del cuerpo o de las emociones.

Las organizaciones de personas con discapacidad y los grupos activistas, son espacios enmarcados en una lucha por la igualdad de derechos y la participación política, y a menudo no operan como grupo de apoyo entre pares. Pero, por su modo de funcionamiento, es muy común que en los grupos activistas se den naturalmente apoyos entre pares.

g) Barreras al apoyo entre pares

Como todas las formas que desafían lo establecido, el apoyo entre pares encuentra muchas barreras.

Las barreras políticas

- La mayoría de los países de América Latina tienen marcos jurídicos que no favorecen la autonomía de las personas con discapacidad y es muy difícil que su voz sea escuchada.
- La mayor parte de la población de América Latina no accede a información sobre el derecho al cuidado y los apoyos, y por eso, consideran que el apoyo es solo un tema de las personas con discapacidad.
- Los sistemas de apoyo existentes en América Latina para las personas con discapacidad priorizan las prestaciones de cuidado y los servicios de asistencia para el entorno doméstico, educativo y ocasionalmente laboral, y no contemplan las necesidades que se dan en otros espacios.

Las barreras sociales

- Los prejuicios capacitistas que no consideran el apoyo entre pares como un dispositivo seguro.
- La falta de reconocimiento comunitario a los dispositivos de apoyo entre pares.
- Las familias de las personas con discapacidad, que pueden ser una barrera al apoyo entre pares si han desarrollado un sistema de cuidados endogámico y concentrado en pocas personas, y resisten el ingreso de personas externas al sistema.

Capacitismo

El capacitismo es un concepto filosófico y político⁷⁸ surgido en el colectivo de personas con discapacidad para describir una forma de pensamiento y un sistema de valores, que considera la experiencia de la discapacidad como una forma de vivir que conlleva sufrimientos.

El pensamiento capacitista considera que determinadas características del cuerpo y la mente son fundamentales para vivir una vida que merezca ser vivida. Estas características son establecidas desde estándares estrictos de apariencia, funcionamiento y comportamiento.

Como consecuencia, desde el pensamiento capacitista suele inferirse, que la calidad de vida de las personas con discapacidad es menor a la de las personas sin discapacidad.⁷⁹

78 Amundson, R. (2022). Disability, ideology, and quality of life: A bias in biomedical ethics. En *The Disability Bioethics Reader* (pp. 137-146). Routledge. Disponible en: <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003289487-19/disability-ideology-quality-life-ron-amundson>

79 Naciones Unidas (2019). *Relatoría Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Informe anual de la Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/HRC/43/41). Disponible en: <https://docs.un.org/es/A/HRC/43/41>

h) ¿Por qué construir un futuro apoyado por pares?

Las experiencias de apoyo entre pares están presentes en el colectivo de personas con discapacidad, entre las personas migrantes, en la comunidad de personas LGBTIQ+, y en todos aquellos grupos humanos donde la interdependencia es algo cotidiano.

Los espacios de apoyo entre pares sostienen procesos personales y colectivos que apaciguan las experiencias traumáticas y nos ayudan a recordar que nadie puede vivir plenamente si está en soledad.

El apoyo entre pares reivindica ese rol activo de las personas con discapacidad, que hace mucho tiempo venimos sosteniendo. No desde una posición autosuficiente, sino en lo colectivo, pensarnos desde los cuidados pero también acompañándonos y promoviendo que otras personas también tengan esas redes. Nadie se salva solo es real.

Tamara, Fogón de Sur, 2025

Un futuro apoyado por pares reforzará los lazos comunitarios. Abrir la conversación con personas con experiencias, valores e intereses similares puede generar amistades para toda la vida, conexiones, e incluso oportunidades de ver la propia vida de un modo distinto. El apoyo entre pares puede expandir las fronteras de una vida, al ser un puente entre una experiencia individual y las experiencias colectivas.

Habilidades como la comunicación, la escucha activa y la resolución colectiva de problemas pueden ser la puerta de entrada a una nueva forma de estar con los demás. Por eso mismo, se trata de una apuesta contra el individualismo y un aporte a la salud mental colectiva.

El apoyo entre pares puede enriquecer nuestros recursos interpersonales al ofrecernos un espacio para escuchar sin prejuicios ni enjuiciamientos, y estar en contacto con otras formas de gestionar las emociones y afrontar las situaciones de estrés.

Algo muy importante de construir un futuro apoyado por pares es que podría aliviar las tareas de cuidado actualmente concentradas en las familias y en las mujeres.⁸⁰

Un análisis reciente en países de América Latina indicó que entre el 76,1 % y el 94,4 % de las personas con discapacidad que recibían apoyo lo hacían de un familiar,⁸¹ principalmente mujeres y niñas de la familia. El apoyo entre pares desplaza gradualmente la concentración de cuidados puesta en la familia, haciendo ingresar a otras personas en la organización de los cuidados y apoyos.

Mi hija tuvo una infancia bastante tediosa, y en los viajes, que fueron 287 viajes de Sinaloa hasta Los Ángeles, siempre fui yo. Una vez fue mi esposo, pero las otras fueron mías. Y las 24 cirugías estuve yo. Fue muy muy pesado, pero muy gratificante, ver que se sentía mejor y verla crecer, y realizarse. A veces no puedo con todo y me ayuda mi esposo. Entre los dos. Nosotros realmente somos un equipo.

Mamá de una de las activistas, Fogón de Sur, 2025

Además, vivir apoyado por pares puede brindar a los hermanos y hermanas de las personas con discapacidad una nueva perspectiva sobre la vida con discapacidad. Es fundamental comprender que los hermanos y hermanas de las personas con discapacidad tienen sus propias experiencias en relación a la discapacidad, las cuales se ven afectadas por situaciones reiteradas de cuidados, asistencias y apoyo, que la mayoría de las veces no son elegidas.⁸²

80 North East Independent Living Services (NEILS). The Power of Peer Support for Persons with Disabilities. Disponible en: <https://www.neils.org/the-power-of-peer-support-for-persons-with-disabilities/>

81 Center for Inclusive Policy por iniciativa de UNICEF (2023) “Apoyos para la vida en comunidad: el presente y futuro de la inclusión de personas con discapacidad en América Latina”. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/informes/apoyos-para-la-vida-en-comunidad>

82 McKenzie Smith, M., Pinto Pereira, S., Chan, L., Rose, C., & Shafran, R. (2018). Impact of well-being interventions for siblings of children and young people with a chronic physical or mental health condition: a systematic review and meta-analysis. *Clinical child and family psychology review*, 21(2), 246-265. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10567-018-0253-x>

Mi hermana y yo no peleamos, no somos como esas hermanas que pelean. Porque yo sé de hermanos que se agarran feo. Nunca nos hemos peleado así, pero a ella le gusta que en la calle yo ande, porque en San José las aceras están muy feas, no son tan accesibles. Entonces, yo siempre le digo: ¿por la calle o por la acera? y ella me dice: por la calle porque es más fácil, y yo ya tengo licencia para conducir sillas de rueda por la calle. Nuestros papás son despabilados, son atentos, pero yo todavía soy más. ¡Yo no me puedo quedar quieta!

Hermana de una de las activistas, Fogón de Sur, 2025

El apoyo entre pares ofrece a los hermanos y hermanas de personas con discapacidad nuevas formas de significar la discapacidad a través de la ampliación de la red de relaciones. Esto puede contribuir a la ansiedad y la agresividad que suelen acompañar un vínculo que en ocasiones se ve sobrecargado de demandas y cercanías.⁸³

En la actualidad, los centros de vida independiente, dirigidos por personas que recibieron formación, crean activamente conciencia entre las personas con discapacidad y la población en general, acerca de la importancia de la vida independiente.⁸⁴ Un futuro apoyado por pares es posible cuando comenzamos a incluir la perspectiva de discapacidad en las políticas de economía del cuidado y los sistemas de organización social de cuidados y apoyos.⁸⁵

83 Lønning, I. S., Fjermestad, K., & Haugland, B. S. M. (2024). Mental health and well-being in adolescent and adult siblings of persons with severe mental illness: A scoping review. *Journal of Child and Family Studies*, 33(6), 1934-1948. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-023-02759-x?fromPaywallRec=false>

84 Agencia de Cooperación Internacional del Japón (2023) "Changing Latin American lives through JICA's training: the independent living movement of persons with disabilities", pág. 64. Disponible en: https://www.jica.go.jp/english/information/topics/2022/20230105_11.html

85 Naciones Unidas (2023) (A/HRC/55/34)



6. Conclusiones y recomendaciones

Con base en el trabajo de revisión y sistematización de abordajes realizada para este documento, así como el testimonio y experiencia de numerosas activistas y jóvenes con discapacidad; surgen algunas conclusiones y recomendaciones que esperan contribuir con el impulso a buenas prácticas, orientando el desarrollo de futuros programas:

- 1. El apoyo entre pares debe fundarse en una escucha activa y un compromiso con la autonomía de la persona a quien se brinda apoyo.** Para eso, quienes trabajamos en educación, salud y recreación, debemos abandonar el capacitismo como sistema de valores. Para que este cambio sea sincero y real, se necesitan espacios de intercambio con las redes de mentores en autonomía técnica, donde personas con discapacidad comparten cómo gestionan su vida profesional y su activismo, mediante el uso creativo de apoyos humanos y tecnológicos.
- 2. Es importante crear espacios que fomenten el compañerismo y el trabajo en equipo.** El apoyo entre pares se construye, y por lo tanto, son necesarias prácticas que gradualmente permitan aprendizajes mutuos respecto de las necesidades y modalidades de apoyo. La creación de ámbitos de intercambio, comunidades de aprendizaje, foros y redes, son herramientas que conducen a esta construcción colectiva. Existen oportunidades para impulsar el apoyo entre pares en escuelas, centros comunitarios, redes virtuales; requieren liderazgo, recursos y una estrategia de trabajo.
- 3. Es fundamental abrir espacios de gestión para los conflictos que suelen presentarse dentro de los sistemas de apoyo.** Como mencionamos, el diseño de los sistemas de apoyo se da dentro de un vínculo interpersonal, con todos los desafíos que eso trae aparejado.

Es preciso contar con un espacio para tramitar los miedos y las tensiones, compartir experiencias de apoyo alternativo y fortalecer las prácticas que conducen a la autonomía.

- 4. Para que los vínculos de apoyo entre pares se sostengan, es importante monitorear en todo momento el consentimiento de quienes están en el vínculo de apoyo.** Es importante el trabajo con las familias para que puedan ganar confianza en la autonomía de las personas con discapacidad y en las formas de apoyo extra familiar, evitando que se vuelva a sistemas de apoyo exclusivamente endogámicos o fuertemente domésticos. Las familias de personas con discapacidad son depositarias de un valioso capital de conocimientos, experiencias y recursos para brindar apoyo y es importante facilitar la transmisión de este capital a los pares.
- 5. Utilizar un lenguaje claro, accesible y respetuoso.** Ese es el punto de partida para crear vínculos que desplieguen el apoyo entre pares, contemplando las distintas formas de comunicación que utilizamos las personas.
- 6. Hay que sacudirse el miedo a la equivocación.** Porque, como dijimos: no hay recetas, el apoyo es un traje hecho a medida.

Bibliografía consultada

Blogs y Páginas web

- Agencia de Cooperación Internacional del Japón. (2023). *Changing Latin American lives through JICA's training: The independent living movement of persons with disabilities* (p. 64). https://www.jica.go.jp/english/information/topics/2022/20230105_11.html
- Autism Research Institute. (2024). *Peer support in autism*. <https://autism.org/peer-support-in-autism/>
- Centro Morpho. (s.f.). *Servicios*. <https://www.centromorpho.com/servicios>
- Fundación Río Pinturas. (2025). *La importancia del grupo de pares en las personas con discapacidad*. <https://www.riopinturas.org.ar/la-importancia-del-grupo-de-pares-en-las-personas-con-discapacidad/>
- Independent Living Institute. (s.f.). *Independent Living Institute* <https://www.independentliving.org>
- Independent Living Institute. (s.f.). *Peer support and independent living: Promoting the self-determination of people with disabilities*. <https://www.independentliving.org/drd/Peer-support-and-independent-living.html>
- Mladenov, T., Elder-Woodward, J., Siilsalu, M., Bulic, I., Hadad, N., & Angelova-Mladenova, L. (2022). *Comparison between personal assistance and home care work*. European Network on Independent Living (ENIL). <https://enil.eu/explainer-difference-between-personal-assistance-and-home-care/>
- Meresman, S. (2020). *Ana-lisis de la imparidad*. <https://www.sergiomeresman.com/ana-lisis-de-la-imparidad/>

Meresman, S. (2022). *La intersectorialidad al diván*.

<https://www.sergiomereman.com/la-intersectorialidad-al-divan/>

Movimiento de Vida Independiente. (s.f.). *Movimiento de Vida*

Independiente. <https://ovibcn.org/movimiento-de-vida-independiente/>

NorthEast Independent Living Services. (s.f.). *The power of peer support for persons with disabilities*. <https://www.neils.org/the-power-of-peer-support-for-persons-with-disabilities/>

Informes

Center for Inclusive Policy por iniciativa de UNICEF (2023). *Apoyos*

para la vida en comunidad: el presente y futuro de la inclusión de personas con discapacidad en América Latina. <https://www.unicef.org/lac/informes/apoyos-para-la-vida-en-comunidad>

Corte Interamericana de Derechos Humanos [Corte IDH] (2023). *Opinión Consultiva OC-31/25, relativa al “contenido y alcance del derecho al cuidado como derecho humano y su interrelación con otros derechos”*.

https://www.corteidh.or.cr/docs/opiniones/soc_2_2023_es.pdf

Decimosexta Conferencia Regional sobre la Mujer de América Latina

y el Caribe (2025). *Compromiso de Tlatelolco. Una década de acción para el logro de la igualdad sustantiva de género y la sociedad del cuidado*. <https://lac.unwomen.org/es/digital-library/publications/2025/08/compromiso-de-tlatelolco>

Instituto Nacional de Estadística y Censos de Argentina [INDEC] (2021).

Encuesta Nacional de Uso del Tiempo (ENUT).

<https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-4-31-117>

Mont, D., et al. (2022). *Estimating the extra costs for disability for social protection programs*. ILO & UNICEF.

<https://www.frontiersin.org/journals/rehabilitation-sciences/articles/10.3389/fresc.2023.1179213/full>

Naciones Unidas (1948). *Declaración Universal de Derechos Humanos*.

https://www.ohchr.org/sites/default/files/UDHR/Documents/UDHR_Translations/spn.pdf

Naciones Unidas (1999). Comité de Derechos Humanos sobre la libertad de circulación. *Observación general núm. 27*.

<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/1400.pdf>

Naciones Unidas (2006). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*.

<https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

Naciones Unidas (2017). Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. *Observación General No 5 sobre el artículo 19 de la CDPCD: Derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad (CRPD/C/GC/5)*.

https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CRPD%2FC%2FGC%2F5&Lang=es

Naciones Unidas (2019). Relatoría Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad. *Informe anual de la Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/HRC/43/41)*.

<https://docs.un.org/es/A/HRC/43/41>

Naciones Unidas (2023). *Buenas prácticas de los sistemas de apoyo para la inclusión de las personas con discapacidad en la comunidad (A/HRC/55/34)*. <https://docs.un.org/es/A/HRC/55/34>

Naciones Unidas (2023). Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. *Maria Simona Bellini vs. Italia (CRPD/C/27/D/51/2018)*. <https://docs.un.org/es/CRPD/C/27/D/51/2018>

Naciones Unidas (2023). Informe de la Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos. *Los sistemas de apoyo para garantizar la inclusión en la comunidad de las personas con discapacidad... (A/HRC/52/52)*. <https://docs.un.org/es/A/HRC/52/52>

Naciones Unidas (2023). Relatoría Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad. *Transformación de los servicios para las personas con discapacidad (A/HRC/52/32)*.

<https://docs.un.org/es/A/HRC/52/32>

- Naciones Unidas (2024). Department of Economic and Social Affairs. *Disability and development report: Accelerating the realization of the Sustainable Development Goals...* <https://social.desa.un.org/sites/default/files/2025-09/DDR2024-Full-Report-Final.pdf>
- Naciones Unidas (2025). *Promoción y protección de los derechos humanos... Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/80/170)*. <https://docs.un.org/es/A/80/170>
- Naciones Unidas (2026). *Informe de la Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad (A/HRC/34/58)*. <https://docs.un.org/es/a/hrc/34/58>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2021). *El cuidado cariñoso y sensible es una propuesta específica de cuidado para el desarrollo saludable en la primera infancia*. <https://doi.org/10.37774/9789275324592>
- World Health Organization [WHO] (2012). *Rehabilitación Basada en la Comunidad: Guías para la RBC*. <https://iris.who.int/items/7290fe45-9f61-4d9a-8a38-6a97087b0f4b>
- World Health Organization [WHO] (2022). *Global report on assistive technology*. <https://www.who.int/publications/item/9789240049451>
- World Health Organization [WHO] (2024). *Operational framework for monitoring social determinants of health equity*. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/ddc72764-9a74-435b-a50f-920d2ad00bed/content>

Revistas Científicas

- Álvarez Rivadulla, M. J., Fleischer, F., & Hurtado-Tarazona, A. (2024). El Estado cuida: el papel de la voluntad política y la intermediación en la nueva política feminista de cuidados de Bogotá. *Ciudad*, 28(5-6), 637-658. <https://doi.org/10.1080/13604813.2024.2412469>

- Amundson, R. (2022). Disability, ideology, and quality of life: A bias in biomedical ethics. En *The Disability Bioethics Reader* (pp. 137-146). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003289487-19/disability-ideology-quality-life-ron-amundson>
- Araújo, C. A. C. D., Paz-Lourido, B., & Gelabert, S. V. (2016). Tipos de apoyo a las familias con hijos con discapacidad y su influencia en la calidad de vida familiar. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21, 3121-3130. <https://www.scielo.br/j/csc/a/Cy68KsjJd6jgGZb8NYK874n/?format=html>
- Blanco, M., Centeno, A., Fernández, L., Rodríguez-Picavea, A., & Romañach, J. (2009). *Asistencia personal: una inversión en derechos, una inversión eficiente en empleo*. Congreso Anual Red Española de Políticas Sociales (REPS). Universidad de Oviedo. http://www.valldignaaccessible.org/wp-content/uploads/2009/05/090513_asistencia_personal_empleo_derecho_preval.doc
- Brock, M. E., & Huber, H. B. (2017). Are peer support arrangements an evidence-based practice? A systematic review. *The Journal of Special Education*, 51(3), 150-163. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103122001585?casa_token=MzpCEa7NbQEAAAAA:0pPX-ilhHQs0DV7y2p-NtA3_7XsyRTd1AkEN1smdEA6mBGY92f4B8iGjddYQY72gw3ttmzvYlepr
- Cerrillo, R., Gasset, D. I., & Gálvez, I. E. (2013). Inclusión de jóvenes con discapacidad intelectual en la Universidad. *Revista de investigación en educación*, 11(1), 41-57. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/4733943.pdf>
- Colapinto, J. (1971). La psicología grupal: algunas consideraciones críticas. *Revista Argentina de Psicología*, 8, 73-91.
- De Fuentes García-Romero de Tejada, C. (2017). *Sobre el concepto jurídico de persona con discapacidad y la noción de apoyos necesarios*. http://riberdis.cedid.es/bitstream/handle/11181/5129/Sobre_el_concepto_jur%C3%ADdico_de_la_PCD.pdf?sequence=1

- Del Águila, L. M. (2015). La autonomía de las personas con discapacidad como principio rector. En S. Gárate (Ed.), *Nuevos conceptos para entender la Convención*. Pontificia Universidad Católica de Perú.
- Devia Robayo, H. I. (2024). *Roles y funciones de los consejeros académicos de apoyo tutorial para sordos en la Universidad Nacional Abierta y Distancia-UNAD*. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/63074/hideviar.pdf?sequence=1>
- Dotti, J. (1985, agosto). *Democracia y transformación social* [Conferencia]. Centro de Estudios para la transformación argentina. Unidos, número 6. Fundación Banco Patricios.
- Ezquerro, S. (2011). Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real. *Investigaciones feministas*, 2(0), 175-194. <https://revistas.ucm.es/index.php/INFE/article/download/38610/37335%20/0>
- Gómez, P. C. (2012). El sistema de apoyo en la toma de decisiones desde la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. *Revista electrónica de Derecho de la Universidad de La Rioja (REDUR)*, (10), 61-94. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4104539.pdf>
- Herranz, S. M., Gandolfo, M., & Torres, E. (2021). Cuidados y afectaciones mutuas: Un debate ético-político ineludible en el campo de la discapacidad/salud mental. *Educación y Vínculos. Revista de estudios interdisciplinarios en Educación*, 137-156. <https://pcient.uner.edu.ar/index.php/EyV/article/view/1027/1139>
- Kapp, S. K. (2018). Social support, well-being, and quality of life among individuals on the autism spectrum. *Pediatrics*, 141(Supplement_4), S362-S368. https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/141/Supplement_4/S362/34527/Social-Support-Well-being-and-Quality-of-Life
- Kekik, M. (2021). *Eficacia del empleo con apoyo y la mentoría en la inserción laboral de las personas con discapacidad en el empleo ordinario*. https://repositori.urv.cat/estatic/TFG0011/ca_TFG3961.html

- Lønning, I. S., Fjermestad, K., & Haugland, B. S. M. (2024). Mental health and well-being in adolescent and adult siblings of persons with severe mental illness: A scoping review. *Journal of Child and Family Studies*, 33(6), 1934-1948. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-023-02759-x?fromPaywallRec=false>
- Macías, A. V., de Miguel, C. R., Jiménez, E. G., & Rodríguez, S. R. (2003). Innovación en la orientación universitaria: la mentoría como respuesta. *Contextos educativos: Revista de educación*, (6), 87-112. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1049470.pdf>
- Macpherson, M. C., & Miles, L. K. (2023). Synchrony and mental health: Investigating the negative association between interpersonal coordination and subclinical variation in autism and social anxiety. *Journal of Experimental Social Psychology*, 105, 104439. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103122001585?casa_token=MzpCEa7NbQEAAAAA:0pPX-ilhHQs0DV7y2p-NtA3_7XsyRTd1AkEN1smdEA6mBGY92f4B8iGjdYQY72gw3ttmzvYlepr
- Matus López, M. (2015). Pensando en políticas de cuidados de larga duración para América Latina. *Salud colectiva*, 11, 485-496 <https://www.scielosp.org/pdf/scol/2015.v11n4/485-496/es>
- McKenzie Smith, M., Pinto Pereira, S., Chan, L., Rose, C., & Shafran, R. (2018). Impact of well-being interventions for siblings of children and young people with a chronic physical or mental health condition. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(2), 246-265. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0253-x>
- Molpeceres, L. (2012). Situación laboral de las mujeres inmigrantes en España. *Cuadernos de relaciones laborales*, 30(1), 91-113. <https://revistas.ucm.es/index.php/CRLA/article/download/39116/37729>
- Morris, R., Caro, F. G., & Hansan, J. (2000). Personal Assistance: The Future of Home Care. *Inquiry*, 37(1), 111. <https://www.proquest.com/openview/5d2a9bd32ba1d67ef454c1eb eae66e8a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=26910>

- Narváez, A. P., Ríos, B. M., & Gallego, M. L. (2009). *Maternidad y discapacidad* (No. 1). CERMI. <https://rebiun.baratz.es/OpacDiscovery/public/catalog/detail/pdf?detailId=b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhc-mF0ei5yZW4vMTY4NDgxNTA>
- Navas Macho, P., Esteban Sánchez, L., García Domínguez, L., Alvarado Torres, N., & Aguayo Romero, V. (2025). *Análisis comparativo de la asistencia personal en Europa*. CEDID. http://riberdis.cedid.es/bitstream/handle/11181/7004/An%C3%A1lisis_comparativo_asistencia_personal_Europa.pdf?sequence=1
- Quintana, P. J. V., Santos, F. D., Quintas, S., & Fernández, A. B. (2010). La mentoría entre iguales y el desarrollo de competencias. *Mentoring & Coaching*, 3, 71-85. https://www.academia.edu/download/38969013/10_130-143_La_mentoria_iguales.pdf
- Repper, J., & Carter, T. (2010). *Using personal experience to support others with similar difficulties*. Together/University of Nottingham/NSUN. <https://amhp.org.uk/wp-content/uploads/2017/08/usingpersexperience.pdf>
- Ripollés, S. A. (2017). El modelo de asistencia sexual como derecho humano al auto-erotismo y el acceso al propio cuerpo. *Intersticios. Revista sociológica de pensamiento crítico*, 11(1). <http://www.intersticios.es/article/download/16468/11202>
- Rodriguez Enriquez, C. M. (2014). *El trabajo de cuidado no remunerado en Argentina: un análisis desde la evidencia del Módulo de Trabajo no Remunerado*. Equipo Latinoamericano de Justicia y Género (ELA). https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/34802/CONICET_Digital_Nro.0d0828bc-d5d1-455c-9b1d-59cdd40cb35d_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Rosas, C. (2018). Mujeres migrantes en el cuidado comunitario. Organización, jerarquías y disputas al sur de Buenos Aires. En *Experiencias y vínculos cooperativos en el sostenimiento de la vida en América Latina y el sur de Europa* (pp. 299-321). FLACSO. <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/59534.pdf#page=285>

- Sánchez López, J. D., & Luque Martínez, F. (2023). El paciente experto. ¿Un nuevo modelo sanitario? *Medicina de Familia. SEMERGEN*, 49(3). <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-articulo-el-paciente-experto-un-nuevo-S1138359322002477>
- Thompson, J. R., Bradley, V. J., Buntinx, W., Schalock, R. L., Shogren, K. A., Snell, M., ... & Yeager, M. (2010). Conceptualizando los apoyos y las necesidades de apoyo de personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 41(1), 7-22. <https://sid-inico.usal.es/wp-content/uploads/2018/11/Conceptualizando-los-apoyos-y-las-necesidades-de-apoyo-de-personas-con-discapacidad-intelectual.pdf>
- Venturiello, M. P., Gómez Bueno, C., & Martín Palomo, M. T. (2020). Entramados de interdependencias, cuidados y autonomía en situaciones de diversidad funcional. *Papeles del CEIC*, (2020/2), 1–18. <https://doi.org/10.1387/pceic.20940>
- Wiesenfeld, E. (2015). Las intermitencias de la participación comunitaria: Ambigüedades y retos para su investigación y práctica. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 5(2), 14-14. <http://www.scielo.edu.uy/pdf/pes/v5n2/v5n2a14.pdf>

Libros y Manuales

- Alvarado, H., & Meresman, S. (2021). *Camino al desarrollo local inclusivo: guía de buenas prácticas para la inclusión social y laboral de personas jóvenes con discapacidad*. Documentos de Proyectos (LC/TS.2021/182). Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). <https://www.cepal.org/es/publicaciones/47652-camino-al-desarrollo-local-inclusivo-guia-buenas-practicas-la-inclusion-social>
- Arnau Ripollés, S. P. (2008). *Guía práctica de la asistencia personal*. Consejería de Familia y Asuntos Sociales.
- Asch, S. (1964). *Psicología Social*. Eudeba.
- Butler, J. (2009). *Dar cuenta de sí mismo. Violencia ética y responsabilidad*. Amorrortu Editores.

- CBM Global Disability Inclusion. (2019). *Guía de Buenas Prácticas sobre Salud Mental Comunitaria. Apoyo entre Pares*. https://cbm-global.org/wp-content/uploads/2021/12/GBP_CBM_Apoyo-entre-Pares-SP.pdf
- ELA. (2025). *Cuidados y apoyos: Hacia nuevos acuerdos entre las agendas de género y discapacidad*. <https://ela.org.ar/publicaciones-documentos/cuidados-y-apoyos-entre-tensiones-y-convergencias-se-abren-nuevos-caminos/>
- Fernández, A. M. (1995). *El Campo Grupal: nota para una genealogía*. Nueva Visión.
- La luz de Frida. (2022). *¡Menstruación aquí estamos! Derechos sexuales y discapacidad*. Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo. <https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/biblioteca/menstruacionaquiestamos.pdf>
- Méndez, G. S. (2022). La desinstitucionalización de las personas con discapacidad como parte del derecho a la inclusión en la comunidad, visión social. *Anales de derecho y discapacidad*. https://www.researchgate.net/profile/Segundo-Pizarro/publication/387222734_Cincuenta_anos_de_la_politica_de_empleo_para_la_inclusion_laboral_de_personas_con_discapacidad/links/676472dde74ca64e1f1eba77/Cincuenta-anos-de-la-politica-de-empleo-para-la-inclusion-laboral-de-personas-con-discapacidad.pdf#page=78
- Meresman, S. (2011). *Es parte de la vida. Material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad para compartir en familia*. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/611/1/Es%20parte%20de%20la%20vida.pdf>
- Par, F. (2010). *Escuelas inclusivas. Un camino para construir entre todos: Investigación y relato de experiencias sobre educación y diversidad*. <https://biblioteca.udelaciudad.edu.ar/bib/1493>
- Plataforma Representativa Estatal de Personas con Discapacidad Física (PREDIF). (2019). *Manual de formación para asistentes personales*. https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO27455/manual_de_formacion_para_asistentes_personales.pdf

Plena Inclusión. (2018). *Asistencia Personal. Una herramienta clave para el ejercicio del derecho a la Vida Independiente de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.*

<https://www.plenainclusion.org/wp-content/uploads/2018/09/Plena-inclusion.-Asistencia-personal.-Una-herramienta-clave.pdf>

Rumbo. (2024). *Manual de asistencia personal.*

<https://proyectorumbo.es/wp-content/uploads/2025/02/7.-MANUAL-DE-ASITENCIA-PERSONAL-RUMBO-1.pdf>

ULAC. (1994). *Manual técnico de servicios de rehabilitación integral para personas ciegas o con baja visión en América Latina.*

https://www.foal.es/sites/default/files/docs/manual_de_rehabilitacion%20ulac%20Pdf.pdf

Notas Periódísticas

Poore F. (2025/09/26) De Bogotá al mundo: el caso de éxito de las Manzanas de Cuidado. Cenital. Recuperado de: <https://cenital.com/de-bogota-al-mundo-el-caso-de-exito-de-las-manzanas-de-cuidado/>

Video

Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (2026) Fogón del Sur 2025 · Encuentro Regional de La Luz de Frida (iiDi) [<https://www.youtube.com/watch?v=Uij6bRg3t1E>]

Leyes

Ley 9739, para la Promoción de la Autonomía Personal de las Personas con Discapacidad. (2016) Costa Rica. Publicado en:

https://pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=82244&nValor3=105179&strTipM=TC



iiDi

Instituto Interamericano sobre
Discapacidad y Desarrollo Inclusivo