



CUIDAR CON EL CORAZÓN

Porque detrás de cada cuidado, hay amor, entrega y fuerza silenciosa

¿Quiénes son los Cuidadores?

Son madres, padres, hermanos, hijos, vecinos o profesionales, que sin importar la hora ni el cansancio, están presentes para acompañar, asistir y brindar dignidad a quienes más lo necesitan: personas con discapacidad, personas mayores o en condición de enfermedad crónica.



**“Ser cuidador, es
entregar la vida a otra
vida sin esperar aplausos,
solo con amor”**

El poder silencioso de cuidar

Cuidar no es solo dar medicamentos o asistir físicamente. Es:

- ✓ Sostener una mano temblorosa.
- ✓ Escuchar con paciencia aunque no hayan palabras.
- ✓ Velar sueños ajenos cuando todos duermen.
- ✓ Recordar rutinas, medicinas y citas, cuando la mente ya está agotada.
- ✓ Ser el soporte emocional y físico de otra persona.





¿Y quién cuida al cuidador?

Los cuidadores también se cansan, se sienten solos, frustrados o invisibles. Necesitan ser reconocidos y apoyados.



Hoy queremos decirles:

¡Gracias! Su labor es invaluable.

Sin ustedes, muchas personas no podrían vivir con dignidad ni esperanza.

¿Cómo podemos apoyar a un cuidador?



- ✓ Escuchándolos sin juzgar
- ✓ Dándoles un respiro, aunque sea por una hora.
- ✓ Reconociendo su trabajo como fundamental.
- ✓ Brindando redes de apoyo y espacios de autocuidado.





¡Feliz día del Cuidador! (24 de Julio)



Un mensaje para ti, cuidador o cuidadora

“No estás solo. Tu esfuerzo no es invisible. Lo que haces cada día transforma el mundo de alguien. Tu amor es medicina, tu presencia es vida. Gracias, infinitas gracias”

