



Información para el asistente de salud

Consejos para el cuidado de personas mayores

Elección del cuidado a largo plazo

Puede que llegue el momento en el que se necesite ayuda externa para cuidar a un adulto mayor. Puede que esté bien recibir servicios de ayuda a domicilio. O puede que la persona tenga que mudarse a un establecimiento residencial para adultos mayores, como por ejemplo una residencia de vida asistida, una residencia para adultos, un asilo de ancianos, o una comunidad de cuidado continuo.

Hay varias opciones a la hora de escoger servicios de cuidado a largo plazo. Tener la información apropiada puede facilitar la decisión. Más adelante se encuentran algunos pasos que pueden ayudarle a hallar la ayuda correcta.

4 pasos que pueden ayudar a escoger el cuidado a largo plazo

Paso 1	Haga una lista de los tipos de cuidado que necesita la persona ¿Qué tipo de ayuda necesitan el adulto mayor y usted? Por ejemplo, ¿El adulto mayor necesitará ayuda para darse baños, alimentarse, vestirse, prepararse alimentos, y/o atención médica? ¿Cambiarán algunas de estas necesidades a lo largo del tiempo?
Paso 2	Decida si el tipo de ayuda requerida será a domicilio, en un centro comunitario, o en un establecimiento residencial para adultos mayores. ¿Será suficiente ayuda si recibe servicios directamente en el hogar? ¿Es posible que el adulto mayor vaya a un centro de día y regrese por sí sólo en la noche? ¿O es necesario que el adulto mayor se mude a otro lugar para recibir el cuidado?
Paso 3	Decida cómo se pagarán los servicios de cuidado Lo que cubre el seguro de salud varía de estado a estado. Los seguros de salud a largo plazo, las prestaciones y beneficios de veteranos y Medicaid puede que solo cubran algunos gastos. Medicare no cubre los gastos para el cuidado a largo plazo, excepto en el caso de una hospitalización, en el que se requieran cuidados especializados de enfermería. Algunas comunidades quizá tengan apoyo estatal o local para ayudar a cubrir los gastos. Asesórese con su agencia de apoyo local para el cuidado de las personas mayores.
Paso 4	Visite varios lugares antes de decidir cuál es el más apropiado Usted puede encontrar los nombres de las agencias de servicios de salud a domicilio, de los centros de día para adultos mayores, y de los centros residenciales en el directorio telefónico, en internet, o si llama a su agencia de apoyo local para adultos mayores. También, le puede pedir recomendaciones a sus amigos, a familiares y a proveedores de atención médica.

Esta página de Información para el asistente de salud es parte de una serie de consejos para el cuidado de personas mayores. Se distribuye para ayudar a los asistentes de salud familiares y comunitarios, trabajadores de cuidado directo y representantes de la salud en la comunidad a cuidar a las personas mayores. Disponible en inglés y en español en www.aging.arizona.edu

Haga las preguntas adecuadas.

Es importante estar preparado a la hora de determinar qué agencia de salud es la apropiada.

- Pregunte si ofrecen el tipo de servicios indicados en el paso número 1 (en el reverso de esta hoja).
- Pregunte por cuánto tiempo han estado proporcionando estos servicios, y cómo contratan y capacitan a su personal. Pregunte: también si verifican los antecedentes del personal.
- Pregunte cuánto cobran por los servicios. Asesórese del costo de los servicios básicos, y pregunte si hay algún tipo de costo adicional.
- Si el adulto mayor requiere cuidado permanente, pregunte qué tipos de cuidado ofrece la agencia para los enfermos en fase terminal.

Las preguntas pueden variar dependiendo del tipo de cuidado que las agencias ofrezcan:

Preguntas para las agencias de servicios de salud a domicilio y para los centros comunitarios
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Ofrecen servicios de cuidado a las horas deseadas? • ¿Requieren un número mínimo de horas para proporcionar cuidados? • ¿Están autorizados por el Estado? Algunos servicios tienen que ser autorizados, pero no necesariamente todos. • Para los servicios de salud a domicilio ¿se le asignará la misma persona al adulto mayor cada vez que necesite cuidado? ¿Qué sucede si la persona no se presenta a la hora de su turno?
Preguntas para los establecimientos residenciales de adultos mayores
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuántos adultos mayores residen en el establecimiento? • ¿Cuánto personal hay disponible para los adultos mayores? • ¿Cuántos adultos mayores se asignan a cada empleado? • ¿Qué tipo de actividades hay disponibles para los adultos mayores? • En caso de que las necesidades del adulto mayor aumenten, ¿qué opciones hay? • ¿Qué pasaría en caso de urgencia médica? • ¿Cómo se aseguran que las preferencias de atención del adulto mayor se respeten? • Si hay algún problema, ¿contactan a la familia del adulto mayor? • ¿Tienen regularmente horarios designados de comida y refrigerio?

Después de visitar y hacer preguntas, lo más importante que debe tener en cuenta es la comodidad. ¿Sintió que el lugar tenía un ambiente acogedor y atrayente? ¿Tenía un olor en particular? ¿Pudo notar si los adultos mayores se veían felices y bien cuidados en los centros comunitarios y establecimientos residenciales para adultos mayores? Está bien usar su instinto a la hora de responder a esta pregunta. Si la agencia de salud no le da una buena impresión, no es la adecuada.

Escrito por : Deborah B Schaus, MSW, Alzheimer's Association Desert Southwest Chapter

Información para el asistente de salud ~ Consejos para el cuidado de personas mayores

Editado por un equipo interprofesional de la Universidad de Arizona Center on Aging