



Información para el asistente de salud

Consejos para el cuidado de personas mayores

¿A quién puede contactar en caso de que necesite ayuda?

Puede ser difícil encontrar la ayuda correcta para el cuidado de los adultos mayores. Los servicios del gobierno local, atención médica y el seguro de salud, entre otras organizaciones, ofrecen ayuda para el cuidado de los adultos mayores. El tipo de ayuda de cada una de estas organizaciones puede ser distinto en cada ciudad o pueblo. Esto hace que sea difícil encontrar la ayuda correcta. Más adelante se encuentran algunas de las preguntas más comunes cuando se trata del cuidado de personas mayores, al igual que consejos útiles para encontrar la ayuda correcta.

¿Pagará los gastos el seguro médico?

Medicare, Medicaid, el seguro de salud particular o el seguro de salud a largo plazo cubren distintos cuidados. Por ejemplo, Medicare no cubre el costo del cuidado doméstico continuo. Sin embargo, Medicare puede que cubra los costos de un asistente para caminar y los servicios de fisioterapia. Puede que Medicaid o el seguro de salud a largo plazo pague los servicios del cuidado doméstico para personas mayores. Si es una persona veterana, o es la esposa o el hijo de un veterano, puede que la Administración de Veteranos (VA, por sus siglas en inglés) cubra parte de sus gastos médicos.

Estar al tanto de qué cubre cada seguro médico es difícil. El primer paso es averiguar qué tipos de seguro médico tiene la persona. Mantenga una lista con los números telefónicos y los números de identificación de los miembros de cada uno de los tipos de seguro médico. El personal clínico o del servicio social puede ayudar a identificar qué tipo de cobertura ofrece el seguro médico, en caso de que se necesite. Medicare tiene consejeros capacitados para brindar ayuda.

¿Cuándo y cómo debe tomar los medicamentos?

Puede ser difícil recordar el uso de cada medicamento, y llevar la cuenta de cada cuánto y cómo se debe tomar cada medicamento. Parte de esta información se encuentra en el envase del medicamento, aunque a veces puede ser complicado leerla. Los doctores y farmacéuticos pueden responder a estas preguntas. En caso de duda, consulte con ellos en su siguiente cita en la clínica o farmacia. El doctor o el farmacéutico pueden imprimir esta información y dársela. También está bien hacer preguntas por teléfono. Escriba las respuestas con palabras fáciles de entender, para que las otras personas que ayudan a darle los medicamentos al adulto mayor también las entiendan.

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

¿Qué tipos de ayudas hay para el cuidado de los adultos mayores?

Todos los asistentes de salud necesitan un descanso. Un “relevo” puede ayudar. Un relevo es un sustituto a corto plazo que le permite al asistente de salud descansar. Un relevo puede ser por un par de horas o por unos cuantos días. Para más información sobre este tipo de ayuda, lea el documento de información para los asistentes de salud “relevo del asistente de salud”. Si quiere saber qué tipos de relevo hay en el área, contacte con la agencia de apoyo local para adultos mayores. Estas agencias tienen información sobre los tipos de relevo y grupos de apoyo, entre otros tipos de ayuda para los asistentes de salud familiares. La información de contacto se encuentra más adelante en este documento.

¿Qué debe hacer si cree que un adulto mayor está siendo maltratado?

El trato inadecuado a un adulto mayor puede considerarse maltrato. Si usted cree que una persona mayor es víctima de abuso y maltrato, debe reportarlo inmediatamente. Cada estado tiene una agencia que se encarga de los casos de abuso y maltrato a los adultos mayores. En varios estados, se les llama “Servicios de Protección al Adulto” (APS, por sus siglas en inglés.) Cualquier tipo de abuso se puede reportar llamando al 911 o a la oficina de APS. Puede encontrar el número local de APS en el Buscador para el cuidado de personas mayores: www.eldercare.gov.

¿Qué hacer en caso de que el adulto mayor tenga comportamientos problemáticos?

Las personas mayores que padecen de demencia pueden tener comportamientos problemáticos. Es más fácil manejar estos comportamientos si el asistente de salud sabe cómo reaccionar. Los pequeños cambios en el tipo de cuidado pueden mejorar los resultados. Los grupos de apoyo y ciertas clases pueden ser útiles. Estos recursos están disponibles a través de la Asociación de Alzheimer y de las comunidades de apoyo locales para los asistentes de salud.

Puede encontrar la oficina de la Asociación de Alzheimer: [http:// www.alz.org/apps/findus.asp](http://www.alz.org/apps/findus.asp)

Puede encontrar otros recursos a través del navegador para el cuidado familiar: www.caregiver.org

¿Necesita más ayuda?

Cada región de cada estado tiene una agencia de apoyo local para los adultos mayores. Estas agencias se crearon por legislación federal, con el propósito de ayudar a los adultos mayores en el área local. Tienen personal capacitado para responder a cualquier pregunta sobre el cuidado de los adultos mayores en el área.

Para encontrar una de las agencias locales para el cuidado de personas mayores:

llame al 1-800-677-1116

Use el Buscador para el cuidado de personas mayores: www.eldercare.acl.gov

Escrito por: Melissa Elliott, MSW

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

Este proyecto fue financiado por la Administración de Recursos de Servicios de Salud (HRSA, por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. (HHS, por sus siglas en inglés), la subvención número U1QHP28721 del Programa de Mejoramiento de los Servicios Geriátricos de Arizona. Esta información o contenido y resultados son de la autora y no deben interpretarse como opinión o norma oficial de, la HRSA, HHS o del gobierno de los EE. UU., ni se debe inferir su aprobación.