

Enfrente los Hechos: Temas a Discutir Ahora con Sus Padres que Están Envejeciendo



A medida que envejecemos y vivimos durante más tiempo, los asuntos **financieros, legales, de atención de la salud** y de **atención de largo plazo** afectan a las familias, no sólo a los individuos. El Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator), un servicio disponible en toda la nación fundado por la Administración de Asuntos sobre la Vejez de los Estados Unidos (U.S. Administration on Aging) que vincula a los consumidores mayores y a sus familias con servicios locales relacionados con el envejecimiento, produjo esta guía para ayudar a las familias a “enfrentar los hechos” acerca de estos importantes temas. El vistazo general que sigue a continuación aborda algunas áreas claves de inquietud, preguntas que se sugieren hacer, y formas en las que las familias pueden iniciar conversaciones acerca de estos temas – a menudo difíciles de tratar – con sus padres que están envejeciendo.

Consideraciones Claves...

1. Averigüe qué beneficios financieros proveen el Seguro Social y la pensión de sus padres. Determine si ellos son elegibles para otros programas financieros.
2. Asegúrese que cada miembro de la familia tenga un testamento en vida. Tenga presente dónde están ubicadas las pólizas de seguros, testamentos, documentos de fideicomisos, declaraciones de impuestos, y registros bancarios y de inversiones de sus padres.
3. Entienda que Medicare por lo general no cubre la atención de largo plazo (por ejemplo, hogares de reposo o atención extendida en casa), y que Medicaid sólo paga por individuos de bajos ingresos.
4. ¡Investigue qué tipo de cobertura de seguros para atención de largo plazo puede ser la mejor para sus padres o para usted! Generalmente, las primas son más bajas cuando las pólizas se compran a edades más jóvenes.
5. Identifique qué servicios comunitarios hay disponibles que puedan ayudar a sus padres a mantener su independencia en casa durante el mayor tiempo posible – tal como programas de modificaciones hogareñas que pueden instalar dispositivos de asistencia (por ejemplo, pasamanos en los baños y rampas de acceso), y asistencia en el hogar para la salud y las labores domésticas. Averigüe si hay opciones de vivienda disponibles para satisfacer sus necesidades cambiantes.

Los miembros de la familia pueden no entender cómo la planeación de la sucesión de sus padres podría impactar su propia situación financiera así como la de sus hijos.

Lista de Control para la Conversación

Las familias pueden evitar problemas potenciales y colocarse en una posición para lidiar con necesidades vitales posteriores entendiendo y preparándose para enfrentar los siguientes asuntos.

Organización Financiera

Hay muchos recursos financieros que sus seres queridos pueden estar ya recibiendo o para los cuales pueden ser elegibles. El Seguro Social es el programa federal que le suministra a los jubilados un ingreso regular basado en la historia laboral, y beneficios para trabajadores discapacitados. Quienes han sido trabajadores durante largo tiempo habitualmente tienen pensiones que son planes de compensación para la jubilación ya sea totalmente administrados por el empleador, o que involucran contribuciones del empleado, tales como Anualidades con Impuestos Diferidos (Tax-Deferred Annuities - TDAs) o Cuentas de Jubilación Individual (Individual Retirement Accounts - IRAs). Algunas personas han “perdido” una pensión que se ganaron, mientras otras olvidan una cuenta de jubilación establecida muchos años antes. Los individuos de bajos ingresos y los discapacitados, de 65 o más años de edad, también podrían ser elegibles para obtener beneficios mensuales en efectivo a través del Ingreso de Seguridad Suplementaria (Supplemental Security Income - SSI).

Pregunte...

- ¿Qué tipo de ingreso de jubilación recibe usted?
- ¿Los ahorros pensionales de todos los trabajos desempeñados durante los años están siendo recaudados?
- ¿Hay necesidad de presentar una solicitud para obtener beneficios de Ingreso de Seguridad Suplementaria?
- ¿Quién puede tener acceso a su información financiera importante en caso de una emergencia?
- ¿Dónde guarda usted estos documentos importantes?

“El treinta por ciento de los adultos no saben dónde guardan sus padres papeles importantes tales como sus tarjetas del seguro de salud, los estados financieros o el testamento.”

— Círculo de Familia y Fundación Kaiser (Family Circle and Kaiser Foundation)

Preparación Legal

Los testamentos y los poderes legales pueden no ser temas que sus parientes quieran discutir. Sin embargo, estos asuntos necesitan ser abordados antes de que sea demasiado tarde para asegurarse que sus activos sean atendidos apropiadamente y que sus preferencias relativas a tratamientos médicos sean conocidas. Un testamento determina cómo quiere una persona que sus propiedades sean distribuidas después de su muerte, y nombra una persona de confianza para ser el albacea; y un poder legal a término indefinido da la autorización escrita para que una persona nombrada por usted actúe en su nombre para cualquier propósito financiero o de atención de la salud que usted determine. Una instrucción anticipada es un documento legal que da las instrucciones para su atención de la salud si usted no está en capacidad de expresarlas por sí mismo.

Pregunte....

- ¿Tiene usted un testamento?
- ¿Ha otorgado usted un poder legal a término indefinido o pensado en quién desearía se hiciese cargo de sus finanzas o decisiones en materia de atención de la salud en caso de que usted no esté en capacidad de hacerlo?
- ¿Los documentos legales importantes están actualizados?
- ¿Dónde se guardan esos documentos importantes?
- ¿Qué otros asuntos legales le preocupan?

Seguro de Salud

La atención de la salud es una necesidad de alto costo, de manera que es crucial saber qué hay disponible para satisfacer las necesidades de los miembros de su familia, y qué son elegibles para recibir. La mayoría de los adultos mayores de 65 años de edad están cubiertos por Medicare, el programa federal de seguro de salud que ayuda a pagar los gastos médicos a los estadounidenses ancianos y a personas más jóvenes con discapacidades. Pero Medicare no cubre todas las necesidades, y un Seguro Suplementario (también llamado seguro Medigap) puede ser necesario para cubrir costos adicionales de atención de la salud. Medicaid, por otro lado, es el programa federal y estatal de seguros que ayuda a pagar los costos de atención de la salud de individuos de bajos ingresos, de cualquier edad. Por intermedio del mercado privado están disponibles los seguros de atención de largo plazo para ayudarle a los individuos a cubrir el costo de los servicios de atención de largo plazo tales como la atención de salud en el hogar y en hogares de reposo. Estas pólizas a menudo son costosas; sin embargo, las primas por lo general son más bajas si las pólizas son compradas a una edad más joven. Tener una póliza de seguro de atención de largo plazo asegura que su ser querido puede hacer su propia elección de qué servicios de atención de largo plazo recibe, y dónde los recibe.

Pregunte...

- ¿A medida que su estado de salud cambia, está usted preparado(a) para satisfacer sus necesidades de atención de salud de largo plazo?
- ¿Tiene usted una cobertura adecuada de seguro de salud (ni demasiada ni muy poca)?
- ¿Está usted en capacidad de pagar cómodamente los medicamentos recetados y otros costos de atención de la salud que debe pagar de su bolsillo?
- ¿Quiénes son sus doctores y cómo se pueden contactar?
- ¿Dónde guarda usted su tarjeta de seguro, la información de Medicare, y otros documentos importantes relacionados con la atención de la salud?

Servicios Comunitarios

Una de las formas más útiles de ayuda que los hijos adultos le pueden dar a sus padres es información acerca de los recursos de la comunidad que están disponibles para mejorar su independencia. Servicios tales como el de modificaciones hogareñas están disponibles

para ayudar a reducir el riesgo de accidentes y hacer más cómodo el desempeño de las actividades domésticas diarias. Los Sistemas de Respuesta de Emergencia no sólo llaman rápidamente la ayuda de emergencia, sino también pueden aumentar la sensación de seguridad dentro del hogar. Puede haber servicios de transporte disponibles para prestarle asistencia a los adultos mayores que necesitan ayuda para llegar a las citas con su médico. Hay muchos recursos comunitarios para ayudar a las personas mayores mediante el suministro de información o la prestación de un servicio requerido. Averigüe acerca de estos y otros servicios disponibles a través de su estado, las agencias del área sobre envejecimiento, y los proveedores locales de servicios para el envejecimiento poniéndose en contacto con el Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator) en el teléfono 1-800-677-1116 o en www.eldercare.gov.

Pregunte...

- ¿Hay reparaciones o modificaciones que podrían serle de ayuda, tales como la instalación de pasamanos en la bañera, un sistema de respuesta de emergencia, u otros dispositivos de asistencia?
- ¿Necesita usted asistencia con las labores domésticas, las compras, o actividades de cuidado personal?
- ¿Si por algún motivo usted se ve obligado(a) a permanecer en casa, necesitaría usted recibir las comidas a domicilio en casa?
- ¿Necesita usted transporte? ¿Qué servicios hay disponibles en su comunidad?
- ¿Cree usted que va a necesitar otras condiciones de vivienda en el futuro?

He aquí algunos servicios que pueden prestarle asistencia a los miembros de Su familia:

Atención Diurna para Adultos

Servicios sociales, recreativos y de salud prestados en un ambiente protector para individuos que no pueden ser dejados a solas debido a necesidades de atención de la salud, confusión o discapacidad.

Servicios de Información y Remisión / Asistencia (Information and Referral/Assistance Information Services - I&R/A)

Especialistas prestan asistencia y vínculos a los servicios y recursos disponibles.

Administración de Casos

Los administradores de casos trabajan con los miembros de la familia para evaluar las necesidades de los ancianos y coordinar los servicios para permitirles permanecer independientes.

Programas de Prevención del Abuso de Ancianos

Las acusaciones de abuso, negligencia y explotación de ancianos son investigadas por especialistas en servicios de protección. Se procede a intervenir en casos demostrados de abuso, negligencia o explotación.

Sistemas de Respuesta de Emergencia

Suministra sistemas domiciliarios electrónicos de alarma las 24 horas que le permiten a las personas obligadas a permanecer en casa llamar ayuda de emergencia.

Servicios de Empleo

Ayuda a los adultos mayores a explorar oportunidades de empleo.

Asistencia Financiera

Los programas de beneficios incluyen asistencia energética, consejería en administración financiera, cupones para alimentos, asistencia para medicamentos recetados y Seguro Social.

Servicios de Nutrición

Comidas nutritivas entregadas a domicilio (conocidas como “Comidas sobre Ruedas”) son suministradas a personas mayores que se ven obligadas a permanecer en casa. Las Comidas Congregadas brindan la oportunidad a las personas mayores de disfrutar de una comida y socializar con otros ancianos de la comunidad.

Servicios de Actividades del Hogar

Estos servicios incluyen labores domésticas, compras, y mantenimiento del hogar.

Servicios de Salud en el Hogar

Incluyen actividades tales como cambio de vendajes en heridas, chequeo de signos vitales, limpieza de catéteres y suministro de alimentación por tubo.

Asistencia Legal

Asesoría y representación a disposición de las personas de 60 o más años de edad para determinados asuntos legales incluyendo beneficios de programas gubernamentales, derechos de los inquilinos, y problemas de los consumidores.

Cuidado Personal

Los servicios le prestan asistencia a individuos con impedimentos funcionales para actividades tales como bañarse, vestirse, caminar, supervisión, seguridad emocional, y comer.

Atención de Relevó (Respite)

Les ofrece a los proveedores de cuidados un descanso de la supervisión constante y la atención personal de una persona con un impedimento funcional.

Opciones de Vivienda para Ancianos

La variedad de opciones disponibles incluyen: vivienda asistida, comunidades de jubilación, instalaciones de reposo, vivienda asistida por el gobierno, y vivienda compartida.

Programas de Centros para Ancianos

Ofrecen una variedad de programas recreativos y educativos, seminarios, eventos y actividades para adultos mayores.

Apoyo por Teléfono

Voluntarios capacitados entran en contacto regular y realizan revisiones de seguridad para darle confianza y apoyar a los ciudadanos mayores obligados a permanecer en casa y a las personas discapacitadas.

Transporte

Hay servicios a disposición de individuos mayores o discapacitados que no cuentan con transporte privado, o que no están en capacidad de utilizar el transporte público para satisfacer sus necesidades.

Servicio de Voluntarios

Los voluntarios proveen apoyo por teléfono diariamente, visitas amistosas y consejería sobre seguros para los adultos mayores.

Enfoques para la Conversación

Prepárese para ser abierto, honesto, y no polémico. Esté listo a escuchar y oír lo que le están diciendo. Tenga algún conocimiento acerca del tema del que está hablando.

Directo

Si la persona que recibe la atención tiene una personalidad inclinada a ‘no andarse con rodeos e ir directo al grano’, exprese sus inquietudes abiertamente y haga preguntas para obtener la información que necesita para abordar situaciones específicas que se pueden presentar.

Educativo

Para ese pariente que puede necesitar un delicado “empujoncito”, usted puede quizás empezar compartiendo una experiencia de la situación personal de otro proveedor de cuidados que usted conozca, y explicar cómo eso le hizo caer en cuenta de la importancia de discutir asuntos ahora que le ayudarán a prestar una mejor asistencia en el futuro.

Experto

Para el pariente que se rehúsa a hablar acerca de asuntos personales o tiende a acusar a sus hijos de tratar de asumir el control de su vida, busque convertirlos a ellos en expertos pidiéndoles consejos acerca de un asunto en particular – por ejemplo, “¿qué tipo de plan de atención de largo plazo debo investigar?”, o, “¿me puede recomendar a alguien que me ayude a preparar mi testamento?” Esta estrategia no es amenazadora y podría llevarlos a que compartan detalles personales, o al menos a permitirle saber cuál es su posición en ese tema.

Recursos

Organizaciones / Publicaciones

Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator)

www.eldercare.gov

1-800-677-1116

Administración de Asuntos sobre la Vejez (Administration on Aging)

www.aoa.gov

Administración del Seguro Social (Social Security Administration)

www.ssa.gov

1-800-772-1213

Medicare

www.medicare.gov

1-800-Medicare

MÁS SABIAS (WISER)

Pasos Financieros para Proveedores de Cuidados: Lo Que Usted Necesita Saber Acerca del Dinero y la Jubilación (Financial Steps for Caregivers: What You Need to Know About Money and Retirement)

www.wiserwomen.org

Fundación de la Familia Kaiser (Kaiser Family Foundation)

Cómo Hablar con Sus Padres acerca de Medicare y Cobertura de Salud (Talking with Your Parents about Medicare and Health Coverage)

www.kff.org

Asociación Estadounidense de Abogacía – Comisión sobre Ley y Envejecimiento (American Bar Association - Commission on Law and Aging)

Decisiones de Salud y Financieras: Herramientas Legales para Preservar Su Autonomía Personal (Health and Financial Decisions: Legal Tools for Preserving Your Personal Autonomy)

www.abanet.org/aging

Corporación de Garantías de Beneficios Pensionales (Pension Benefit Guaranty Corp.)

Cómo Encontrar una Pensión Perdida (Finding a Lost Pension)

(en el sitio web, ver publicaciones/

Publicación para Participantes en Pensiones [Pension Participant Publication])

www.pbgc.gov

Entre en Contacto con el Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator)

Entre en contacto con el Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator) en el 1-800-677-1116, de lunes a viernes, 9:00 a.m. a 8:00 p.m. Hora Estándar del Este o a través del sitio web en: www.eldercare.gov

El Localizador de Atención para Ancianos (Eldercare Locator) es un servicio público de la Administración de Asuntos sobre la Vejez del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services Administration on Aging), y es administrado por la Asociación Nacional de Agencias de Área sobre el Envejecimiento (National Association of Area Agencies on Aging) en cooperación con la Asociación Nacional de Unidades Estatales sobre el Envejecimiento (National Association of State Units on Aging).