

Servicio de localización de cuidados para personas mayores (*Eldercare Locator*)

[Volver a la página anterior](#)

Hojas de datos

Servicios de relevo

¿QUÉ SON LOS SERVICIOS DE RELEVO?

Millones de norteamericanos proveen asistencia gratuita cada año a familiares, amigos y vecinos ancianos para ayudarlos a permanecer en sus propios hogares y comunidades tanto tiempo como sea posible. A veces, estos cuidadores necesitan tomarse un tiempo para relajarse o para atender otras responsabilidades. Es en esos momentos cuando los servicios de relevo pueden resultar útiles. Les permiten a los cuidadores familiares tomarse el descanso que necesitan y garantizan además que sus seres amados de edad avanzada sigan recibiendo la atención que necesitan.

Los servicios de relevo no son siempre iguales. El tiempo de relevo puede ir desde una parte del día hasta varias semanas. El relevo abarca una diversidad de servicios que incluyen el tradicional cuidado en el hogar, así como el cuidado diurno de adultos, servicios expertos de enfermería, cuidado de la salud en el hogar y cuidado institucional a corto plazo. Más específicamente, el relevo puede adoptar cualquiera de las siguientes formas:

- Cuidado diurno de adultos. Estos programas han sido concebidos para brindar cuidados y compañía a personas débiles y discapacitadas que necesitan ayuda o supervisión durante el día. El programa ofrece alivio a los familiares o cuidadores y les permite tener la libertad de ir a trabajar, atender asuntos personales o simplemente relajarse sabiendo que su familiar está seguro y bien atendido.
- Servicios de relevo informales y voluntarios. Esto es tan simple como suena. Significa aceptar ayuda de otros familiares, amigos, vecinos o voluntarios de la iglesia que se ofrecen a quedarse con la persona mayor mientras usted va hasta la tienda o hace otros recados. A veces, el grupo de la iglesia o la AAA local (*del inglés, Area Agency on Aging, Agencia del Área en Asuntos sobre la Vejez*) hasta organiza un “programa formal de visitantes amistosos” a través del cual es posible que los voluntarios también provean servicios básicos de relevo. Muchas comunidades han establecido programas de cuidadores de distintas religiones (*Interfaith Caregiver Programs*) o de fe en acción (*Faith in Action Programs*), en los cuales se asignan voluntarios de comunidades basadas en la fe a determinados cuidadores para brindarles cierto alivio.

condiciones de salud:

- 1. Servicios de compañía para ayudar al cuidador familiar a supervisar, entretener o simplemente visitar a la persona mayor cuando se siente sola y desea compañía;
- 2. Servicios domésticos para ayudar con los quehaceres de la casa, preparar comidas o hacer las compras;
- 3. Servicios de cuidado personal para ayudar a la persona mayor a bañarse, vestirse, ir al baño y/o hacer ejercicios;
- 4. Servicios expertos de cuidado para ayudar al cuidador familiar a atender las necesidades médicas de la persona mayor, como administrarle los medicamentos.

¿CÓMO SE PAGA EL RELEVO?

El costo de los servicios de relevo varía según el tipo de agencia y de los servicios que se necesiten, pero los programas federales y/o estatales pueden ayudar a pagarlos. Es posible que las pólizas de seguro de cuidados a largo plazo cubran parte del costo de estos servicios. Su AAA local (*ver más arriba*) puede proporcionarle más información acerca de si hay asistencia financiera disponible, dependiendo de su situación y del lugar donde viva.

Para solucionar el problema, Kathy llamó a su AAA (*ver más arriba*) y luego se puso en contacto con un programa de servicios de relevo que el personal de la AAA le recomendó. Después de hablar con Kathy, la agencia comenzó a enviar a su casa a un cuidador capacitado tres veces a la semana. El proveedor de servicios de relevo se asegura de que el Sr. M coma regularmente y esté tan cómodo como sea posible durante las tardes en que Kathy tiene que trabajar o atender a sus hijos.

¿PUEDE EL PROGRAMA NACIONAL DE APOYO A LOS CUIDADORES FAMILIARES OFRECER RELEVO?

Con la promulgación de las OAAA (*del inglés, Older Americans Act Amendments, Enmiendas a la Ley de Norteamericanos Mayores*) del año 2000 (Ley de derecho público nro. 106-501), se estableció un importante programa, el NFCSP (*del inglés, National Family Caregiver Support Program, Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares*). Se han asignado fondos a los estados para trabajar en asociación con

Un caso real

El siguiente caso real describe una situación en la cual una cuidadora familiar podría beneficiarse enormemente haciendo arreglos para contar con servicios de relevo básicos para ayudarla a cuidar a un ser amado mientras se recupera en su hogar después de una estadía en el hospital:

El Sr. M tiene 83 años y vive con su hija Kathy y su familia en el campo. Hace dos semanas, el Sr. M se cayó en las escaleras del frente de su casa y se rompió la cadera. Fue hospitalizado y operado para reparar la fractura y luego se lo envió a su casa para recuperarse de sus lesiones.

Si bien Kathy está feliz de hacer lo que puede para ayudar a su padre a mejorar, tiene un trabajo de medio tiempo y dos niños que también necesitan su atención. Simplemente no le alcanzan las horas del día para cuidar a todos, hacer su trabajo pago y evitar al mismo tiempo estresarse y enfermarse.

componente específico de estos sistemas son los servicios de relevo. Esto podría incluir, por ejemplo, servicios de relevo proporcionados en el hogar, un programa para el cuidado del adulto durante el día o durante un fin de semana en un asilo de ancianos o en una residencia asistida. Para obtener más información sobre el NFCSP, visite el sitio Web de la AoA (*del inglés, Administration on Aging, Administración de Asuntos sobre la Vejez*) en <http://www.aoa.gov/carenetwork>.

¿CÓMO PUEDO ASEGURARME DE QUE LOS SERVICIOS DE RELEVO SEAN DE CALIDAD?

Al evaluar un programa de servicios de relevo, los miembros de la familia deberían verificar si el programa tiene licencia del estado en el que viven (si es que se exige una licencia) y si los cuidadores reúnen las condiciones necesarias para el trabajo. Pueden preguntarles lo siguiente a los administradores del programa de servicios de relevo con el propósito de evaluar sus acreditaciones:

- si las familias tienen un límite de cierta cantidad de horas con respecto a los servicios que necesitan;
- si el proveedor puede cuidar a más de una persona a la vez;
- si los miembros de la familia pueden conocer y entrevistar a las personas que habrán de brindar los servicios de relevo;
- si el programa provee transporte para el cuidador/la persona mayor;
- si el programa mantiene un registro activo del estado de salud y demás necesidades de la persona mayor, y si existe un plan de cuidados por escrito;
- cómo se selecciona a los cuidadores para sus empleos;
- cómo se capacita a las cuidadores y si reciben capacitación extra, si corresponde, para satisfacer las necesidades específicas de una familia;
- cómo se supervisa y evalúa a los cuidadores;
- cuál es el costo de los servicios de relevo y qué incluye ese costo;
- con cuánta anticipación deben llamar los miembros de la familia para solicitar los servicios;
- cómo manejan los cuidadores las emergencias y qué instrucciones reciben para prepararlos para situaciones imprevistas (quedar aislados por la nieve o quedarse sin electricidad durante una tormenta, por ejemplo);
- cómo se evalúa al programa y si se contacta a los miembros de la familia para obtener sus comentarios y sugerencias (de ser así, ¡lea sus comentarios!).

En segundo lugar, al entrevistar a un posible relevo en el hogar, debería preguntarle lo siguiente:

- si cuenta con referencias y cuáles son;
- si tiene algún tipo de habilidades especiales que podrían ayudarlo(a) a hacer el trabajo;
- si ha trabajado alguna vez con alguien en el mismo estado de salud que su ser amado;
- cómo manejaría determinada situación (mencione ejemplos de desafíos a los que se haya enfrentado como cuidador familiar);
- cuáles son sus antecedentes y capacitación;
- cuál es su experiencia anterior en la provisión de servicios de relevo;
- cuándo está disponible y si cuenta con un reemplazante/asistente para el caso de no poder presentarse según lo previsto;
- con quién puede hablar la familia en la agencia si le preocupa algo;
- por qué está interesado en el trabajo;
- por qué dejó su trabajo anterior.

¿DÓNDE PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE LOS SERVICIOS DE RELEVO?

Las siguientes organizaciones proporcionan información útil para los cuidadores sobre una diversidad de temas que incluyen los servicios de relevo:

La Asociación del Mal de Alzheimer (*Alzheimer's Association*) brinda capacitación y apoyo a las personas a las que se les ha diagnosticado esta enfermedad y a sus familias y cuidadores. Para encontrar el capítulo más cercano o solicitar una copia de la guía de servicios de relevo de la asociación, visite su sitio Web en <http://www.alz.org/> o llame al 1-800-272-3900.

La Alianza para Cuidadores de Familia (*Family Caregiver Alliance*) cuenta con un centro de recursos y publica hojas de datos y un boletín informativo con consejos para cuidadores familiares. Puede ponerse en contacto con esta organización llamando al 1-415-434-3388 o visitando su sitio Web en:

- <http://www.caregiver.org/>

La Alianza Nacional del Cuidado (*National Alliance for Caregiving*) es un emprendimiento conjunto de varias agencias privadas y gubernamentales. El sitio Web de la alianza brinda información útil y enlaces a servicios de cuidado. Puede ponerse en contacto con este recurso visitando su sitio Web en:

- <http://www.caregiving.org/>

Para obtener información sobre servicios diurnos de cuidado de adultos, puede ponerse en contacto con la NADSA (*del inglés, National Adult Day Services Association, Asociación Nacional de Servicios de Cuidado Diurno de Adultos*) llamando al (703) 610-9005 o visitando su sitio Web en:

- <http://www.nadsa.org/>

Para obtener más información sobre programas de cuidados de hospicio en el lugar donde usted vive, puede ponerse en contacto con su proveedor local de asistencia e información acerca de asuntos sobre la vejez o con su AAA local (*ver más arriba*). Puede comunicarse con el servicio de localización de cuidados para personas mayores (*Eldercare Locator*), un servicio público de la AoA (*ver más arriba*) llamando al 1-800-677-1116 o visitando el sitio Web <http://www.eldercare.gov>. Este servicio puede ayudarlo a conectarse con estas agencias.

[Volver a la página anterior](#)