



## Cómo Encontrar Recursos Comunitarios

# Hogares de Ancianos, Instituciones de Vida Asistida y Otros Centros de Cuidado a Largo Plazo

Los centros de cuidado a largo plazo son para aquellas personas que ya no pueden cuidar de sí mismos en su hogar. Ejemplos de estos centros son los hogares de ancianos y las instituciones de vida asistida.

### **La importancia de los centros de cuidado a largo plazo**

No es fácil dejar el hogar para irse a vivir a otro sitio. Sin embargo, los centros de cuidado a largo plazo ofrecen importantes servicios para personas que necesitan supervisión. Trasladar de su ser querido a uno de estos centros puede ayudar a mejorar su salud. También puede ayudarle a reducir su nivel de estrés. Inclusive, puede tener un efecto positivo en su relación con su ser querido.

### **¿Cómo encontrar un centro de vivienda a largo plazo para u ser querido?**

Reúna información sobre los centros de cuidado a largo plazo situados en el área donde vive.

- Visite los centros que le interesan. Preséntese sin avisar en días y horas diferentes.
- Observe al personal mientras trabaja.
- Converse con los pacientes y los empleados.
- Fíjese en si hay olores desagradables.

### **¿Dónde obtener información importante sobre los centros de cuidado a largo plazo?**

- Puede solicitar ver el informe sobre la inspección de cualquier centro que le interese. Este informe, emitido por la agencia estatal responsable, describirá la calidad de la atención proporcionada y señalará los problemas que hayan habido, incluyendo los del edificio.

- Póngase en contacto con la Oficina local del Ombudsman (Representante del Ciudadano) encargado de los centros de cuidado a largo plazo. Estos representantes visitan periódicamente los centros para asegurarse de que los servicios de atención y cuidado son adecuados. También investigan las quejas presentadas por los residentes. Para localizar la Oficina del Ombudsman local, visite la página del Internet de la Administration on Aging (Administración para Asuntos de las Personas Mayores) en <http://www.aoa.gov> (en inglés).
- Busque información en el Internet (consulte la sección de “Otros Recursos” al final de este folleto informativo).
- Hable con profesionales de confianza, como trabajadores sociales, enfermeras y médicos. Estos pueden orientarle sobre sus opciones y recomendarle alguna.

## Tipos de centros de cuidado a largo plazo

Existen muchos tipos de centros de cuidado a largo plazo. Antes de tomar una decisión definitiva, considere tanto las necesidades de su ser querido como las suyas propias.

### Los hogares de ancianos (Nursing Homes)

Los hogares de ancianos (nursing homes) pueden ser la mejor opción para aquellas personas que, tras sufrir un derrame cerebral, requieren atención especializada las 24 horas del día. La atención especializada son los servicios que prestan los profesionales médicos cualificados, como las enfermeras. La atención especializada de enfermería consiste en tareas como cambiar vendajes de heridas, administrar líquidos intravenosos (IV) y suministrar inyecciones. También van incluidos en la atención especializada servicios de rehabilitación, como la terapia del habla o física.

En los hogares de ancianos también se proporciona atención de custodia. Este tipo de atención va dirigido a aquellas personas que no pueden cuidar de sí mismas, pero sin tener necesidad de atención especializada. Quizás tengan una enfermedad crónica o estén delicadas. La atención de custodia se centra en las actividades de la vida diaria, como bañarse, vestirse y comer.

Los pacientes de los hogares de ancianos son visitados periódicamente por un profesional de la salud, como un médico o una enfermera especializada. A veces, en casos de emergencia estos centros llaman a profesionales médicos. Hay también auxiliares de enfermería que ayudan con los cuidados personales, como bañarse, comer e ir al baño.

Por lo general, los hogares de ancianos tienen un costo más alto que otros tipos de centros de cuidado a largo plazo. La mayoría de ellos pertenecen a empresas. Otros están a cargo de grupos religiosos, gobiernos locales u organizaciones sin fines de lucro. Es posible que Medicaid, Medicare u otros seguros paguen la atención proporcionada. Otras veces, el mismo paciente o su familia pagan por estos servicios.

Si desea más información sobre el cuidado de personas afectadas por un derrame cerebral, visite la página de inicio de RESCUE: <http://www.rorc.research.va.gov/rescue-espanol>

## **Las instituciones de vida asistida (Assisted Living Facilities)**

Las instituciones de vida asistida (assisted living facilities) son para aquellas personas que ya no pueden vivir en su hogar. Estas instituciones tienen un estilo más “casero” que los hogares de ancianos. Pueden disponer de apartamentos privados o habitaciones privadas o compartidas.

En estas instituciones se ofrecen tres comidas al día, que suelen servirse en un comedor común. Los cuidadores ayudan a los residentes en actividades tales como comer, vestirse y tareas de higiene personal. También administran medicinas y ayudan con las tareas de limpieza y lavandería. En algunas de estas instituciones se organizan actividades recreativas y sociales. A veces, se ofrecen diferentes terapias, como la del habla y física.

Por lo general, Medicare no paga los cuidados de vida asistida. Medicaid, en cambio, paga algunos servicios. Es posible que los seguros de atención a largo plazo paguen parte de estos cuidados. La mayoría de los costos los suelen pagar el ser querido o su familia.

## **Las residencias de alimentación y cuidado (Board and Care Homes)**

Las residencias de alimentación y cuidado (board and care homes) son parecidas a las instituciones de vida asistida, pero suelen ser más pequeñas y más “caseras”. A veces, se las llaman “hogares o residencias para adultos”. Los cuidadores ayudan a los residentes, entre otras cosas, con la administración de medicinas y los cuidados personales. Los costos y servicios varían según la residencia. Los programas estatales pueden cubrir los costos de la atención prestada en estas residencias.

## **Las comunidades de retiro con cuidado continuo (Continuing Care Retirement Communities)**

Las comunidades de retiro con cuidado continuo (continuing care retirement communities) ofrecen todos los niveles de cuidados, desde la atención de vida asistida hasta la de enfermería completa. Pueden disponer de casas y apartamentos independientes. Estas comunidades hacen posible que los adultos mayores permanezcan en un ambiente familiar a medida que cambian sus necesidades. Muchas de estas comunidades están a cargo de grupos religiosos, órdenes fraternales u otras organizaciones. Algunas incluyen la atención médica en su costo. Otras la cobran sólo cuando se necesite. Con frecuencia, es necesario firmar un contrato.

## Consejos útiles

- Trate de que su ser querido participe en la selección de un centro de cuidado a largo plazo.
- El traslado de su ser querido a otro lugar de residencia supone un gran cambio tanto para él como para usted. Al principio, es aconsejable que las visitas que le haga sean frecuentes y breves. Más adelante, puede ser beneficioso que las visitas sean más largas.
- No espere hasta que se produzca una situación de crisis para buscar un centro de cuidado a largo plazo. Suele haber largas listas de espera y espacio limitado.
- Familiarícese con los diferentes tipos de centros de cuidado a largo plazo. Escoja el que satisfaga mejor las necesidades de su ser querido y las suyas propias.
- El Hospital de Veteranos (VA) ofrece diferentes centros de cuidado a largo plazo. Si desea más información, consulte con el trabajador social de su Hospital de Veteranos (VA).

## Recuerde

- Infórmese bien sobre los distintos tipos de centros de cuidado a largo plazo.
- Reúna información sobre los centros que más le interesan.
- Trabaje junto con su ser querido y la familia para escoger el mejor centro. Es importante hacerlo antes de que pueda producirse una situación de crisis.

## Otros Recursos

Los siguientes recursos contienen enlaces de Internet. La ubicación de las páginas de Internet puede cambiar y por lo tanto los enlaces indicados a veces pueden no servir. Para ver la versión más actual de esta lista, visite <http://www.rorc.research.va.gov/rescue-espanol>.

**Exención de responsabilidad con respecto a los enlaces:** La inclusión de enlaces a información y a sitios web externos al Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de los Veteranos o VA, por sus siglas en inglés) no indica la aprobación de los productos o servicios ofrecidos en esos sitios. Además, las políticas de privacidad y seguridad de esos sitios pueden ser incoherentes con las del VA.

**American Geriatrics Society Foundation for Health in Aging (Fundación para el Envejecimiento Saludable, Sociedad Americana de Geriatría)**

Web: <http://www.healthinaging.org> (en inglés)

Teléfono: 1-800-563-4916

Eldercare at Home (Cuidado de las Personas Mayores en Casa) es una guía detallada (en inglés) sobre cómo cuidar a una persona mayor en casa. En ella se incluye un capítulo sobre cómo escoger un hogar de ancianos (Choosing a Nursing Home). Esta guía se puede obtener sin costo alguno en la página del Internet de The American Geriatrics Society Foundation for Health in Aging (Fundación para el Envejecimiento Saludable, Sociedad Americana de Geriatría).

[http://www.healthinaging.org/public\\_education/eldercare](http://www.healthinaging.org/public_education/eldercare) (en inglés)

**Department of Veterans Affairs (Centro Médico del Hospital de Veteranos)**

Web: <http://www.va.gov> (en inglés)

Si desea más información sobre los centros de cuidado a largo plazo, póngase en contacto con el trabajador social de la oficina local del hospital de veteranos (VA).

**Eldercare Locator, Area Agency on Aging (Servicio de Localización de Cuidados para Personas Mayores)**

Web: <http://www.eldercare.gov> (en inglés)

Teléfono: 1-800-677-1116

Eldercare Locator (Servicio de Localización de Cuidados para Personas Mayores) cuenta con información sobre los centros de cuidado a largo plazo situados en cualquier zona del país.

**Medicare**

Web: <http://www.medicare.gov> (en inglés)

Teléfono: 1-800-633-4227

Centros de Servicios de Medicare ofrece la posibilidad de comparar los hogares de ancianos situados en cualquier zona del país.

<http://www.medicare.gov/NHCompare/Home.asp> (en inglés)

<http://www.medicare.gov/Spanish/Overview.asp> (en español; haga clic en “Compare Asilos de Ancianos”)

Para saber en qué fijarse al visitar un hogar de ancianos, una vez que esté en “Compare Asilos de Ancianos” haga clic en “Asilos de Ancianos lista de verificación”. Para ver esta información en inglés, visite la página del Internet <http://www.medicare.gov/nursing/checklist.pdf>.

Si desea más información sobre el cuidado de personas afectadas por un derrame cerebral, visite la página de inicio de RESCUE: <http://www.rorc.research.va.gov/rescue-espanol>

## National Center for Assisted Living (El Centro Nacional de Instituciones de Vida Asistida)

Web: <http://www.ahcancal.org/ncal> (en inglés)

Teléfono: 1-202-842-4444

The National Center for Assisted Living (El Centro Nacional de Instituciones de Vida Asistida) dispone de información sobre las instituciones de vida asistida situadas en cualquier zona del país.

---

**Referencias:** Houts, P.S. (Ed.). (2004). *Eldercare at Home – Choosing a Nursing Home*, 2<sup>nd</sup> ed., New York, NY: The AGS Foundation for Health in Aging; Dreslin, J. (n.d.). *Nursing Homes – Never Say Never (Again); Stroke Caregivers Handbook*. Obtenido el 30 de junio de 2008 de [http://www.strokesafe.org/handbook\\_text/chapter\\_5.html](http://www.strokesafe.org/handbook_text/chapter_5.html); Caring.com. (2009). *How Much Care Will Your Parent Need After a Stroke?* Obtenido el 27 de octubre de 2008 de <http://www.caring.com/articles/care-after-a-stroke>.

---



Estos materiales fueron creados para el proyecto:  
**Web-Based Informational Materials for  
Caregivers of Veterans Post-Stroke**  
(Materiales Informativos Basados en Internet  
para Cuidadores de Veteranos Afectados  
por un Derrame Cerebral)

Número de proyecto SDP 06-327 financiado por el VA HSR&D Quality Enhancement Research Initiative (QUERI) (Iniciativa de Investigación para Mejorar la Calidad o QUERI, por sus siglas in inglés)

---

