



Cómo Ayudar a su Ser Querido a Ser Más Independiente

Manejar y Otros Modos de Transporte

El derrame cerebral puede dañar partes del cerebro que las personas necesitan para manejar con seguridad. Entre otras cosas, la capacidad de pensar, ver y moverse, pueden verse afectadas. Con la práctica, la mayoría de los pacientes podrá aprender a manejar de nuevo. Otros no podrán hacerlo nunca.

Manejar con seguridad es importante

Manejar permite a las personas tener independencia. Con frecuencia, se piensa que manejar da una sensación de control. Si su ser querido no puede manejar, hablen sobre lo que esto significa para él o ella. Puede que se sienta menos independiente. Por lo tanto es importante que muestre respeto hacia la opinión de su ser querido. En cambio, si su ser querido puede manejar busque la forma de garantizar que lo haga con seguridad.

Asegúrese de que su ser querido maneje con seguridad

Hable con los profesionales de la salud que atienden a su ser querido. Pregunte si sus problemas de salud afectan sus habilidades para manejar. Algunos de los problemas se podrán solucionar. Es aconsejable que los profesionales de la salud le hagan un chequeo médico completo y que evalúen las medicinas que toma.

Averigüe si el Hospital de Veteranos (VA) ofrece servicios de evaluación de los conductores. Con frecuencia, los centros de rehabilitación pueden evaluar las habilidades de manejo de los conductores.

Póngase en contacto con el Departamento de Vehículos de Motor (Department of Motor Vehicles, DMV) de su área. Infórmese si este departamento ofrece pruebas para comprobar la seguridad en el manejo.

Señales de un conductor peligroso

- Pasarse los semáforos en rojo y detenerse ante los verdes
- Confundir el acelerador y el freno
- Cambiarse de carril sin darse cuenta
- Perderse en lugares conocidos
- Chocar contra otros autos u objetos
- Enojarse o confundirse ante las situaciones del tráfico

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>

Si observa una o más de estas señales en su ser querido, comparta con los profesionales de la salud sus preocupaciones al respecto. Si desea más información, consulte la sección de “Otros Recursos” al final de este folleto informativo.

Ayude a que su ser querido maneje con seguridad

- Permita a su ser querido manejar sólo durante el día y por rutas que conozca.
- Infórmese si existe en su área algún programa para mejorar las técnicas de manejo. Es posible que la Asociación Americana de Jubilados, (AARP por su siglas en inglés) y otras organizaciones ofrezcan ese tipo de clases. Si desea información más detallada, visite la página del Internet <http://www.aarp.org/español> (en español).
- Si su ser querido tiene problemas del habla o el lenguaje, pídale que lleve consigo una tarjeta de afectados por la afasia. La tarjeta explicará por qué no puede responder a preguntas e indicará cómo contactarle a usted. En esta página del Internet <http://www.aarpsegundajuventud.org/spanish/aboutaarp/index.htm> encontrará una tarjeta que puede imprimirse.
- Asegúrese de que su ser querido conozca los síntomas que avisan un nuevo derrame cerebral. Comente con él o ella lo que debe hacer si se presentan estos síntomas mientras maneja. Lo primero sería detenerse al costado de la avenida tan rápido y de la manera más segura que sea posible y llamar al 911.

Qué hacer si su ser querido no puede manejar

Haga una lista con los lugares a los que su ser querido necesite ir. Puede tener que ir a visitas médicas, hacer la compra o realizar actividades sociales. Determine la mejor forma de lograr que vaya a esos lugares. Aquí hay algunas sugerencias:

- Hable con el trabajador social del Hospital de Veteranos (VA) sobre las opciones de transporte para llegar a las clínicas.
- Use taxis y transportes públicos. Pídale a familiares, amigos y vecinos que lleven a su ser querido a que haga los mandados y a las citas médicas.
- Los servicios de transporte son diferentes en cada area. Por ejemplo, puede haber organizaciones sin fines de lucro que ofrezcan conductores voluntarios. La Agencia del Área sobre Asuntos del Envejecientes (Area Agency on Aging) puede tener más información al respecto. Los datos de contacto de esta agencia se encuentran en la sección de “Otros Recursos”, al final de esta hoja informativa.

- Algunas tareas pueden hacerse en Internet, por correo o por teléfono. Infórmese si en su área existen servicios de entrega a domicilio. Por ejemplo, pueden ser de alimentos, productos de las tiendas y medicinas. Si decide usar estos servicios asegúrese de que las tiendas que los prestan sean de plena confianza.
- Averigüe si en su área existe el programa Meals-on-Wheels, un servicio de entrega de comida a domicilio. Vaya a la página del Internet <http://www.mowaa.org> (en inglés), haga clic en el enlace “Find a Meal” (Busque una comida), y escriba el nombre de su ciudad (City) y estado (State). Si hay alguna agencia que ofrece este programa en su área, aparecerá su nombre.

Cómo pagar el transporte

Algunos servicios de transporte son gratuitos y otros no. Pídale al trabajador social del Hospital de Veteranos (VA) que lo ayude a encontrar este tipo de servicios. Es posible que los brinden los centros de vida independiente y las agencias para personas discapacitadas. La Agencia del Área sobre Asuntos del Envejecientes (Area Agency on Aging) de su área puede ofrecerle información al respecto. Pregunte si existen vales que cubran el costo del transporte. También puede haber programas para ayudar a que su ser querido use estos servicios de manera segura.

Recuerde

- Hable con los profesionales de la salud que atienden a su ser querido sobre sus habilidades para manejar. Ellos pueden determinar si sus problemas de salud afectan su capacidad de manejo.
- Esté atento a las señales de un conductor peligroso. Infórmese si hay algún programa que pueda ayudar a que su ser querido maneje mejor. Si es necesario, el trabajador social del Hospital de Veteranos (VA) puede recomendar servicios de transporte.
- Sea respetuoso sobre la opinión de su ser querido sobre lo importante que es el poder manejar. Las personas que no pueden manejar suelen sentirse menos independiente.

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.

AGS Foundation for Health in Aging (Fundación AGS para el Envejecimiento Sano)

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

Teléfono: 1-212-755-6810

The AGS Foundation for Health in Aging (Fundación AGS para el Envejecimiento Sano) tiene una lista con las señales que avisan de conductores peligrosos.

http://www.healthinaging.org/public_education/pef/safe_driving_for_seniors.php (en inglés)

Eldercare Locator, Area Agency on Aging – AAA (Servicio de Localización de Cuidados para Personas Mayores, Agencia de la Zona para Personas Mayores)

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

Teléfono: 1-800-677-1116

Eldercare Locator, Area Agency on Aging (Servicio de Localización de Cuidados para Personas Mayores, Agencia de la Zona para Personas Mayores) puede informarle sobre los recursos y servicios de transporte de su zona.

Meals-on-Wheels Association of America

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

Teléfono: 1-703-548-5558

Averigüe si en su area existe el programa Meals-on-Wheels, un servicio de entrega de comida a domicilio. Vaya a la página del Internet, haga clic en el enlace “Find a Meal” (Busque una comida), y escriba el nombre de su ciudad (City) y estado (State). Si hay alguna agencia que ofrece este programa en su área, aparecerá su nombre.

National Center on Senior Transportation (Centro Nacional sobre el Transporte para Personas Mayores)

Web: <http://seniortransportation.easterseals.com> (en inglés)

Teléfono: 1-866-528-6278

National Center on Senior Transportation (Centro Nacional sobre el Transporte para Personas Mayores) cuenta con muchos recursos y fuentes de información para encontrar opciones de transporte.

Referencias: Cleveland Clinic. (2008). *Caregiving: Adult transportation*. Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de http://my.clevelandclinic.org/disorders/stroke/hic_caregiving_adult_transportation.aspx; National Highway Traffic Safety Administration. (2004). *Driving when you have had a stroke*. Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de <http://www.nhtsa.dot.gov>; American Stroke Association. (2008). *What are some warning signs of unsafe driving?* Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de <http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=3005465#signs>; AGS Foundation for Health in Aging. (2008). *The patient education forum: Safe driving for seniors*. Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de http://www.healthinaging.org/public_education/pef/safe_driving_for_seniors.php; American Stroke Association (2008). *How can I tell if I can drive?* Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de <http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=3005465>; American Medical Association. (2003). *Physician's guide to assessing and counseling older drivers*. Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de <http://www.ama-assn.org/ama/pub/physician-resources/public-health/promoting-healthy-lifestyles/geriatric-health/older-driver-safety/assessing-counseling-older-drivers.shtml>; Administration on Aging. (2008). *Transportation options for older adults*. Obtenido el 29 de septiembre de 2008, de <http://www.eldercare.gov>; The Stroke Association. (2006). *Driving after Stroke*. Obtenido el 28 de enero de 2009, de http://www.stroke.org.uk/information/our_publications/factsheets/02_driving_after.html.



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)

