



## ¿Necesitamos ayuda?

A veces garantizar lo mejor para sus seres queridos requiere de ayuda externa. Este folleto describe varios tipos de proveedores de cuidado. Además, presenta una lista de ventajas y desventajas de trabajar con agencias o con proveedores independientes.

Las familias pueden comenzar el proceso al contratar a un Gerente de cuidados de adultos mayores (o "Geriatra"). Esta persona puede ayudar a identificar qué tipo de atención es el que más se necesita y luego ayudar a coordinar esa atención.

Un Gerente de cuidados de adultos mayores es un profesional contratado (de honorarios por servicio) que posee el entrenamiento, las credenciales y la experiencia para apoyar a los cuidadores y demás personas en la toma de decisiones. Puede evaluar las necesidades de atención a domicilio, preparar planes a corto y largo plazo, ayudar a seleccionar personal de atención, coordinar y supervisar los servicios de asistencia médica y de apoyo, y brindar orientación en opciones de vivienda.

Un Gerente de cuidados de adultos mayores es un enfermero certificado, un trabajador social licenciado o un profesional médico que se especializa en la salud y el bienestar de los adultos mayores. Se recomienda que tenga un grado de maestría y licencia profesional. Conozca más en [www.aginglifecare.org](http://www.aginglifecare.org).

## ¿Quién es un cuidador?

Un cuidador es quien se encarga de alguien que no puede cuidarse a sí mismo; con frecuencia, brinda cuidado personal: bañándole, dándole de comer o vistiéndole. El cuidador puede ser un familiar, amigo u otra persona. Dependiendo de la cultura, puede haber varios miembros de la comunidad comprometidos con el cuidado de una persona, los cuales, generalmente, no reciben remuneración.



## Cuidado de adultos mayores y apoyo para sus cuidadores

### Asociación de Alzheimer

[Alz.org](http://Alz.org)

Obtenga ayuda para lidiar con los desafíos de la demencia y de cuidados, que se brinda a través de programas educativos gratuitos en la localidad, consultas y grupos de apoyo. Línea de ayuda 24 horas **1-800-272-3900**

### Servicio Connect-A-Ride

[connectaride@AccessJCA.org](mailto:connectaride@AccessJCA.org)

Obtenga información sobre una amplia gama de opciones de transporte local. Vehículos accesibles estándar y para sillas de ruedas, con supervisión. **301-738-3252**

### Centro de recursos para cuidadores de Holy Cross

[holycrosshealth.org/caregivers-resource-center](http://holycrosshealth.org/caregivers-resource-center)

Si vive con padres mayores o cuida a un ser querido o amigo, el centro brinda apoyo, educación y consejos de cómo envejecer saludablemente, y ayuda para entender el diagnóstico y el tratamiento de enfermedades. **301-754-7152**

### Asociación para Ciudadanos con Retraso del Condado de Montgomery - Cuidados de relevo

[thearcmontgomerycounty.org/what-we-do/respite](http://thearcmontgomerycounty.org/what-we-do/respite)

Tenga acceso a atención supervisada a corto plazo en casa para que los cuidadores sin pago tengan tiempo para hacer diligencias, asistir a sus citas y para su cuidado personal. **301-816-9647**

Si tiene más preguntas o necesita ser referido a algún programa, llame a:  
**Servicios para Adultos Mayores y Personas con Discapacidad del Condado de Montgomery**  
**240-777-3000**

*Este folleto está disponible en otros formatos. Para solicitar ayuda, llame al **240-777-3000** (o al Servicio de Retransmisión de Maryland al **711**)*

Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Montgomery  
401 Hungerford Drive, Rockville, MD  
[www.montgomerycountymd.gov/hhs](http://www.montgomerycountymd.gov/hhs)



# Apoyo para el cuidado de adultos mayores

## Opciones cuando busca cuidado de adultos mayores en casa



## Tipo de proveedores de cuidado

Para asegurarnos de que se reciba el mejor cuidado, es importante evaluar el nivel de cuidado que se necesita y conocer la diferencia entre los proveedores. Para ahorrar dinero querrá considerar diferentes proveedores para tareas distintas. Por ejemplo, una persona de limpieza puede ayudar con las tareas domésticas, un asistente de salud a domicilio (home health aide, HHA) puede brindar cuidados personales, un técnico certificado en medicamentos (certified medication technician, CMT) puede dar medicinas y brindar tratamiento en casa. Los proveedores pueden ser de agencias autorizadas o trabajadores independientes.

### Personal de limpieza

Ayuda con las tareas domésticas y la socialización.

*No se requiere entrenamiento específico.*

- Limpieza ligera del hogar y lavado de ropa
- Compras y preparación de comidas
- Acompañamiento a citas
- Ofrece compañía



### Asistente médico a domicilio (HHA)

Ayuda con las actividades personales de la vida diaria. *Entrenado y certificado tanto como asistente certificado de enfermería (certified nurse assistant, CNA) y como asistente de salud a domicilio por el Departamento de Salud de Maryland.*

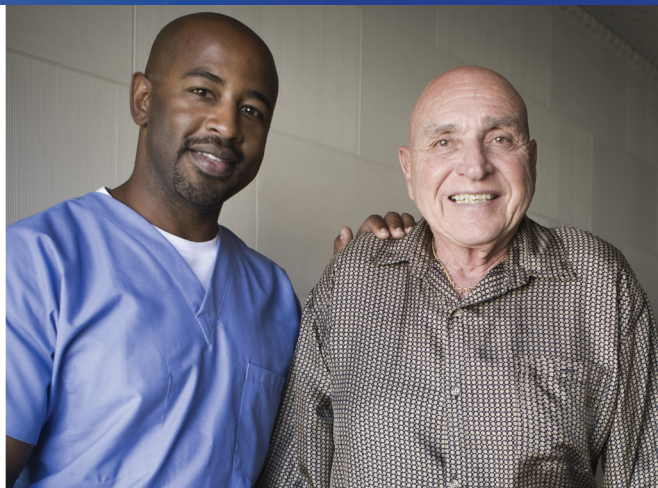
- Le da de comer
- Le baña y limpia la boca
- Le viste
- Le lleva al baño
- Le orienta con ejercicios de movilidad



### Técnico certificado en medicamentos (CMT)

Un asistente de enfermería certificado (Certified Nursing Assistant) CNA o HHA con entrenamiento adicional está certificado para administrar medicamentos y brindar apoyo con el tratamiento (supervisado por una enfermera licenciada o un médico). *Entrenado, certificado y registrado con el Departamento de Salud de Maryland.*

- Administración de medicamentos
- Tratamiento de enfermedades crónicas
- Fisioterapia
- Cuidado de heridas



## ¿Agencia de cuidados a domicilio o proveedor independiente?

Cuando escoja quién brindará los servicios, debe decidir entre buscar una agencia autorizada de cuidados a domicilio, donde la agencia es el empleador de la persona que brinda la atención, o contratar a un proveedor independiente, donde usted y su familia hacen las veces de empleador.

1. **Asistente de una agencia autorizada de cuidados a domicilio** (la agencia es el empleador)
2. **Proveedor independiente** (la familia o el cliente es el empleador)

Es importante que usted entienda las ventajas y desventajas cuando contrata a un cuidador a domicilio a través de una agencia autorizada o cuando elige a un proveedor independiente.

### Agencia de cuidados a domicilio (empleador del cuidador)

#### Ventajas

- La agencia contrata y supervisa al cuidador
- La agencia investiga los antecedentes criminales, verifica las referencias y el historial laboral
- La agencia coordina el horario del cuidador
- Puede ofrecer atención al cliente las 24 horas del día, los siete días de la semana, y personal de respaldo
- La agencia se encarga de la nómina, todas las retenciones (impuestos, seguro social), seguro de responsabilidad, bono de fidelidad y cualquier asunto que surja de la colocación del cuidador

#### Desventajas

- Mayor costo
- La selección del cuidador no la hace usted
- La selección del cuidador no la hace usted
- Puede tener restricciones en tareas o requerir un mínimo de horas por visita

### Independent (self-employed provider)

#### Ventajas

- Normalmente cobra menos por hora
- La selección del proveedor depende totalmente de usted
- Puede negociar un horario de trabajo más flexible
- Puede realizar una mayor variedad de tareas

#### Desventajas

- Su tiempo, costo y esfuerzo en contratar a un proveedor de cuidados de adultos mayores
- El cliente o la familia debe brindar toda la supervisión y vigilancia
- El cliente o la familia es responsable de la nómina, incluidos los impuestos federales y estatales, y el seguro social
- El cliente o la familia es responsable del seguro de responsabilidad y de gestionar los asuntos legales
- Sin cobertura de respaldo en caso de ausencia del proveedor



### Mantenga a sus seres queridos a salvo

Si tiene alguna inquietud sobre negligencia, explotación económica, maltrato físico o abuso sexual, llame a los Servicios de Protección de Adultos al **240-777-3000**. No necesita comprobar el abuso. Es responsabilidad del personal entrenado investigar las sospechas. Si alguien se encuentra en una situación potencialmente mortal o de peligro inmediato, llame al **9-1-1**



El condado de Montgomery también elaboró un folleto comprensivo disponible en Internet:

### Hiring In-Home Elder Care Resource Guide (Guía de recursos para contratar el cuidado a domicilio de adultos mayores)

Para ver, descargar e imprimir, visite:  
[montgomerycountymd.gov/senior/caregiver.html](http://montgomerycountymd.gov/senior/caregiver.html)