



CREANDO UN AMBIENTE SEGURO



Abundan los recursos para ayudar a las personas mayores a permanecer en sus hogares

Por Jane Sutter

Sus padres están envejeciendo, pero insisten en que todavía pueden soportar vivir en su propia casa.

Pero está preocupado.

¿Está su hogar preparado para sustentarlos a medida que envejecen?

¿Tienen recursos económicos para pagar la atención médica domiciliaria o un centro de atención si llega ese momento?

¿Cómo aborda el tema con ellos? Después de todo, usted sigue siendo el “niño”, incluso si está en la mediana edad o incluso si es un joven “mayor”. Desarrollar un plan de atención para su ser querido puede ser un buen primer paso, según Brittany Flanagan, directora de Eldersource para Lifespan, una organización

regional sin fines de lucro que presta servicios en el condado de Monroe y los condados circundantes de Finger Lakes.

Eldersource, uno de varios programas de Lifespan, atiende a adultos mayores y a sus cuidadores para ayudarlos a acceder a servicios comunitarios y atención a largo plazo, y ayudarlos con beneficios financieros. Los administradores de atención pueden reunirse con los cuidadores y/o la persona que recibe la atención (la persona que necesita la atención) y hacer una evaluación de sus necesidades, dijo Flanagan. Esto puede cubrir una amplia gama de temas, incluida la salud social, mental y física; finanzas y seguridad.

Una vez realizada la evaluación, el trabajador social trabaja con la familia para desar-

rollar un plan de atención con objetivos establecidos.

Una prioridad para las personas preocupadas por cómo cuidar a sus padres es la seguridad: “identificar cualquier factor de riesgo especial y qué tipo de intervenciones deben realizarse para promover la seguridad en el hogar”, dijo Flanagan.

Si la persona que recibe el cuidado corre riesgo de caerse, Lifespan ofrece un programa llamado “Hogar Seguro, Hogar”. Un representante de Lifespan realiza una evaluación de seguridad en el hogar que identifica riesgos de resbalones y caídas, iluminación inadecuada y otros problemas. Con el permiso de la

Continúa en la página 2

LIFESPAN:

En su sitio web, Lifespan ofrece multitud de información útil para cuidadores y adultos mayores. Hay muchos folletos descargables sobre sus servicios, junto con listas de recursos y mucho más. Lifespan obtiene su financiación de diversas fuentes, incluidos el gobierno y United Way. Algunos servicios son gratuitos mientras que otros tienen un costo según el nivel de ingresos. "Nunca le negaríamos a nadie un servicio por no poder pagar", dijo Brittany Flanagan, directora de Eldersource en Lifespan. Todos los servicios se ofrecen en el condado de Monroe y algunos se ofrecen en otros condados. Vaya a <https://www.lifespan-roch.org/> o llame al (585) 244-8400 o al 1 (866) 454-5110.

NY Connects:

NY Connects ofrece información gratuita e imparcial sobre servicios y apoyos a largo plazo en el estado de Nueva York para personas de todas las edades o con cualquier tipo de discapacidad. Para obtener información y encontrar la oficina local en su condado, vaya a <https://www.nyconnects.ny.gov/contact-us> o llame al 1-800-342-9871. También puede acceder a una Guía para cuidadores de 51 páginas descargable gratuita en el sitio web.

FORMACIÓN PARA CUIDADORES FAMILIARES:

La Oficina para las Personas Mayores del Estado de Nueva York (NYSOFA) y la Asociación sobre el Envejecimiento de Nueva York (AgingNY) se han asociado con una empresa llamada Tualta para ofrecer la plataforma web de educación y apoyo para cuidadores de Tualta sin costo alguno para cualquier cuidador no remunerado en el estado de Nueva York. , según el sitio web de la Oficina para las Personas Mayores. Los neoyorquinos pueden acceder al servicio en <https://newyork-caregivers.com>. Una vez registrados, los cuidadores pueden seleccionar capacitación personalizada y realizar un seguimiento de su progreso en temas como autocuidado, recuperación de accidentes cerebrovasculares, atención de la demencia, administración de medicamentos y más. Los usuarios pueden iniciar sesión desde cualquier computadora, tableta o teléfono inteligente.

AARP:

El sitio web de la organización tiene una gran cantidad de información gratuita, incluida una sección dedicada a la prestación de cuidados en <https://www.aarp.org/care-giving/>.

persona que recibe el cuidado, puede instalar elementos como barras de apoyo, pasamanos, cabezal de ducha de mano, asiento elevado para inodoro, asiento para bañera o asiento de transferencia.

El servicio está financiado por subvenciones y donaciones para adultos mayores que cumplen con las pautas de ingresos. A los adultos mayores cuyos ingresos están por encima del límite se les cobra una tarifa laboral y el costo de los dispositivos de seguridad, pero Flanagan dijo que los costos de los dispositivos son generalmente menos costosos que si una persona los comprara por su cuenta.

Prevenir caídas es importante para ayudar a las personas mayores a permanecer en sus hogares. Según el folleto de Lifespan sobre Hogar Seguro, cada año alrededor del 35 por ciento de los adultos de 75 años o más se caen, y el 60 por ciento de esas caídas ocurren en el hogar. Aproximadamente la mitad de los adultos mayores que son hospitalizados con una fractura de cadera no pueden regresar a casa ni volver a vivir de forma independiente.

Dispensación de medicamentos

Es una realidad que a medida que las personas envejecen, toman medicamentos. ¿Cómo puede asegurarse de que su ser querido recuerde tomar sus medicamentos en la dosis adecuada y en el momento adecuado del día?

Probablemente usted está familiarizado con los organizadores de pastillas de plástico que organizan las pastillas por día de la semana e incluso por hora del día para tomar la medicación (mañana, mediodía, noche).

Flanagan dijo que las farmacias locales organizarán las píldoras en blísteres si un cliente las solicita. De esa manera, todas las pastillas están en un solo lugar y no es necesario abrir numerosos frascos.

Pero si existe la preocupación de que una persona se olvide de tomar sus pastillas, existe tecnología para ayudar.

Las máquinas electrónicas dispensan medicamentos a una hora determinada del día y recuerdan a las personas mediante un tono o una voz que es hora de tomar sus medicamentos. Un cuidador carga las pastillas en la máquina. Algunas máquinas están vinculadas a una aplicación que permite al cuidador realizar cambios en el horario según sea necesario. Si un ser querido tiene demencia, existen máquinas que cuentan con cerradura y sistema de alarma anti-manipulación.

Estas máquinas dispensadoras pueden ser útiles incluso si la persona tiene un asistente, ya que no tienen licencia para dispensar medicamentos, pero pueden recordarle que lo

haga, dijo Flanagan. Contratar a un asistente que pueda dispensar medicamentos, como un asistente de enfermería certificado, es más costoso que tener un asistente acompañante.

Administrar las finanzas

Los programas Lifespan que pueden resultar útiles ofrecen dos opciones cuando se trata de ayudar a alguien a administrar su dinero.

La gestión financiera en el hogar implica que un voluntario capacitado visite el hogar una vez al mes y ayude con el pago de facturas, la elaboración de presupuestos y el equilibrio de chequeras, dijo Flanagan.

En un segundo programa, Financial Care Management, un cliente le pide a Lifespan que asuma el papel de apoderado. En este programa de pago por servicio, un profesional capacitado paga facturas, ayuda a obtener beneficios gubernamentales o de otro tipo, recopila información fiscal y organiza la preparación y presentación de impuestos, etc. La tarifa mensual se basa en los activos. Lifespan está totalmente vinculado y asegurado, según su sitio web.

Asistentes a domicilio

Para muchos adultos mayores, la posibilidad de permanecer en su hogar implica contar con ayuda externa para realizar diversas tareas. Flanagan dijo que la evaluación que proporciona Lifespan analiza las necesidades de la persona y cómo pagarlas. Por ejemplo, la evaluación determinará si la persona es un buen candidato para solicitar Medicaid o si debería buscar un programa privado de pago que no sea de Medicaid.

Si una persona va por la ruta de pago privado, entonces la decisión es contratar a un asistente a través de una agencia o buscar un asistente que no esté afiliado a una agencia, dijo Flanagan. La ventaja de esta última opción es que es más barata que recurrir a una agencia, pero la desventaja es que el asistente no estará asegurado por una agencia.

Independientemente de la opción que elija una persona, hay una gran escasez de asistentes, dijo Flanagan. "Había escasez de ayuda antes de la pandemia y la pandemia realmente lo obstaculizó mucho más".

Conversaciones difíciles

Es común que Flanagan reciba una llamada de un hijo adulto preocupado por su padre anciano. La llamada dice algo como esto: "Sé que mi mamá necesita esto. Sé que algo terrible va a pasar en el futuro. Puedo verlo suceder, y si mi mamá simplemente hiciera X, Y o Z, podríamos evitar que eso suceda".

Continúa en la página 3

Entonces Flanagan preguntará: “Bueno, ¿qué quiere mamá, ¿qué dice mamá?”

“Bueno, ella no está de acuerdo conmigo”.

Flanagan reconoció: “Esas son conversaciones realmente difíciles de mantener, porque sabes que el cuidador proviene de un lugar afectuoso. Se preocupan por la seguridad de su ser querido. Pero también tenemos que recordar que nuestros seres queridos son seres humanos, con capacidad de tomar sus propias decisiones y tener autonomía sobre sus propias decisiones de vida.

“A veces podemos ofrecernos a conversar con las personas y ayudarlas a comprender que esto proviene de una actitud solidaria. A veces impartimos algo de educación sobre la prevención y lo que hemos visto en la comunidad, donde algo tan simple como una caída puede llevar a una hospitalización que puede conducir a una estadía en un centro de rehabilitación, que puede conducir a una colocación en cuidados a largo plazo. (Pero) si podemos implementar una intervención, es de esperar que podamos evitar que se produzca esa hospitalización o una colocación en cuidados a largo plazo”.

A veces, una persona mayor se resiste a que “un extraño” del programa Hogar Seguro Hogar entre a su casa para hacer una evaluación, dijo Flanagan. En ese caso, Flanagan dice que es útil centrarse en el objetivo común y que el cuidador diga: “Quiero que puedas quedarte en tu casa el mayor tiempo posible, pero para lograrlo, necesitamos hacer algunos cambios con respecto a mantenerte seguro en casa”.

Flanagan también señaló que a veces la resistencia no se puede superar. “Eso es muy difícil y es muy duro, pero a veces tenemos que saber que hemos hecho lo que podemos para evitar que esto suceda.

“Lifespan puede proporcionar al cuidador información y educación sobre los recursos disponibles, de modo que, si la persona que recibe el cuidado está dispuesta a cambiar de opinión, el cuidador conoce los recursos disponibles y puede actuar rápidamente y no tener que empezar de cero.



“A veces hablamos de simplemente estar preparados para que, cuando surja la oportunidad, podamos implementar algunas medidas de seguridad. Es una especie de golpe mientras el hierro está caliente”. A veces los miembros de la familia no están de acuerdo sobre el plan de acción adecuado para su padre anciano. Cuando eso sucede, Lifespan también ofrece un programa de “entrenamiento”, donde un “entrenador” se reúne con los miembros de la familia para tratar de ayudarlos a llegar a un consenso, dijo Flanagan.

Si un miembro de la familia asume la mayor parte del cuidado de uno de los padres, Lifespan también ofrece servicios de relevo a través de un programa llamado Partners in Caring Respite.

Planificación anticipada

Nunca es demasiado pronto para empezar a planificar la atención de una persona mayor, afirmó Flanagan. Ella aconseja a las personas que consulten con un abogado en planificación patrimonial, especialmente teniendo en cuenta que Medicaid requiere una revisión de cinco años del panorama financiero del solicitante.

La buena noticia sobre tratar de mantener a una persona mayor en casa es que el estado de Nueva York ofrece muchos recursos, una cantidad sustancial en comparación con lo que se ofrecía hace 15 años, cuando Flanagan comenzó a trabajar en esta profesión, dijo. “Hay muchas más opciones que nunca antes para mantener a la gente en casa. Ese parece ser el gran objetivo de todos: mantener a la gente en casa y envejecer en casa tanto tiempo como sea posible de forma segura”.

Jane Sutter es una escritora independiente con sede en Rochester.

APLICACIONES ÚTILES:

Hay una variedad de herramientas digitales disponibles para ayudar a los cuidadores a organizarse, realizar un seguimiento del paradero de un ser querido, controlar los medicamentos y más. Utilice Internet para buscar el tipo de aplicación que necesita.

Mantengase Atento a estas Señales de Advertencia de Abuso en Menores de Edad

No quieren ver a **la persona** que antes sido cercanos a ellos

La disminución del rendimiento **académico**

Intenta ocultar el uso de la **tecnología**

Ya no les interesan las **actividades** que antes disfrutaba

Cambios en la **personalidad**

Demuestra **comportamiento agresivo** o constantemente enojado



Intenta de conseguir menores de edad **solos**

Comete **violaciones** físicos y emocionales

Se retira de familia o amigos

Guarda **secretos** con menores de edad

Los dan **regalos** lujosos a menores de edad

Permita o anima a menores de edad que **rompan la leyes** o reglas

Tiene conversaciones **inapropiadas** o sugestivas con menores de edad

Están muy interesado en **pasar tiempo** con menores de edad

No creen que las **reglas** apliquen a ellos (o, no siguen reglas o protocolos)

Toma **fotos** sin aprobación, o pide a los menores de edad que les envíen fotos

...y Estas son Señales de Advertencia de los Perpetradores



ROMAN CATHOLIC
DIOCESE OF ROCHESTER

El Boletín Creación de un Entorno Seguro

se publica trimestralmente por la Diócesis Católica Romana de Rochester con el objetivo de ayudar a todos nosotros a mantener seguros a los niños y adultos vulnerables en el hogar, en la iglesia y en todos los lugares en la comunidad.

Puede dirigir sus comentarios a:

Tammy Sylvester,
Coordinadora diocesana de Educación Sobre Entorno Seguro y Cumplimiento
585-328-3228,
o en Tammy.Sylvester@dor.org.

Víctimas de abuso sexual por cualquier empleado de la Iglesia deben ser reportadas a las autoridades civiles siempre.

Para reportar un caso de posible abuso sexual y recibir ayuda y orientación de la Diócesis Católica Romana de Rochester, contacte a la Coordinadora de Asistencia a las Víctimas diocesana:

Deborah Housel
(585) 328-3228, ext. 1555;
gratis 1-800-388-7177,
ext. 1555
victimsassistance@dor.org

Todas las fotos en este boletín son para propósitos de ilustración solamente

RECURSOS DE SEGURIDAD ADICIONALES

RECURSOS DE SEGURIDAD EN LÍNEA

Webonauts Internet Academy:

<http://pbskids.org/webonauts/>

Juego PBS Kids que ayuda a niños más jóvenes entender los conceptos básicos de conducta y seguridad en Internet.

NSTeens:

<http://www.nsteens.org/>

Un programa del Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados que tiene juegos interactivos y videos sobre varios temas de seguridad en Internet.

PARA PADRES:

Common Sense Media

<https://www.common sense media.org/parent-concerns>

Una página web actualizada frecuentemente que está repleta de recursos. Dedicada a mejorar las vidas de niños y familias proporcionándoles información y educación

Family Online Safety Institute:

<http://www.fosi.org/>

iKeepSafe:

<http://www.ikeepsafe.org/>

Recursos para padres, educadores, niños y parroquias sobre cómo navegar las tecnologías móviles y los medios sociales

Faith and Safety:

<http://www.faithandsafety.org>

Seguridad en un mundo digital, un proyecto conjunto de la Conferencia de Obispos Católicos de EE.UU. y Griego

INFORMACIÓN SOBRE RECURSOS LOCALES Y CONTACTO

Bivona Child Advocacy Center

(Condados de Monroe, Wayne)

www.BivonaCAC.org

585-935-7800

Chemung County Child Advocacy Center:

607-737-8449

www.chemungcounty.com

Child Advocacy Center of Cayuga County:

315-253-9795

www.cacofcayugacounty.org

Finger Lakes Child Advocacy Program

(Ontario County):

www.cacfingerlakes.org

315-548-3232

Organización Darkness to Light:

www.d2l.org

STEUBEN COUNTY: Southern Tier Children's Advocacy Center:

www.sthcs.org

716-372-8532

NYS State Central Registry

(Línea de Auxilio para Reportar

Abuso de Niños):

1-800-342-3720

NYS Child Advocacy Resource and Consultation Center (CARCC)

866-313-3013

Tompkins County Advocacy Center:

www.theadvocacycenter.org

607-277-3203

Wyoming County Sexual Abuse Response Team:

585-786-8846

Yates County Child Abuse Review Team:

315-531-3417, Ext. 6