

## A Los Centros Diurnos de Cuidados

Los Centros Diurnos de Cuidados de Salud proveen buenos servicios, no solamente para las personas de Alzheimer sino también para personas con otras demencias o limitaciones. Las personas que asisten a los Centros de Cuidados participan y disfrutan de las actividades en grupo, como ejercicios y trabajos manuales. Al mismo tiempo, obtienen asesoramiento personal y terapia.

### **Razones para usar los servicios del centro diurno de cuidados de salud**

Es necesario que Usted, como cuidador, reflexione sobre los beneficios que traerán para la persona los servicios del Centro de Cuidados de Salud. Recuerde que el Centro Diurno ofrece la persona de Alzheimer la oportunidad de estar con otra gente y de participar en actividades en un medio seguro. Además, los profesionales en el Centro de Cuidados de Salud pueden ayudar a evaluar a la persona y proveerle a Usted idea y sugerencias para mejorar los cuidados.

Si llega el momento en que Usted se siente abrumado con sus deberes como cuidador, pregúntese Usted misma: “¿Si Yo llego a un punto total de agotamiento, cómo podré atender a mi querido familiar? ¿Si no tomo un descanso durante los cuidados, podré Yo atender sus necesidades también?”

La solución puede ser que Usted necesita considerar los beneficios de usar dichos servicios para su querido familiar. Aprovechando la oportunidad de tener tiempo para si mismo para relajarse, terminar otras tareas o simplemente disminuirá el peso de las responsabilidades de su labor. Como resultado, Usted volverá a la tarea del cuidador sintiéndose fresca y renovada y esto beneficiará a ambos.

### **Seleccionando un centro diurno de cuidados de salud**

Los Centros Diurnos de Cuidados de Salud podrían variar ampliamente. Por lo tanto, es importante examinar los componentes principales para obtener los mejores servicios para su querido familiar. Haciendo las preguntas correctas, Usted podría lograr un convenio para obtener los servicios de cuidados durante el día, siendo el correcto para ambos Usted y para la persona de Alzheimer. En base a esto, Usted posiblemente quiera comenzar con lo siguiente:

- **Consulte varias fuentes para encontrar el Centro.** Diurno de Cuidados apropiado. Muchos cuidadores se basan sobre las recomendaciones de los Centros Locales de la Asociación de Alzheimer y de otros cuidadores que son miembros de los Grupos de Apoyo, quienes han utilizado estos servicios. Algunos Centros proveen servicios de cuidados diurnos, ya sea a través de su organización o con otra agencia. Otros consultan con el personal de una Institución de Cuidados o Centros para Personas de Mayor Edad.
- **Cuando Usted ha encontrado el centro Diurno adecuado, déle una oportunidad al Centro.** Considere en usarlo por lo menos dos veces a la semana durante un mes, antes de hacer una decisión final. Usando los servicios ocasionalmente, Usted no tendrá la oportunidad de observar cómo realmente un

Centro Diurno funciona. Déle u su querido familiar tiempo para adaptarse al Centro, ya que algunas personas podrían resistirse a ir al Centro por prima vez. Frecuentemente, es posible que después de asistir al Centro, conocer la gente y disfrutar de las actividades, la persona se adaptará a su nueva rutina en una semanas más tarde.

- **Re-evalúe sus necesidades en base a los servicios del Centro Diurno.** A cierta etapa, la persona de Alzheimer podría necesitar más cuidados de los que el Centro puede proveer. El personal del Centro y los grupos de apoyo pueden ayudarle a Usted a evaluar las necesidades de los cuidados futuros.

Considere los siguientes punto para evaluar el Centro Diurno apropiado para sus necesidades:

#### **Las características del centro**

¿Provee el Centro servicios para personas con diferentes tipos de limitaciones, así como también para aquellos que están en buena salud física?

¿Cuáles son los requisitos y restricciones de los servicios del Centro?

#### **La evaluación de la persona**

¿Evaluará el Centro las necesidades de la persona?

¿Cómo hará esta evaluación y con que frecuencia se repetirá?

¿Cubre las necesidades médicas, la historia familiar y social, las funciones cognitivas y habilidades sociales?

¿Dónde llevan a cabo las evaluaciones? (¿En la casa del paciente o en el Centro?)

#### **Servicios**

¿Ofrece el Centro servicios que Usted y la persona con demencia necesitan? Hay algunos servicios específicos que usted posiblemente quiera investigar. (Rucuerde que no todos los programas do los Centros Diurnos son iguales y puede ser que no ofrecen todos los servicios que se describen aquí adelante.)

#### **Asesoramiento (Consejería)**

¿Proveerá el Centro apoyo para los clientes y familiares? Por ejemplo; ¿Pueden ofrecer orientación sobre las fuentes de servicios exteriores y arreglar servicios de cuidados en casa?

#### **Servicios de salud**

¿Proveerá el Centro exámenes de los ojos, de los oídos, dental, físico y de la presión de sangre?

¿Ofrecerá el Centro recordatorios y/o administrará los medicamentos?

#### **Nutrición**

¿Provee el Centro bocadillos y comidas nutritivas? Para estar seguro, Usted podría probar algunos de los alimentos.

¿Además, puede el Centro ajustar dietas especiales o proveer un menú específico tomando en cuenta los diferentes gustos culturales?

¿Provee el Centro algún tipo de programa educativo sobre la nutrición?

### **Cuidad personal**

¿Provee el personal ayuda para ir al baño y apoyo con las tareas sobre el cuidado y aseo personal?

### **Actividades recreativas**

¿Ofrece el Centro un programa de actividades donde los pacientes con demencia pueden participar y disfrutar?

### **Comportamientos**

¿Está el personal del Centro preparado para enfrentar los comportamientos de divagación, incontinencia, alucinaciones y las dificultades del habla?

### **Terapia**

¿Proporcionará el Centro asesoramiento y terapia física, ocupacional o del habla, si es necesaria?

¿Hay terapeutas en el Centro o sólo cuándo se solicitan sus servicios?

### **Necesidades especiales**

¿Cuenta el Centro con equipo o instalaciones para personas incapacitadas; por ejemplo; sillas de ruedas, materiales visuales o aparatos auditivos?

### **Accesibilidad**

¿Cuál es el horario del Centro de Cuidados de Salud?

La mayoría de los Centros están abiertos de lunes a viernes, usualmente de las 8:00 a.m. a las 4:00 p.m. Algunos Centros tienen horas más extensas durante la semana. Las personas podrían asistir al Centro por lo menos una vez o durante toda la semana. Asegúrese de preguntar acerca de los requisitos de asistencia mínima y de los avisos de ausencia.

### **Costos**

¿Cuánto cuesta el servicio para su querido familiar?

Muchos Centros ofrecen servicios sobre escalas accesibles, donde los cuidadores pagan de acuerdo a sus posibilidades o ingresos. El Programa Medicaid cubre los costos de la gente de bajos ingresos. Asegúrese de preguntar acerca de los honorarios básicos, de la ayuda financiera y de los cargos adicionales para los trabajos manuales o excursiones.

### **Transportación**

¿Cómo llegará su querido familiar al Centro?

Ir y venir del Centro podría consumir gran parte del día y causar mucha tensión para el paciente. Sin embargo, algunos Centros ofrecen servicio de transportación, mientras que otros

proveen solamente transportación para las salidas y las citas medicas. Asegurese de preguntar acerca de las reglas de demora para llevar o recoger a la persona.

### **Instalaciones**

Evalúe la apariencia general y la calidad de las instalaciones.

¿Son las instalaciones agradables, cómodas y en orden?

¿Existe espacio adecuado para los muebles y las actividades?

¿Hay espacio disponible para actividades exteriores?

¿Existe seguridad en el área?

### **Personal**

Evalúe las cualidades del personal.

¿Cuántos empleados hay para cada paciente?

¿Cuenta el personal con una capacitación específica para tratar personas con demencia?

¿Cuenta el Centro con un Médico, una enfermera o profesional de la salud o sólo cuándo solicitan sus servicios?

¿Si el Centro cuenta con voluntarios, están ellos capacitados y son supervisados?

Usted posiblemente quiera discutir los problemas específicos de la persona con el Director o con el Coordinador Administrativo del Centro para determinar el nivel de conocimiento de la enfermedad.

Evaluar los Centros Diurnos de Cuidado de Salud para su querido familiar con la enfermedad de Alzheimer es muy importante. Seleccionando las mejores instalaciones y programas para su querido familiar, le ayudará a disminuir la responsabilidad de los cuidados.

La Alzheimer's Association es la principal organización voluntaria de la salud en la investigación y el apoyo del Alzheimer.

**Hoja de datos actualizada** el Febrero de 2005