



Los cuidados en el hogar pueden ofrecerle a usted y a su familiar un asistente entrenado en cuidados médicos y personales.

Tenga en cuenta, sin embargo, que los cuidados en el hogar se limitan a tareas específicas.

Cuidado de la salud en el hogar: Guía para el cuidador familiar

Muchas personas reciben cuidados en el hogar a causa de enfermedades, la recuperación de una cirugía, discapacidades y otros trastornos. Los cuidados en el hogar tienen diversas formas, dependiendo de la situación. Las opciones pueden ser confusas. Esta guía describe las clases de cuidados en el hogar, los roles de los trabajadores de cuidados en el hogar, los aspectos básicos de la cobertura de seguros, el pago por los servicios cuando lo hace de su propio bolsillo, y mucho más.

Los cuidados en el hogar, como también el cuidado de la salud en su mayor parte, están cambiando con rapidez. Esta guía tiene por objetivo proporcionar información básica; la situación de su familiar (necesidades de cuidados, seguro, ubicación, etc.) determinará qué servicios están disponibles.

Una vez que haya leído esta guía, le recomendamos leer la guía complementaria, [“El trabajo con asistentes para el cuidado de la salud en el hogar”](#).

Tipos de cuidados en el hogar

Existen, en general, dos clases de cuidados en el hogar: “profesionales” y “personales”. Estos términos provienen de los programas gubernamentales, como Medicare y Medicaid, y de las compañías de seguros privadas.

Los cuidados profesionales los proporciona una enfermera, terapeuta físico, terapeuta ocupacional, terapeuta del habla o trabajador social. Los médicos prescriben servicios profesionales cuando determinan que es médicamente necesario. Si su familiar

necesita cuidados profesionales, también puede calificar para algún tipo de cuidado personal.

los estados no tienen ningún requisito para los cuidadores personales.

El cuidado personal lo proporciona un asistente para cuidados de la salud en el hogar, o trabajadores llamados asistentes en el hogar, cuidadores personales o ayudantes.

Los acompañantes y los servicios de ayudantes de casa, una tercera clase, proporcionan cuidados no médicos.

¿Quién proporciona los servicios de cuidados en el hogar?

Muchas personas diferentes proporcionan los servicios de cuidados en el hogar. Entre ellas:

Enfermeras: llevan a cabo muchas tareas médicas importantes. Cambian los apósitos y limpian la herida para pacientes que recién han tenido una cirugía. Llevan los registros de presión arterial y otros signos vitales, observan cambios en la condición del paciente y comprueban la medicación del paciente. También desarrollan un plan de cuidados.

Terapeutas físicos (PT, por sus siglas en inglés): ayudan a la persona a fortalecerse. Le enseñan al paciente a realizar algunos ejercicios de fortalecimiento y flexibilidad. El PT puede ayudarle a decidir si su familiar necesita equipos especiales, como barras de apoyo y barandas. También pueden arreglar que alguien los instale.

Terapeutas del habla: trabajan con las habilidades del lenguaje, como ayudar a una persona a recuperarse de un derrame cerebral para hablar de nuevo con claridad.

Terapeutas ocupacionales (OT, por sus siglas en inglés): ayudan a las personas a reaprender las habilidades como alimentarse y vestirse solos. Le muestran a la persona que está débil o discapacitada cómo salir de la cama y llegar a una silla.

Trabajadores sociales: le ayudan a aplicar para los beneficios y ofrecen asesoramiento sobre los servicios como un centro de día para adultos o un relevo (tiempo libre para el cuidador familiar). También pueden conversar con usted sobre sus preocupaciones y otros problemas.



Si bien el gobierno federal tiene lineamientos para el entrenamiento de los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar, cada estado tiene su propio sistema de educación y certificación para los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar. Para obtener un listado detallado por estado de las horas de entrenamiento, consulte <http://phinational.org/policy/states>. La mayoría de

Los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar y los cuidadores personales: principalmente proporcionan cuidados personales, que incluyen la asistencia para alimentarse, bañarse, vestirse y caminar como también las actividades relacionadas con

proporcionan cuidados profesionales (enfermería y rehabilitación) en general se las llama agencias “de servicios de salud en el hogar”.

la vida independiente, como ir de compras, la preparación de los alimentos e ir a la lavandería.

A los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar se les permite hacer determinadas tareas relacionadas a la salud y el cuidado personal. Pueden tomar la temperatura al paciente y controlar la presión arterial. Pueden cambiar un apósito seco (no uno que tenga sangre o pus), y ayudar al paciente a realizar ejercicios para ampliar el rango de movimientos, como simples estiramientos y mover los brazos y piernas. En general, no se les permite dar medicamentos al paciente; cada estado tiene normas diferentes en relación a lo que pueden y no pueden hacer.

Tenga en cuenta que un asistente para el cuidado de la salud en el hogar en general está en el hogar solo para proporcionar servicios al paciente, y no se supone que proporcione servicios al cónyuge o al resto de los habitantes del hogar. Si usted le paga de su propio bolsillo, puede asignarle tareas que incluyan a otros miembros del hogar. (Algunas compañías de atención administrada incluirán el cuidado de un niño si el paciente es el jefe de familia.)

Los asistentes de cuidados personales comparten muchas de las mismas tareas que los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar. Las diferencias entre los asistentes para el cuidado de la salud en el hogar y los asistentes de cuidados personales dependen de los requisitos de cada estado en cuanto al entrenamiento.

Muchas personas creen que los cuidados personales no requieren muchas habilidades. Eso no es así. Algunas tareas pueden ser muy difíciles, como bañar a una persona con demencia o mover (trasladar) a un paciente muy pesado.

Los ayudantes de casa pueden asistir a su familiar con las tareas hogareñas livianas, lavandería, pequeñas compras de alimentos y preparación de los alimentos, y otras tareas hogareñas que permitirían que su familiar permanezca en el hogar. Los ayudantes de casa en general no proporcionan cuidados personales, como bañar y vestir al paciente, y no son mucamas. Las tareas más pesadas y la limpieza completa del hogar en general no son realizadas por el ayudante de casa.



Si bien son todas agencias “cuidados en el hogar”, las agencias que

Lea “El trabajo con asistentes para el cuidado de la salud en el hogar” para obtener mayor orientación acerca de cómo trabajar con eficacia con asistentes para el cuidado de la salud en el hogar, cuidadores personales y ayudantes de casa.

¿Cuáles son las diferentes clases de agencias de cuidados en el hogar?

Existen diferentes clases de agencias.

Una **Agencia de Servicios de Salud en el Hogar (HHA, por sus siglas en inglés)** tiene una licencia del estado y está certificada por Medicare y Medicaid para proporcionar cuidados **profesionales**. Estas agencias también proporcionan cuidados personales tanto a través de sus propios asistentes para el cuidado de la salud en el hogar o mediante asistentes que trabajan para otra agencia con la cual tienen un acuerdo laboral, como una agencia de cuidados en el hogar.

Una **Agencia de Cuidados en el Hogar** proporciona asistentes de cuidados en el hogar, cuidadores personales, o ayudantes de casa que proporcionan cuidados **personales**, transporte a las citas médicas, y tareas en el hogar. Algunas agencias de cuidados en el hogar también proporcionan enfermeras y otro personal entrenado. Las agencias de cuidados en el hogar pueden contratarse para proporcionar cuidados personales a través de Medicaid para alguien que necesite cuidados en el hogar por un período de tiempo prolongado. Algunos estados requieren que las agencias de cuidados en el hogar tengan una licencia si participan en Medicaid.

Una **agencia no médica o de acompañantes** en general no tiene licencia ni está cubierta por un seguro (una excepción podría ser el seguro de cuidados de largo plazo). Algunos trabajadores pueden ser asistentes para el cuidado de la salud entrenados, pero depende del trabajador individual. Con frecuencia, las agencias no médicas son negocios pequeños, locales que son franquicias de grandes compañías con marcas registradas.

Agencias de empleo o de registro proporcionan los nombres de personas disponibles para proporcionar cuidados en el hogar. Es posible que el estado de su familiar también lleve un registro. Esto con frecuencia puede encontrarlo a través del Departamento de Salud del estado.



Cuando Medicare, Medicaid, o un seguro privado pagan por los servicios de cuidados en el hogar, probablemente no pagarán por todo el cuidado que su familiar necesitará.



Medicare y los planes complementarios de seguros cubrirán el cuidado personal solo si su familiar está recibiendo cuidados profesionales. No cubren los cuidados personales en sí mismos.

¿Quién paga por los servicios de cuidados en el hogar?

Cuidados profesionales

Medicare, Medicaid o el seguro privado pagarán en general por los servicios de cuidados profesionales que proporcione una enfermera o terapeuta a través de una HHA cuando el médico lo prescriba. Tenga en cuenta que el seguro probablemente no pagará por todo el cuidado que su familiar necesitará.

Medicare, que es un programa gubernamental para las personas de 65 años y más y para los menores de 65 años con una discapacidad, es posible que pague los servicios de cuidados en el hogar – pero solo por el período de tiempo que su familiar necesita servicios profesionales (en general semanas, no meses). Los planes de Medicare Advantage, que se proporcionan a través de compañías de seguro privadas, pueden tener diferentes reglas del Medicare “original”, y puede tener un gerente de caso para asistirlo.

Medicare y la mayoría de los planes de seguros privados (incluidos los planes complementarios y “Medigap”), pagarán por los servicios de cuidados en el hogar si el paciente cumple las siguientes condiciones:

- ▶ Un médico confirma por escrito que ha examinado al paciente en los últimos 30 días y que el paciente necesita cuidados profesionales de enfermería. Sin este papel firmado, la agencia de cuidados en el hogar no puede “abrir el caso” (comenzar a tratar a su familiar). El médico que firma este papel puede ser un médico hospitalista o de la comunidad que haya examinado a su familiar en los últimos 30 días.
- ▶ El paciente está confinado en su casa. (Esto significa que es muy difícil salir de la casa.)
- ▶ El paciente necesita servicios profesionales solo en el corto plazo o a tiempo parcial.

Quizás usted quiera o necesite determinados servicios de cuidados en el hogar para su familiar, pero el seguro no los cubra en todo o en parte. También existe una falta de trabajadores entrenados, que puede afectar la cantidad y tipo de servicio que

pueda conseguir. Para otras opciones de rehabilitación en centros o en el hogar, consulte la guía de cuidados “[Planificación para servicios de rehabilitación de pacientes internados](#)”) de Next Step in Care.

de largo plazo a través de Medicaid (como cuidados en el hogar), esté atento a las notificaciones de futuros cambios.

Cambios en la práctica de Medicare: Hasta una sentencia del tribunal federal en enero de 2013, algunos proveedores informaban incorrectamente a sus pacientes que Medicare no pagaría por rehabilitación a menos que hubiese una mejoría continua. Ahora, la rehabilitación en un centro de enfermería especializada, establecimiento ambulatorio, o por una agencia de cuidado en el hogar puede continuar si las capacidades funcionales del paciente se deteriorarían sin terapias especializadas continuadas, hasta que se llegue al límite de dólares para esa terapia. Cuando se llegue a ese límite usted podrá aplicar para una excepción con base en la necesidad continua del paciente. Algunas excepciones son automáticas; otras deben documentarse. Dado que varios proveedores aún no conocen esta sentencia, es posible que usted tenga que ser un fuerte defensor para obtener terapia continuada para el miembro de su familia. Visite el sitio web del Centro para la Defensa de Medicare para información sobre las regulaciones de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid: <http://www.medicareadvocacy.org/medicare-info/improvement-standard/improvement-standard-update-cms-revises-medicare-policy/>.

Medicaid, que es un programa de seguros del gobierno para personas de bajos ingresos, puede pagar por los cuidados profesionales en el hogar si su familiar califica. Cada estado tiene diferentes tipos de Medicaid, qué pagará Medicaid dependerá del plan específico de su familiar.



Los programas de cuidados a largo plazo de Medicaid podrían sufrir grandes cambios durante los próximos años.

Mientras los gobiernos federal y de los estados se esfuerzan por controlar los costos, puede haber cambios a la elegibilidad, servicios, gestión de los cuidados. Si su familiar recibe cuidados o apoyo

Cuidados personales (sin servicio profesional)

Medicare y la mayoría de los planes complementarios no pagarán solo por los cuidados personales.

Medicaid puede pagar por los servicios de cuidados personales. Sin embargo, cada estado determina quién es elegible y por cuáles servicios pagará. Cada estado tiene diferentes tipos de programas Medicaid para las personas que necesitan cuidados en el hogar por un largo período de tiempo (llamado Servicios en el Hogar y Comunitarios). Algunos estados tienen programas de cuidados a largo plazo a través de Medicaid que proporcionan gerentes de caso y otros servicios para ayudar a organizar los cuidados. Incluyen un tipo de programa, disponible en algunos

estados, llamado Cuidado Administrado a Largo Plazo de Medicaid. Para averiguar más sobre los lineamientos de Medicaid en el estado en que vive su familiar, puede preguntar a un trabajador social, contacte la oficina local de la Agencia para Adultos Mayores, o contacte la oficina local o del estado de Medicaid.

comprender el papel de cada persona. Sepa qué puede hacer y qué no puede hacer cada persona.

El seguro de cuidados a largo plazo es un plan de seguro privado que específicamente cubre las necesidades de largo plazo, como los cuidados personales. La mayoría de las pólizas de cuidados a largo plazo cubre una parte de los cuidados institucionales, como una residencia asistida o institución de cuidado de ancianos. Algunas también pagan por los servicios en la comunidad, como cuidados en el hogar y servicios diurnos para adultos. Los cuidados pueden estar limitados, según el plan específico.

Oficina local de la Agencia para Adultos Mayores puede tener fondos para los servicios de cuidados personales y gerentes de caso, dependiendo de las circunstancias de su familiar.

Servicios de ayudantes de casa

La Agencia para Adultos Mayores u organizaciones caritativas pueden ofrecer servicios de ayudantes de casa, posiblemente con una escala móvil o copagos dependiendo de la situación financiera de su familiar. En algunos estados, ciertos programas de Medicaid también pueden pagar por los servicios de ayudantes de casa.

Derivación a una Agencia de Cuidados en el Hogar

Digamos que su familiar está en un hospital y tiene Medicare o Medicaid, y el médico dice que su familiar necesita cuidados en el hogar. El planificador del alta hospitalaria (enfermera o trabajador social) probablemente lo derivará a las agencias de cuidados en el hogar de su área. Si su familiar tiene un seguro privado, el planificador del alta hospitalaria puede derivarlo a las agencias con las que la compañía de seguros trabaje.



Si contrata personal de una agencia o paga a un trabajador de su propio bolsillo, asegúrese con anticipación de

Usted tiene opciones de agencias. Las elecciones posibles dependen del seguro, necesidades de cuidados o ubicación de su familiar. (Algo para considerar: ¿Pueden los trabajadores de cuidados en el hogar viajar con facilidad a la casa de su familiar?)

¿Qué preguntas debería hacer a una agencia de cuidados en el hogar?

Usted debería hacer las siguientes preguntas, tanto si es usted quien paga o lo hace el seguro:

- ▶ ¿Qué tipo de seguro médico se aceptan?
- ▶ ¿Qué clase de servicios proporcionan?
- ▶ ¿Qué tareas puede realizar el personal que ustedes tienen?
- ▶ ¿Ustedes entrenan a sus asistentes? ¿Con qué frecuencia? ¿En qué temas? ¿Qué clase de prueba se realiza para comprobar si los asistentes han aprendido a hacer las tareas?
- ▶ ¿Tienen los asistentes un entrenamiento especial para tratar con enfermedades como la demencia, parálisis, o derrame cerebral (u otros trastornos que apliquen a su familiar)?
- ▶ ¿Qué clase de supervisión tienen los asistentes? ¿Con qué frecuencia el supervisor viene a observar el trabajo del asistente? ¿Cuántas horas trabajan?
- ▶ ¿Seleccionan a los asistentes antes de contratarlos? ¿Cómo?
- ▶ ¿Realizan una comprobación de antecedentes? ¿Qué incluye exactamente la comprobación de antecedentes? ¿La comprobación de antecedentes penales es solo para este estado, o abarca a todo el país?
- ▶ ¿Realizan pruebas de drogas a los asistentes? ¿Con qué frecuencia?

- ▶ ¿Los asistentes están asegurados y tienen garantías con su agencia?
- ▶ ¿Qué tipo de seguro médico aceptan?
- ▶ ¿Cuánto cobran por hora?
- ▶ ¿Con qué frecuencia les pago? ¿Aceptan tarjetas de crédito?
- ▶ ¿Puede su agencia arreglar el suministro de equipo médico de ser necesario?
- ▶ ¿Cómo manejan las quejas?
- ▶ ¿Proporcionan acceso las 24 horas en caso de emergencias?

También puede ir a la base de datos de agencias de cuidados en el hogar en el sitio web del gobierno www.medicare.gov/HHCcompare y comparar las agencias. Esto le

dará información básica acerca de qué servicios proporcionan las agencias y la cantidad de pacientes que o bien mejoraron o necesitaron ingresar al hospital. El sitio no ofrece mucha ayuda para conocer acerca de otras cosas que serán importantes para usted, como cuán confiable y amistoso pueden ser los asistentes cuando cuidan de los pacientes.

Después de elegir una agencia

La agencia de cuidados en el hogar programará primero una visita donde la enfermera evaluará la situación de su familiar y determinará el tipo y cantidad de servicios que se proporcionarán.

- ▶ Debería hacer planes para estar presente en la primera visita de cuidados en el hogar. Usted puede proporcionar información importante en el proceso de evaluación, hacer preguntas o expresar sus inquietudes si no está de acuerdo con la evaluación.

La agencia de cuidados en el hogar luego pedirá a la compañía de seguros de su familiar que autorice los servicios. La compañía de seguros puede autorizar todos los servicios solicitados, algunos o ninguno, dependiendo de la póliza específica. Si usted no está de acuerdo con la decisión de la compañía de seguros, debería preguntar acerca del proceso de apelación.

Si no hay ningún seguro involucrado (si lo paga por su cuenta), entonces no es necesaria ninguna autorización.

Contrato de Cuidados

Antes de aceptar el caso de su familiar, la agencia de cuidados en el hogar podría pedirle que firme un contrato. Este contrato en general establece que una "persona responsable" (usted u otro adulto que puede y está dispuesto) estará disponible:

- ▶ Para dar instrucciones al trabajador de cuidados en el hogar si su familiar no puede hacerlo.
- ▶ Servirá como alternativa en caso de que el trabajador que está programado, o un trabajador de reemplazo, no estén disponibles.
- ▶ Para organizar, preparar y administrar a su familiar los medicamentos.
- ▶ Para efectuar determinados tratamientos. Los tratamientos se determinarán una vez que la condición de su familiar y sus necesidades de cuidados hayan sido evaluadas.



Tenga en cuenta que frecuentemente hay listas de espera para estos programas y que los estados los han recortado a causa de las presiones presupuestarias.

proporcionar cuidados en el hogar a mi familiar?

Si se rehúsa a firmar este contrato, la agencia podría rehusarse a tomar el caso de su familiar. Pero, si no puede realizar algunas de estas obligaciones, es importante que se lo informe a la persona que está haciendo la derivación y a la agencia. Es posible que existan otras opciones.

Seguimiento

Lleve un registro de cuándo vienen las enfermeras, terapeutas físicos, trabajadores sociales, y otros especialistas. Si fuera posible, haga planes para estar allí al mismo tiempo, al menos al comienzo. Esto le da una oportunidad para observar qué hacen, hacer preguntas y aprender las tareas que tal vez luego hará usted. Mantenga sus números de teléfono a mano para que pueda llamarlos para hacerles preguntas, informarles de cualquier cambio o hablar sobre los problemas.

¿Puedo recibir un pago por

Programas del estado: Algunos estados tienen programas que ayudan a las personas a pagar por el cuidador de su elección, y en algunas circunstancias puede ser un familiar. Estos programas – llamados de distintas maneras, "dirigidos por el consumidor", "dirigidos por los participantes", "efectivo y consejería" o con otros títulos – difieren muchísimo dependiendo de dónde vive. La mayoría tienen requisitos de ingresos y otros requisitos de elegibilidad que debe cumplir el receptor de los cuidados, y normas estrictas se aplican a quién puede recibir el pago por proporcionar cuidados. Para obtener información acerca de qué está disponible en su estado, contacte al Medicaid local o al departamento de servicios para adultos mayores o visite el Centro de Recursos Nacionales para los Servicios Dirigidos por los Participantes (<http://www.bc.edu/schools/gssw/nrcpds>).

Beneficios para veteranos: En 2010 se aprobó una ley que establece una asignación mensual para los cuidadores primarios de veteranos lesionados en un conflicto militar después del 11/9/2001. Otros beneficios para los cuidadores incluyen los gastos de viaje, el acceso al seguro médico, servicios de salud mental y relevos de 30 días al año. Para obtener más información, llame al 1-877-222-VETS (8387). Los cuidadores de veteranos de otras guerras pueden ser elegibles para los beneficios de pensión de la Administración de Veteranos (Aid & Attendance). Además, algunos programas del estado están diseñados especialmente para veteranos.



Una vez que haya leído esta guía, le recomendamos leer la guía complementaria, "[El trabajo con asistentes para el cuidado de la salud en el hogar](#)".

que usted cuida tiene algunos ahorros u otros bienes. Por ejemplo, un padre puede estar dispuesto a redactar un contrato de cuidador y pagar a un hijo o una hija por el cuidado que le provee. Consulte a un abogado especializado en leyes para adultos mayores para asegurar que el contrato cumple con los requisitos fiscales, se ocupa de la herencia y está aprobado por todas las otras partes interesadas, como el resto de los hermanos). (Para encontrar abogados especializados en leyes para adultos mayores en el área de su familiar, vaya a www.naela.org.) Tenga en cuenta las dificultades emocionales en este arreglo.

Otras opciones: Si está atravesando dificultades financieras a causa de una situación de cuidados de salud, a continuación describimos algunas otras opciones a considerar:

- ▶ Compruebe si su familiar es elegible para programas que envían cuidadores externos al hogar para que la responsabilidad no recaiga solo en usted. Comience con [Eldercare Locator](#) o [BenefitsCheckUp.org](#).
- ▶ Busque un trabajo que pueda hacer en su hogar, o un empleo que le permita la flexibilidad que necesita para ser un cuidador.
- ▶ Celebre una reunión familiar con sus hermanos y otros familiares para analizar las maneras en que todos puedan compartir la carga financiera.

Recuerde, su salud financiera y emocional debería ser una prioridad para que usted pueda continuar proporcionando la clase de cuidados que su ser querido necesita.

(Adaptado de “[Can I Get Paid as a Caregiver?](#)” de Carol Levine AARP.org, 19 de junio de 2012.)

Seguro de cuidados a largo plazo: Si su familiar tiene un seguro de cuidados a largo plazo, el seguro puede cubrir algo de los servicios de salud en el hogar. Algunas pólizas permiten pagar a los familiares, si bien pueden excluir a las personas que viven en el mismo hogar. Pregunte al agente de seguros de su familiar o contacte a la compañía de seguros para obtener una explicación de este beneficio y sus condiciones.

Contratos de cuidador: Si ninguna de estas opciones es aplicable para usted, no todo está perdido, especialmente si la persona

Conclusión

Los cuidados en el hogar pueden marcar una gran diferencia en su vida y en la vida de su familiar. **Ser un cuidador familiar no significa que usted deba renunciar a todo y a todos los demás. Sin embargo, los cuidados en el hogar sí requieren un trabajo de su parte. Debe establecer un buen plan, asegurarse de que funciona, y luego controlar cuidadosamente para ver cuándo se necesitan realizar cambios.**