

¿Quién es un cuidador? (Who is a carer?)

El cuidador es un familiar, amigo o vecino que brinda cuidados y ayuda a una persona anciana y débil, discapacitada o con una enfermedad crónica.

Con frecuencia lo hacen de manera regular y continua sin recibir pago alguno, salvo, en algunos casos, el pago o subsidio de cuidador.

Los cuidadores pueden ayudar con:

- las actividades cotidianas
- apoyo social,
- transporte, citas médicas, etc.
- tomar decisiones



Los cuidadores dicen (Carers say):

“Quisiera sugerirle al personal que le recuerden a mi madre con frecuencia de que vaya al baño. De esta manera, no tendrán que cambiar las sábanas con tanta frecuencia.”

Kerry – cuidadora de su madre

“Es importante que le digan a papá que le han traído la comida y que esperan que la disfrute. Si sólo le dejan la bandeja, no la reconocerá como propia.”

Brad – cuidador de su padre

“El personal debe saber que si mi esposa comienza a murmurar y hablarse a sí misma, es que se está agitando. Unas palabras tranquilizadoras, como por ejemplo, “Está bien, Beryl, estás a salvo. Nosotros te estamos cuidando”, es todo lo que necesita.”

Rex – cuidador de su esposa

Para más información comuníquese con

NBMLHD Carer Program

Teléfono: 4734 2022 Fax: 4734 3300

NBMLHD-CarerProgram@health.nsw.gov.au

Printed with permission of Central Coast Carer Support, CCLHD
(Copyright © 2014)



Health
Nepean Blue Mountains
Local Health District

Los Cuidadores son Copartícipes en el Cuidado

(Carers are Partners in Care)

**Nepean Blue Mountains
Local Health District**

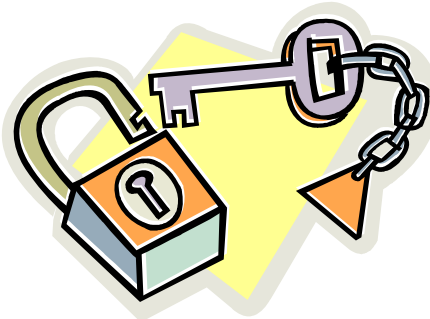
“TOP 5” ayuda a personalizar los cuidados que da el hospital a pacientes con problemas de memoria, raciocinio y



¿Qué es TOP 5? (What is TOP 5?)

El conocimiento que tiene el cuidador del paciente, sobre todo, respecto a **comunicación** y **comportamiento**, **puede ser la clave** que ayude al personal a entender mejor las necesidades de la persona que tienen a su cuidado, durante su permanencia en el hospital.

TOP 5 es una herramienta para trabajar junto con los cuidadores y aprovechar su conocimiento y experiencia para el beneficio del paciente, el cuidador y el personal de la salud.



¿Qué sucederá? (What will happen?)

Una enfermera o personal de los servicios aliados de salud de la sala se pondrán en contacto con usted, ya sea telefónica o personalmente mientras está en el hospital, para hablar de los cinco aspectos más importantes que usted considere el personal debe saber sobre la persona a su cuidado, y así mantenerla cómoda y tranquila mientras está hospitalizada.

A esta información se la llama



Las estrategias acordadas se incluirán en las anotaciones clínicas del paciente.

El personal a cargo de su atención tendrá acceso a esta información para ayudar con el cuidado brindado.

Identificación de las estrategias TOP 5 (Identifying TOP 5 Strategies)

Las siguientes preguntas se refieren a la persona a su cuidado y podrán ayudarnos a elaborar juntos las mejores estrategias para una atención individual.

- ¿Hay cosas o situaciones que le causen angustia? Por ejemplo, colores, asuntos, personal masculino o femenino, ropas.
- Si está desasosegado, ¿hay palabras o acciones que ayuden a tranquilizarlo y calmarlo? Por ejemplo, sentarlo cerca de la ventana, escuchar música, mirar fotos, leer, apagar la luz.
- Hay rutinas establecidas que lo tranquilizan? Por ejemplo, una ducha, las comidas, la hora de ir a la cama.
- ¿Hay alguna pregunta o asunto recurrente que requiera una respuesta específica? ¿Cuál es la respuesta preferida?
- ¿Es posible que pida por alguien en particular, ya sea una persona o una mascota?
- ¿Hay señales que indiquen una necesidad? Por ejemplo, se pone inquieto cuando necesita ir al baño.