

Escoger

Escoger

Escoger

Guía para Escoger un Asilo de Ancianos

Escoger

Escoger

Escoger



Para ayudarlo a tomar decisiones importantes para usted o un ser querido.

Esta guía explica:

- Cómo encontrar y comparar asilos de ancianos en su zona.
- Sus derechos como residente de un asilo de ancianos.
- Dónde llamar para obtener ayuda.

✓ Use la lista de comparación de la página 27 para comparar asilos de ancianos.



CMS
CENTERS for MEDICARE & MEDICAID SERVICES

Helping you help yourself



La *Guía para Escoger un Asilo de Ancianos* es preparada por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés). CMS y los estados controlan la calidad de los servicios en los asilos de ancianos. Las agencias del Gobierno Federal y Estatal certifican a los asilos.

La *Guía para Escoger un Asilo de Ancianos* no es un documento legal. Las estipulaciones oficiales del programa Medicare están contenidas en las leyes, normas y regulaciones judiciales correspondientes.

La información en esta guía era correcta en el momento de su impresión. Puede que hayan habido cambios después de la impresión. Para obtener la versión más actualizada, visite www.medicare.gov en Internet y seleccione "Publicaciones"; o llame gratis al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Un representante de servicio al cliente podrá decirle si la información ha sido actualizada. Los usuarios de TTY deben llamar al 1-877-486-2048.

Tabla de Contenido

Sección 1: Bienvenidos	3
Información importante si usted tiene Medicare	4
Para los que están ayudando a otra persona a elegir un asilo de ancianos	5
Cómo utilizar esta guía.....	6-7
¿Quién puede contestar a sus preguntas?	8
Sección 2: Selección del tipo de cuidado que necesita	9-14
Opciones de cuidado a largo plazo	10-13
Sección 3: Selección de un asilo de ancianos	15-26
Pasos para la selección	15-26
Sección 4: Lista de comparación de asilos de ancianos.....	27-32
Sección 5: Los arreglos necesarios para ingresar en un asilo de ancianos	33-34
Sección 6: Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de la salud (incluye Medicaid y Medicare).....	35-41
Sección 7: En el asilo de ancianos.....	43-49
La adaptación a este nuevo hogar.....	43
Denuncia y resolución de problemas	43
Planes de cuidado	44
Sus derechos y protecciones como residente	45-49
Sección 8: Para más información	51-57
Publicaciones gratis sobre Medicare y temas relacionados	51
Contactos para problemas específicos y enfermedades	52-54
Números telefónicos importantes	55-57
Sección 9: Términos que debe conocer	58-59
(Donde se definen las palabras en azul)	
Sección 10: Índice.....	60-61
(Una lista en orden alfabético de los términos de esta guía)	



Siempre ayuda planear con anticipación, visitar y comparar varios asilos de ancianos, y planificar su situación económica con tiempo.

Sección 1: Bienvenidos



La *Guía para Escoger un Asilo de Ancianos* está diseñada para ayudarle a encontrar y comparar asilos de ancianos. Puede ayudarle a usted y a su familia a tomar la mejor decisión, si está planeando con anticipación o necesita tomar una decisión inesperada. Incluye información sobre los tipos de cuidado a largo plazo, cómo encontrar y comparar asilos de ancianos en su área y cómo pagar por el asilo de ancianos. También le brinda información sobre organizaciones que puedan responder a sus preguntas.

Elegir un asilo de ancianos puede afectarle emocionalmente no sólo a usted sino a su familia. Es una buena idea planear con anticipación, visitar y comparar asilos y hacer planes económicos con tiempo. Planificar con tiempo le brinda a usted y a su familia más control y puede ayudarle a satisfacer sus necesidades para que pueda obtener un cuidado de calidad.

Vea “cómo utilizar esta guía” en las páginas 6-7 para encontrar la información que necesita.

Dependiendo de sus necesidades y recursos, puede que tenga otras opciones de cuidado a largo plazo como servicios comunitarios, cuidado en el hogar, vida asistida. Éstas y otras opciones se explican brevemente en las páginas 10-13. Antes de elegir un asilo de ancianos, fíjese si alguna de estas opciones sería mejor para usted, o quizá pudiera servirle después de una estadía temporaria en un asilo de ancianos.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.

Medicare cubre algunos servicios de enfermería especializada y rehabilitación, pero por lo general, no cubre **cuidado custodial** (ayuda con las actividades cotidianas como bañarse, vestirse e ir al baño). La mayoría de la gente que ingresa a un asilo de ancianos, comienza pagando los gastos de su propio bolsillo. Los residentes pueden pagar por su estadía en un asilo usando sus propios recursos, un seguro de cuidado a largo plazo o **Medicaid** si son elegibles. Medicaid es un programa conjunto federal y estatal, que ayuda a personas de bajos ingresos y recursos limitados, a pagar por los gastos médicos. Medicaid paga por el cuidado de aproximadamente 7 de cada 10 residentes de un asilo de ancianos.

Bienvenidos

Información importante si usted tiene Medicare:

- **Beneficios Medicare:** Aunque Medicare **no** paga por la mayoría de los servicios de los asilos de ancianos, usted podrá continuar recibiendo los beneficios cubiertos por Medicare cuando sea residente de un asilo de ancianos. Por ejemplo, continuará recibiendo su vacuna anual contra la influenza/gripe y todos los otros servicios preventivos cubiertos por Medicare.
- **Alta del hospital:** Muchas personas ingresan a un asilo de ancianos después de una estadía en el hospital. Si usted tiene Medicare y piensa que le dieron de alta del hospital antes de tiempo, puede solicitar una revisión de la decisión a la [Organización para el Mejoramiento de la Calidad \(QIO](#), por sus siglas en inglés). El número de teléfono está en la copia “**Información importante sobre sus derechos Medicare: Admisiones, Altas y Apelaciones**” que le dieron al admitirlo al hospital. Debe solicitar la revisión para las 12 (mediodía) del día después de que el hospital le haya entregado el “Aviso de no cobertura”. Usted no debe pagar por el hospital mientras que QIO está revisando su pedido. Puede tomar hasta tres días laborables.
- **Cuidado de enfermería especializada:** Si necesita cuidado de enfermería especializada cubierto por Medicare después de una estadía en el hospital cubierta por Medicare de tres días o más, pregunte al personal del asilo de ancianos si ellos brindan ese tipo de cuidado y si el asilo está certificado por Medicare. Para más información sobre la cobertura Medicare de un centro de enfermería especializada, vaya a www.medicare.gov en Internet. Seleccione “Publicaciones” para leer o imprimir una copia del folleto *Cobertura Medicare de un Centro de Enfermería Especializada* (CMS Pub. No. 10153-S). También puede pedir una copia gratis llamando al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Los usuarios de TTY deben llamar al 1-877-486-2048.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.

Bienvenidos

Para los que están ayudando a otra persona a elegir un asilo de ancianos:

Muchas personas que usan esta guía, están cuidando o ayudando a otra persona a tomar decisiones sobre su salud. Elegir un asilo es una decisión difícil, pero necesaria, y el que cuida a otra persona debe ayudar a tomar esa decisión.

Su apoyo puede ayudar a la persona, que usted ama y quiere, a que la transición de pasar del hogar a un asilo de ancianos, sea más fácil. Sea el defensor de su ser querido, vigile el cuidado y las condiciones en las que vive en el asilo y comente sus dudas al personal del asilo.



Recuerde, siempre que sea posible, incluya a la persona que necesita cuidado en un asilo de ancianos, en la toma de decisiones. En todo momento tenga presente cuáles son las necesidades de esa persona.

Bienvenidos

Cómo utilizar esta guía:

¿Es un asilo de ancianos la única opción para el cuidado que necesita?

La sección 2 explica algunas tipos de cuidado a largo plazo que podrían ser una mejor opción, dependiendo de sus necesidades y recursos.

¿Necesita encontrar un asilo de ancianos?

La sección 3 explica algunos pasos para encontrar y comparar asilos de ancianos en su área, también le informa dónde puede encontrar respuesta a sus preguntas.

¿Desea saber en qué fijarse cuando compara asilos de ancianos?

La sección 4 tiene una lista de comparación que usted puede recortar y llevar consigo cuando visita los distintos asilos para saber en qué fijarse y qué preguntas debe hacer.

¿Ha elegido un asilo de ancianos? ¿Qué sigue ahora?

La sección 5 explica qué información debe tener cuando haga los arreglos para ingresar a un asilo de ancianos.

Bienvenidos



Cómo utilizar esta guía: (continuación)

¿Cómo paga usted por los servicios en un asilo de ancianos u otros cuidados de salud?

La sección 6 explica cómo pagar por estos servicios incluyendo sus recursos personales, ayuda estatal, **Medicaid**, seguro de cuidado a largo plazo y **Medicare**.

Ahora que ya está en un asilo de ancianos, ¿Qué debe saber?

La sección 7 explica qué hacer para que la transición de su hogar a un asilo de ancianos sea más fácil, como resolver los problemas, su plan de cuidado en el asilo y sus derechos y protecciones como residente.

¿Dónde obtener más información?

La sección 8 explica cómo obtener publicaciones gratis de Medicare, también contiene información sobre problemas de salud específicos y enfermedades. Además los números telefónicos de organizaciones que puedan responder a sus preguntas.

¿Qué significan las palabras en azul?

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.

La sección 9 explica todas las palabras en color azul de esta guía.

¿Cómo encuentro información específica en esta guía?

La sección 10 es el índice (lista alfabética) del contenido de esta guía y el número de páginas donde encontrar temas específicos.

Bienvenidos

¿Quiénes pueden contestar a sus preguntas?

Organización	Como pueden ayudar:
Agencia Local de Envejecimiento (AoA, por sus siglas en inglés)	AoA es una agencia federal que brinda una lista de opciones de cuidado a largo plazo en su estado, incluyendo servicios comunitarios. También pueden ayudarlo a localizar los asilos de ancianos. Vaya a www.aoa.gov en Internet, o puede obtener el número de teléfono de su AoA del localizador "Eldercare" 1-800-677-1116 (lunes a viernes de 9 a.m.-8 p.m. hora del este).
Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés)	CMS tiene publicaciones gratis sobre la cobertura Medicare y otros temas relacionados. Vea la página 51. Para información sobre dónde están localizados y la calidad de los asilos de ancianos, visite www.medicare.gov y seleccione "Compare Asilos de Ancianos" o llame gratis al 1-800-MEDICARE (1-800633-4227), 24 horas al día. Los usuarios de TTY deben llamar al 1-877-486-2048.
Localizador "Eldercare"	Es un servicio nacional de llamada gratuita para ayudar a las personas mayores y a quienes los cuidan, a encontrar servicios para personas de la tercera edad. Visite www.eldercare.gov o llame al 1-800-677-1116 (lunes-viernes de 9 a.m. a 8 p.m. hora del este).
Intermediario de Cuidado a Largo Plazo	Es el intermediario defensor de los residentes de asilos de ancianos, residencias, casas de cuidado y centros de asistencia cotidiana. Vea las páginas 55-57 para obtener los números de teléfono en su estado. Quizá lo refieran a la oficina local.
Programa Estatal de Asistencia sobre Seguros de Salud (SHIP, por sus siglas en inglés)	Estos programas estatales reciben dinero del Gobierno Federal para brindar consejería sobre seguros de salud a las personas con Medicare. Llámelos para que contesten sus preguntas sobre Medicare, seguros, decisiones sobre planes de salud y sus derechos. Para obtener los números de teléfono en su estado, vea las páginas 55-57.
Oficina Estatal de Asistencia Médica	Esta oficina puede brindarle información sobre los programas estatales que ayudan a pagar por los gastos de salud y de asilos de ancianos para aquellas personas de bajos ingresos y recursos limitados. Para obtener los números de teléfono en su estado, vea las páginas 55-57.
Agencia Estatal de Inspección	Su agencia estatal de inspección puede responder a sus preguntas y quejas sobre la calidad del cuidado o de vida en un asilo de ancianos. Vea las páginas 55-57 para obtener el número de teléfono en su estado.

Para información sobre problemas específicos o enfermedades, vea las páginas 52-54.

Elegir un asilo para ancianos es una decisión muy importante. Debe pensar si es la mejor opción para usted. Un asilo de ancianos brinda atención a las personas que ya no pueden ser cuidadas en el hogar o en la comunidad. Para aquellas personas que no pueden cuidarse a sí mismas por razones físicas, emocionales o mentales, los asilos de ancianos pueden ofrecer una variedad de servicios de salud y de cuidado personal. Por lo general, para muchas personas, este cuidado es **custodial** y no especializado.

El cuidado en un asilo de ancianos puede ser muy costoso. Generalmente, los asilos ofrecen atención médica las 24 horas así como habitación, comidas, actividades y algunos cuidados personales. La mayoría cobra una cantidad básica por la habitación, comida y cuidado personal. Quizá tenga que pagar en adición por otros servicios o cuidados por necesidades médicas especiales. Es muy importante que obtenga una lista de las tarifas por adelantado y que averigüe sobre estos costos y cómo pagará por ellos. Para más información sobre costos y pagos de los asilos de ancianos, vea la página 35.

Puede que un asilo de ancianos no sea su única alternativa para cuidado personal y servicios de salud. Dependiendo de sus necesidades y recursos, pueden haber otras opciones para cuidado a largo plazo. Puede obtener cuidado a largo plazo en su hogar, en un centro para personas de la tercera edad, centros comunitarios o en una residencia de retiro especial o en una residencia de vida asistida (ayuda cotidiana). Es posible que necesite la ayuda de su familia, amigos, servicios de la comunidad y agencias profesionales de cuidado. Quizá sea aconsejable que hable con su familia, su médico o trabajador social para que le ayuden a decidir qué tipo de cuidado a largo plazo necesita.

En las páginas siguientes encontrará los tipos más comunes de cuidado a largo plazo. Estas opciones pueden conocerse con otros nombres en diferentes estados. También puede que los costos y servicios sean diferentes. Llame a la agencia para asuntos de la vejez en su área para obtener una lista de las opciones de cuidado a largo plazo en su estado. Para obtener el número de teléfono, visite www.aoa.gov, o llame gratis al localizador Eldercare al 1-800-677-1116 (lunes a viernes de 9 a.m. -8 p.m. hora del este) y pida el número de teléfono de su agencia local. Pida a la agencia para asuntos de la vejez una lista de sus opciones de cuidado a largo plazo en su estado.



Selección del tipo de cuidado que necesita

Opciones de cuidado a largo plazo:

Servicios comunitarios: Hay una variedad de servicios que ofrece la comunidad que podrían ayudarle con sus actividades personales. Alguno de ellos, como los grupos de voluntarios que ayudan con las compras y la transportación, podrían ser gratis. Otros servicios pueden estar disponibles por un costo que puede variar, de acuerdo a donde vive y los servicios que necesita. A continuación, le brindamos una lista de algunos servicios en el hogar en programas disponibles en casi todas las comunidades:

- Cuidado diurno para adultos
- Programas de comidas en el hogar (Meals-on-Wheels)
- Centros para personas de la tercera edad (Senior Centers)
- Programas de visitas
- Ayuda con las compras y la transportación
- Ayuda con preguntas legales, facturas o asuntos financieros

Para información sobre servicios comunitarios, llame a su agencia local para asuntos de la vejez. Puede obtener el número de teléfono en www.aoa.gov, seleccionando “About AoA y the Aging Network”. Después seleccione “Area Agencies on Aging” o llame al localizador Eldercare al 1-800-677-1116 (lunes a viernes de 9 a.m.-8 p.m. hora del este), para obtener el número telefónico de su agencia local.

Cuidado en el hogar: De acuerdo a sus necesidades, quizá pueda obtener ayuda con su atención personal (por ejemplo, para lavar la ropa, cocinar, hacer las compras y la limpieza) en su propio hogar, de su familia, amigos o grupos voluntarios. Si piensa que necesita cuidado en el hogar, hable con su familia a ver si ellos pueden cuidarlo o busque a otra persona.

También existen agencias de cuidado en el hogar que le brindan **cuidado custodial** y/o enfermería especializada en su casa. Recuerde que Medicare sólo paga por cuidado en el hogar si cumple con ciertos requisitos. Obtenga una copia gratuita del folleto *Medicare y el Cuidado de Salud en el Hogar* (CMS Pub. No. 10969-S), vea la página 51.

Selección del tipo de cuidado que necesita



Opciones de cuidado a largo plazo: (continuación)

Unidad/vivienda adicional (ADU, por sus siglas en inglés): Si usted o un ser querido son dueños de una vivienda, para una sola familia, una unidad adicional (ADU) podría ayudarlo a mantenerse independiente. Esta unidad de vivienda adicional, a veces llamada “in-laws apartment” apartamento adicional para la familia, es una segunda área dentro de una casa o en el terreno de la casa. Tiene un área con una habitación para dormir, sala, baño y cocina. Algunos lugares de la casa como el piso superior, el ático/sótano, o el garaje pueden transformarse en una ADU. Quizá su ser querido quiera vivir en una ADU en su casa o usted prefiera crear una unidad separada en la casa de un miembro de la familia.

Verifique con la oficina local para asegurarse que este tipo de unidades están permitidas en su área y si hay reglamentos específicos. El costo de una unidad ADU puede variar dependiendo del tamaño, los materiales y los obreros.

Viviendas subsidiadas para ancianos: Existen programas federales y estatales que ayudan a pagar por la vivienda para personas mayores de medianos o bajos recursos. Alguno de estos programas también ofrecen ayuda con las comidas y otras actividades como la limpieza del hogar, las compras y la lavandería. Los residentes, generalmente, viven en un apartamento dentro del complejo. Por lo general, el alquiler es un porcentaje de sus ingresos.

Casas de hospedaje y de cuidado: Los hospedajes y casas de cuidado son viviendas en grupo que responden a las necesidades de personas que no pueden vivir de manera independiente, pero que no necesitan los servicios de un asilo de ancianos. La mayoría ofrecen ayuda con actividades de la vida diaria tales como bañarse, vestirse y usar el baño. A veces a este tipo de vivienda se las conoce como “hogares grupales”; Muchas de estas viviendas no están pagadas por Medicare o Medicaid. La cuota mensual es generalmente un porcentaje de sus ingresos.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.



Selección del tipo de cuidado que necesita

Opciones de cuidado a largo plazo: (continuación)

Residencia de vida asistida: Estos centros/residencias brindan ayuda con las actividades cotidianas como bañarse, vestirse y usar el baño. También ayudan con cierto tipo de cuidados como ponerse las gotas en los ojos o tomar las medicinas, hacer una cita médica o preparar la comida. A menudo, los residentes viven en una habitación o un apartamento en el edificio o grupos de edificios y comen todas, o algunas de las comidas juntos. Por lo general, hay actividades sociales y recreativas. Algunas ofrecen, servicios médicos en la misma residencia. En la mayoría de los casos, los residentes pagan generalmente un alquiler mensual y luego hacen pagos adicionales por los servicios que reciben. El término "vida asistida" podría tener distintos significados en los distintos centros/residencias. No todos los centros/residencias brindan los mismos servicios. Es importante que averigüe con el centro/residencia para asegurarse que ofrezcan lo que usted necesita.

Comunidades de retiro de cuidado continuo (CRC, por sus siglas en inglés): Son comunidades de retiro que ofrecen distintas opciones de vivienda y niveles de cuidado diferentes. El lugar en donde viva dependerá del cuidado que necesite. En la misma comunidad pueden haber apartamentos o casas para aquellos residentes que pueden valerse por ellos mismos, una residencia de vida asistida para los que necesitan alguna ayuda con las tareas cotidianas y un asilo de ancianos para los que necesitan un nivel de cuidado mayor. Los residentes se trasladan de un nivel de vivienda a otro, de acuerdo con sus necesidades pero siempre permanecen en la CCRC.

Si considera una CCRC, verifique el informe sobre el asilo de ancianos de esa comunidad de retiro. Generalmente, el contrato de su CCRC le requiere usar el asilo de esa CCRC si necesita cuidado de asilo de ancianos. Algunas CCRC sólo aceptarán en el asilo de ancianos a personas que ya hayan vivido en otra sección de la comunidad, tales como residencia de vida asistida o viviendas independientes. Además, por lo general, solicitan un pago grande antes de que usted se mude (llamada tarifa de ingreso) y luego le cobrarán una tarifa mensual. Usted puede averiguar si una CCRC está acreditada y, a la vez, obtener consejería sobre la selección del tipo de comunidad, llamando a la Comisión de Acreditación de Cuidado Continuo al 1-202-783-7286, o visitando www.ccaonline.org en Internet.

Selección del tipo de cuidado que necesita



Opciones de cuidado a largo plazo: (continuación)

Otro tipo de cuidado disponible

Cuidado de hospicio: El hospicio es una manera especial de cuidar de las personas que padecen de una enfermedad terminal, y de sus familias. Este cuidado incluye cuidado físico y consejería. El objetivo del hospicio es cuidar de usted y de su familia, no curar su enfermedad. Si califica para recibir cuidado de hospicio, puede recibir servicios médicos y de apoyo, incluyendo cuidado de enfermería, servicios sociales, servicios médicos, mantenimiento del hogar, consejería, y otros. Contará con un equipo de médicos, enfermeras, asistentes en el hogar, trabajadores sociales, consejeros y voluntarios capacitados para ayudarle a usted y a su familia a lidiar con su enfermedad. En muchos casos, usted y su familia pueden permanecer juntos en la comodidad de su hogar. [Medicare](#) cubre el cuidado de hospicio, si califica. Medicare no paga la ayuda de 24 horas al día, si recibe servicios de hospicio en el hogar. Dependiendo de su estado de salud, puede recibir cuidado de hospicio en un hospital o asilo de ancianos. La habitación y la alimentación no están cubiertas si recibe servicios de hospicio generales mientras reside en un asilo de ancianos o en un hospicio. Sin embargo, el hospedaje y la alimentación están cubiertos para pacientes que reciben cuidado de relevo, y para estadías de hospital a corto plazo. Ver la página 51, si desea recibir una copia del folleto *Beneficios de Hospicio Medicare (CMS Publicación No 02154-S)*.

Algunos asilos para ancianos pueden brindar cuidado de relevo, que es la atención brindada a un paciente de hospicio para que el cuidador de costumbre pueda descansar. Medicare cubre cuidado de relevo, siempre y cuando tenga cobertura de cuidado de hospicio.



Selección del tipo de cuidado que necesita

Más información

Antes de escoger el tipo de cuidado a largo plazo que necesita, tal vez quiera obtener más información que lo ayude a hacer la mejor elección. Puede pedir algunos folletos gratuitos y encontrar información en la web. Si no tiene computadora, la biblioteca local o centro para la tercera edad lo pueden ayudar a encontrar esta información en sus computadoras.

Para más información sobre las opciones de cuidado a largo plazo:

- Busque en www.medicare.gov en Internet. Active “Publicaciones” para ver o imprimir una copia del folleto *Selección de Cuidado a Largo Plazo* (CMS Publicación No 02223-S). También puede solicitar una copia gratis al 1-800-MEDICARE (1-800-663-4227). Los usuarios con impedimentos auditivos y/o del habla deberán llamar al 1-877-486-2048. Este folleto explica en más detalle las opciones de cuidado a largo plazo que aparecen en esta sección más detalladamente. También le explica cómo obtener más información, y lo ayuda con sus preguntas.

Para más información sobre asilos para ancianos:

- Puede obtener una copia de *Una Guía para el Consumidor sobre Centros/Facilidades*. Esta guía tiene información sobre los varios tipos de centros de cuidado a largo plazo, cómo escoger el nivel apropiado de cuidado, y qué buscar en una póliza de seguro de cuidado a largo plazo. Para solicitar una copia gratuita, por favor llame al 1-800-628-8140, o escriba a la American Health Care Association, 1201 L Street NW, Washington, DC 20005, o busque en www.longermcareliving.com o www.ahca.org en la internet. Active “Información para el Consumidor”.
- Puede obtener información de la Asociación Americana de Residencias y Servicios para Personas de la Tercera Edad (AAHSA) llame al 1-800-508-94442 o visite www.aahsa.org en Internet; o al escribir al AAHSA a: 2519 Connecticut Ave., NW, Washington, DC 20008.

Selección de un asilo de ancianos

La selección de un asilo de ancianos es una decisión importante. Sólo usted puede decidir si es la elección correcta para usted. Hay ciertos pasos que debe seguir para encontrar el mejor asilo de ancianos para usted. Es importante que planee con anticipación. Planificar con anticipación lo ayudará a elegir un asilo de ancianos que satisfaga sus necesidades y le brinde una atención de buena calidad. Es importante que encuentre el asilo correcto porque éste puede ser su hogar durante un período de tiempo corto o prolongado. Usted desea sentirse cómodo, seguro y atendido de manera correcta.

Los pasos para seleccionar un asilo de ancianos son:

1. Averigüe sobre los asilos de ancianos que hay en su área (ver a continuación y la página 16).
2. Averigüe cómo se comparan los asilos de ancianos en calidad (ver la páginas 16-18).
3. Visite los asilos de ancianos que le interesan, o haga que alguien los visite por usted. (ver las páginas 18-22).
4. Escoja el asilo para ancianos que responda mejor a sus necesidades (ver las páginas 23-26).

Paso 1: Averigüe sobre los asilos de ancianos que hay en su área.

Para averiguar sobre un asilo en su área:

- Busque en www.medicare.gov en Internet. Active “Comparar Asilos de Ancianos”. Aquí puede encontrar información detallada sobre los asilos de ancianos en su área.
- Pídale al trabajador social o al planificador de altas del hospital una lista de los asilos de ancianos locales, si está en el hospital. Lo pueden ayudar a encontrar una cama disponible. Algunos asilos de ancianos trabajan en conjunto con los hospitales y, algunos, son independientes.
- Visite o llame a su agencia local de servicio social u hospital. Pida hablar con un trabajador social o un administrador de casos quienes lo pueden ayudar a encontrar un asilo de ancianos en su área.

Selección de un asilo de ancianos

Paso 1: Averigüe sobre los asilos de ancianos que hay en su área. (Continuación)

Los pasos para seleccionar un asilo de ancianos son: (continuación)

- Pregunte a las personas en las que confía como su médico, familia, amigos, vecinos, o sacerdote, si han tenido una experiencia personal con asilos de ancianos. Tal vez ellos le puedan dar el nombre de un asilo de ancianos donde tuvieron una buena experiencia.
- Llame a su agencia para asuntos de la vejez en su área. Los números de teléfono deberían encontrarse en el directorio telefónico local. Esta agencia le puede dar información sobre los asilos de ancianos que existen en su área. Puede conseguir el número de teléfono en www.aoa.gov en Internet. Active “About AoA and the Aging Network”. Luego active “Area Agencies on Aging”.
- Llame al Localizador “Eldercare” 1-800-677-1116 (los días de semana de 9:00 am a 8:00 pm , hora del este) para obtener información sobre los asilos de ancianos de su área.

Paso 2: Averigüe cómo se comparan los asilos de ancianos en calidad.

Cuidado de calidad significa hacer lo correcto, en el momento correcto, de la manera correcta, para la persona correcta, y obtener los mejores resultados posibles. Los asilos para ancianos están certificados para asegurar que cumplen ciertos requisitos federales sobre salud y seguridad. Para averiguar cómo se comparan en calidad los asilos de ancianos en su área, visite www.medicare.gov en Internet. Active “Comparar Asilos de Ancianos”. Puede comparar los informes de inspección estatales de los asilos de ancianos en su área y ver otra información, como por ejemplo, las características de los residentes y los niveles del personal.

A partir de la primavera del 2002, puede obtener información sobre la calidad de cada asilo de ancianos del estado de Maryland, Ohio, Colorado, Rhode Island, Washington, y Florida en “Comparar Asilos de Ancianos”, incluyendo:

- **El porcentaje de los residentes que necesitan más ayuda para realizar actividades cotidianas** como; 1) alimentarse por sí solo, 2) moverse de una silla a otra, 3) cambiarse de posición en la cama, e 4) ir al baño solo.

Esta información estará disponible para el resto del país en el otoño del 2002.

Paso 2: Averigüe cómo se comparan los asilos de ancianos en calidad. (continuación)

- El porcentaje de residentes que tienen llagas por estar mucho tiempo en cama. Por lo general, las llagas se generan por la presión constante al estar acostado o sentado en una sola posición por mucho tiempo.
- El porcentaje de residentes que han bajado demasiado de peso, lo que podría ser poco saludable.
- El porcentaje de residentes que padecen de dolor. Se trata de un dolor que se presenta todos los días, que se ha presentado en los últimos 7 días, y es muy intenso o moderado.
- El porcentaje de residentes con infecciones. Esto incluye neumonía, infecciones de heridas, infección urinaria o de la vejiga.
- El porcentaje de residentes con limitaciones físicas. Las limitaciones físicas implican cualquier aparato que impide que el residente se movilice con libertad, como tobilleras, tipos especiales de chalecos, o sillas con bandejas para el regazo.
- El porcentaje de residentes de estadía corta (residentes que permanecen menos de 90 días) que lograron caminar mejor. Los residentes de estadía corta se quedan en los asilos para ancianos menos de 90 días. Poder caminar mejor significa el aumento de la habilidad del residente para caminar con poca ayuda, o sin ayuda.
- El porcentaje de residentes de estadía corta que experimentan dolor.
- El porcentaje de residentes de estadía corta que padecen de delirio, que es una combinación de problemas a corto plazo para concentrarse o cambiar de atención, estar confundido o no estar consciente de su alrededor. Estos síntomas pueden aparecer repentinamente y pueden ser reversibles. (Nota: el delirio no es “senilidad”, que se relaciona más con problemas de aprendizaje y memoria).

Otras maneras de averiguar sobre la calidad del asilo para ancianos:

- Pregunte a sus amigos y otras personas que conozca si están o estuvieron satisfechos con la calidad del cuidado.
- Llame a la oficina local de Asuntos del Consumidor de su estado. Pregunte si tienen información sobre la calidad de los asilos de ancianos (busque los números de teléfono en las páginas azules de su guía telefónica).

Selección de un asilo de ancianos

Paso 2: Averigüe cómo se comparan los asilos de ancianos en calidad. (continuación)

Otras maneras de averiguar sobre la calidad de los asilos para ancianos: (continuación)



“Llamé a la Oficina del Intermediario de Cuidado a Largo Plazo para pedir información sobre los asilos disponibles en mi ciudad”.

- Llame al departamento de salud de su estado. Pregunte si tiene información sobre la calidad de los asilos de ancianos (busque el número de teléfono en las páginas azules de su guía telefónica).
- Llame a su [Intermediario de Cuidado a Largo Plazo](#) (ver las páginas 55-57). El programa de intermediario ayuda a los residentes de asilos de ancianos a resolver problemas actuando en su representación. Los mediadores visitan los asilos de ancianos y hablan con los residentes a lo largo del año para asegurarse de que los derechos de los residentes estén protegidos. Son una muy buena fuente de información general sobre los asilos de ancianos y trabajan para resolver los problemas relacionados con el cuidado en el asilo, incluyendo problemas financieros. Tal vez lo puedan ayudar a comparar los puntos fuertes y débiles del asilo para ancianos. Pregúntelos, por ejemplo, como cuántas quejas han recibido sobre un asilo, qué tipo de quejas eran, y si se resolvieron los problemas.

Paso 3: Visite los asilos de ancianos que le interesan, o pídale a alguien que lo haga por usted.

Lleve con usted la lista de comparación de asilos de ancianos de las páginas 27-32 cuando haga la visita. Llénela y compare los asilos de su área.

Antes de tomar una decisión sobre el asilo de ancianos, visite aquellos que le interesan. Una visita le da la oportunidad de ver a los residentes, al personal y las instalaciones. También le permite hablar con el personal del asilo, las personas que viven allí y que reciben cuidado, y con sus familiares. Asegúrese de hacer una cita para realizar una visita guiada del asilo antes de su visita.

Si no puede visitar el asilo, tal vez sería buena idea que un familiar o amigo lo haga por usted. Si ninguno de ellos puede hacerlo por usted, puede llamar para solicitar información. Sin embargo, una visita es una mejor manera para ver la calidad del cuidado y el nivel de vida que reciben los residentes.

Selección de un asilo de ancianos

3

Paso 3: Visite los asilos de ancianos que le interesan, o pídale a alguien que lo haga por usted. (continuación)

A continuación encontrará algunos consejos que lo ayudarán a estar listo para su visita:

1. Obtenga información, ver a continuación.
2. Visite el asilo de ancianos, ver la página 20.
3. Haga preguntas, ver las páginas 21 y 22.

Obtenga información

Sobre los servicios:

- ¿Qué servicios brinda el asilo de ancianos?

Sobre las tarifas:

- ¿Cobran una tarifa básica por la habitación, comidas y cuidado personal?
- ¿Cobran una tarifa adicional por otros servicios o atención por necesidades médicas especiales?

Vea el informe de inspección:

- Obtenga una copia del informe de inspección sobre asilos de ancianos activando "Comparar Asilos de Ancianos" en www.medicare.gov en la internet (ver la página 27). Este informe le indica qué tan bien el asilo cumple con los requisitos federales de salud y seguridad.
- El asilo debe tener a su disposición los resultados de la inspección más reciente de las instalaciones hechas por inspectores federales o estatales.

Selección de un asilo de ancianos

Paso 3: Visite los asilos para ancianos que le interesan, o pídale a alguien que lo haga por usted. (continuación)

Visite el asilo de ancianos

Revise la información:

- Antes de su visita, revise cualquier información que haya recibido.

Haga una visita oficial:

- Haga una cita con el asilo antes de su visita.
- Haga una visita oficial con un miembro del personal del asilo.
- Haga preguntas durante la visita (ver la página 21 y las páginas 27 - 32), incluyendo preguntas sobre las medidas de calidad en “Comparar Asilos de Ancianos”, en www.medicare.gov en la Internet.
- Mire detenidamente para tener una idea más clara de los servicios, actividades, calidad del cuidado y nivel de vida de los residentes.

Recuerde, lleve consigo la lista de comparación de asilo de ancianos de las páginas 27-32 cuando haga la visita. Llénela y úsela para comparar los asilos del área donde vive.

Visite nuevamente:

- Vuelva a visitar el asilo por segunda vez, otro día y a otra hora, a diferencia de su primera visita. El personal puede ser diferente a diferentes horas, y los fines de semana.
- Trate de visitar a media mañana o al medio día. Esto le permitirá ver a los residentes cuando están fuera de la cama, comiendo, y haciendo actividades.

Asista a las reuniones del consejo:

- Pregunte a un miembro del asilo si puede obtener permiso del residente o de los participantes para asistir a una reunión del consejo de residentes del asilo y/o a la reunión del consejo de familias. Por lo general, las familias de los residentes organizan y administran estos consejos para mejorar la calidad de la atención y el nivel de vida de los residentes, y discutir las preocupaciones.

Selección de un asilo de ancianos

3

Paso 3: Visite los asilos para ancianos que le interesan, o pídale a alguien que lo haga por usted. (continuación)

Haga preguntas

Use la lista de comparación de asilo para ancianos:

- Haga preguntas de la lista de comparación de asilo para ancianos (ver las páginas 27 - 32). Esta lista de comparación lo puede ayudar a saber qué buscar y qué preguntas hacer de tal manera que pueda comparar los asilos para ancianos. Esta lista contiene preguntas sobre información básica, apariencia del residente, áreas de vivienda, el personal, las habitaciones de los residentes, pasadizos, escaleras, salones, baños, menú y alimentación, actividades, seguridad y cuidado. Por ejemplo:

- ¿Está el asilo certificado por Medicare y Medicaid?
- ¿Hay alguna cama disponible? (¿Hay una lista de espera?)
- ¿Es fácil que los familiares y amigos visiten el asilo?
- Pida una copia del informe de inspección más reciente sobre el asilo para ancianos. Si encontró algunas deficiencias, pregunte si han sido corregidas y pida ver la corrección del plan.

Pregunte sobre la satisfacción:

- Si puede, hable con el personal, los residente y sus familiares. Pregúnteles si están satisfechos con el asilo de ancianos y sus servicios.

Otras preguntas:

- Anote cualquier pregunta que todavía tenga sobre el asilo de ancianos o cómo este asilo satisfecerá sus necesidades.

3

Selección de un asilo de ancianos

Paso 3: Visite los asilos para ancianos que le interesan, o pídale a alguien que lo haga por usted. (continuación)

Haga preguntas (continuación)

Otras preguntas (continuación)

- Pregunte al personal sobre la información de calidad de “Comparar Asilos de Ancianos” en www.medicare.gov en la Internet. Esto lo puede ayudar a comparar los asilos para ancianos.
- Pida al personal que le explique cualquier cosa que vea y escuche que no comprenda. Por ejemplo, una persona puede estar gritando. Tal vez sea porque está confundido, no porque lo estén lastimando o rechazando. No tenga miedo de hacer preguntas.

No entre en las habitaciones de los residentes o áreas de cuidado sin verificar primero con el residente y el personal del asilo. Los residentes tienen el derecho a su privacidad.

Selección de un asilo de ancianos



Paso 4: Selección del asilo de ancianos que satisface mejor sus necesidades.

Cuando tenga toda la información sobre los asilos de ancianos que le interesan, converse sobre ello con su familia, amigos, médico, sacerdote, consejero espiritual, o trabajador social. Hable con las personas que entienden sus necesidades personales y de cuidado de salud, quienes lo pueden ayudar a hacer una elección que mejor satisfaga sus necesidades.

Si ayuda alguien que está a punto de ir a un asilo, trate de que participe en la decisión lo más que pueda. Las personas que están involucradas desde el principio están más preparadas cuando se mudan a un asilo. Si la persona quien ayuda no es despierto o capaz de comunicarse bien, tenga en consideración sus valores y preferencias. Encontrar un asilo que cuente con los servicios correctos y un ambiente cómodo y agradable, a menudo requiere mucha planificación.

Si encuentra más de un asilo que le gusta que tienen disponibilidad, use toda la información que tiene para compararlos. Confíe en sus sentidos. Si no le gusta lo que ve en una visita, si las instalaciones no son limpias, o si no se sintió cómodo conversando con el personal del asilo, tal vez deba escoger otro asilo. Si percibe que se trata bien a los residentes, que las instalaciones están limpias, y el personal es servicial, podría sentirse mejor sobre su decisión. Recuerde que la apariencia de un asilo no es tan importante como la calidad de la atención, el nivel de vida, y un ambiente amigable y de cuidado.

Importante: Si visita un asilo de ancianos que no le gusta, no tiene que escoger vivir allí. Es importante que tome una buena decisión de atención de calidad. Si está en un hospital, hable con el encargado de planificar las altas o con su médico antes de decidir no ir a un asilo de ancianos que tiene disponibilidad. Ellos lo pueden ayudar a encontrar un asilo más apropiado, o coordinar otro cuidado como cuidado en el hogar a corto plazo, hasta que haya disponibilidad en el otro asilo que usted haya escogido. Tal vez le cobren por los días adicionales de estadía en el hospital.

Selección de un asilo de ancianos

Paso 4: Selección del asilo de ancianos que satisface mejor sus necesidades. (continuación)

Importante (continuación)

Mudarse es difícil, por lo tanto, trate de no hacerlo más de una vez. Sin embargo, puede ser mejor que se vuelva a mudar, en lugar de escoger un asilo que **no** sea apropiado para usted. Asegúrese de explicar a su médico o encargado por qué no está contento con el asilo que podrían estarle recomendando.

Una vez que esté en el asilo que haya escogido y se da cuenta de que no le gusta, puede irse a otro lugar que haya un espacio disponible. El asilo puede requerir que les avise con anticipación cuando es su último día. Converse con el personal del asilo sobre las reglas de mudanzas. Si no sigue las reglas de mudanzas, tal vez tenga que pagar tarifas adicionales.

Algunas cosas importantes para pensar antes de hacer su elección:

Cada asilo es diferente. Pase tiempo con su familia pensando sobre lo que es importante para usted. La lista siguiente lo puede ayudar a ver cómo pueden variar los asilos de ancianos.

Calidad de vida: ¿Trata el personal a los residentes de manera respetuosa? ¿Hay distintas actividades sociales, recreativas, religiosas o culturales? ¿Tienen los residentes opciones sobre su horario o espacio de vivienda? ¿Tienen los residentes privacidad para las visitas o el cuidado personal?

Calidad de la atención: ¿Hay suficiente personal? ¿Reciben los residentes el cuidado que necesitan? ¿Pueden los residentes ver a sus médicos personales? ¿Tiene el asilo cualquier deficiencia de calidad de atención? ¿Qué información sobre calidad encontró en www.medicare.gov en "Comparar Asilo de Ancianos" sobre este asilo?

Localización: ¿Está el asilo localizado cerca de la familia y amigos de tal manera que puedan visitarme seguido? Las visitas frecuentes son la mejor manera de asegurarse de que a usted o a su ser querido le va bien en el asilo para ancianos. Tener visitas puede hacer la transición al asilo más fácil para usted y su familia. La visita también puede darle apoyo o actuar en su nombre al mencionar sus preocupaciones al consejo de residentes del asilo y/o al consejero familiar.

Selección de un asilo de ancianos

3

Paso 4: Selección del asilo de ancianos que satisface mejor sus necesidades. (continuación)

Algunas cosas importantes para pensar antes de hacer su elección: (continuación)

Disponibilidad: ¿Hay una cama disponible ahora o debo estar en la lista de espera? Recuerde, los asilos de ancianos no tienen que aceptar a todos los que solicitan su admisión, pero deben cumplir con las leyes de los Derechos Civiles que prohíben la discriminación en base a la raza, color, origen nacional, incapacidad, edad, o religión bajo ciertas condiciones.

Personal: Trabajan los **asistentes de enfermería certificados** (CNA, por sus siglas en inglés) con un número razonable de residentes en el turno de día? ¿Hay un médico disponible? ¿Hay personal de terapia disponible?

Preferencias religiosas y culturales: ¿Ofrece el asilo de ancianos el apoyo religioso o cultural que necesita? ¿Proporciona una dieta especial que su religión requiere?

Idioma: ¿Hablan los residentes o el personal su idioma principal? Es importante que pueda comunicarse con los demás.

Normas: Son reglas que todos los residentes deben seguir. Pueden ser diferentes en cada asilo. ¿Se siente cómodo con las normas? Por ejemplo, puede ser que no se permita fumar o que sea restringido a ciertas áreas del asilo.

Servicios y tarifas: ¿Tiene el asilo de ancianos los servicios que necesita? Los asilos deben decirle por escrito sobre los servicios, cargos y tarifas antes de que se mude. Consiga una copia de las tarifas para averiguar qué servicios se encuentran disponibles, qué servicios incluye en su tarifa mensual, y qué servicios cuestan adicional. Luego puede comparar los costos de asilos diferentes.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58 y 59.

Seguridad: ¿Tiene el asilo un ambiente seguro?, ¿Hay un guardia en la entrada?, ¿Se cierra con llave el asilo por las noches?, ¿Hay guardias (“Wander Guards”) especiales para ayudar a los residentes que se desorientan en las instalaciones?

Selección de un asilo de ancianos

Paso 4: Selección del asilo de ancianos que satisface mejor sus necesidades. (continuación)

Algunas cosas importantes para pensar antes de hacer su elección:
(continuación)

Cuidado preventivo: ¿Se asegura el asilo que los residentes reciban cuidado preventivo para mantenerlos saludables? ¿Cuenta el asilo con un programa de exámenes para vacunas contra la gripe/influenza y neumonía?

Hospitales: ¿Tiene el asilo un acuerdo con un hospital cercano en caso de emergencias? ¿Puede su médico atenderlo en el hospital?

Acreditado (acreditación): ¿Se encuentra el asilo acreditado por la Comisión Conjunta sobre la Acreditación de Organizaciones de Cuidado de Salud (JCAHO, por sus siglas en inglés)? Estar acreditado es como tener un “sello de aprobación”. Quiere decir que el asilo cumple con ciertos estándares de cuidado que establece la JCAHO. Puede encontrar información sobre acreditación de los asilos del área donde vive en www.jcaho.org en Internet. Active “Quality Check”.

Licencia: ¿Se requiere que el asilo y el administrador actual tengan licencia en su estado? Si existe tal requisito, ¿tienen licencia?. Si la respuesta es que sí, significa que han cumplido con ciertos estándares establecidos por una agencia estatal o local.

Certificado (certificación): Si está recibiendo cuidado especializado, y [Medicare](#) o [Medicaid](#) está pagando dicho cuidado, asegúrese de que el asilo esta certificado por Medicare y Medicaid. Esto significa que el asilo ha pasado una inspección realizada por una agencia del gobierno estatal. Medicare y Medicaid sólo pagarán el cuidado recibido en un asilo certificado. **Ser certificado no es lo mismo que ser acreditado.** Además, algunos asilos de ancianos separan sólo algunas camas para los residentes de Medicare y Medicaid.

Sección 4:

Lista de comparación para asilos de ancianos



Esta lista de comparación le puede ayudar a ver y comparar los asilos que visita. Revise esta lista antes de hacer una visita al asilo de ancianos. Esto le dará una idea sobre los tipos de preguntas que debe hacer, y qué debe buscar durante la visita oficial de las facilidades en lo referente al personal y a los residentes. Algunas de estas preguntas pueden ser más importantes para usted y su familia, y otras para averiguar sobre la calidad de la atención que reciben los residentes. Use una lista de comparación nueva para cada asilo que visita. Puede fotocopiar esta lista o imprimir copias adicionales de “Compare Asilos de Ancianos” en www.medicare.gov en la Internet.

Use su lista de comparación completa junto con la información de calidad de www.medicare.gov en "Compare Asilos de Ancianos" que esta en la Internet para comparar los asilos de ancianos que le interesan.

“Compare Asilos de Ancianos” en www.medicare.gov en la Internet, esto incluye información tal como:

- El número de camas en el asilo, y cuántas están ocupadas.
- El número de personas que trabajan en el asilo.
- Información sobre los residentes (perfil).
- Resultados del resumen de la inspección realizada al asilo.
- Medidas de calidad de cada asilo. ¡Disponible muy pronto!

Si no tiene computadora, su biblioteca local o el centro para la tercera edad lo pueden ayudar a encontrar esta información en su computadora; o llame gratis al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) y un representante de servicio al cliente le leerá esta información. Las personas con impedimentos auditivos y/o del habla deberán llamar al 1-877-486-2048.

“Compare Asilos de Ancianos” se actualiza mensualmente. El asilo de ancianos quizá tenga información más actualizada.

4

Lista de comparación para asilos de ancianos

Nombre del asilo: _____ Fecha de la visita: _____

	Sí	No	Comentarios
Información básica			
El asilo está certificado por Medicare.			
El asilo está certificado por Medicaid.			
El asilo tiene el nivel de cuidado que usted necesita (por ejemplo, especializado, custodial) y hay disponibilidad.			
El asilo cuenta con servicios especiales en una unidad independiente, de ser necesario (por ejemplo, demencia, respirador, o rehabilitación), y hay disponibilidad.			
El asilo se encuentra localizado suficientemente cerca de la vivienda de amigos y familiares.			
Apariencia de los residentes			
Los residentes están limpios, vestidos apropiadamente para la temporada u hora del día, y bien peinados.			
Áreas de vivienda del asilo			
El asilo no tiene olores desagradables.			
El asilo parece estar limpio y bien mantenido.			
La temperatura del asilo es cómoda para los residentes.			
El asilo tiene buena iluminación.			
Los niveles de ruido en el comedor u otras áreas comunes no incomodan.			
No se permite fumar, o puede estar restringido a ciertas áreas del asilo.			
Los muebles son sólidos y resistentes, pero cómodos y agradables.			

Lista de comparación para asilos de ancianos

4

	Sí	No	Comentarios
Personal			
La relación entre el personal y los residentes parece ser afectuosa, educada y respetuosa.			
Todo el personal lleva identificación con su nombre.			
El personal toca la puerta antes de entrar a la habitación de un residente y llama a los residentes por sus nombres.			
El asilo ofrece un programa de entrenamiento y educación continua para todo el personal.			
El asilo verifica los antecedentes del personal.			
Hay una enfermera registrada (RN, por sus siglas en inglés) a tiempo completo, además del administrador o director del asilo.			
El mismo equipo de enfermeras y asistentes de enfermería especializados (CNA, por sus siglas en inglés) trabajan con el mismo residente de 4 a 5 días por semana.			
CNA trabajan con un número razonable de residentes.			
CNA forman parte de las reuniones de planificación para el cuidado médico.			
Hay un trabajador social a tiempo completo en el personal.			
Hay un médico con licencia en el personal. ¿Se encuentra el médico diariamente? ¿Se le puede localizar en todo momento?			
Los miembros del equipo de la administración del asilo han trabajado juntos por lo menos un año.			

4

Lista de comparación para asilos de ancianos

	Sí	No	Comentarios
Habitaciones de los residentes			
Los residentes pueden tener pertenencias personales y/o muebles en sus habitaciones.			
Cada residente cuenta con espacio para guardar cosas (armario y cajones) en su habitación.			
Cada residente tiene una ventana en su habitación.			
Los residentes tienen acceso a un teléfono personal y a un televisor.			
Los residentes tienen la opción de tener compañeros de habitación.			
Los residentes tienen a su alcance jarras de agua.			
Hay normas y procedimientos para proteger las pertenencias de los residentes.			
Pasillos, escaleras, salones y baños			
Las salidas están marcadas claramente.			
Hay áreas tranquilas donde los residentes pueden recibir a sus amigos y familiares.			
El asilo para ancianos tiene detectores de humo y rociadores automáticos de agua (sprinklers).			
Todas las áreas comunes, las habitaciones para residentes y los pasillos están diseñados para el uso de sillas de ruedas.			
Hay barandas en los pasillos y en los baños.			

Lista de comparación para asilos de ancianos



	Sí	No	Comentarios
Menú y alimentación			
Los residentes pueden elegir el tipo de alimento para cada comida (pregunte si sirven sus platos favoritos).			
Hay meriendas o bocadillos disponibles si los solicita.			
El personal ayuda a los residentes a comer y beber durante la comida, de ser necesario.			
Actividades			
Los residentes, incluyendo aquellos que no pueden salir de sus habitaciones, pueden elegir participar en una variedad de actividades.			
El asilo cuenta con áreas al aire libre para el uso de los residentes, y el personal los ayuda a salir.			
El asilo cuenta con un programa activo de voluntarios.			
Seguridad y cuidado			
El asilo tiene un plan de evacuación de emergencia y realiza prácticas regulares en caso de incendio.			
Los residentes reciben cuidado preventivo como, por ejemplo, una vacuna contra la gripe por año, para ayudarlos a mantenerlos saludables.			
Los residentes todavía pueden ver a sus médicos personales.			
El asilo tiene un acuerdo con un hospital cercano para emergencias.			
Las reuniones para planificar el cuidado médico se llevan a cabo a horas que son convenientes para los residentes y los familiares pueden asistir, de ser posible.			
El asilo ha corregido todas las deficiencias (incumplimiento de uno o más requisitos federales o estatales) en su último informe de inspección estatal.			

Sección 5:

Los arreglos necesarios para ingresar a un asilo de ancianos

5

Después de escoger un asilo de ancianos, tendrá que hacer los arreglos necesarios para su admisión. Cuando se comunique con un asilo, le será útil que tenga la siguiente información a mano.

Información sobre pagos para la administración del asilo

- **Información sobre seguros:** Proveer la información sobre su cobertura de cuidado de salud y/o seguro de cuidado a largo plazo que pagará el costo del asilo, y/o el cuidado de la salud. Esto incluye el nombre de la compañía de seguros y el número de póliza.

Nota: Tal vez tenga que hacer un depósito en efectivo antes de ser admitido a un asilo de ancianos, si [Medicare](#) o [Medicaid](#) no va a cubrir su cuidado. Si, por el contrario, Medicare o Medicaid cubre el cuidado en el asilo, dicho asilo no podrá solicitarle que haga un depósito en efectivo. Le pedirán que pague su coseguro Medicare y otros cargos que normalmente tiene que pagar. Es mejor que haga estos pagos cuando se facturen, no por adelantado.

Información para el personal del asilo de ancianos

- **Información sobre su historial médico:** Su médico le podrá proporcionar información al personal. Esto incluye una lista de cualquier problema de salud actual o pasado, cirugías o tratamientos que se hizo en el pasado, alergias a alimentos o medicina, y las vacunas que ha recibido.
- **Información sobre su estado de salud actual:** Su médico le podrá proporcionar información al personal. Esto incluye una lista de problemas de salud actuales, y cualquier actividad de la vida diaria que le sea difícil hacer por sí solo.
- **Una lista de medicinas actuales:** Incluya la dosis, la frecuencia con que la toma, y el motivo porque la toma.
- **Una lista de todos sus proveedores de cuidado de salud:** Incluye nombres, direcciones y números de teléfono.
- **Una lista de familiares para llamar en caso de emergencia:** Incluye nombres, direcciones y números de teléfono.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59

Los arreglos necesarios para ingresar a un asilo de ancianos

Instrucciones por anticipado sobre cuidado de salud

Tal vez le pregunten si ha dado instrucciones por anticipado sobre su cuidado de salud:

Las instrucciones de cuidado de salud por anticipado es un documento que indica cómo quiere que se tomen las decisiones médicas si usted no puede decidir por sí mismo. Las instrucciones por anticipado que se preparan con más frecuencia son:

- **Testimonio en vida:** documento que indica el tipo de tratamiento que usted desea o no desea en caso que no pueda expresarlo por sí solo. Por lo general, este documento se hace efectivo sólo si usted padece de una enfermedad terminal (generalmente si le quedan seis meses o menos tiempo de vida) o está inconsciente permanentemente y no puede hablar por sí mismo. Un testimonio en vida no le permite nombrar a alguien para que tome las decisiones de cuidado de salud en su nombre.
- **Poder oficial para decisiones de cuidado de salud:** es un documento legal que nombra a alguien más para que tome decisiones de cuidado de salud si usted es incapaz de tomar sus propias decisiones.

Si no tiene instrucciones por adelantado y necesita ayuda para prepararlas, o necesita más información, hable con un trabajador social, con el encargado de planificar las altas, con su médico, o con el personal del asilo de ancianos. Puede llamar a su agencia local de la vejez para averiguar si su estado cuenta con algún servicio legal que lo ayude a preparar estos formularios. Encontrará el número de teléfono en las páginas azules de su guía telefónica.

Cuenta personal

Tal vez quiera abrir una cuenta que sea administrada por el asilo de ancianos. Puede depositar dinero en dicha cuenta para uso personal. Hable con el asilo para saber cómo manejan estas cuentas. Usted tal vez sólo tenga acceso a dicha cuenta en ciertos momentos.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

6

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

El cuidado en un asilo de ancianos puede ser muy caro. Por lo general, Medicare **no cubre** el cuidado en un asilo. Las personas pueden pagar por este cuidado de muchas maneras. Por ejemplo, pueden usar su propio dinero, pueden recibir ayuda de su estado, o usar un seguro de cuidado a largo plazo.

Muchos tipos de seguro de salud no cubren el cuidado en un asilo de ancianos. No cancele su cobertura de cuidado de salud si está en un asilo. Si su seguro no cubre el cuidado en un asilo, necesitará cobertura de salud para pagar los servicios del hospital o del médico o los suministros, mientras esté en el asilo.

La mayoría de personas que ingresan en asilos, comienzan por pagar su cuidado directamente de sus bolsillos. Si sus recursos se acaban después de un lapso de tiempo, a la larga, podrán ser elegibles para [Medicaid](#).

Recuerde, Medicare cubre el cuidado de enfermería especializada después de una estadía en el hospital que cualificado. Si desea más información sobre la cobertura de Medicare por el cuidado en un centro de enfermería especializada, obtenga una copia del folleto *Cobertura Medicare de Cuidado en un Centro de Enfermería Especializada* (Publicación de CMS No. 10053-S), ver la página 51.

Esta sección explica algunas maneras para pagar su cuidado en el asilo de ancianos, o recibir ayuda con otros costos de cuidado de salud. Incluye información sobre:

- Recursos personales, ver la página 36.
- Ayuda de su estado
 - Medicaid
 - Programas de cobertura total de salud para ancianos (PACE, por sus siglas en inglés), ver las páginas 36-39.
 - Servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad / ciertos programas sin costo para personas con Medicaid (HCBS, por sus siglas en inglés), ver la página 39.
- Seguro de cuidado a largo plazo, ver las páginas 39 y 40.
- Medicare, ver las páginas 40 y 41.

Las palabras en [azul](#) se definen en las páginas 58 y 59.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

Recursos personales

Puede usar sus ahorros para pagar su cuidado en un asilo de ancianos. Algunas compañías de seguro le permiten usar su póliza de seguro de vida para pagar su cuidado a largo plazo. Pregúntele a su agente de seguros cómo funciona.

Otra opción para los propietarios de viviendas es una “hipoteca inversa (‘reverse mortgage’) la cual le permite a algunas personas usar sus viviendas como una fuente de ingresos sin perder su propiedad. Es un tipo de préstamo. Hable con un abogado o asesor financiero sobre los beneficios y riesgos de una hipoteca inversa.

Importante: Asegúrese de recibir ayuda antes de usar cualquiera de esas opciones. Son cosas importantes que debe comprender.

Ayuda de su estado

Medicaid

Medicaid es un programa conjunto federal y estatal que paga ciertos servicios de salud y cuidado en un asilo de ancianos para las personas mayores con bajos ingresos y recursos limitados. Si califica, tal vez consiga ayuda para pagar el asilo de ancianos u otros costos de cuidado de salud. Si califica para ambos, [Medicare](#) y Medicaid, la mayoría de los costos de cuidado de salud quedan cubiertos. Pero recuerde, no todos los asilos de ancianos aceptan el pago de Medicaid. Verifique en el asilo de ancianos para ver si acepta Medicaid, y si tienen una cama disponible. La calificación para Medicaid y los servicios que se cubren varían de estado a estado. Mayormente la elegibilidad se basa en sus ingresos y recursos personales. Algunas veces debe reducir sus recursos personales antes de calificar. Asegúrese de preguntar si la ley estatal o la política del asilo garantizará que podrá permanecer en ese asilo si Medicaid cubre su cuidado más adelante. Tal vez lo muden a otra habitación o a otra parte del asilo, si Medicaid paga su cuidado. Para obtener más información sobre los requisitos de elegibilidad de Medicaid en su estado, llame a la Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55-57).

Las palabras en azul se definen en las páginas 58 y 59.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud



Ayuda de su estado (continuación)

Medicaid (continuación)

Algunas cosas importantes que debe saber sobre Medicaid:

- El Estado no puede aplicar un derecho de retención en su vivienda (para recuperar los beneficios pagados correctamente) mientras esté viviendo en un asilo y exista una posibilidad razonable que vaya a regresar a su casa después de recibir atención en el asilo. Además, el estado tampoco puede poner un derecho de retención en su vivienda (para recuperar los beneficios pagados correctamente), si es allí donde vive su cónyuge o dependientes.
- La mayoría de las personas que obtienen Medicaid tienen que gastar sus activos primero. Hay reglas sobre lo que se considera como activo/bienes y lo que no, al determinar la elegibilidad de Medicaid. También hay reglas que exigen a los estados que permitan que matrimonios se separen porque uno de ellos se encuentra en una institución (como un asilo de ancianos) y la vez proteger una cierta cantidad de los activo/bienes e ingresos del cónyuge que no está en dicha institución. Uno de los cónyuges puede quedarse con la mitad de los bienes comunes de la pareja, hasta \$89,280 (para el 2002), así como una deducción por gastos personales. Si desea más información, llame a la Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55 - 57). También puede llamar a su agencia local de la vejez para averiguar si su estado tiene algún servicio legal que lo pueda ayudar a obtener más información. También puede obtener consejería gratuita del Programa de Asistencia sobre Seguros de Salud de su estado. (ver las páginas 55-57).
- No puede regalar sus bienes a sus familiares o miembros que no pertenezcan a su familia, en lugar de usarlos para pagar su atención en el asilo de ancianos. Si regala sus activos dentro de los tres años antes de la fecha en que solicita su cobertura de Medicaid, o después de haberla solicitado, dichos bienes se contarán como activos que deberían utilizarse para pagar su atención en el asilo. Si regala sus bienes hará que demore su elegibilidad para Medicaid. Existen algunas excepciones, especialmente si tiene cónyuge, o un hijo ciego o incapacitado.
- Después de que fallezca una persona que recibe beneficios de asilo de ancianos por parte de Medicare, en la mayoría de los casos, el gobierno debe tratar de recuperar del estado los beneficios que pagó por esa persona. Sin embargo, no se pueden recuperar dichos beneficios hasta después de que fallezca el cónyuge de la persona, o mientras haya un hijo ciego o incapacitado menor de 21 años en la familia.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

Ayuda de su estado (continuación)

Medicaid (continuación)

Algunas cosas importantes que debe saber sobre Medicaid: (continuación)

Nota: La ley federal protege a los cónyuges de residentes de asilos de perder todos sus ingresos y activos por pagar el cuidado en un asilo de ancianos para su cónyuge.

Cuando un integrante de la pareja ingresa en un asilo de ancianos y solicita Medicaid, su elegibilidad queda determinada según las reglas de “emprobamiento conyugal”. “Emprobamiento conyugal” ayuda a asegurar que el cónyuge que todavía permanece en casa tenga el dinero necesario para pagar sus gastos, al proteger cierta cantidad de dinero de los recursos de la pareja y también, por lo menos, una porción del ingreso del residente del asilo de ancianos, para el uso del cónyuge que todavía se queda en casa.

Si desea más información sobre esta protección, llame a su Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55-57).

Para solicitar Medicaid, llame a su Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55-57) donde le podrán decir si califica para el programa de beneficio de asilo de ancianos de Medicaid, u otros programas, tales como el programa de cobertura total de salud para ancianos (PACE, por sus siglas en inglés), o los programas de servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad/ciertos programas sin costo para personas con Medicaid (HCBS, por sus siglas en inglés).

Programas de cobertura total de salud para ancianos (PACE, por sus siglas en inglés)

PACE combina servicios médicos, sociales y de largo plazo para las personas delicadas de salud. PACE se encuentra disponible sólo en los estados que han escogido ofrecerlo bajo Medicaid. El objetivo de PACE es ayudar a que las personas permanezcan independientes y vivan en sus comunidades durante el mayor tiempo posible, mientras que reciben la atención de alta calidad que necesitan.

Para calificar para PACE, debe tener 55 años o más, vivir en el área de servicio del programa PACE, estar certificado como elegible para el cuidado de asilo de ancianos por una agencia estatal apropiada, y poder vivir de manera segura en la comunidad.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

Ayuda de su estado (continuación)

Programas de cobertura total de salud para ancianos (PACE, por sus siglas en inglés) (continuación)

Para averiguar si hay un programa PACE en su área, llame a la Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55-57), o puede buscar en www.medicare.gov/nursing/alternatives/pace.asp en Internet.

Programas de servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad/ciertos programas sin costo para personas con Medicaid (HCBS, por sus siglas en inglés)

Si ya es elegible (o está a punto de ser elegible) para [Medicaid](#), tal vez pueda recibir ayuda con los costos de algunos servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad. Los estados cuentan con programas sin costo para ayudar a las personas a que mantengan su independencia, mientras reciben atención fuera de un centro para internos.

Puede llamar a la agencia para asuntos de la vejez en su localidad, si busca en www.aoa.gov en Internet. Active “About AoA y el Aging Network”. Luego active “Agencias de la vejez en su área” (Area Agencies on Aging). También puede llamar gratis al localizador “Eldercare” 1-800-677-1116 (los días de semana de 9:00 am a 8:00 pm, hora del este) para que le den el número de teléfono de esta agencia. También puede llamar a la Oficina de Asistencia Médica de su estado (ver las páginas 55-57). Ambos lo pueden ayudar con sus preguntas sobre Medicaid, o brindarle información sobre otros programas que ayudan a pagar los costos de la atención en un asilo de ancianos o servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58 - 59.

Seguro de cuidado a largo plazo

Este tipo de póliza de seguro privada puede ayudar a pagar muchos tipos de cuidado a largo plazo, incluyendo el cuidado especializado y no especializado.

El seguro de cuidado a largo plazo puede variar significativamente. Algunas pólizas tal vez cubren solo el cuidado en un asilo de ancianos. Otras pueden incluir cobertura para una gran variedad de servicios como el cuidado en un centro de día para adultos, cuidado en una residencia de vida asistida, equipo médico, y cuidado informal en el hogar.

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

Seguro de cuidado a largo plazo (continuación)

Si tiene seguro de cuidado a largo plazo, revise su póliza o llame a la compañía de seguros para averiguar si el cuidado que necesita está cubierto. Si desea comprar un seguro de cuidado a largo plazo, averigüe qué tipos de servicios de cuidado a largo plazo e instalaciones cubren las pólizas diferentes. También, vea si su cobertura podría estar limitada debido a una condición preexistente. Asegúrese de efectuar la compra en una compañía confiable que tenga licencia en el estado donde vive. Si desea más información sobre el seguro de cuidado a largo plazo, obtenga una copia de *Una Guía para el Comprador de Seguro de Cuidado a Largo Plazo* de la Asociación Nacional de los Comisionados de Seguros, 2301 McGee Street, Suite 800, Kansas City, MO 64108-3600.

En el otoño del 2002, los empleados federales, miembros de los servicios uniformados, retirados, sus cónyuges y otros parientes que califiquen tendrán la oportunidad de comprar seguro de cuidado a largo plazo a tarifas de grupo reducidas. Si desea más información sobre el seguro de cuidado a largo plazo para los empleados federales, busque en www.opm.gov/insure/ltc en Internet.

Medicare

Medicare

Medicare es un programa de seguro de salud para:

- Personas de 65 años o más.
- Algunas personas con impedimentos menores de 65 años.
- Personas con insuficiencia renal en etapa final (ESRD, por sus siglas en inglés) (deficiencia permanente del riñón que requiere diálisis o trasplante de riñón).

Cómo pagar los costos de los asilos de ancianos y otros costos del cuidado de salud

Medicare (continuación)

Medicare (continuación)

Puede obtener su cuidado de salud Medicare de dos maneras:

1. Plan Original de Medicare

El **Plan Original de Medicare** no paga la mayor parte del cuidado en un asilo de ancianos. La mayor parte del cuidado en un asilo es el **cuidado custodial** para ayudarlo con las actividades cotidianas como bañarse, vestirse, e ir al baño. Medicare cubre cuidado especializado limitado y necesario por razones médicas, o cuidado de salud en el hogar si necesita cuidado especializado por una enfermedad o herida bajo ciertas condiciones. Si desea más información sobre la cobertura de Medicare de cuidado en un centro de enfermería especializada o cuidado de salud en el hogar, busque en www.medicare.gov en Internet. Active “Publicaciones” para ver o imprimir una copia del folleto *Cobertura Medicare de Cuidado en un Centro de Enfermería Especializada* (Publicación de CMS No.10153-S) o *Medicare y el Cuidado de Salud en el Hogar* (Publicación CMS No. 10969-S). También puede solicitar una copia gratis llamando al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Las personas con impedimentos auditivos y/o del habla deberán llamar al 1-877-486-2048.

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.

2. Otros planes de salud de Medicare

Si pertenece a un **Plan de Salud Administrado Medicare** o a un **Plan Privado de Pago por Servicio de Medicare**, fíjese si su plan cubre el cuidado en el asilo de ancianos. Por lo general, los planes no ayudan a pagar este cuidado, a menos que el asilo tenga contrato con ellos. Pregúntele al plan de salud sobre la cobertura del asilo de ancianos antes de hacer cualquier coordinación. Si el asilo tiene contrato con su plan de salud, pregúntele al plan si revisan la calidad del cuidado del asilo.



Un buen asilo debería funcionar como una buena comunidad, y ayudarlo a seguir participando en ella.

La adaptación a su nuevo hogar

Los nuevos residentes de los asilos a veces tienen dificultad para adaptarse al nuevo ambiente, incluso si el asilo brinda buen cuidado. La adaptación al asilo puede ser más fácil con el apoyo y las visitas de su familia y amigos. A continuación, encontrará algunos consejos que lo ayudarán a sentirse cómodo con su nuevo hogar, ya sea durante un período corto o largo de tiempo.

- Lleve algunas de sus pertenencias personales especiales, como fotos o un cubrecama favorito para que su habitación se le haga más familiar. Primero pregúntele al personal qué puede llevar.
- Participe en las actividades que se ofrecen en el asilo. Es una excelente manera para hacer nuevos amigos y formar parte de su nueva comunidad.
- Continúe sus suscripciones a revistas o periódicos para estar al tanto de lo que le interesa.

Denuncia y resolución de problemas

Si tiene un problema en el asilo, converse con el personal involucrado. Por ejemplo, si tiene un problema con su cuidado, hable con la [enfermera](#) o el [asistente de enfermero especializado](#) (CNA, por sus siglas en inglés). El personal tal vez no sepa que hay un problema, a menos que lo comunique. Si no se resuelve el problema, pida hablar con el supervisor, el trabajador social, el director del asilo, o con su médico.

El centro debe contar con un procedimiento de queja formal. Si su problema no se resuelve, siga el procedimiento de queja formal del centro. Tal vez deba mencionar el problema al consejo de residentes o de familia.

El asilo debe informar el nombre, la dirección y el número de teléfono de los grupos estatales de apoyo, como la Agencia Estatal de Inspección y Certificación, la Oficina Estatal de Licenciamiento, el Programa Estatal de Mediadores, la Red de Protección y Apoyo y la Unidad de Control de Fraude de Medicare.

Si piensa que necesita ayuda externa para resolver su problema, llame al [Mediador de Cuidado a Largo Plazo](#) o a la Agencia Estatal de Inspección del área donde vive (ver las páginas 55-57).

Las palabras en azul se definen en las páginas 58-59.

En el asilo de ancianos

Planes de cuidado

El personal del asilo de ancianos recibirá información sobre su salud y revisará su estado de salud para preparar su plan de cuidado. Usted (si es capaz) o su familia con su permiso, o alguien que actúe en su representación, tiene derecho de participar en la planificación de su cuidado junto con el personal del asilo. Su plan de cuidado es muy importante. Un buen plan de cuidado puede garantizar que reciba el cuidado que necesita y ayudar a que permanezca más a gusto. Las evaluaciones de salud (una revisión de su estado de salud) deberán hacerse dentro de los 14 días de la admisión. Debería recibir una evaluación de salud por lo menos cada 90 días después de su primera revisión, y posiblemente con más frecuencia, si cambia su condición médica.

El personal del asilo de ancianos evaluará su estado de salud periódicamente para ver si ha cambiado. Adaptarán su plan de cuidado como sea necesario.

De acuerdo con sus necesidades, su plan de cuidado puede incluir:

- La clase de servicios de cuidado de salud o personal que necesita,
- El tipo de profesionales que le deberían brindar esos servicios,
- La frecuencia con que necesita dichos servicios,
- El tipo de equipo y suministros que necesita (como una silla de ruedas o tubo para alimentarse),
- El tipo de dieta que necesita (si necesita una especial),
- Su meta o metas de salud y
- La manera en que su plan de salud lo ayudará a alcanzar su meta.

En el asilo de ancianos



Sus derechos y protecciones como residente

¿Cuáles son mis derechos en un asilo de ancianos?

Como residente de un asilo, usted tiene todos los mismos derechos y protecciones de todos los ciudadanos estadounidenses. Los residentes de asilos tienen ciertos derechos y protecciones de acuerdo a la ley, que pueden variar por estado. El asilo deberá entregarle por escrito una descripción de sus derechos legales. Guarde la información que recibe sobre sus derechos, políticas de admisión y transferencias, y cualquier otra información que recibe en el asilo, en caso que necesite revisarla después.

Como mínimo, la ley federal especifica que los derechos de un residente en un asilo de ancianos incluyen:

- **Derecho a no ser discriminado:** Los asilos de ancianos no tienen que aceptar la admisión a todos los que solicitan, pero deben cumplir con las leyes sobre los Derechos Civiles que no permiten la discriminación basada en raza, color, origen nacional, incapacidad, edad o religión bajo ciertas condiciones. Si cree que ha sido objeto de una discriminación, llame al Departamento de Salud y Servicios Humanos, Oficina de Derechos Civiles al 1-800-368-1019. Las personas con impedimentos auditivos y/o del habla deberán llamar al 1-800-587-7697.
- **Respeto:** Usted tiene el derecho a ser tratado con dignidad y respeto. Tiene derecho a hacer su propio horario, incluyendo ir a la cama, levantarse en la mañana, comer, siempre y cuando no interfiera con su plan de salud. Tiene derecho a escoger las actividades a las que quiera asistir.
- **No ser víctima de abuso o negligencia:** Tiene el derecho de estar libre de abuso verbal, sexual, físico y mental; y a no ser aislado de manera involuntaria por nadie. Esto incluye, pero no se limita al personal del asilo, otros residentes, consultores, voluntarios, personal de otras agencias, familiares o tutores legales, amigos, u otros individuos. Si piensa que ha sido objeto de abuso o negligencia (si descuidan sus necesidades), informe al asilo, su familia, su mediador de cuidado a largo plazo, o a la agencia estatal de escuelas (ver las páginas 55-57). Tal vez sería apropiado que informe el incidente de abuso a la oficina local del cumplimiento de la ley o a la Unidad de Control de Fraude de Medicaid (debería encontrar el número de teléfono en el asilo de ancianos).

En el asilo de ancianos

Sus derechos y protecciones como residente (continuación)

Como mínimo, la ley federal especifica que los derechos de un residente de un asilo de ancianos incluyen (continuación):

- **Derecho a que no se use la restricción física:** Restricción física es cualquier método o aparato físico o mecánico, material o equipo atado a su cuerpo o cerca del mismo para que no pueda quitárselo fácilmente. Impiden la libertad de movimiento o el acceso normal a su propio cuerpo. Una restricción química es, cuando mediante una droga, se limita la libertad de movimiento y que, esta droga, no sea necesaria para tratar sus síntomas médicos.

Es contra la ley que un asilo de ancianos utilice cualquier tipo de restricción física o química, a menos que sean necesarias para tratar sus síntomas médicos. No deberá utilizarse estas restricciones como castigo ni por conveniencia del personal del asilo. Usted tiene derecho a rechazar el uso de limitadores, excepto si corre el riesgo de hacerse daño a sí mismo o a los demás.

- **Información sobre los servicios y tarifas:** Le deben informar por escrito sobre los servicios y tarifas antes que se mude al asilo. El asilo no puede solicitar una tarifa de entrada mínima como una condición de resistencia.
- **Dinero:** Tiene derecho a administrar su propio dinero o escoger a alguien de su confianza para que lo haga por usted. Si le pide al asilo que administre sus fondos personales, deberá firmar una declaración por escrito que le permita al asilo hacer esto por usted. Sin embargo, el asilo deberá permitirle tener acceso a sus cuentas bancarias, dinero en efectivo, y a otros registros financieros. El asilo de ancianos deberá proteger sus fondos de cualquier pérdida adquiriendo una fianza o brindando otras protecciones similares.

Algunos asilos de ancianos podrán brindarle más derechos y protecciones de su información sobre salud. Pregunte al asilo.

Sus derechos y protecciones como residente (continuación)

Como mínimo, la ley federal especifica que los derechos de un residente en un asilo de ancianos incluyen (continuación):



“Mi familia y amigos me visitan con frecuencia. Me alegra que podamos tener privacidad cuando la necesitamos”.

- **Privacidad y propiedad:** Tiene derecho a la privacidad, y a mantener y usar sus pertenencias personales y propiedades, siempre y cuando no interfieran con los derechos, la salud o la seguridad de los demás. El personal del asilo nunca deberá abrir su correo, a menos de que usted lo permita. Tiene derecho a usar el teléfono y hablar con privacidad. El asilo de ancianos deberá proteger su propiedad contra robo. Esto podrá incluir una caja fuerte en las instalaciones del asilo o armarios con puertas con llave en las habitaciones de los residentes. Si usted y su cónyuge viven en el mismo asilo, tienen el derecho de compartir la habitación (si ambos están de acuerdo).
- **Cuidado médico:** Tiene derecho a estar informado sobre su condición médica, medicinas y ver a su propio médico. También tiene derecho a rechazar el uso de medicinas y tratamientos (pero esto podría afectarle su salud). Tiene derecho a participar en el desarrollo de su plan de cuidado. Los planes de cuidado se explican en la página 49. Tiene derecho a revisar sus historial médico cuando lo solicite.
- **Visita:** Tiene derecho a pasar tiempo privado con su visita a cualquier hora razonable. El asilo de ancianos deberá permitir que su familia lo visite en cualquier momento, siempre y cuando usted desee verlos. No tiene que ver a nadie que no desee. Cualquier persona que lo ayude con sus servicios de salud o legales podrá verlo a cualquier hora razonable. Esto incluye a su médico, el representante del departamento de salud, y su [Mediador de Cuidado a Largo Plazo](#), entre otros.
- **Servicios sociales:** El asilo deberá ofrecer cualquier servicio social necesario, incluyendo consejería, ayuda para resolver problemas con otros residentes, ayuda para contactar a profesionales legales y de finanzas, y para la planificación de altas.

En el asilo de ancianos

Sus derechos y protecciones como residente (continuación)

Como mínimo, la ley federal especifica que los derechos de un residente en un asilo de ancianos incluyen (continuación):

- **Mudarse del asilo de ancianos:** Vivir en el asilo es su opción. Puede escoger mudarse a otro sitio. Sin embargo, el asilo puede tener una política que requiera que les informe su decisión antes que planee su retiro. Si no lo hace, tal vez tenga que pagar una tarifa adicional (ver la página 24). Si se va a otro asilo, asegúrese que haya una cama disponible para usted.

Si su salud lo permite y su médico está de acuerdo, puede pasar tiempo afuera del asilo visitando a amigos o familiares durante el día, o pasar la noche afuera. Converse con el personal del asilo con algunos días de anticipación si quiere hacer esto para que se pueda preparar la medicina y las instrucciones de cuidado.

Atención: Si su cuidado en el asilo está cubierto por cierto seguro de salud, tal vez no pueda salir para hacer visitas sin perder su cobertura.

- **Quejas:** Tiene derecho a quejarse del personal del asilo, o de cualquier otra persona, sin temor a ser castigado. El asilo deberá resolver el problema con prontitud. Ver “informe y solución de problemas” de la página 43.
- **Protección contra transferencia o alta injusta:** No pueden enviarlo a otro asilo, o hacer que se retire del mismo, a menos de que:
 - Sea necesario para el bienestar, salud, o seguridad suya o de los demás,
 - Su salud se haya deteriorado al punto que el asilo ya no puede satisfacer sus necesidades de atención,
 - Su salud haya mejorado a tal punto que la atención en el asilo de ancianos ya no es necesario,
 - No se le haya pagado al asilo por los servicios que usted ha recibido, o
 - El asilo cierre.

Sus derechos y protecciones como residente (continuación)

Como mínimo, la ley federal especifica que los derechos de un residente en un asilo de ancianos incluyen (continuación):

- **Protección contra transferencia o alta injustas: (continuación)**

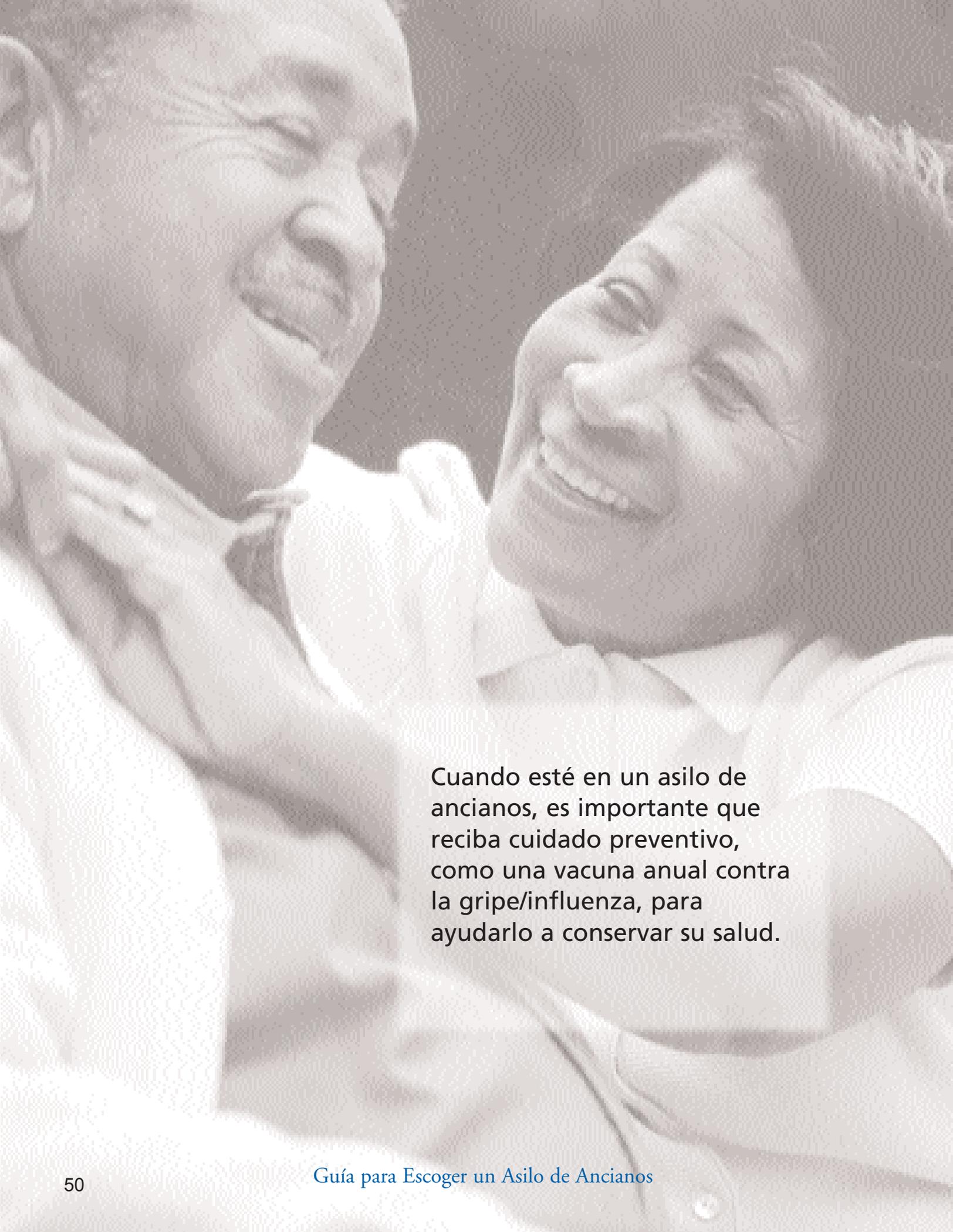
Excepto en el caso de emergencias, el asilo deberá darle un aviso por escrito 30 días antes de su plan para darlo de alta o transferirlo. Tiene derecho a apelar su transferencia a otro centro.

Un asilo no puede obligarlo a que se salga o retire del mismo si usted está a la espera de recibir [Medicaid](#) (ver las páginas 36-38). El asilo deberá trabajar con otras agencias del estado para obtener el pago, si un miembro de la familia u otro individuo está reteniendo su dinero.

- **Su familia y amigos:** Sus familiares y tutores legales pueden reunirse con las familias de otros residentes y participar en programas de consejos familiares.

Por ley, los asilos de ancianos deben desarrollar un plan de cuidado para cada residente. Los planes de cuidado se explican en la página 44. Tiene derecho de participar en este proceso, y sus familiares pueden ayudarlo con su plan de salud, si así lo autoriza. Si un familiar es su tutor legal, entonces tiene derecho a ver todos sus registros médicos y tomar decisiones importantes en su representación.

Los familiares y amigos pueden ayudar a garantizar que reciba un cuidado de buena calidad. Pueden visitar y llegar a conocer al personal y las reglas del asilo.



Quando esté en un asilo de ancianos, es importante que reciba cuidado preventivo, como una vacuna anual contra la gripe/influenza, para ayudarlo a conservar su salud.

Publicaciones gratis sobre Medicare y temas relacionados

Para solicitar folletos gratuitos de Medicare y temas relacionados, visite a www.medicare.gov en Internet. Active “Publicaciones” para ver o imprimir una copia de estos folletos. También puede pedir una copia gratis si llama al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Algunos folletos están disponibles en español, cassette y en impresión con letras grandes (en inglés y español). Las personas con impedimentos auditivos y/o del habla deberán llamar al 1-877-486-2048.

- *Selección de cuidado a Largo Plazo:* Este folleto explica los pasos para escoger el tipo de cuidado a largo plazo que mejor satisface sus necesidades. (Publicación CMS No. 02223-S)
- *Programa de Ahorros de Medicare:* Este folleto contiene información sobre los programas en su estado (incluyendo Medicaid) que lo pueden ayudar a pagar los costos de cuidado de salud. (Publicación CMS No. 10126-S)
- *Medicare y Usted:* Este manual explica la información básica sobre la cobertura y beneficios de Medicare, opciones de plan de salud, derechos, protecciones, y más. (Publicación CMS No. 10050-S)
- *Cobertura Medicare de Cuidado en un Centro de Enfermería Especilizada:* Este folleto explica cuándo y cuánto cubre Medicare por el cuidado en un centro de enfermería especializada. (Publicación CMS No. 10153-S)
- *Medicare y el Cuidado de Salud en el Hogar:* Este folleto explica la cobertura de Medicare por el cuidao de salud en el hogar. (Publicación CMS No. 10969-S)
- *Beneficios de Hospicio Medicare:* Este folleto explica la cobertura del cuidado de hospicio de Medicare para las personas que padecen una enfermedad terminal. (Publicación CMS No. 02154-S)

Para más información

Información sobre problemas de salud específicos y enfermedades:

Usted o alguien a quien cuida puede necesitar cuidado en un asilo de ancianos debido a su estado de salud físico o mental. Tal vez le sea útil entender su estado de salud. Esto le ayudará a planificar sus necesidades de cuidado personal y de salud futuras. A continuación encontrará información sobre las organizaciones que le pueden dar respuesta a sus preguntas sobre problemas de salud específicos y enfermedades.

Organización	Número de teléfono	Sito web
Enfermedad de Alzheimer		
Alzheimer's Association 919 N. Michigan Ave. St. 1100 Chicago, IL 60611	1-800-272-3900	www.alz.org
Artritis		
Arthritis Foundation 1330 W. Peachtree St. Atlanta, GA 30309	1-800-283-7800	www.arthritis.org
Cáncer		
American Cancer Society 1599 Clifton Rd., NE Atlanta, GA 30329	1-800-227-2345	www.cancer.org
National Cancer Institute 31 Center Dr. MSC 2580 Bethesda, MD 20892	1-800-422-6237 TTY: 1-800-332-8615 para los usuarios con impedimentos auditivos y/o del habla	www.cancernet. nci.nih.gov

Para más información



Organización	Número de teléfono	Sito web
Diabetes		
American Diabetes Association 1701N. Beauregard St. Alexandria, VA 22311	1-800-342-2383	www.diabetes.org
Enfermedad del corazón		
American Heart Association National Center 7272 Greenville Avenue Dallas, TX 75231	1-800-242-8721 Llamar para pedir la dirección local	www.americanheart.org
Enfermedad del riñón		
American Kidney Fund 6110 Executive Blvd., Suite 1010 Rockville, MD 20852	1-800-638-8299 o 1-301-881-3052	www.kidneyfund.org
Información Nacional sobre Riñón y Enfermedades Urinarias 3 Information Way Bethesda, MD 20892	1-800-891-5390	www.niddk.nih.gov
National Kidney Foundation, Inc. 30 E. 33rd St New York City, NY 10016	1-800-622-9010, o 1-212-889-2210	www.kidney.org
Salud mental		
National Institute of Mental Health Information Resources and Inquiries Branch 6001 Executive Boulevard Room 8184, MSC 9663 Bethesda, MD 20892	1-301-443-4513 Solo para publicaciones: 1-800-421-4211	www.nimh.nih.gov

Para más información

Organización	Número de teléfono	Sito web
Esclerosis múltiple		
The National Multiple Sclerosis Society 733 Third Avenue New York, NY 10017	1-800-FIGHT-MS (1-800-344-4867)	www.nmss.org
Osteoporosis		
National Osteoporosis Foundation 1232 22nd St., NW Washington, DC 20037	1-202-463-7002	www.nof.org
Enfermedad de Parkinson, Inc.		
National Parkinsons Foundation Inc. Bob Hope Parkinsons Research Center 10501 NW 9th Ave. Bob Hope Road Miami, FL 33136-1494	1-800-327-4545	www.parkinson.org
Apoplejía / derrame cerebral		
National Stroke Association 9707 E. Easter Lane Englewood, CO 80112	1-800-STROKES (1-800-787-6537)	www.stroke.org

Para otra información sobre salud:

Visite www.healthfinder.gov en Internet. “Healthfinder” (localizador de salud) es un sitio web administrado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. Cuenta con información confiable del Gobierno Federal y sus muchos socios. También tiene enlaces a sitios web que contienen información sobre salud para el consumidor, catálogo en línea, folletos en línea, y bases de datos y elementos de búsqueda que lo ayudan a encontrar información fiable y precisa sobre salud en la Internet.

Para más información



Esta página se ha dejado en blanco intencionalmente. Incluye números telefónicos para su información. Para la información más reciente de números telefónicos, por favor, visite la sección [Contactos Útiles](#) en nuestro sitio web en la Internet. Gracias.



Para más información

Esta página se ha dejado en blanco intencionalmente. Incluye números telefónicos para su información. Para la información más reciente de números telefónicos, por favor, visite la sección [Contactos Útiles](#) en nuestro sitio web en la Internet. Gracias.

Para más información



Esta página se ha dejado en blanco intencionalmente. Incluye números telefónicos para su información. Para la información más reciente de números telefónicos, por favor, visite la sección [Contactos Útiles](#) en nuestro sitio web en la Internet. Gracias.

9

Sección 9: Términos que debe conocer

Actividades de la vida diaria* - (ADL, por sus siglas en inglés). - Actividades que realiza comúnmente durante un día normal como, por ejemplo, acostarse en la cama y levantarse de ella, bañarse, vestirse, comer, e ir al baño.

Asistente de enfermería certificado - (CNA, por sus siglas en inglés). - CNA están capacitados y certificados para ayudar a los enfermeros. Brindan asistencia no médica a los pacientes, como por ejemplo, ayudarlos a bañarse, vestirse, e ir al baño.

Centro de enfermería especializada - (SNF, por sus siglas en inglés) Un centro de enfermería que cuenta con el personal y/o servicios de rehabilitación especializados y otros servicios de salud relacionados.

Coseguro - El porcentaje de la cantidad aprobada por Medicare que tiene que pagar después que paga el deducible de la Parte A y/o Parte B. En el plan original de Medicare, el pago del coseguro es un porcentaje de la cantidad aprobada por el servicio (como 20%).

Cuidado custodial - Cuidado personal no especializado, como la ayuda con las actividades de la vida diaria como bañarse, vestirse, comer, entrar y salir de la cama o una silla, movilizarse, y utilizar el baño. También puede incluir cuidado que las personas hacen por sí solas, como echarse gotas a los ojos. Medicare no paga cuidado custodial.

Cuidado de enfermería especializada* - Un nivel de cuidado que debe ser proporcionado y supervisado por enfermeras registradas. Con este tipo de servicio todas sus necesidades quedan cubiertas. Ejemplos de este tipo de cuidado: colocación de inyecciones intravenosas, alimentación por tubos, colocación de oxígeno para ayudarlo a respirar, y cambio de vendajes/vendas estériles de una herida. No se considera cuidado especializado cualquier servicio que podría ser realizado de manera segura por cualquier persona promedio no médica (o uno mismo) sin la supervisión de una enfermera registrada.

Enfermedad renal en etapa final* - (ESRD, por sus siglas en inglés) Insuficiencia del riñón tan severa que requiere diálisis de por vida o trasplante.

Limitadores/restricción - Limitador físico es cualquier método manual o aparato físico o mecánico, material o equipo atado o adyacente al cuerpo del residente que no puede retirar fácilmente y que le impide moverse libremente o tener acceso normal a su propio cuerpo. Los limitadores químicos son cualquier droga que se usa por disciplina o conveniencia y no se requieren para tratar síntomas médicos.

Mediador de cuidado a largo plazo - Un defensor independiente quien trabaja para resolver los problemas entre los residentes y los asilos de ancianos o las residencias de vida asistida.

Medicaid - Un programa conjunto federal y estatal que ayuda con los gastos médicos para algunas personas con bajos ingresos y recursos limitados. Los programas Medicaid varían de estado a estado, pero la mayoría de los costos de cuidado de salud quedan cubiertos si usted califica tanto para Medicare como Medicaid.

Términos que debe conocer

9

Medicare - El programa federal de seguro de salud para: personas de 65 años o más, ciertas personas menores con incapacidades, y personas que padecen de insuficiencia renal en etapa final (deficiencia permanente del riñón que requiere diálisis o trasplante, a veces denominado ESRD).

Oficina estatal de asistencia médica - Una agencia estatal encargada del programa estatal Medicaid que puede brindar información sobre los programas que ayudan a pagar las cuentas médicas de las personas con bajos ingresos. También brinda ayuda con cobertura de medicina recetada.

Organización para el mejoramiento de la calidad - (QIO, por sus siglas en inglés) Grupos de médicos y otros expertos del cuidado de la salud que ejercen su profesión. El gobierno federal les paga para que supervisen y mejoren la atención ofrecida por hospitales, departamentos de emergencia de hospitales, centros de enfermería especializada, planes privados de pago por servicio de Medicare, y centros quirúrgicos ambulatorios.

Plan de salud administrado Medicare - Son opciones de cuidado de la salud en algunas zonas del país. En la mayoría de los planes, solo puede atenderse con médicos, especialistas, u hospitales que figuren en la lista del plan. Los planes deberán cubrir todo el cuidado de la salud de la Parte A y B de Medicare. Algunos planes cubren gastos adicionales, como las medicinas recetadas. Sus gastos pueden ser menos que los del plan original de Medicare.

Plan original de Medicare - Un plan de salud que se paga por visita y que le permite ir a cualquier médico, hospital o proveedor de salud que acepta Medicare. Usted deberá pagar el deducible. Medicare paga su parte de la cantidad aprobada por Medicare, y usted paga la suya (coseguro). El plan original de Medicare tiene dos partes: Parte A (seguro de hospital) y Parte B (seguro médico).

Plan privado de pago por servicio de Medicare - Un plan de seguro privado que acepta a las personas con Medicare. Puede ir a cualquier médico u hospital aprobado por Medicare que acepta el pago del plan. El plan del seguro, en vez del programa Medicare, decide cuánto paga y qué pagará usted por los servicios que recibe. Tal vez pague más por los beneficios cubiertos por Medicare. Puede tener beneficios adicionales que el plan original de Medicare no cubre.

Programa estatal de asistencia sobre seguros de salud - Programa estatal que recibe dinero del gobierno federal para brindar consejería y asistencia gratuita sobre seguro de salud a las personas con Medicare.

* Esta definición se utilizó total o parcialmente con la autorización de Walter Feldesman, Esq., Diccionario de Terminología para la Tercera Edad 2000.

Actividades de la vida diaria (ADL, por sus siglas en inglés)	3, 58
Agencia estatal de inspección.....	43,55-57
Agencia local de envejecimiento	9,16, 39
Alta (del hospital)	4, 48
Asistente de enfermería certificado (CNA, por sus siglas en inglés)	25, 58
Aviso de no cobertura (Medicare)	4
Calidad de vida	24
Calidad del cuidado	24
Capacitación del personal	29
Casas de hospedaje y de cuidado	11
Consejería para familias	20
Consejería para residentes.....	24,43
Comunidades de retiro de cuidado continuo (CCRC, por sus siglas en inglés)	12
Centro de enfermería especializada	4,35,59
Cuidado custodial	3
Cuidado de enfermería especializada.....	4,26,35,59
Cuidado de hospicio	13
Cuidado médico	47
Derechos	45-49
Dinero	35,46
Directivas/Instrucciones por adelantado (Cuidado de la salud)	34
Discriminación	45
Hipoteca invertida.....	36
Insuficiencia renal en etapa final (ESRD, por sus siglas en inglés)	40
Lenguaje	25
Limitadores/restricción física o química	46,59
Localizador eldercare	9,16
Mediador de cuidado a largo plazo	8,43,55-57,58
Medicaid	3,8,26,33,36-38
Medicare	3,4,8,26,33,40,41,51,58
Comparar asilos de ancianos.....	8,16,19,27
Oficina de derechos civiles	45
Oficina estatal de asistencia médica	8,36-39,55-57,59

Otros planes de salud de Medicare	41
Organización para el mejoramiento de la calidad (QIO, por sus siglas en inglés)	4,49
Pago del cuidado en un asilo de ancianos	35-41
Pago de otros costos de cuidado de salud	35-41
Planes de cuidado	31,44,49
Plan original de Medicare	35,58
Poderes oficiales para el cuidado de la salud.....	34
Programa estatal de asistencia sobre seguros de salud.....	8,55-57
Programas de cobertura total de salud para ancianos (PACE, por sus siglas en inglés)	38,39
Propiedades/bienes.....	47
Preferencias culturales	25
Preferencias religiosas.....	25
Privacidad	47,48
Queja	43,48
Resultados de la inspección.....	19,27
Retiro o salida del centro	48,49
Respeto	45
Seguridad.....	46
Seguro de cuidado a largo plazo	33,35,55-57
Servicios	25,46
Servicios de cuidado en el hogar y en la comunidad.....	10,39
Tarifas.....	19,46
Testimonio en vida	34
Transferencias	48
Unidad de vivienda adicional.....	11
Vida asistida	12
Visita	47,48,49
Viviendas subsidiadas para ancianos	11
Verificación de antecedentes	29

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE LOS
ESTADOS UNIDOS
CENTROS DE SERVICIOS DE MEDICARE Y MEDICAID

7500 Security Boulevard
Baltimore, Maryland 21244-1850

Asunto oficial
Penalidad por uso privado, \$300

Publicación de CMS No. 02174-S
Revisado en abril del 2002

Guide to Choosing a Nursing Home (Sp)



- Este folleto esta disponible en cassette. Para obtener una copia gratis, llame al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Los usuarios de TTY deberán llamar al 1-877-486-2048.
- Para obtener información sobre asilos para ancianos, visite www.medicare.gov en la Internet.