

Preparación de cuidadores pagos

Dejar el cuidado de su ser querido en manos de otra persona no es fácil. Pero si contrata a la persona correcta y la familiariza con las necesidades particulares de su ser querido, puede ser una ayuda invaluable.

Es importante que las personas o la agencia que usted contrate comprendan el Parkinson, de modo que puedan entender y relacionarse con su ser querido de mejor manera. Incluso los profesionales experimentados podrían carecer de conocimientos sobre la enfermedad de Parkinson. Puede proporcionarle a la agencia o al trabajador el libro gratuito *What You and Your Family Should Know* (Lo que usted y su familia deben saber). La hoja de trabajo "Cómo orientar a un nuevo cuidador domiciliario" en la página 108 le brindará más información para asegurarse de que usted y el trabajador empiecen bien.

Conocimiento de la persona con Parkinson

Una vez que conocen la enfermedad, los cuidadores pagos deben conocer a la persona. Para brindar la mejor atención posible a la persona con Parkinson, es útil que los trabajadores de atención domiciliaria comprendan la historia de la persona, su personalidad y preferencias, así como también la situación familiar. Explique o proporcione un documento por escrito con información sobre su ser querido: infancia, ocupación, historias familiares, pasatiempos favoritos, cosas que le gustan, cosas que le disgustan y rutinas diarias. Incluya información sobre familiares o amigos que participen en el cuidado de la persona con Parkinson.

Elabore un plan de cuidados

Teniendo estos conocimientos, usted, la persona con Parkinson y el trabajador de atención domiciliaria deben colaborar para desarrollar un plan de cuidados y una lista de verificación. Es importante identificar y analizar las necesidades de atención y apoyo de la persona con Parkinson. Estas necesidades, y los pasos que se seguirán para abordarlas, deben establecerse por escrito de una manera que sea fácil de comprender por todos los que brindan cuidados y asistencia diariamente. Este documento (conocido como plan de cuidados) puede ayudar a asegurar que se sigan todos los pasos necesarios para brindar la mejor atención posible en forma continua.

Manténgase en contacto

Si no está viviendo en el hogar con quien recibe los cuidados, la comunicación es clave para una mejor atención. Asegúrese de conversar periódicamente con los trabajadores de atención domiciliaria, en especial a medida que las necesidades de su ser querido cambian a lo largo del tiempo. El plan de cuidados deberá actualizarse para reflejar la progresión de la enfermedad de Parkinson, por lo que ese es un buen momento para evaluar la relación con el cuidador. Expresar sus inquietudes con respecto a la calidad de la atención proporcionada. Manténgase calmo y respetuoso durante la conversación, pero realice un seguimiento para asegurarse de que se aborden los problemas.

SUGERENCIAS DE COMUNICACIÓN

- » **Las frases cortas** que emplean vocabulario cotidiano conducen a una mejor comprensión.
- » **Al corregir a un trabajador, enfoque la discusión en el trabajo.** Haga hincapié en las acciones y el comportamiento, no en la persona ni la personalidad.
- » **Evite declaraciones que incluyan "usted" y las palabras "siempre" y "nunca".** Decirle a alguien "usted siempre" o "usted nunca" es iniciar una disputa.
- » **Elogie al trabajador con frecuencia usando palabras significativas y específicas.** Incluya detalles de lo que se hizo y por qué usted lo valoró.
- » **Pídale al trabajador que le haga comentarios en forma regular.** Pregunte acerca de cómo está yendo el trabajo, las inquietudes que pueda tener, sugerencias para mejorar la atención y de qué manera puede ser útil usted. Recuerde escuchar las respuestas antes de formular su contestación. Si escucha algo que le molesta, pida tiempo para pensar al respecto antes de responder, pero asegúrese de hacerlo.

Conozca los roles

Los cuidadores pagos se contratan para mantener a la persona con Parkinson segura y cuidar su bienestar. El cuidador y quien recibe los cuidados podrían crear un vínculo a lo largo del tiempo, pero es importante que los cuidadores pagos mantengan los límites profesionales. No deben involucrarse en conversaciones familiares o financieras ni en la toma de decisiones. Si bien su rol como cuidador familiar es emotivo y complejo, recuerde que sin importar cuán amable sea el trabajador de atención domiciliaria o cuán bien le caiga a usted o la persona con Parkinson, es un trabajo.



Tuve que capacitar a cada uno de los ayudantes que venían para quedarse durante toda la noche. Tuve que hablar con ellos acerca de la personalidad de Roger, mostrarles dónde estaban las cosas y cómo se traslada él, y qué los ayudaría a trasladarlo, simplemente mucha logística y pequeñas cosas sobre él.

- LENNORE; CUIDABA A SU ESPOSO, ROGER