

Mi emergencia

Guía de preparación

Cómo identificar a una persona aislada en el hogar y cómo/dónde reportarlo



El papel del proveedor de atención domiciliaria al encontrarse con una persona aislada o ayudar a los miembros de la familia a identificar y relacionarse con un miembro de la familia que está aislado

El trabajo del proveedor de atención domiciliaria o de atención directa requiere de una percepción atenta del padecimiento y situación del paciente. El proveedor de atención directa juega un papel vital en la elaboración de un plan de atención. El plan de atención es clave para determinar que los pacientes reciban el nivel de atención adecuado.

Aunque los proveedores de atención domiciliaria a menudo se convierten en vínculos de sus pacientes con los servicios externos y su equipo de atención, no se les permite tomar decisiones sobre la atención del paciente. No obstante, pueden estar al pendiente para encontrar señales de negligencia, aislamiento, enfermedades ocultas u otros problemas para las personas que no quieren que las saquen de sus hogares, pero que no pueden cuidar de sí mismas.

¿Qué es el descuido de uno mismo?

El Departamento de Envejecimiento de Maryland define el descuido de uno mismo como algo que "lleva implícita la incapacidad de una persona para satisfacer sus necesidades vitales de autocuidado, lo que la pone en riesgo de dañar su seguridad y/o salud".

¿Cuáles son los signos de descuido de uno mismo y aislamiento?

Existen varias señales que se deben tener presentes para determinar si alguien se está descuidando a sí mismo sin aceptar la ayuda de otras personas, como familiares o profesionales de la salud.

Para obtener información adicional, visite el sitio del Departamento de Envejecimiento de Maryland en línea o llame al 410-767-1100 o 800-243-3425.

La fundación de la Asociación Estadounidense de Personas Jubiladas (AARP, *por sus siglas en inglés*) indica cuatro señales que permiten saber si una persona puede estar aislada:

- Aburrimiento profundo, falta general de interés y retraimiento
- Pérdida de interés por la higiene personal
- Alimentación y nutrición deficientes
- Deterioro, desorden y acumulación que son significativos en la casa

Qué hacer con respecto al aislamiento

Si bien la soledad puede ser saludable, envejecer estando realmente solo no lo es. Los pasos que puede tomar el trabajador de atención directa si está preocupado por el bienestar de un paciente son:

- Notificar a la administración y al personal de enfermería de la agencia sobre sus inquietudes
- Notificar a los miembros de la familia sobre sus preocupaciones
- Trabajar con el médico de familia
- Poner sobre aviso al área de servicio social del Departamento de Envejecimiento de Maryland, en los casos de negligencia grave o si no existen miembros de la familia o sistemas de apoyo de la comunidad para la persona

Un recurso adicional es la escala de soledad de la Universidad de California (UCLA, por sus siglas en inglés). Se puede utilizar para guiar al paciente a través de una serie de preguntas que podrían ayudar tanto a usted como al paciente a darse cuenta de cuánto le está afectando el aislamiento. También puede trabajar con la familia para hacerle las preguntas a su familiar. Los resultados se deben revisar con el médico de la persona, los miembros de la familia y otras personas, según sea necesario.

Instrucciones

Utilizando una escala de calificación de 4 puntos (1 = nunca, 4 = siempre), los participantes responden 20 preguntas, como "¿Con qué frecuencia se siente excluido?" y "¿Con qué frecuencia se siente parte de un grupo de amigos?" Posteriormente, los investigadores codifican de forma inversa los elementos redactados de manera positiva para que los valores altos signifiquen más soledad, y posteriormente calculan un puntaje para cada encuestado promediando sus resultados.

Formato de respuesta

1 = Nunca 2 = Rara vez 3 = Algunas veces 4 = Siempre

1. ¿Me siento en sintonía con las personas que me rodean?
2. ¿Me hace falta compañía?
3. ¿No hay nadie a quien pueda recurrir?
4. ¿No me siento solo?
5. ¿Me siento parte de un grupo de amigos?
6. ¿Tengo mucho en común con las personas que me rodean?

7. ¿Ya no estoy cerca de nadie?
8. ¿Quiénes me rodean no comparten mis intereses e ideas?
9. ¿Soy una persona extrovertida?
10. ¿Hay personas con las que me siento cerca?
11. ¿Me siento excluido?
12. ¿Mis relaciones sociales son superficiales?
13. En realidad, nadie me conoce bien
14. ¿Me siento aislado de los demás?
15. ¿Puedo encontrar compañía cuando yo quiera?
16. ¿Hay gente que realmente me comprende?
17. ¿Me siento infeliz por ser tan retraído?
18. ¿Hay gente a mi alrededor pero no conmigo?
19. ¿Hay personas con las que puedo hablar?
20. ¿Hay personas a las que puedo recurrir?

Enlace a la prueba en línea aquí:

<https://artemciy.gitlab.io/loneliness-scale/#/>

Añada la respuesta a cada pregunta. Una puntuación de 44 o mayor puede considerarse como "oficialmente solitario".

Fuente: <https://spargtools.org/mobility-measure/ucla-loneliness-scale-version-3/>

Más información y recursos en línea

- Prevención del abuso y la negligencia hacia los ancianos: conozca los hechos y qué hacer en caso de sospecha de abuso. Departamento de Envejecimiento de Maryland. <https://aging.maryland.gov/Pages/elder-abuse-prevention.aspx#:~:text=This%20includes%20not%20providing%20essential,their%20safety%20and%20For%20health>
- El peligro del aislamiento social: cómo detectarlo, combatirlo y prevenirlo, David Frank, AARP, 3 de julio de 2018. <https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2018/social-isolation-symptoms-danger.htmlpreparedness.health.maryland.gov>
- Descuido de uno mismo. <https://www.dshs.wa.gov/altsa/home-and-community-services/self-neglect>.
- Los trabajadores de atención directa pueden abordar el aislamiento social y la soledad, Robert Espinoza, 2 de marzo de 2020. <http://phinational.org/direct-care-workers-can-help-address-social-isolation-and-loneliness/>
- El lugar donde vives importa, ASHA. <http://phinational.org/direct-care-workers-can-help-address-social-isolation-and-loneliness/>

Proporcionado conjuntamente por la Oficina de preparación y respuesta del Departamento de Salud de Maryland y Maryland-National Capital Homecare Association



ESCRIBA EL NOMBRE Y EL NÚMERO DE TELÉFONO DE SU EMPRESA DE ATENCIÓN DOMICILIARIA/CUIDADOS PALIATIVOS EN ESTE RECUADRO