

**para  
cuidar**  
*a los que usted quiere*

## Vida asistida: **Para decidir entre varias opciones**

**C**uando vivir de manera independiente nos empieza a resultar difícil, a veces hay que pensar en vivir de otra manera o trasladarnos a otro tipo de vivienda. Las residencias para la vida asistida están orientadas a ayudar a que las personas puedan seguir siendo tan independientes como les sea posible, al mismo tiempo que se les ofrece ayuda cuando la necesiten. Por lo general, estas residencias proporcionan una combinación de vivienda, comidas, cuidado personal de la salud y servicios de apoyo, actividades sociales y supervisión durante las 24 horas del día. En algunas, se ofrece servicios de atención de salud en ambientes hogareños.

No existe un solo modelo de residencias para la vida asistida. Pueden ser muy diferentes, tanto en términos de su tamaño y apariencia como en el tipo de servicios que ofrecen. Algunas sólo ofrecen a los residentes alimentación, mantenimiento básico de la vivienda y ayuda para realizar actividades diarias (ADLs) tales como bañarse, vestirse y arreglo personal. Otras ofrecen mayores servicios y pueden proporcionar transporte y algunos servicios de atención de salud.

Los costos son muy distintos y la tarifa mensual puede variar según el tipo de servicios que reciba el residente.

Las residencias para la vida asistida pueden ser desde una pequeña casa en la que viven unas cuantas personas hasta un gran edificio de apartamentos con 200 o más residentes. El tamaño de las propias viviendas también varía: algunas son sólo una habitación; otras son pequeños departamentos con cocina e incluyen las comidas que se sirven en el área común del comedor.

Estas residencias son una buena alternativa para las personas que no pueden vivir por su cuenta, pero que no necesitan estar en un hogar para personas mayores discapacitadas. A menudo, las distintas necesidades que tienen los adultos mayores cambian con el tiempo. Las residencias para la vida asistida ofrecen diferentes niveles de cuidado con costos también distintos. Algunas están asociadas, además, a hogares para el cuidado de adultos mayores. En estas otras, los residentes disponen más fácilmente de servicios

# Vida asistida: **Para decidir entre varias opciones**

adicionales en caso de necesitarlos.

Si cree usted que ésta puede ser una buena opción, es importante hacer una visita antes de tomar una decisión definitiva.

## **Compare las instalaciones**

Visitar varias de las residencias que están en la zona es útil pues permite ver cómo son, compararlas y hacerles preguntas al personal y a los residentes.

Empiece haciendo una lista de las residencias que quiere visitar. Se encuentra información sobre ellas en:

- La Oficina para adultos mayores (Area Agency on Aging, AAA) del estado o de su localidad;
- Las páginas amarillas del directorio telefónico de su localidad;
- La oficina del defensor de la gente común (ombudsman) para adultos mayores y cuidado de largo plazo;
- La agencia del estado que otorga las licencias;
- Las conversaciones con sus amistades y vecinos;
- Las guías para la jubilación;
- La Federación estadounidense para la vida asistida (Assisted Living Federation of America, ALFA) ofrece listas de las residencias que integran esa organización en cada estado (la mayoría de esas residencias son entidades con fines de lucro; las listas no incluyen todas las residencias que hay en cada estado);

- La Asociación estadounidense de hogares y servicios para adultos mayores (American Association of Homes and Services for the Elderly, AAHSA) ofrece listas de las residencias que pertenecen a esa asociación en cada estado (éstas son organizaciones sin fines de lucro);
- El Buscador de cuidados para adultos mayores puede ayudarlo a encontrar la Oficina para adultos mayores (AAA), o la oficina del Defensor de la gente común (ombudsman) para adultos mayores y cuidado de largo plazo más cercanas de su localidad.

Las residencias para la vida asistida no están reguladas por el gobierno federal y las licencias de funcionamiento se otorgan según la legislación específica que se aplica en cada estado. Asegúrese de averiguar con la AAA o con el departamento de salud del estado sobre la manera en que supervisa el estado el funcionamiento de las residencias y sobre los requisitos que deben cumplir para obtener una licencia de funcionamiento. Asegúrese que todas las residencias que aparecen en la lista cuenten con la debida autorización de funcionamiento. Si alguna no tuviera licencia, simplemente elimínela de la lista.

También es aconsejable que averigüe, en la agencia que otorga las licencias y en la oficina del defensor, si se ha presentado quejas contra algunas de las residencias que aparecen en la lista. No debe creerse que la licencia de funcionamiento garantiza cuidado de calidad.

## **Llame por teléfono**

Una vez que tenga la lista de residencias que desea visitar, llame por teléfono a cada

una. Piense en lo que puede ser importante para usted en su nuevo hogar; en cosas tales como ubicación, tamaño y tipos de servicios. Recuerde que la persona con la que va a hablar es representante de ventas o de mercadeo y que su tarea es promover la residencia.

Si mantiene usted el interés por la residencia luego de que todas sus preguntas han sido respondidas, pida que se le envíe información por escrito sobre la residencia. Pida folletos, la lista de precios, un mapa o plano de las instalaciones, un ejemplar del reglamento que señala los derechos de los residentes y las normas y copias de todos los documentos que deberá usted firmar antes de ser admitido y sobre todo, copia del contrato. Algunas residencias pueden utilizar términos tales como contrato de ocupación, de residencia, o de admisión para referirse al contrato. Luego de recibir los materiales informativos, revíselos con cuidado y anote todas las preguntas que pueda tener para que luego no se le olviden.

### **La visita**

Lleve consigo las preguntas que anotó cuando revisaba el material informativo para preguntar al personal de la residencia cuando haga la visita. Mientras conoce al personal de la residencia y visita las instalaciones, preste atención a lo que ocurre a su alrededor y a cómo se siente usted. Pase un tiempo hablando con el personal y con los residentes; pregúnteles sobre lo que les agrada y desagrada de la residencia. También es aconsejable que haga varias visitas a la misma residencia: hacerlo sin cita previa durante el fin de semana, o en la noche, puede ser muy útil para tomar una decisión.

### **El contrato**

De toda la información que haya obtenido, ya sea a través de los folletos que le enviaron o de las preguntas que ha hecho, la más importante es la que aparece en el contrato. El contrato es el documento legal que señala los acuerdos a los que ha llegado usted y la residencia, más allá de cualquier promesa que puedan haberle hecho en conversaciones, folletos u otros procedimientos de venta. Mientras más específico sea el contrato, mayor protección legal tendrá respecto a los servicios ofrecidos. Compare la información que aparece en el folleto y la que aparece en el contrato. Preste especial atención a la información sobre tarifas, nivel de cuidado, servicios de atención de salud, y políticas de la residencia para dar de alta a un residente. Los servicios anunciados en el folleto también deben aparecer en el contrato. Asegúrese de entender bien lo que dice el contrato. Pida que se incluya en el contrato cualquier información sobre cuidados, derechos, costos o servicios que no se hubiera escrito en él. Recuerde que la residencia puede ofrecerle el oro y el moro en el folleto, pero que sólo está legalmente obligada a darle lo que señala el contrato. Una buena residencia insistirá en que el posible residente revise el contrato en detalle antes de firmarlo. Nunca firme el contrato el día que visita la residencia. Antes de tomar una decisión, llévese el contrato a su casa y revíselo con algún familiar. Piense también en la posibilidad de revisarlo con un asesor financiero y/o con un abogado.

### **Examine el costo con cuidado**

Las residencias para la vida asistida pueden ser costosas y la mayoría de las

personas (alrededor del 80 por ciento) las pagan con su propio dinero. El Medicare no cubre el costo de las residencias y aunque cada vez son más los servicios que cubren los estados a través del Medicaid, u otros programas del gobierno, éste no es el caso de las residencias para la vida asistida. Las oficinas del estado de Medicaid ofrecen información sobre los servicios a los que tiene derecho y que están cubiertos. Antes de pensar seriamente en la posibilidad de una residencia para la vida asistida, calcule si puede pagar el costo mensual durante un tiempo prolongado. Recuerde que es probable que el costo mensual aumente en el futuro debido a las alzas del costo de vida. El costo mensual también puede ser mayor si

el residente necesita de servicios adicionales cuando sus necesidades cambien.

Puede ser que los folletos informativos de una residencia sólo toquen el tema de los costos en forma general, de modo que es importante que el contrato señale, en detalle, todo lo que se refiere a los costos y condiciones de pago.

Vea la hoja de la serie *Consejos* de AARP titulado “Vida asistida: Para hacer preguntas acertadas” con sugerencias sobre las preguntas que le conviene hacer y para saber sobre los aspectos a que debe prestar especial atención, tanto al visitar las residencias como al revisar los contratos.

AARP es una organización sin fines de lucro, no partidaria y de sus miembros que ayuda a las personas de más de 50 años de edad a mantener su independencia, sus opciones y el control sobre sus vidas de maneras que sean beneficiosas y económicamente viables para ellas y para el conjunto de la sociedad. Publicamos *AARP The Magazine*, cada dos meses; *AARP Bulletin*, informativo mensual; *AARP Segunda Juventud*, revista bimestral en español e inglés, *NRTA Live and Learn*, informativo trimestral para educadores mayores de 50 años; y nuestro sitio en internet: [www.aarp.org](http://www.aarp.org). Afiliada nuestra, AARP Foundation es una entidad de beneficio público que proporciona seguridad, protección y poderes adicionales a personas mayores necesitadas, con el apoyo de miles de voluntarios, donantes y patrocinadores. Tenemos oficinas y funcionarios en los 50 estados del país, en la capital, en Puerto Rico y en las Islas Vírgenes de los Estados Unidos.



601 E Street, NW  
Washington, DC 20049  
[www.aarp.org](http://www.aarp.org)