



Maltrato y descuido de adultos mayores: Información para los cuidadores dentro de la familia

Abuse and Neglect of Older Adults: Information for Family Caregivers

La mayoría de las familias ofrecen su apoyo

El ochenta por ciento de los cuidados a adultos mayores son proporcionados por la familia, normalmente un cónyuge, pareja o hijos adultos.

Las familias pueden ayudar a un padre/madre o cónyuge que está envejeciendo con sus actividades cotidianas, finanzas, como transacciones bancarias y pago de cuentas, o cuidado personal, como bañarse y vestirse. Pueden adoptar estas responsabilidades por amor o por un sentido de deber personal o familiar. Cada familia es diferente. Algunas relaciones familiares son muy positivas y se dan apoyo mutuamente. Otras experimentan sentimientos encontrados, conflictos y tensión.

¿Por qué ocurre el maltrato y el descuido?

El maltrato y el descuido en la vejez pueden afectar la salud, felicidad y seguridad de las personas. Los adultos mayores pueden sufrir diferentes tipos de daño por parte de personas de las que dependen o en las que confían. Pueden darse de muchas formas, incluyendo la física, emocional, económica, sexual, espiritual o social, o negar el acceso a medicamentos o necesidades de vida.

La mayoría de las personas no tienen la intención de maltratar o descuidar. Pueden no sentirse a gusto con el cambio de roles dentro de su familia, especialmente si el adulto mayor ahora tiene que depender de ellas. Algunos parientes pueden no saber cómo ofrecer el cuidado o asistencia requeridos. Pueden no comprender la naturaleza del problema de salud y cómo afecta las capacidades o comportamiento del adulto mayor.

En algunas situaciones de maltrato, las personas podrían usar la fuerza física o el control emocional sobre la otra persona a lo largo de la relación.

En el caso de algunos cónyuges en la vejez, tanto la persona que ofrece los cuidados como la persona que los recibe podrían tener algunas dificultades con su salud, memoria o capacidad para tomar decisiones. Esto puede afectar la manera en que las personas se relacionan y reaccionan entre sí.

Los cuidadores dentro de la familia con frecuencia tienen responsabilidades en el trabajo o el hogar, como sus propias

familias. Tratar de manejarlas puede causar tensiones y conflictos dentro de la familia.

En ocasiones los cuidadores dentro de la familia pueden tener problemas personales de tipo económico, de salud mental o de consumo de sustancias, entre otros. Podría ser difícil para ellos ofrecer sus cuidados de manera segura.

Finanzas y riesgo de abuso

Los parientes podrían no percatarse de sus responsabilidades legales al ayudar a un adulto mayor con sus finanzas, especialmente como apoderados. Podrían encargarse de las finanzas porque parece ser lo más sencillo. Algunos podrían sentirse con derecho al dinero o las propiedades, o podrían suponer que lo van a recibir de cualquier modo y usarlo ahora. Esto podría conducir a un abuso económico. Para obtener más información, consulte el HealthLink BC File [#93d Abuso económico de adultos mayores](#).

Estrés y riesgo de maltrato

La mayoría de las personas que están cuidando a alguien pueden sentirse muy estresadas en ocasiones. Afortunadamente, las personas pueden aprender a reconocer los signos del estrés. Para ayudar a aliviar una situación estresante y reducir la posibilidad de maltrato o descuido, preste atención a su propia salud emocional y física.

He aquí algunos signos de estrés:

- Cambios en sus sentimientos, como sentirse ansioso o deprimido
- Sentirse siempre exhausto
- Necesitar medicamentos para ayudarlo a dormir o sobrellevar la situación
- Hacer cambios en su estilo de vida, incluyendo la cantidad que come o la cantidad de té, café o alcohol que bebe
- Visitar a su médico con más frecuencia o desarrollar problemas de salud

Todo el mundo tiene un límite y el límite de cada persona es diferente. Las necesidades y capacidades de una persona pueden cambiar con el tiempo. Esté dispuesto a solicitar y aceptar ayuda.

Cúidese

Cuidarse y cerciorarse de tener tiempo regularmente para usted mismo es importante para poder ofrecer cuidados a sus parientes u otras personas. Incluso pequeños descansos de su actividad de cuidador, incluyendo caminatas cortas o un pasatiempo favorito, pueden ayudar a refrescarlo mental y físicamente. Reserve parte del día para hacer estas cosas. Ceda algunas de las responsabilidades que normalmente adopta. Haga uso de los grupos de apoyo de cuidadores locales, los cuales pueden ayudarle a encontrar recursos o aprender consejos útiles.

Maneras de evitar el maltrato o el descuido

Existen muchas maneras en que las familias pueden evitar que el maltrato o el descuido les suceda a otros o a ellos mismos en la vejez.

1. Una buena comunicación ayuda

Una buena comunicación y apoyo dentro de la familia, así como entre parejas, es muy importante. Hable sobre la situación actual y haga planes para las necesidades futuras. ¿Qué puede hacer un padre/una madre o un pariente por sí mismo con algo de apoyo? Esto puede ayudar a establecer expectativas realistas para las familias.

El contacto de manera regular entre los miembros de la familia puede ser muy útil y de mucho apoyo. Esto puede ayudar a que todos estén conscientes de los cambios en la salud de los padres, cónyuges o parejas. Algunos problemas de salud pueden evitarse o se puede hacer que avancen más lentamente.

Las parejas con frecuencia pueden hacer pequeños cambios en su hogar y servicios de apoyo conforme envejecen.

2. Trabajen en conjunto

Ofrecer cuidados de manera efectiva significa tener el tiempo, el temperamento adecuado y los recursos para adoptar esta responsabilidad. Trate de compartir las responsabilidades de cuidador, de ser posible. Los miembros de la familia por lo regular tienen diferentes habilidades y pueden ofrecer su apoyo de diversas maneras. Infórmese también sobre los recursos disponibles en la comunidad.

3. Fortalezca relaciones

Incluso si la salud o habilidades de una persona mayor cambian, muchos aspectos de la relación continúan siendo muy satisfactorios. Algunas familias fortalecen las relaciones al mantenerse en contacto, compartir viejas tradiciones y crear nuevas.

Para obtener más información

Si ve que se está cometiendo un delito en contra de un adulto mayor, o que éste se encuentra en una situación dañina, llame a la policía o al 9-1-1 de inmediato. También puede llamar al 8-1-1 para obtener información y asesoría, y hablar con una enfermera licenciada disponible las 24 horas del día, siete días a la semana, sobre problemas o preguntas de salud que no sean de emergencia. Hay servicios de traducción disponibles bajo solicitud en más de 130 idiomas.

Para obtener información y servicios también puede comunicarse a:

- Oficina de cuidado en el hogar y la comunidad (Home and Community Care Office) en la autoridad local de salud, cuyo personal tiene la responsabilidad de investigar reportes más serios de sospecha de maltrato o descuido.
- Centro para la defensa y apoyo del anciano en BC (B.C. Centre for Elder Advocacy and Support) y la línea de información de defensa de personas de la tercera edad (Seniors Advocacy and Information Line, SAIL) al 1-866-437-1940 o visite www.bcecas.ca.
- Oficina del tutor y fiduciario público (Office of the Public Guardian and Trustee) al 604-660-4444 o www.trustee.bc.ca.
- Sociedad de servicios jurídicos (Legal Services Society) al 604-408-2172 o sin costo al 1-866-577-2525 o visite www.lss.bc.ca.
- Llame a “enlace para víctimas” (Victim Link) sin costo en B.C. al 1-800-563-0808 para obtener información para víctimas de violencia o delitos familiares o sexuales.

Para obtener más información, consulte otros temas en la serie de Prevención del maltrato en ancianos en HealthLink BC Files.

[93a Cómo evitar el maltrato y descuido en la vejez](#)
[93c Maltrato y descuido de adultos mayores: Cómo comprender las diferencias de género](#)
[93d Abuso económico de adultos mayores](#)



Para leer acerca de otros temas en los Folletos de Salud de BC (HealthLink BC File) diríjase a: www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm o contacte su unidad local de salud pública.

Para obtener información y familiarizarse con los servicios de salud en B.C. (en casos que no constituyen emergencia) visite: www.HealthLinkBC.ca o llame al **8-1-1**.

La línea telefónica de B.C. para personas sordas o con problemas de audición es 7-1-1.

Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los requieran.