



Guía de recursos para los cuidadores

CONTENIDO

SUGERIMOS SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS:.....	3
ALTERNATIVA PARA LA ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA.....	4
TRANSPORTACIÓN.....	5
SERVICIOS LOCALES DE ATENCIÓN DOMICILIARIA.....	6
PROGRAMAS PARA ADULTOS DURANTE EL DÍA.....	7
ACTIVIDADES DE BAJO COSTO PARA LAS PERSONAS CON DEMENCIA.....	8
AGENCIAS PARA LA COLOCACIÓN DE PERSONAS MAYORES.....	9
RECURSOS DE EDUCACIÓN Y APOYO PARA EL CUIDADO DE LA DEMENCIA.....	10
AUTOCUIDADO DEL CUIDADOR.....	11
VIDEOS EDUCATIVOS SOBRE EL CUIDADO.....	12

SUGERIMOS SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS:

- _____

- _____

- _____

- _____

ALTERNATIVA PARA LA ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA

DispatchHealth: Envío de personal de salud al hogar



Este servicio envía un equipo médico equipado con todas las herramientas necesarias para prestar atención médica avanzada en su hogar.

Ellos asisten a una amplia gama de lesiones y enfermedades comunes a complejas que son urgentes, pero que no amenazan la vida o las extremidades. Por lo general, la facturación se realiza a través de su seguro, como una atención de urgencia, pero en su hogar.

Número telefónico: 888-908-0553

Sitio web: <https://www.dispatchhealth.com/>



TRANSPORTACIÓN

VIA Servicios de movilidad

Llame al tel. 303-444-3043 para establecer una cuenta y al 303-447-9639 para programar un viaje. El horario es de lunes a viernes de 8:00 am-4:30 pm. El servicio es gratuito para el transporte a citas médicas, así como para otras diligencias. Llame por lo menos 7 días antes de la cita. Propinas aceptadas.

Programa piloto de cupones para la transportación de las personas de la tercera edad

Servicios: Transportación gratuita a citas médicas para los residentes de 60+ de los condados de Denver, Jefferson, Arapahoe y Adams. Debe llamar para programar el viaje 3 días antes de su cita. Deje un mensaje y le regresaremos la llamada en 1-2 horas para hacer la reservación. La primera llamada tomará 30 minutos para llevar a cabo la registración inicial.

El número telefónico de transportación es el 720-278-2345.

RTD Acceder-un-Viaje



Viaje de/a: área metropolitana de Denver

Servicio para: Personas certificadas por la ADA

Costo: Tarifas empezando a \$5 viaje sencillo.

Horario: Corresponde a horarios y días de rutas fijas.

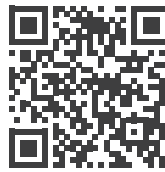
Programación previa: 1-5 días hábiles. No brindamos viajes el mismo día.

Teléfono: 303-299-2960

Sitio web: rtd-denver.com/services/access-a-ride

Información: Se requiere certificación de la ADA antes de viajar. Póngase en contacto con RTD para conocer los requisitos de la certificación de la ADA.

RTD Flex Ride (viaje flexible)



Viaje de/a: 24 regiones de servicio en el área metropolitana; algunas rutas fijas

Servicio para: el público en general

Costo: Tarifas empezando a partir \$3.

Hay tarifas de descuento en función de ingresos, edad o discapacidad. Puede requerirse precalificación.

El horario varía

Programación previa: mínimo 10 minutos antes del viaje

Número telefónico: 303-299-6000

Sitio web: rtd-denver.com/services/flexride

Información: Los viajes son sólo dentro de las áreas de servicio. Se atiende por riguroso orden de llegada, según el espacio disponible.

RTD Acceder-un-taxi (depende de la disponibilidad)



Viaje de/a: área metropolitana de Denver

Servicio para: más de 6 personas, sólo aquellas con certificación del ADA

Costo: \$2 por adelantado: RTD paga los siguientes \$12. El pasajero paga el resto de la tarifa.

Horario: 24/7; programación de lunes a viernes de 6:00 a.m.- 9:00 p.m.

Programación previa: el mismo día

Número telefónico: 303-244-1388

Sitio web: rtd-denver.com/services/access-a-ride/customer-guide

Información: Se requiere certificación de la ADA antes de viajar. Comuníquese con RTD al 303-299-2960 para informarse sobre los requisitos de certificación de la ADA.

SERVICIOS LOCALES DE ATENCIÓN DOMICILIARIA

ESCOJA EL TIPO DE SERVICIO QUE NECESITA (CONSIDERE DISCUTIR ESTAS OPCIONES CON EL EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA EN SU CLÍNICA):

- **Servicios de acompañante:** ayuda con la supervisión, hace diligencias, brinda actividades divertidas y acompaña
- **Servicios de cuidado personal:** ayuda para vestirse, ir al baño, bañarse, comer, hacer ejercicio y otros cuidados personales
- **Servicios de trabajos domésticos:** ayuda a cocinar, hace limpieza de la casa, hace la lavandería y las compras de comestibles
- **Atención especializada o manejo de la salud:** generalmente lo solicita el médico y es proporcionado por un profesional de la salud titulado: ayuda con los medicamentos, inyecciones, cuidado de heridas y terapia del habla, ocupacional o física

HOME CARE AGENCIES

All State Home Health

945 W Kenyon Ave Ste 200
Englewood, CO 80110

Tel: 303-761-1314

Ofrece interpretación al español

Salus homecare

3600 S Yosemite Ste 320
Denver, CO 80237

Tel: 303-770-2050

Cuenta con personal que habla español

Home Instead Senior Care

6191 West 44th Ave
Wheat Ridge, CO 80033

Tel: 303-463-1900

Brightstar Healthcare

14334 East Evans Avenue
Aurora, CO 80014

Tel: 720-432-8918

Alpine Adult Day Care

1985 S. Havana St.
Aurora, CO 80014

Tel: (303) 755-8002

alpineadultdaycare@gmail.com

PROGRAMAS PARA ADULTOS DURANTE EL DÍA

Senior Resource Center – SRC (Centro de Recursos Para las Persona de la Tercera Edad)



El Senior Resource Center ofrece educación comunitaria junto con información que incluye ayuda legal, transportación y cuidado de adultos durante el día.

3227 Chase St., Denver CO 80212

Número telefónico: 303-238-8151,
303 235 6941 (Anna, supervisora de actividades)

Sitio web: www.srcaging.org

Live Well Colorado servicios para adultos durante el día



Live Well Colorado Adult Day Services ofrece servicios según se necesiten, (podría ser todo el día o solo por unas cuantas horas). Los servicios incluyen personal de enfermería donde se encuentre y servicios de transportación.

1200 S. Abilene St., Unit C, Aurora CO 80112

Número telefónico: 303-200-5050

Sitio web: LiveWellColoradoADS.com



ACTIVIDADES DE BAJO COSTO PARA LAS PERSONAS CON DEMENCIA

Denver Botanic Gardens



Denver Botanic Gardens y la Asociación de Alzheimer les ofrece a los participantes en las primeras etapas de la demencia, la oportunidad de disfrutar actividades prácticas de jardinería. El programa está diseñado para que los participantes se involucren en las actividades utilizando su creatividad y los sentidos. Los eventos son gratuitos. Es necesario registrarse.

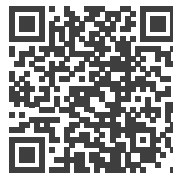
Puede reservar su lugar en línea en el sitio web: <https://www.botanicgardens.org/programs/spark> o llamando al telefónico 720-865-3500.

Memory Café en la Biblioteca Pública de Denver

El Memory Café lo ofrece la Biblioteca Pública de Denver a las personas que están experimentando pérdida de la memoria, al igual que a sus amigos, familiares y cuidadores. Brindando un espacio divertido, social y seguro, el Memory Cafe empieza su programa con actividades divertidas, como música y arte. Luego, continua con una actividad social con café y refrigerios. No se proporciona atención formal o supervisión.

Para más información, comuníquese con Amy Delpo al teléfono 720-865-1123.

Opening Minds through Art (OMA) (Abriendo la mente con el arte)



Opening Minds through Art (OMA) es un programa de creación artística para las personas con Alzheimer y otras formas de trastornos neurocognitivos.

El programa ofrece oportunidades para la creatividad y el compromiso social para las personas con demencia. El programa cuenta con múltiples ubicaciones.

Visite el sitio web: <https://scrippsoma.org/oma-sites/oma-site-listing/> o llame al 513-529-2914 para encontrar la ubicación más cercana a usted.



AGENCIAS PARA LA COLOCACIÓN DE PERSONAS MAYORES

Estas agencias ayudan a los pacientes y cuidadores a encontrar una comunidad que ofrezca guardería, vida independiente, vida asistida, cuidado de la memoria o centros de enfermería especializada.

Ojo: Algunos de estos servicios son gratuitos. Sin embargo, una vez que los contacta, siguen comunicándose con usted. Es mejor hacer usted mismo su propia investigación antes de tomar una decisión.

A Place for Mom



Tel: (877) 311-6099

<https://aplaceformom.com>

All about Seniors



Tel: (720) 755-7308

(Jaden es la persona encargada de la interpretación)

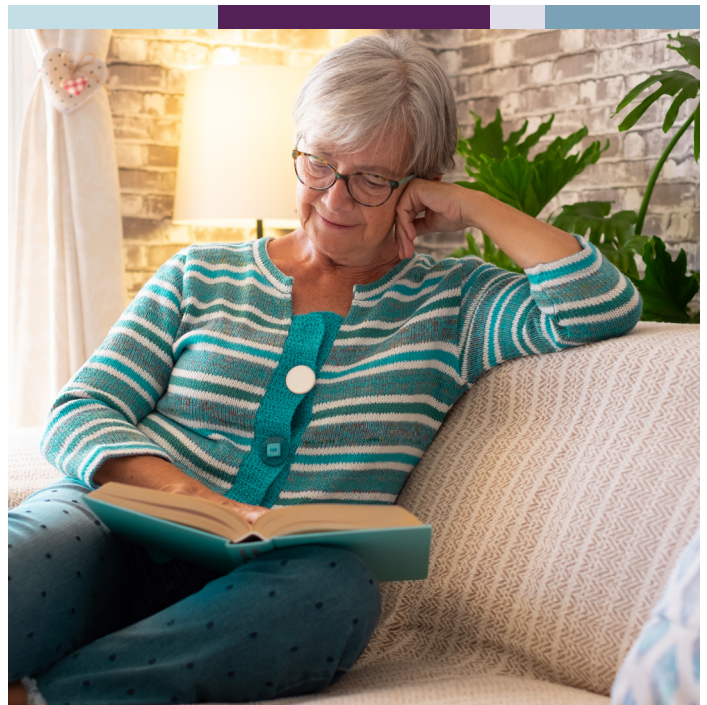
<https://www.allaboutsensorsinc.net/>

Care Patrol



Tel: (303) 679-4935

<https://www.carepatrol.com>



RECURSOS DE EDUCACIÓN Y APOYO PARA EL CUIDADO DE LA DEMENCIA

DRCOG (Denver Regional Council of Governments) - Una Agencia Sobre el Envejecimiento



Proporciona información y asesoramiento para las personas de la tercera edad. Ayuda a agilizar el acceso a los servicios y al apoyo que ofrece la

comunidad, a largo plazo. Son varios los servicios que se ofrecen, los cuales incluyen entre otros, cuidado para personas adultas durante el día, servicios de asesoramiento, audición / visión, personal de mantenimiento / tareas domésticas, educación sobre salud, servicios en el hogar, ayuda legal y transportación.

Los números telefónicos son: 303-480-6704 y 303-455-1000.

<https://drcog.org/programs/area-agency-aging>

Colorado Chapter of the Alzheimer's Association



Ofrece clases locales sobre la enfermedad de Alzheimer, grupos de apoyo para los pacientes y sus cuidadores, consultas individuales

para resolver problemas, según su situación específica, además de otros servicios.

Número telefónico las 24 horas del día para solicitar los servicios y línea directa de apoyo para los cuidadores: 1-800-272-3900

https://www.alz.org/co/helping_you

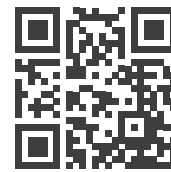
Atención planificada de Colorado: recursos locales



Recursos para la comunidad de Colorado (provisión de cuidado, comidas, vivienda y atención dental)

<https://coloradocareplanning.org/colorado-community-resources/>

La Asociación de Alzheimer



Línea de ayuda las 24 horas del día para las personas y familiares que están experimentando los efectos de la demencia. Brinda educación, apoyo, información, referencias y consultas de atención.

Tel: 800-272-3900

www.alz.org

Instituto Nacional del Envejecimiento



Información sobre cómo vivir con demencia, consejos para los cuidadores y familiares, ensayos clínicos y otros recursos.

<https://www.alzheimers.gov>

NIA Cuidado de pacientes con Alzheimer Brindando cuidados a los pacientes con Alzheimer



Aprender acerca de la enfermedad de Alzheimer puede ayudarle a entender y enfrentar estas dificultades. A continuación, describimos las etapas del Alzheimer y le informamos cómo puede conocer más sobre la enfermedad.

<https://www.nia.nih.gov/espanol/cuidar-persona-alzheimer-entender-mejor-enfermedad>

AUTOCUIDADO DEL CUIDADOR

Localice grupos de apoyo



http://www.alz.org/apps/we_can_help/support_groups.asp

El Centro de las Familias



El Centro de las Familias es una clínica multicultural que brinda servicios de salud mental bilingüe (español e inglés) a adultos, jóvenes, niños y familias de la comunidad latina/x e hispana.

Tel: (303) 504-1900
1405 N. Federal Blvd., Denver, CO 80204

<https://www.wellpower.org/el-centro-de-las-familias-spanish/>

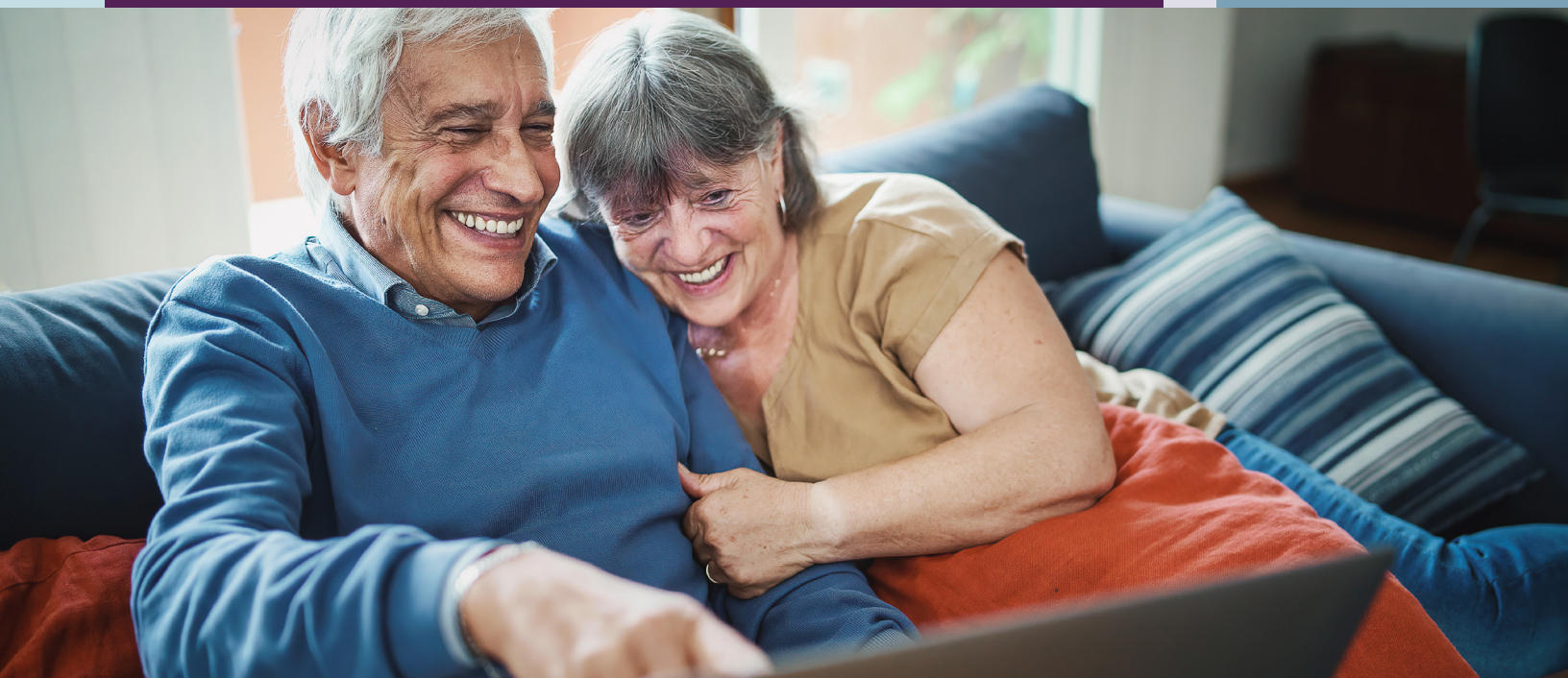
Servicios de la Raza



La misión de Servicios de La Raza es construir y cultivar una comunidad latina próspera en Colorado. Promueven múltiples eventos y brindan servicios de salud mental.

Tel: (303) 458-5851

<https://serviciosdelaraza.org/>



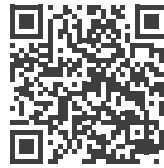
VIDEOS EDUCATIVOS SOBRE EL CUIDADO

Global Brain Health Institute “Conversando con los Cuidadores” una serie de videos



<https://www.youtube.com/watch?v=rexHdp5gIMw&list=PLgdobFpNy7LWQ2YWrc1RBx0KboivR76BB>

Family Caregiver Alliance Canal de YouTube (Alianza de Cuidadores Familiares)



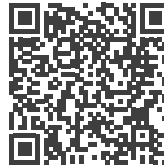
<https://www.youtube.com/user/CAREGIVERdotORG>

UCLA Caregiver Education (Educación para el cuidador)



<http://dementia.uclahealth.org/caregiver-education>

Cuidando al cuidador (Hospital Clínic de Barcelona)



<https://www.youtube.com/playlist?list=PL6JHr3EeRES4FJPypLpkBgbGmqHxQjib>

Una serie para los pacientes y cuidadores



<https://www.youtube.com/@Pacientesycuidadores>

