

## Explorar nuevas opciones para los cuidadores [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la [Junta editorial de Cancer.Net](#) [2], 11/2012

### Mensajes clave:

- Cuidar a una persona con cáncer implica muchas tareas, y muchos cuidadores suelen necesitar apoyo adicional.
- Existen muchas opciones que los cuidadores pueden considerar para obtener ayuda con las responsabilidades médicas y no médicas del cuidado de un paciente.

Cuidar a una persona con cáncer suele ser una responsabilidad enorme y es común que los cuidadores descubran que, física o emocionalmente, no pueden manejar por sí solos todas las tareas necesarias. Si se siente abrumado, considere explorar otras opciones de cuidado. Es importante reconocer que pedir ayuda es un signo de fortaleza y no de debilidad. Al buscar ayuda, usted se asegurará de que la persona con cáncer continúe recibiendo un cuidado eficiente y de que usted tenga tiempo para ocuparse de su propia salud y bienestar.

### Recursos de cuidado profesional

Considere la posibilidad de contratar profesionales médicos o no médicos que puedan ayudarle a brindar cuidados de alta calidad y/o ayudarle a manejar otras responsabilidades diversas.

**Profesionales médicos.** Estos profesionales, que pueden estar asociados a una agencia o trabajar en forma independiente, generalmente ayudan con las responsabilidades médicas que las familias no pueden realizar o con las cuales se sienten incómodas. Algunos proveedores de atención médica, como los [enfermeros oncológicos matriculados](#) [3] (en inglés), pueden brindar servicios, que incluyen cuidado de las heridas, administración de quimioterapia, [hidratación](#) [4] (en inglés), [consejos sobre nutrición](#) [5] (en inglés) y [manejo del dolor](#) [6] (en inglés). Los asistentes de atención médica en el hogar pueden manejar cuestiones médicas menos complejas, como medir la temperatura y la presión arterial del paciente.

Mientras tanto, [los fisioterapeutas](#) [7] (en inglés; profesionales de atención médica que tratan afecciones o lesiones que afectan la capacidad de movimiento de una persona) y los [terapeutas ocupacionales](#) (profesionales de atención médica que enseñan a las personas formas de realizar tareas diarias que se han vuelto difíciles como resultado de una enfermedad o lesión) también pueden brindar ayuda con la [rehabilitación](#) [8].

**Profesionales no médicos.** Los asistentes de cuidado en el hogar, a veces llamados acompañantes o asistentes personales, ayudan al cuidador y a la persona a la que cuidan con las tareas cotidianas, como bañarse, arreglarse, cocinar, limpiar, hacer mandados, entre otras. Consulte con la compañía del seguro de salud del paciente si cubre alguno de estos servicios y tómese un tiempo para explorar todas las opciones de atención médica en el hogar [9].

## Recursos en la comunidad

Más allá del cuidado médico y físico, muchas comunidades tienen una gran variedad de recursos disponibles para los cuidadores, incluidos los siguientes:

**Administración de casos.** Algunas organizaciones tienen administradores de casos capacitados que trabajan con usted y la persona con cáncer para coordinar servicios, como el cuidado en el hogar, el transporte y las comidas. Algunos servicios de administración de casos son gratuitos si la persona cumple con determinados requisitos de elegibilidad.

**Asistencia legal.** Las organizaciones locales de asesoría jurídica pueden ayudarle con cuestiones legales, como las instrucciones anticipadas [10] (en inglés). Una instrucción anticipada es un conjunto de instrucciones legalmente vinculantes que explica las preferencias de tratamiento médico que una persona con cáncer desearía que se respeten en caso de volverse incapaz de tomar las decisiones.

**Asistencia y asesoramiento financieros.** Es posible que organismos locales ayuden a la persona con cáncer y a usted a manejar cuestiones financieras relacionadas con el tratamiento del cáncer. Encuentre recursos financieros [11].

**Entrega de comida.** Algunas organizaciones con y sin fines de lucro entregan comidas nutritivas directamente a domicilio. Hable con un trabajador social para obtener más información.

## Amigos y familia

Haga una lista de las personas que forman parte del sistema de apoyo personal del paciente e identifique quién podría ayudar mejor con tareas de cuidado específicas. Esta lista podría incluir contactos de emergencia, amigos íntimos y parientes, vecinos e integrantes de una comunidad religiosa. No tema pedir ayuda. Muchas personas desean ayudar a brindar cuidados, pero no están seguras de si esta ayuda es bienvenida o necesaria. Por eso es importante especificar el tipo de ayuda que necesita, tanto cuando le pregunten como cuando esté delegando responsabilidades [12].

## Servicios para enfermos terminales

El cuidado para enfermos terminales [13] (en inglés) ofrece un espectro completo de apoyo físico, emocional, social y espiritual para las personas con cáncer avanzado y sus familias. Este tipo de cuidado generalmente se brinda en el hogar de un paciente, pero también puede brindarse en un hospital, en un centro para enfermos terminales hospitalizados, en una clínica de reposo o en otros centros de atención a largo plazo.

## Referencias

Puede obtener derivaciones a agencias y a recursos comunitarios preguntándole al médico; al trabajador social de oncología o al enfermero del paciente; a integrantes de grupos de apoyo locales o en línea; o a los organismos de salud del estado o condado.

## Más información

[Cómo los cuidadores pueden cuidar de sí mismos](#) [14]

[Cómo puede ayudar un trabajador social de oncología](#) [15] (en inglés)

[The Cancer Legal Resource Center: ayudar a las personas a manejar las cuestiones legales relacionadas con el cáncer](#) [16] (en inglés)

[Cuidado del paciente](#) [17]

## Recursos adicionales

[Family Caregiver Alliance: Opciones de la comunidad para el cuidado del paciente](#) [18]

---

### Links:

[1] <http://www.cancer.net/node/18362>

[2] <http://www.cancer.net/about-us>

[3] <http://www.cancer.net/node/24396>

[4] <http://www.cancer.net/node/24702>

[5] <http://www.cancer.net/node/24985>

[6] <http://www.cancer.net/node/24585>

[7] <http://www.cancer.net/node/24388>

[8] <http://www.cancer.net/node/18373>

[9] <http://www.cancer.net/node/18356>

[10] <http://www.cancer.net/node/25278>

[11] <http://www.cancer.net/node/18393>

[12] <http://www.cancer.net/node/18358>

[13] <http://www.cancer.net/node/25281>

[14] <http://www.cancer.net/node/18357>

[15] <http://www.cancer.net/node/24556>

[16] <http://www.cancer.net/node/24700>

[17] <http://www.cancer.net/node/18354>

[18] [http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/content\\_node.jsp?nodeid=538](http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/content_node.jsp?nodeid=538)