

Apoyo a los socios de cuidados

Los socios de cuidados son un componente esencial para la comunidad de la enfermedad renal en etapa terminal (ESRD, por sus siglas en inglés).

¡La siguiente información le ayudará a apoyar a quienes le dan apoyo!



Asóciase a ellos.

La relación con una persona cuidadora debe ser, en lo posible, una asociación. Encontrar el equilibrio en esa relación ayudará a tener un SOCIO de cuidados, más que un CUIDADOR. Esto podrá ayudar a reducir el agotamiento.

Ejemplos de cosas que quizás usted podría hacer:

- Programar sus citas con sus proveedores.
- Hacer su lista de compras de supermercado.
- Llamar a la farmacia para hacer pedidos de sus medicamentos.
- Informar a su socio de cuidados sobre las cosas que usted se espera y las que necesita, en vez de suponer que esa persona ya lo sabe.



Comuníquese con ellos.

Para evitar desacuerdos, determine la mejor manera de comunicarse.

Algunas posibilidades:

- Reuniones semanales
- Carteleras de comunicación
- Calendarios compartidos



Anímelos.

Anime a sus socios de cuidados a tomarse tiempo personal y a participar en actividades que disfruten.

Por ejemplo:

- Pasar tiempo con amigos
- Hacer ejercicio
- Recibir terapia
- Atender a sus propias necesidades de salud



Hágales preguntas.

Las preguntas más sencillas pueden tener los mayores efectos.

Por ejemplo:

- ¿Cómo está?
- ¿Qué necesita?
- ¿Qué puedo hacer por usted?
- ¿Qué preferiría que yo hiciera diferente?



Este material fue preparado por el contratista del Centro de Coordinación Nacional de la Enfermedad Renal en Etapa Terminal (ESRD NCC, por sus siglas en inglés), en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. El contenido no refleja necesariamente la política de los CMS ni implica el aval del Gobierno estadounidense. FL-ESRD NCC-NC4PFE-01232025-03