



Cómo enfrentar las realidades de la atención a largo plazo: Un acto de equilibrio

¿Está usted preparado?

Dado el ritmo de su ajetreada vida, asumir otra responsabilidad podría parecer abrumador. Las presiones en el trabajo, las crecientes deudas, las exigencias de su familia, su atareada vida social – todo ello lo hace sentir que no se puede dar el lujo de enfrentarse a un desafío más. Ahora, imagínese verse precisado a añadir a esa difícil situación a un padre enfermo, particularmente si ese familiar necesita atención durante un periodo de tiempo prolongado.

¿Está usted preparado? Muy pocos de nosotros lo estamos y los costos económicos, emocionales y físicos relacionados con la atención de uno de nuestros padres pueden ser devastadores. Afortunadamente, a través de canales de comunicación abiertos y una planificación anticipada usted puede prepararse para enfrentar exitosamente a estos desafíos.

La atención a largo plazo es la asistencia necesaria durante un periodo de tiempo prolongado para controlar, en lugar de curar, un padecimiento crónico, tal como la artritis, una embolia cerebral o la demencia senil, o las debilidades que son consecuencia del envejecimiento y de los accidentes. La atención requerida puede incluir ayuda para alimentarse, vestirse, asearse y llevar a cabo otras actividades relacionadas con el cuidado personal y la vida cotidiana.

La conversación

El primer paso para salvaguardar su futuro y el bienestar de sus padres u otros seres queridos, es sentarse con ellos y sostener una conversación seria. Todos tenemos expectativas sobre el futuro que nos espera y sobre el papel que desempeñaremos en las vidas de nuestros seres queridos.

Los malos entendidos pueden ocasionar enojos, desilusiones, sentimientos de culpa y confusión. Todo esto se puede evitar si comunicamos nuestras expectativas de forma honesta e integral. No tema formularles a sus padres o seres queridos las preguntas que, con razón, son difíciles de hacer, ya que las respuestas serán esenciales para que usted pueda llevar a cabo el proceso de planificación.

- ¿Dónde y cómo desean pasar el resto de sus años de jubilación?
- ¿Cuáles son sus deseos en cuanto al tipo de atención a largo plazo que pudieran requerir?

- ¿Qué papel esperan ellos que desempeñen usted, sus hermanos, su cónyuge y otros seres queridos?
- Si necesitan atención a largo plazo, ¿qué tipo de instituciones preferirían?
- ¿Qué tan realistas son sus planes, considerando los recursos de los que dispone la familia?
- ¿Con qué recursos económicos o coberturas de seguros cuenta o podría contar?

Debido a que el costo del seguro de atención a largo plazo es más bajo y la posibilidad de reunir los requisitos de cobertura es mayor cuando sus padres son más jóvenes y están más saludables, necesita programar esta conversación con ellos lo antes posible.

Además de hablar con sus familiares y amigos, hable con profesionales de su confianza acerca de las opciones con las que cuenta. Confíe en su experiencia y conocimientos y utilícelos como guía en su proceso de planificación. Algunos especialistas que pueden serle de utilidad incluyen:

- Planificador de finanzas
- Agente de seguros
- Contador
- Abogado especialista en caudales hereditarios
- Médico
- Clérigo

Guía rápida

Hay tres cosas que usted debe saber acerca de la atención a largo plazo: es costosa; lo más probable es que sus padres, familiares ancianos y amigos vayan a requerir de ella; y usted podría ser la persona encargada de brindar la atención directa. Según el Departamento del Trabajo de los EE.UU., típicamente, la persona encargada de la atención a largo plazo es una mujer de 46 años con empleo que dedica 18 horas adicionales a la semana a cuidar a su madre de 77 años de edad, quien vive cerca de ella.

A medida que los californianos disfrutamos de niveles de longevidad sin precedentes, también estamos contemplando un incremento en la demanda de las instituciones e individuos dedicados a brindar atención a largo plazo. Todo aumento en la demanda conlleva un incremento correspondiente en los precios, enfatizando así la necesidad de trabajar con sus padres, familiares y seres queridos con el fin de elaborar un plan que pueda hacerle frente a esta dura realidad.

- La mitad de todos los estadounidenses de 65 años o mayores requerirán de algún tipo de atención a largo plazo¹.
- En California, los costos de las instituciones para el cuidado de ancianos tuvieron un promedio de \$51,100 al año en 2002, cantidad que se espera aumente a un promedio de \$55,000 en 2003².

¹ Estadísticas de 1997 de la Administración para el Financiamiento de la Atención (Health Care Financing Administration).

² Alianza de California para la Atención a Largo Plazo (California Partnership for Long Term Care)

- El 35 por ciento de las personas que ingresan a instituciones para el cuidado de ancianos permanecerá de uno a cinco años³.
- El 21 por ciento de las personas confinadas a instituciones para el cuidado de ancianos permanecerá más de cinco años³ a un costo de al menos \$255,000².
- El 53 por ciento de quienes requieren atención a largo plazo son adultos en edad laboral (18 a 64 años), mientras que el 47 por ciento tiene una edad de 65 años o más⁴.
- Medicare paga una porción muy reducida, si acaso, de la atención a largo plazo.

Antes de ingresar a una institución de atención a largo plazo, muchas personas habrán luchado durante muchos años contra el costo de la atención a largo plazo en sus propios hogares con personas encargadas de brindar dicha atención gratuitamente o con goce de salario.

Pero estas cifras tan sólo nos revelan una parte de la situación, ya que no se deben ignorar los costos que tendrá que solventar al encargarse de la atención de un ser querido. La administración de las finanzas de los padres, brindarles la atención necesaria, tomar las decisiones difíciles, conciliar opiniones entre los diversos familiares – todo ello cobra un alto precio en las finanzas, emociones e, incluso, en la salud. Hágase las siguientes preguntas:

- ¿Cómo me enfrentaré a los conflictos que pudieran presentarse entre mis obligaciones con mi familia cercana y las que tengo con el ser querido?
- Si yo me convierto en el encargado principal de brindar la atención, ¿puedo darme el lujo de faltar a trabajar y dejar de percibir ingresos por el tiempo no trabajado?
- ¿Tengo hermanos o hermanas que puedan ayudarme con las exigencias de brindar atención durante el día y la noche?
- ¿Estoy preparado para bañar y vestir a mis padres por estar a cargo de su atención? ¿Hasta qué grado?
- ¿Puedo equilibrar el bienestar de mis padres con las realidades económicas que impone el presupuesto con el que cuentan?

Para el bienestar de sus padres, así como por su propia tranquilidad, usted y su familia necesitan contar con un plan que les permita enfrentarse a la muy real posibilidad de tener que brindar atención a largo plazo.

(Text for Graph)

Costo Promedio Pronosticado de las Instituciones para el Cuidado de Ancianos

Costo Anual Promedio

Fuente: Pronósticos de la Alianza de California para la Atención a Largo Plazo

(California Partnership for Long-Term Care) de 2002 basados en datos de la Oficina de

³ Centro Nacional de Análisis de Políticas (National Center for Policy Analysis), “Solución al Problema de Medicaid a Largo Plazo”, 17 de noviembre de 1995.

⁴ Instituto de Políticas de Medi-Cal (Medi-Cal Policy Institute), “Para Comprender a Medi-Cal: La Atención a Largo Plazo”, 2001

Planificación y Desarrollo de la Salud del Estado de California (California Office of Statewide Health Planning and Development) y un incremento anual del 5%.

La solución de la Alianza

La complejidad de los aspectos relacionados con la atención a largo plazo, aunada a las diversas personalidades, recursos personales y valores culturales de cada uno de los californianos, exige diversos enfoques hacia la solución de este importante tema.

Una solución, la cual cuenta con el apoyo del Departamento de Servicios de Salud de California, es la Alianza de California para la Atención a Largo Plazo (la Alianza). Fundada en 1994, la Alianza es un revolucionario programa diseñado para ayudar a los californianos a enfrentarse adecuadamente a los problemas relacionados con la atención a largo plazo.

La Alianza trabaja en combinación con un selecto grupo de compañías de seguros que se apegan a exigentes normas establecidas por el Estado de California con el propósito de desarrollar pólizas de coberturas de seguros que puedan ayudar a protegerlo a usted y a sus padres de los catastróficos costos y dificultades asociados con la atención a largo plazo. Todas las pólizas autorizadas por la Alianza ofrecen características vitales que resultan indispensables para obtener una cobertura de seguro de atención a largo plazo de alta calidad. Algunos de las características requeridas en todas las pólizas contempladas por la Alianza incluyen:

- Protección automática integrada contra la inflación del 5 por ciento anual a fin de mantenerse al ritmo de los crecientes costos de la atención a largo plazo.
- Coordinación y monitoreo de la atención por parte de especialistas de salud certificados, que sean independientes de la compañía de seguros, y quienes se encargarán de elaborar un plan de atención basado en las necesidades y recursos individuales.
- Deducible único durante toda la vida, de modo que si sus padres dejan de utilizar los beneficios de la póliza y luego los necesitan de nuevo, no tendrán que pagar un segundo deducible.
- Eliminación de la prima sobre todos los días que su póliza pague la atención en instituciones para el cuidado de ancianos o de atención residencial.
- Flexibilidad en el uso de los beneficios basados en el hogar y en la comunidad.
- Protección de Bienes de Medi-Cal (Medi-Cal Asset Protection) a fin de garantizar que una porción de sus bienes esté protegida si fuera necesario depender de Medi-Cal. Esta característica puede lograr que su seguro resulte menos costoso.

Al elegir su póliza de la Alianza, tendrá la opción de adquirir una póliza amplia que brinde cobertura para la atención prolongada, ya sea en el hogar, en instituciones para el cuidado de ancianos o en instituciones de atención residencial; o bien una póliza que brinde atención sólo en un tipo de instituciones.

El siguiente paso

Llame hoy mismo a la Alianza de California para la Atención a Largo Plazo. La Alianza puede proporcionarle información esencial para planificar la atención a largo plazo. Sin costo alguno para usted, ponemos a su disposición un folleto completo en donde se detallan las características de las pólizas de la Alianza. Si desea obtener un ejemplar, llame a la Alianza de California para la Atención a Largo Plazo al (800) CARE-445 o comuníquese con un agente de seguros de atención a largo plazo que haya sido autorizado por la Alianza. Este folleto también se encuentra a sus órdenes a través del sitio Web de la Alianza en Internet en www.dhs.ca.gov/cpltc.

A continuación presentamos una lista de compañías de seguros privadas que participan y CalPERS que ofrecen pólizas de atención a largo plazo certificadas por la Alianza:

Bankers Life and Casualty

(888) 2828-BLC

GE Financial Assurance

(800) 354-6896

John Hancock Life Insurance Company

(800) 377-7311

New York Life Insurance

(800) 224-4582

CalPERS Long-Term Care Program*

(800) 205-2020

*Todos los empleados públicos de California, los jubilados y sus cónyuges, hermanos (de 18 años o más), padres y suegros reúnen los requisitos para hacer su solicitud. Llame a CalPERS a fin de obtener información sobre las fechas de los periodos de solicitud.

California Partnership For Long-Term Care

California Department of Health Services

P.O. Box 997413, MS 4100

Sacramento, CA 95899-7413

El Programa de Asesoría y Defensa sobre los Seguros Médicos (Health Insurance Counseling and Advocacy Program o HICAP) del Departamento de California para la Vejez (California Department of Aging) pone a sus órdenes asesores voluntarios capacitados e imparciales que pueden reunirse con usted con el propósito de discutir sus necesidades de atención a largo plazo y ayudarlo a resolver cualquier inquietud que pudiera tener a este respecto. Puede llamar al HICAP al (800) 434-0222. Las citas y consultas son completamente gratuitas.

Arnold Schwarzenegger

Gobernador
Estado de California

Kim Belshé
Secretaria
Agencia de Servicios Humanos y de Salud

Diana M. Bontá, R.N., Dr.P.H.
Directora
Departamento de Servicios de Salud