LACRC
LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER
A Program of the USC Family Caregiver Support Center

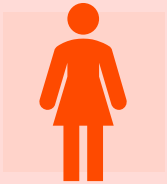
EQUILIBRANDO LA ESPERANZA Y LA CULTURA HISPANA

María P. Aranda, PhD, MSW, MPA, LCSW

NOVIEMBRE: CELEBRANDO EL MES DEL CUIDADOR FAMILIAR

CUIDADOR FAMILIAR

¿Quién?



Esposa, Hija, Hermana, Nieta, Sobrina, Vecina, Amiga

ESTADÍSTICAS DE CUIDADORES FAMILIARES

1. 1 de cada 5 personas cuida a un ser querido en California
2. 1.6 millones de cuidadores en Los Angeles
3. Aproximadamente 60% Latinos cuidadores familiares
4. Approximadamente 40% cuidan a una persona con demencia

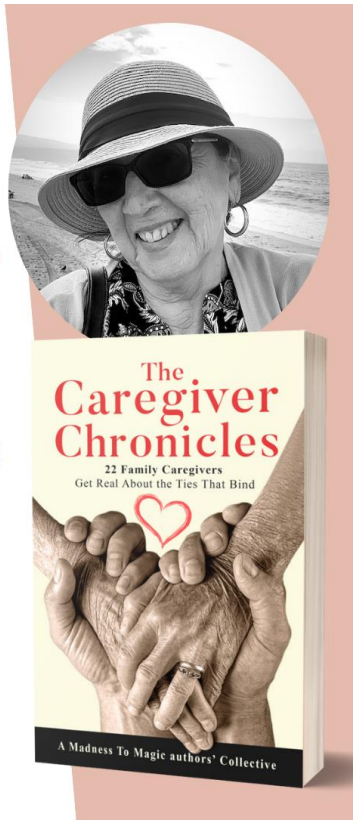
ESCRIBA *SÍ* EN EL CHAT:

…SI USTED SE CONSIDERA UN CUIDADOR FAMILIAR.

ESCUCHEMOS DE NUESTROS AUTORES QUE SON CUIDADORES FAMILIARES

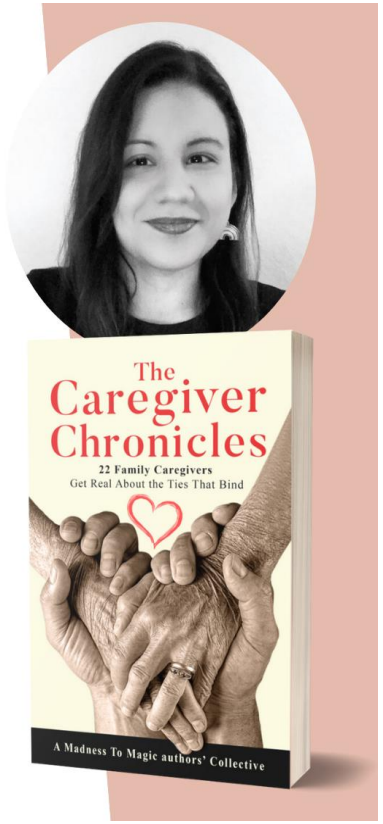
Decidimos que esos marañas retorcidas en su cerebro no iban a estropear su mundo y el mío y prometimos convertir nuestro nuevo destino en un mundo de aventuras mientras pudiéramos!
"Y todo lo hice por Amor"

Enma Espinoza
Capítulo 4:
Amando a Frank
amándome a mí



"Para mí, la parte más dolorosa no fue que no pude ir, sino POR QUÉ no pude ir."

Mercedes Vega
Capítulo 19:
It's a Little Bit
Like Marble Cake
(Es un poquito
Como pastel de mármol)



MARÍA P. ARANDA, PHD

Dr. Aranda es profesora en la escuela de trabajo social Suzanne Dworak-Peck de la USC, directora ejecutiva del instituto sobre el envejecimiento Edward R. Roybal de la USC y directora del núcleo de divulgación, reclutamiento y participación del centro de investigación sobre la enfermedad de alzheimer de la USC.

FAMILIARISMO

La lealtad colectiva más importante hacia la familia

Todos enfrentaremos el cuidar de nuestros seres queridos.

¿En nuestra comunidad hispana, habrán ciertas creencias o costumbres que pueden influir la situación?

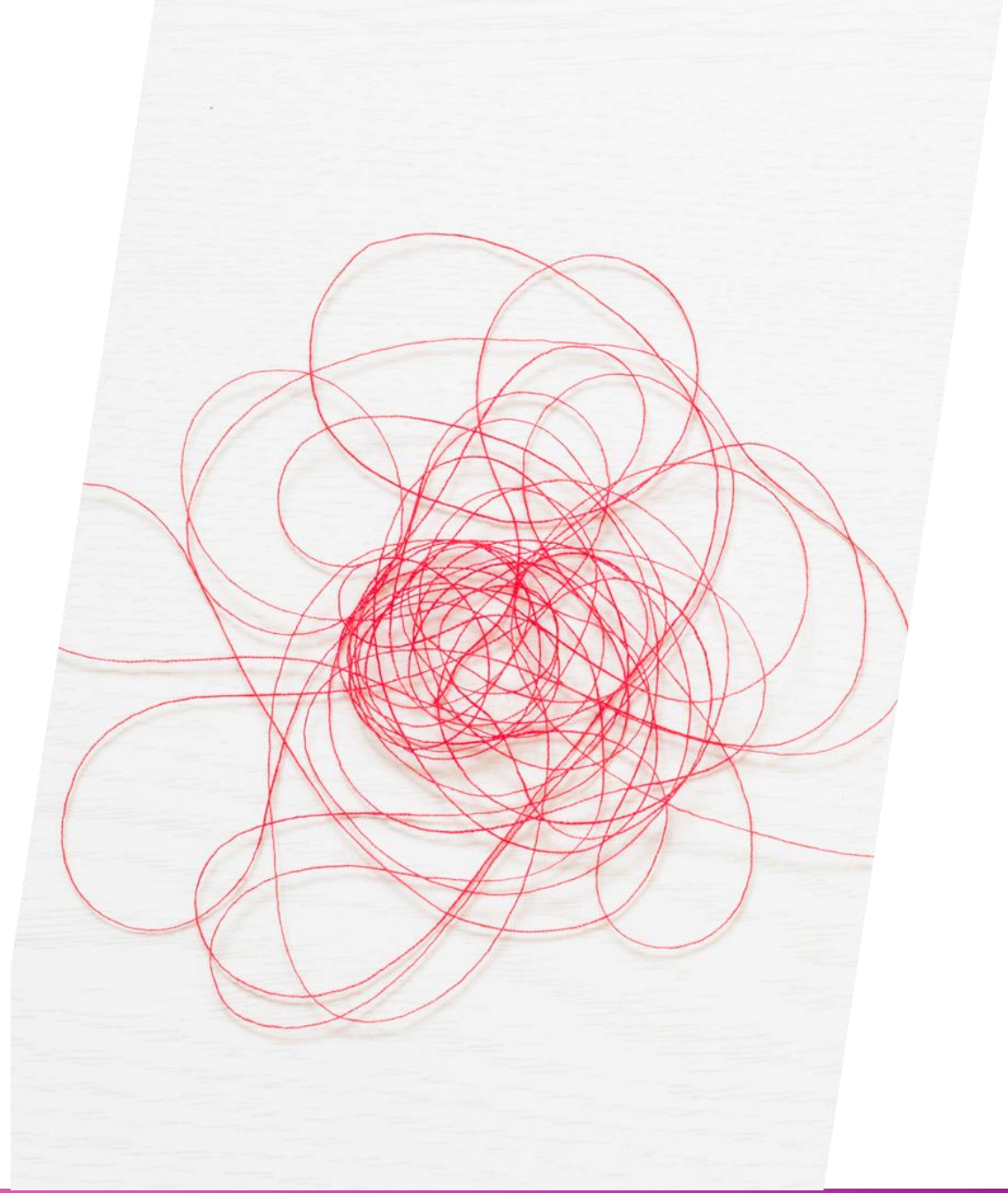
CUIDADO

¿Qué significa el cuidado familiar a un adulto con condiciones crónicas de salud sea físicas y/o cognitivas?

¿Qué tipo de ayuda o asistencia le brinda/o a su familiar?

DESAFÍOS

¿Cuáles han sido los mayores desafíos o consecuencias que enfrentan los cuidadores familiares como usted?



FORTALEZAS

Aun con estos desafíos, ¿qué le fortalece en su rol como cuidadora de su familiar?

¿Cuáles son las fortalezas que mas les a ayudado en su trayectoria como cuidadora?

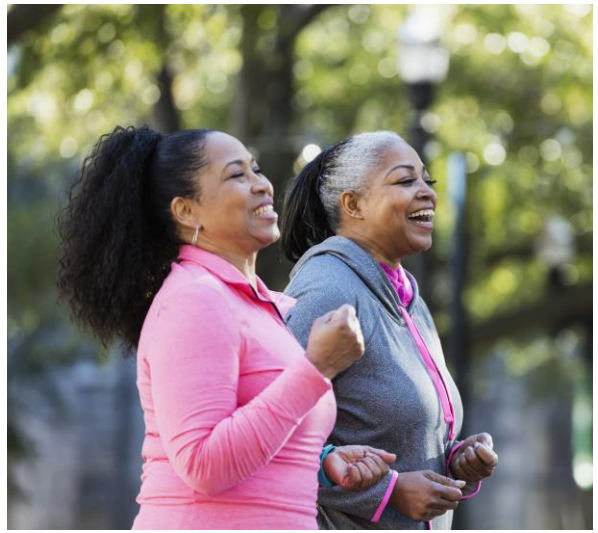
PEDIR AYUDA

- Familiares y amistades
- Programas govermentales
  - Medi-Cal (IHSS)
  - Permiso Familiar Pagado (PFL)
- Recursos comunitarios
- Apoyo
  - Consejeria
  - Grupos de Apoyo
  - Relevo
- Religión/otro

AUTOCUIDADO

Balance es necesario

¿Cuales son ideas de autocuidado?



LACRC PROGRAMAS

- Consulta individual
- Recursos para cuidadores familiares
- Consejeria
- Grupos de Apoyo
- Educación y más

LACRC

LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER

A Program of the USC Family Caregiver Support Center

CONCLUSIONES CLAVE:
NO ESTÁ SOLO!

¿PREGUNTAS?

¡MUCHÍSIMAS GRACIAS!