

Mayo 2024

## Bienvenido y gracias

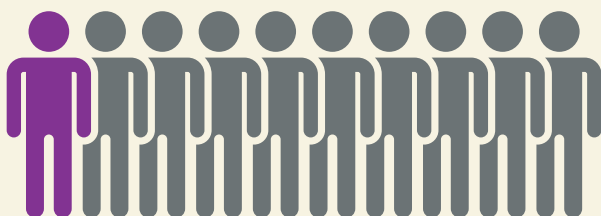
Bienvenido a esta edición de NSOC y usted, un boletín diseñado especialmente para los participantes en el Estudio Nacional de Proveedores de Cuidado (NSOC, por sus siglas en inglés).

NSOC es un estudio nacional de personas que ayudan a familiares y amigos mayores que forman parte del Estudio Nacional de Tendencias de Salud y Envejecimiento (NHATS, por sus siglas en inglés). El estudio se realiza anualmente y puede completarse por internet o por teléfono.

Ya con seis rondas de entrevistas completadas, los investigadores han estado utilizando NSOC y NHATS para estudiar cómo el ayudar a un adulto mayor con las actividades diarias influye en aspectos como la salud, el trabajo y el bienestar. Los resultados de NSOC pueden argumentar cómo mejorar la experiencia de los cuidadores de personas mayores. Este boletín señala algunos resultados recientes. Gracias por formar parte de NSOC.

### Uso de servicios de relevo

**Uno de cada diez cuidadores informaron haber recurrido a servicios de relevo en el último año**



### Cuando Necesita Un Descanso

Muchos cuidadores necesitan un período de descanso de sus responsabilidades de cuidado, a menudo llamado “relevo.” Los expertos reconocen cada vez más que es importante para el propio bienestar del cuidador tomarse un descanso cuando sea necesario.

La asistencia de relevo se refiere a la ayuda a corto plazo que permite al cuidador descansar o pasar tiempo alejado de sus responsabilidades de cuidado. Algunas veces, otros familiares o amigos pueden ayudar. También hay profesionales que ofrecen servicios de relevo, ya sea en el hogar del adulto mayor, en un centro residencial o en una guardería para adultos.

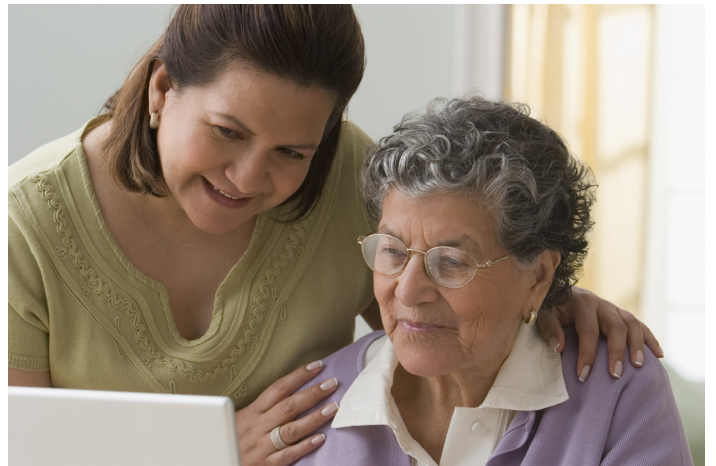
Un estudio reciente realizado con NSOC reveló que 1 de cada 10 cuidadores había utilizado servicios de relevo en el último año. También descubrieron que tener dificultades emocionales con el cuidado fue el factor que mejor pronostica el uso de servicios de relevo. Los autores examinan estrategias para concientizar y acceder a los servicios de relevo antes de que el bienestar del cuidador se vea perjudicado.

## Diagnóstico de demencia: Un reto emocional

La mayoría de los adultos mayores con demencia no reciben un diagnóstico de inmediato. Las estadísticas sugieren que un diagnóstico a tiempo puede ayudar a mejorar los resultados para el adulto mayor. Sin embargo, no se ha investigado cómo un diagnóstico puede afectar a un pariente cuidador.

Un estudio reciente en el que se utilizó NSOC se propuso a llenar este vacío. Los científicos exploraron las experiencias de los cuidadores que ayudan a un adulto mayor con demencia. Aproximadamente 3 de cada 4 adultos mayores con demencia tenían un diagnóstico formal; los adultos restantes tenían síntomas de demencia, pero no un diagnóstico formal.

Los científicos descubrieron varias diferencias entre los dos grupos de cuidadores. Los que ayudaban a una persona con un diagnóstico eran más propensos a manifestar dificultades emocionales en el cuidado. También eran más propensos a reportar desacuerdos familiares sobre el cuidado del adulto mayor. ¿Cuál es la conclusión de los científicos? Los resultados destacan la importancia de proporcionar recursos para ayudar tanto al adulto mayor como a sus cuidadores a navegar por las complejas emociones que acompañan al diagnóstico de demencia.



## ¿Cómo está, Doctor?

Los parientes cuidadores suelen realizar complejas tareas médicas y de enfermería sin mucha orientación ni entrenamiento. Pero, ¿puede una mejor colaboración con los profesionales médicos ayudar a los cuidadores en estas tareas?

Un estudio reciente realizado con NSOC examinó esta situación. Los científicos descubrieron que un poco menos de la mitad de los cuidadores informaron que se habían comunicado con el equipo médico del paciente en el último año. Los cuidadores que visitaron el portal del paciente tenían más del triple de probabilidades de comunicarse con el equipo médico. Entre los que sí se comunicaron, dos tercios afirmaron que la comunicación ayudó algo o mucho.

¿Las no tan buenas noticias? Dos tercios de los cuidadores también indicaron que los proveedores rara vez les preguntaban si necesitaban ayuda para manejar los tratamientos del adulto mayor. Muy pocos cuidadores —apenas el 6 %— indicaron haber recibido entrenamiento en tareas de cuidado en el último año.



Gracias por su participación en NSOC.

[www.mynhats.org/NSOC](http://www.mynhats.org/NSOC)

1-855-421-1182

Este estudio está patrocinado por el Instituto Nacional sobre el Envejecimiento.