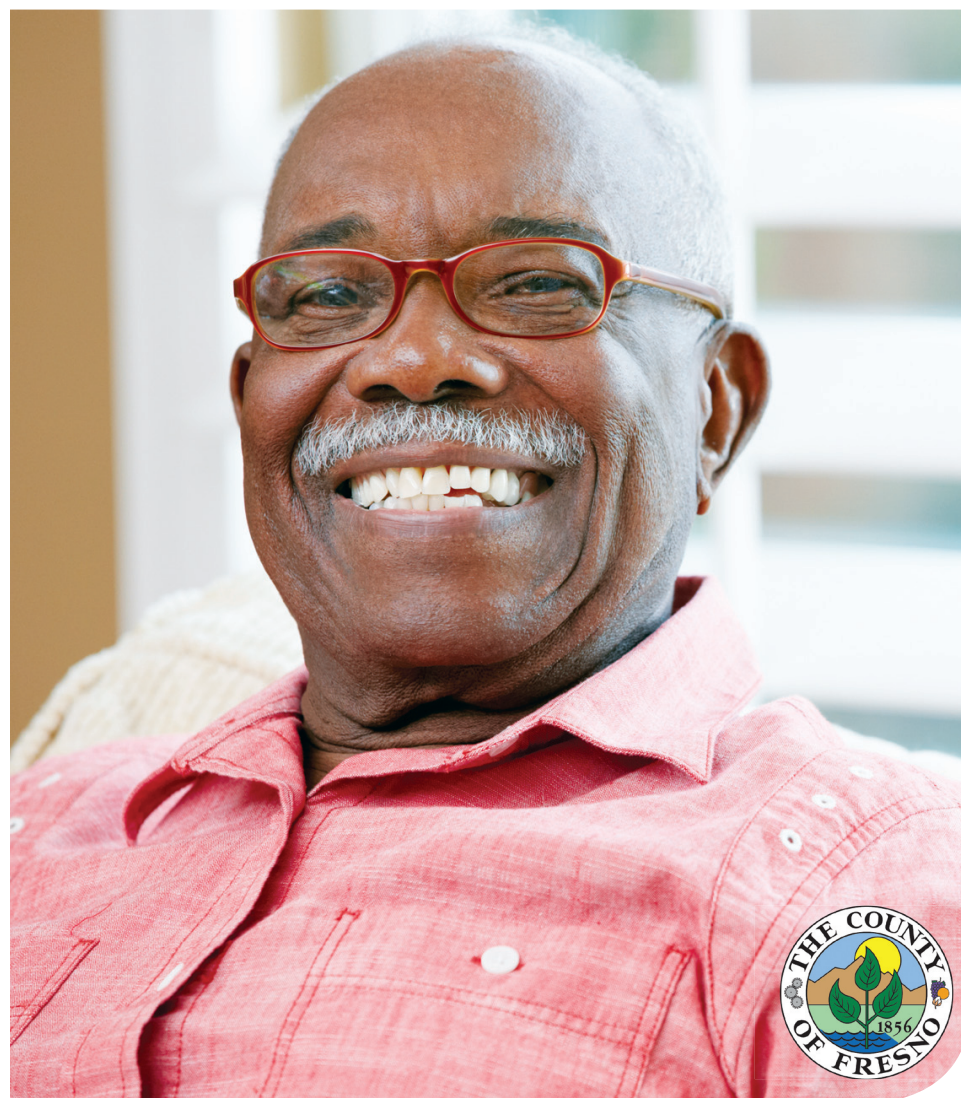




Salud y bienestar

para ancianos y personas con discapacidades

El Departamento de Servicios Sociales del Condado de Fresno forma parte de la red de seguridad para ancianos y personas con discapacidades de nuestra comunidad. **USTED TAMBIÉN.** Conozca las maneras en que puede ayudar a sus seres queridos y vecinos a conservar su independencia.



En la comodidad de su propio hogar

El Departamento de Servicios Sociales del Condado de Fresno apoya la vida independiente para adultos

de Matt Jocks



Las personas mayores pueden envejecer en sus hogares con la ayuda del Departamento de Servicios Sociales del Condado de Fresno.
FOTOGRAFÍA DE CLAIRE TAKAHASHI

La población de nuestro país está envejeciendo rápidamente. La generación de los Baby Boomers está alcanzando la tercera edad y los avances en la medicina están garantizando una vida más larga. La población de personas mayores de 65 años creció casi un 25% entre 2003 y 2013. A nivel nacional, esto se conoce como el “tsunami de plata”.

Mientras tener a nuestros ancianos en nuestras vidas durante más tiempo es motivo de celebración, también es motivo de preocupación para las personas que enfrentan retos. Encontrar el tiempo y el dinero para ayudar a los parientes a preservar su salud e independencia afecta a casi todas las familias.

El Departamento de Servicios Sociales del Condado de Fresno ofrece programas que ayudan a las familias a cuidar de las personas mayores, así como también de los adultos que enfrentan dificultades físicas y mentales que los obligan a depender de asistencia para vivir.

Joel Gurss, Gerente del Programa de Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS por sus siglas en inglés), comprende la importancia de preservar la independencia.

“Cuando las personas se ven obligadas a hacer cambios en los que pierden la capacidad de vivir independientemente, afecta su bienestar”, dice. “Los afecta psicológicamente, emocionalmente y, físicamente”.

A través de sus diversos programas, el departamento ayuda a las personas a vivir con independencia evaluando y

autorizando sus necesidades para recibir servicios del IHSS. También ayudándolos a encontrar un proveedor para los servicios autorizados”. Los servicios incluyen poner a los clientes en contacto con servicios de cobertura médica y asistencia nutricional, y funcionan como un recurso al cual se pueden reportar los casos de maltrato o negligencia contra personas de mayor edad o discapacitados.

“Lo que podemos hacer es ayudar a sus seres queridos a conservar su independencia lo mas tiempo posible”.

Joel Gurss
Director del Programa de Servicios de Apoyo en el Hogar

El Departamento de Servicios Sociales ya sintió la primera ola del tsunami. Luego de ver un crecimiento aproximado del 2% de inscripción anualmente, ese número incremento a un 14% en los últimos 18 meses.

Además de las cifras brutas de personas mayores, se han producido

otros cambios sociales que han complicado el problema. Las familias tienen mas probabilidades de verse separadas geográficamente, sin tener contacto diariamente con sus seres queridos. La economía ha obligado a sus hijos adultos a trabajar durante más horas, lo cual reduce su capacidad de cuidar de sus familiares. Una mayor expectativa de vida significa que sus hijos que cuidan de sus familiares se convierten en personas mayores, que a menudo se ven enfrentados a sus propios problemas de salud.

Y también existe la naturaleza humana, aquél orgullo que a veces les impide a las personas buscar ayuda. Esto se manifiesta de maneras ya conocidas.

“Tal vez no pueden entrar y salir de la bañera, de modo que se ve afectada su higiene”, dice Gurss. “Se les ase difícil llegar a las consultas médicas o acudir a la farmacia, de modo que no reciben la atención necesaria. Por ejemplo no tienen la habilidad para pararse y preparar sus comidas y desafortunadamente se malpasan”.

Los familiares y amigos de las personas afectadas pueden ver estas señales, hacer preguntas y pedir ayuda.

“En IHSS, les decimos a las familias que no podemos reembolsar todos sus gastos porque todos siempre intentarán ir más lejos para ayudar a sus seres queridos”, dice Gurss. “Pero lo que podemos hacer es ayudar a sus seres queridos a conservar su independencia el mayor tiempo posible”.

Nosotros somos el DSS: Una carga del subdirector

En el Departamento de Servicios Sociales (DSS), nuestra misión es ayudar a nuestros clientes a que accedan a los servicios que necesitan para mantenerse seguros y sanos. En el caso de las personas mayores, así como también los niños y adultos con discapacidades, esto también implica ayudarlos a

continuar viviendo en sus casas con la mayor independencia posible. Esperamos que la información en estas páginas lo ayude a ponerse en contacto con los servicios que necesita su amigo, familiar o vecino, y que también le permita reconocer algunas de las señales que indican que alguien necesita ayuda. Algunas

de estas personas tienen dificultad para pedir ayuda, de modo que otros deben hablar en su nombre. Además, estas páginas también proporcionan enlaces a más fuentes de información, en Internet o por teléfono. Nosotros asumimos el compromiso de brindarle excelencia, integridad y calidad, y nuestro

personal trata a todo el mundo con la dignidad y el respeto que esperamos para nuestros propios familiares.

Joy Cronin, Subdirector
DSS del Condado de Fresno,
División de Servicios para
Adultos



TEn su rol como Trabajadora Social del Servicio de Protección para Adultos del Condado de Fresno, Teresa White defiende la salud y seguridad de los adultos mayores y dependientes.
FOTOGRAFÍA DE CLAIRE TAKAHASHI



Proteger la seguridad de las personas mayores

El Servicio de Protección para Adultos protege los derechos de los adultos mayores y dependientes

de Michelle Carl

En California, todos los años se reportan 120,000 casos de maltrato de adultos mayores y dependientes. Se calcula que otros 600,000 casos ocurren sin ser reportados.

Dadas sus limitaciones mentales o físicas, muchos adultos mayores y dependientes no tienen la capacidad de proteger sus derechos. Sin embargo existen trabajadores sociales como Teresa White que, junto con el Servicio de Protección para Adultos del Condado de Fresno, asumen la tarea de defender la salud y seguridad de estos adultos.

“Estamos al lado del cliente para proporcionarle servicios, ya sea que se trate de recursos para contactarse con proveedores de salud o asistencia con medidas judiciales”, cuenta White. “Estamos ahí para defenderlos a lo largo del proceso. Somos sus empleados”.

El maltrato puede ser en diversas formas: físico, mental, sexual, financiero o de negligencia. White pide a todas las personas que forman parte de la vida de un adulto, ya sea que se trate de sus familiares, vecinos o acompañantes, a llamar si observan conductas o signos que indiquen la presencia de maltratos.

“Todas nuestras llamadas son absolutamente confidenciales”, dice. “No necesitamos que conozcan los hechos concretos, una simple inquietud es suficiente”.

El Servicio de Protección para Adultos (APS por sus siglas en inglés) trabaja con bancos, agentes de policía y hospitales para investigar inquietudes, y se les comunica sus hallazgos al adulto. Su departamento también trabaja con organizaciones como IHSS y Aged, Blind y Disabled Medi-Cal para garantizar la seguridad y la atención de los clientes durante y después de una investigación.

Los servicios son completamente voluntarios, y White afirma que el APS no puede obligar a un adulto a abandonar su casa como lo haría el departamento de protección de menores.

“Estamos aquí para ayudarlos a vivir la mejor vida que puedan de manera independiente”.

Teresa White,
Trabajadora Social, Servicio de Protección para Adultos del Condado de Fresno

“Trabajamos con adultos, y todos ellos tienen derecho a tomar sus propias decisiones, ya sean buenas, malas o indiferentes. Nuestra posición consiste en decirles “Esto es lo que vemos, ¿cómo se siente al respecto?” Les permitimos tomar la última decisión y los apoyamos a lo largo del proceso”.

White describe un caso reciente en el cual un acompañante que trabajaba en la casa de su cliente le robaba dinero. Una vez que se descubrió el delito, el acompañante desapareció y dejó a la persona incapacitada sin cuidado alguno. “Fue muy firme al indicar que se quedaría en la casa del cliente”, recuerda White. De modo que ella se comunicaba con él regularmente y trabajó con la Agencia de Servicios de Atención en el Hogar para buscar otra solución.

En esta situación, White estuvo feliz de poder colaborar para poner fin al maltrato y asegurarse de que su cliente pudiese conservar la independencia en su hogar.

“Lo más importante que debe saber la comunidad es que estamos aquí para ayudar a todos sus miembros”, dice. “Estamos aquí para ayudarlos a vivir la mejor vida que puedan de manera independiente”.

Detectar los signos de maltrato

Maltrato físico:

- Hematomas en los brazos o el rostro
- Fracturas
- Explicaciones extrañas en caso de lesiones

Maltrato financiero:

- Gastos inexplicables con la tarjeta de crédito
- Facturas sin pagar
- Nuevas personas añadidas a las cuentas

Maltrato emocional:

- Amenazas
- Actitud retirada
- Conducta nerviosa, en especial ante la presencia del acompañante

Negligencia de personas mayores:

- Pañales sucios
- Pérdida de peso
- Escaras

Aprenda a detectar los signos de maltrato:

Ingresa en www.ssa.gov/payee/elder_abuse.htm.

Para denunciar un caso de maltrato de adultos mayores o dependientes en el condado de Fresno, llame al 559-600-3383.



Ponernos en su lugar

Ruth Johnson conoce lo difícil que es pedir ayuda. Es por ello que hace enormes esfuerzos para ayudar a los adultos a solicitar asistencia.

de Matt Jocks

Ruth Johnson ve a toda clase de personas atravesar su puerta con diferentes historias, algunas esperanzadoras, otras desgarradoras, y muchas con una mezcla de ambas.

También ve otra cosa: a ella misma.

“La verdad es que yo estuve del otro lado de esa mesa”, dice. “Es por eso que creo que me siento identificada con ellos”.

Johnson es trabajadora de elegibilidad en el Departamento de Servicios Sociales del Condado de Fresno. Trabaja principalmente con clientes que buscan asistencia financiera para cubrir los costos de alimentos y medicamentos a través del programa Aged, Blind and Disabled, que ayuda a las personas incapacitadas y mayores a solicitar inscripción en Medi-Cal y CalFresh.

Para sus clientes, el proceso de solicitud de asistencia puede ser confuso por varios motivos. Pueden verse intimidados por la burocracia, pueden desconfiar del proceso o simplemente sentirse avergonzados de pedir ayuda. Pueden tener dificultades físicas o barreras en el lenguaje.

“Atravesar esa puerta exige una gran valentía y mucha fortaleza”, dice Johnson. “Para la mayoría somos el último recurso”.

Johnson suele reflexionar sobre su propia experiencia cuando, ni bien se graduó de la escuela secundaria, solicitó ayuda en Medi-Cal. Afirma que la colocaron en una habitación con un paquete de documentos y le dijeron que los completara y luego de completarlos los regresara.

Más adelante, cuando decidió formarse en la profesión que hoy desempeña, se dijo a sí misma que nunca permitiría que sus clientes se sientan tan

intimidados y desorientados como ella se sintió. Es por ello que hace todo lo que está a su alcance y más por defender a sus clientes.

“Creo que puedo hacerlos sentir cómodos”, dice. “Recibimos a personas de diferentes entornos, culturas y religiones. Hay que adaptarse a cada persona. Una gran parte consiste en observar para aprender en como ayudarles”.

Las necesidades son diversas. Para algunas personas se trata simplemente de negociar la documentación. Otros necesitan ayuda para cumplir con los requisitos de elegibilidad financiera. Por ejemplo, la compra de un plan de seguro complementario ayuda a bajar el ingreso del cliente y puede colocarlo debajo del límite de calificación para recibir asistencia completa.

Johnson ve a amas de casa que han perdido a sus esposos y que no participaban de la planificación financiera de la familia. Están atravesando un duelo y no tienen idea de cuál es el siguiente paso. Otras personas no saben que reúnen los requisitos para recibir asistencia. La mayoría son personas mayores, pero algunos son adultos jóvenes que enfrentan problemas médicos y

financieros.

Johnson afirma que ha visto a algunos de sus clientes abrirse y fortalecerse para tomar la iniciativa y lograr su meta. Otros se ven beneficiados por la interacción social.

“Para algunas de estas personas mayores, este puede ser el único contacto personal que tengan ese día”, dice.

Y por cada historia que le rompe el corazón, hay muchas más que le alimentan el espíritu.

“Cada vez que alguien entra por esa puerta”, cuenta Johnson, “pienso ‘Gracias a Dios que puedo ayudarlos’”.

Ruth Johnson afirma que sabe lo que significa solicitar asistencia, de modo que intenta facilitar el proceso en la mayor medida posible para los adultos que desean inscribirse en Medi-Cal y CalFresh.
FOTOGRAFÍA DE CHELSY BOLSER



Beneficios de salud y nutrición

Los dos programas estatales más importantes para los ciudadanos mayores (adultos mayores de 65 años) y otras personas que necesitan asistencia son Medi-Cal y CalFresh. En el condado de Fresno, los ciudadanos mayores y otros adultos pueden acceder a estos beneficios a través del programa Aged, Blind and Disabled.

Medi-Cal

¿Qué es? Cobertura de salud gratuita o de bajo costo

¿Para quién es? Personas mayores, adultos de bajos ingresos, personas no videntes o con discapacidades, y algunos padres y parientes

Niveles de ingresos: Ingreso del 138% del nivel federal de pobreza (\$16,643 para las personas solas; incrementando con cada miembro adicional del grupo familiar)

Cómo solicitarlo: En persona en la oficina de Servicios Sociales del Condado de Fresno, por correo electrónico o por Internet a través del sitio web de Covered California, CoveredCA.com

CalFresh

¿Qué es? Asistencia nutricional (la versión del programa de cupones federales para alimentos del estado de California)

¿Para quién es? Cualquier grupo familiar que reúna los correspondientes requisitos

Niveles de ingresos: Ingreso bruto del 200% del nivel federal de pobreza, pero el ingreso bruto puede reducirse mediante una serie de deducciones

Cómo solicitarlo: En persona, por fax a cualquiera de las seis oficinas del condado de Fresno o por Internet en www.mybenefitscalwin.org

El espíritu de la independencia

Las personas viven del modo que quieren gracias a los servicios de acompañamiento en el hogar

de Michelle Carl

Las hermanas Alexandra y Holly están estudiando en el Estado de Fresno. Holly estudia ingeniería mecánica y Alexandra está en un programa de maestría en Consejería para complementar su título de psicología.

“Sabía que me fascinaba el cerebro”, dice Alexandra al hablar sobre su profesión. “Originalmente quería ser neurocirujana, pero comprendí que, debido a mis limitaciones físicas, nadie me elegiría para operar su cerebro”.

Alexandra, de 25 años, y Holly, de 22, padecen de distrofia muscular, una enfermedad que afecta el uso de los músculos de la cadera y los hombros.

“Todo lo que los demás pueden hacer por su cuenta, para nosotras es imposible”, explica Alexandra.

Sin embargo las hermanas no permiten que la enfermedad afecte sus metas académicas. Reciben ayuda de dos acompañantes (una de ellas es una antigua amiga, y la otra su abuela), que las ayudan a levantarse por la mañana, arreglarse, preparar sus comidas, asistir a las sesiones de fisioterapia y preparar sus mochilas para asistir solas a las clases.

Los beneficiarios de IHSS eligen y contratan a sus propios acompañantes, los cuales deben estar registrados en la Autoridad Pública de IHSS. Puede ser un familiar o un amigo, o incluso alguien que otra persona les haya recomendado. Los acompañantes de las hermanas no solo las ayudan a conservar la independencia, sino que también brindan alivio a su abuela, con quien viven.

“Es obvio que existen algunas limitaciones físicas, pero no permitimos que nos impidan hacer la mayor parte de nuestras actividades”, dice Holly. Cosas como obtener sus títulos universitarios, pero también pasar tiempo con sus cuatro perros, jugar videojuegos e ir a conciertos (están ansiosas por el próximo espectáculo de Bruno Mars).

Al mando de la propia vida

Irene fue mecánica en el Cuerpo Aéreo del Ejército de Mujeres durante la segunda guerra mundial.

“Como mecánica, yo quería conducir aquellos enormes camiones”, cuenta. “El único problema era que no sabía conducir... ¡nunca conduje un automóvil en mi vida!”.



Con el tiempo se casó y abandonó el ejército para formar una familia. Al recordar sus años de servicio, afirma que los disfrutó pero que le representaron “un desafío”.

Actualmente, a la edad de 99 años, su mayor desafío es el artritis. Irene vive sola. Aún puede caminar con la ayuda de “Handy Andy” (su andador), y le encanta poder “hacer lo que quiere”. Su acompañante, Ramona, la ayuda con todo lo que no puede hacer por sí misma, como lavar la ropa, alcanzar elementos a los que le cuesta trabajo llegar o conducir hasta la tienda para hacer las compras.

“Intento convencerla de que me acompañe a jugar bingo, pero no quiere venir”, dice Irene entre risas.

Para Irene es de gran importancia poder vivir sola (y no con sus hijos adultos o en una residencia de ancianos). No quiere que nadie le diga qué puede y qué no puede hacer. Y esto es posible gracias a la ayuda de Ramona.

“Al menos cuento con alguien que se preocupa por mí, ella es muy buena conmigo”, dice Irene al hablar sobre su acompañante.

Informe adicional de Claire Takahashi.



A la derecha: Las hermanas Alexandra y Holly padecen distrofia muscular, pero no han dejado que la enfermedad les impida obtener sus títulos universitarios. Abajo a la derecha: A sus 99 años, Irene es capaz de vivir con independencia gracias a su proveedor de atención en el hogar. FOTOGRAFÍAS DE CLAIRE TAKAHASHI

Dónde encontrar acompañantes capacitados: Autoridad Pública

Para la mayoría de las personas, confiar el cuidado de un familiar a un extraño no es algo agradable.

La Autoridad Pública del Condado de Fresno facilita la búsqueda de acompañantes para los adultos mayores y dependientes. La Autoridad Pública (PA por sus siglas en inglés) también ofrece oportunidades para aquellas personas que quieren trabajar como acompañantes.

Michael Reiser, gerente de la PA del Condado de Fresno, afirma que los beneficiarios de IHSS que no cuentan con un familiar que los acompañe pueden contratar a un proveedor calificado a través de la Autoridad Pública, la cual lleva un registro de los proveedores autorizados.

Al elegir entre los proveedores registrados en la PA, los clientes

saben que su acompañante ha pasado por un proceso de averiguación de antecedentes y ha recibido capacitación, inclusive CPR y primeros auxilios. Los clientes también pueden limitar la búsqueda a aquellos acompañantes que cumplan con determinados criterios tales como horarios de disponibilidad, no fumadores o personas dispuestas a ayudarlos a bañarse.

Para solicitar ayuda en la búsqueda de acompañante:

Ingresa en el Registro de Proveedores llamando al **559-600-5753**.

Para postularse como acompañante:

Llame al **559-600-5752** o preséntese en persona en **2025 E. Dakota Ave**, segundo piso.

Comenzar la conversación

A medida que nuestros seres queridos envejecen, es posible que vayan perdiendo la capacidad de cuidar de sí mismos. Estas son algunas maneras de evaluar su salud y bienestar.

Si le preocupa:

Pregunte:

Que falten a las consultas médicas u olviden tomar medicamentos

?

¿Cómo te sientes? ¿Te duele algo?

La limpieza del hogar

?

¿Quieres que te ayude a ordenar un poco?

Que tengan dificultades para pedir comida y pagarla

?

¿Has adelgazado?

Que sufran depresión

?

¿Has hablado con tus amigos últimamente?

Que hayan sido víctimas de una estafa o un robo de identidad

?

¿Tienes dificultades con el dinero?



Ayuda y recursos para adultos en el condado de Fresno

Fresno County Social Services

Adult Protective Services

2135 Fresno St., Ste. 100
Fresno, CA 93721
www.co.fresno.ca.us/APS

In-Home Supportive Services

Sequoia Building
3821 N. Clark St., Fresno
www.co.fresno.ca.us/IHSS
559-600-6666
Centro de atención para
proveedores y beneficiarios
559-600-5749

Fresno County Public Authority

2025 E. Dakota Ave., 2nd Floor, Fresno
www.co.fresno.ca.us/PA
Centro de atención: 559-600-5749
Registro de proveedores: 559-600-5753
Inscripción de proveedores:
559-600-5752

Aged, Blind and Disabled program

Senior Resource Center
2025 E. Dakota Ave., Fresno
559-600-5490

CalFresh (asistencia alimentaria)

559-600-1377
www.calfresh.ca.gov

Oficinas para solicitar inscripción en CalFresh:

Coalinga

311 Coalinga Plaza, Coalinga
559-600-6300
Solicitud por fax: 559-935-1604

E Street

1209 E St., Fresno
559-600-2650
Solicitud por fax (para personas sin
hogar) a 559-600-6140

Heritage Center

3151 N. Millbrook Ave., Fresno
1-877-600-1377
Solicitud por fax: 559-600-7688

Reedley Regional Center

1680 E. Manning Ave., Reedley
559-637-2971
Solicitud por fax: 559-600-7747

Selma Regional Center

3800 McCall Ave., Selma
559-600-5205
Solicitud por fax: 559-600-5202

Senior Resource Center

2025 E. Dakota Ave., Fresno
559-600-5490
Solicitud por fax (para mayores de 60
años o personas con discapacidad):
559-600-7658

Consultas/solicitudes de Medi-Cal

CoveredCA.com
800-300-1506

Fresno-Madera Area Agency on Aging

3837 N. Clark St., Fresno
559-600-4405
Fmaaa.org

Línea de atención del Servicio de Protección para Adultos

2025 E. Dakota Ave., Fresno
559-600-3383

Comprobación de beneficios Benefitscheckup.org

Programa de defensoría del pueblo de Madera, Fresno

(Para radicar denuncias de maltrato,
comuníquese con un centro
de atención autorizado)
559-224-9177

