

# PROGRAMA DE APOYO PARA LOS CUIDADORES FAMILIARES DE MASSACHUSETTS

## ¿Soy un cuidador familiar?

- Si **cuida** a un ser **querido que es un adulto mayor**, o tiene una discapacidad o enfermedad, usted es un cuidador familiar.
- También es posible que el **cuidador** ayude a administrar las finanzas, comprar alimentos, transportar, limpiar y cocinar.
- Podría estar cuidando a un cónyuge, padre, abuelo, hijo adulto, nieto, amigo o vecino.



## ¿Necesito el apoyo de un cuidador familiar?

- Ser cuidador puede ser gratificante y satisfactorio, pero también puede tener un costo emocional, físico y financiero.
- Por ejemplo, ofrecer atención puede provocar fatiga, estrés, preocupación, ausencias al trabajo, menos tiempo con la familia o los amigos y descuido de los pasatiempos.

## ¿Qué es el Programa de apoyo para los cuidadores familiares de Massachusetts?

- En el Programa de apoyo para los cuidadores familiares, se prestan servicios de apoyo **gratis a los** cuidadores **elegibles**.
- La Oficina Ejecutiva de Asuntos de Personas Mayores de Massachusetts (Massachusetts Executive Office of Elder Affairs) administra el programa y lo brindan las agencias locales de los Puntos de acceso de servicios para adultos mayores (Aging Services Access Point, ASAP). Las ASAP son agencias regionales sin fines de lucro dedicadas a los servicios para las personas mayores.



## ¿Quién es elegible para el Programa de apoyo para los cuidadores familiares?



- Usted es un adulto **elegible**:
  - si cuida a un adulto mayor (60 años o más);
  - si cuida a una persona con demencia (p. ej., enfermedad de Alzheimer);
  - si tiene más de 55 años y cuida a un niño menor de 18 años;
  - si tiene más de 55 años y cuida a alguien con una discapacidad.

# PROGRAMA DE APOYO PARA LOS CUIDADORES FAMILIARES DE MASSACHUSETTS

## ¿Cómo puede ayudarme el Programa de apoyo para los cuidadores familiares?

Los especialistas en cuidado familiar pueden, sin costo alguno para usted, facilitar:

### Acceso

Remisión a servicios y recursos en su comunidad

### Orientación y capacitación

Consejos personalizados

Asistencia en la planificación de la atención en el lugar donde vive su ser querido

Organización de grupos de apoyo para los cuidadores

Organización de talleres y capacitaciones

Material educativo

### Relevo del cuidador

Relevo temporal de sus responsabilidades de cuidado para que pueda tener el descanso y el respiro que necesita

## ¿Cómo me conecto con el Programa de apoyo para los cuidadores familiares?



**Llame a MassOptions** al 844-422-6277 de lunes a viernes de 09:00 a. m. a 05:00 p. m. Se podrá comunicar con un especialista en cuidadores familiares en el Punto de acceso local de servicios para personas mayores.



Mass.gov

Visite [Mass.gov/family-caregiver-support-program](https://www.mass.gov/family-caregiver-support-program) para obtener más información sobre:

Elegibilidad para el Programa de apoyo para cuidadores familiares

Información y ayuda para el cuidador

Abuelos que crían a sus nietos

Información sobre los cuidados en los lugares de trabajo

Capacitación y tecnología para las familias que cuidan a personas con demencia

Boletín de la EOEa para los especialistas en cuidado