

El presente forma parte de una serie de folletos escritos por personal médico y de enfermería, así como por expertos en asistencia geriátrica. El objetivo de la serie de folletos es facilitar la transición hacia la asistencia geriátrica residencial. Busque otros folletos con preguntas sobre necesidades asistenciales específicas. Puede descargarlos en: [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Además de las preguntas que figuran en este folleto, también debe observar el entorno de cada centro mientras lo recorre para decidir si quiere vivir allí.

**El hogar no debe tener un olor desagradable.** Esto puede indicar una limpieza insuficiente o una mala gestión de la incontinencia.

**Las personas deben estar participando en actividades** y no visiblemente aburridas o sin qué hacer. Esto puede indicar una dotación de personal insuficiente o una falta de actividades individuales.

**El personal (incluidos los directivos) debe tratar a los residentes con respeto.** Este será su hogar, debe esperar ser tratado con respeto. El personal debe reconocerle y asegurarse de incluirle a usted en las conversaciones.

Puede concertar una cita para hacerle preguntas al personal y a los directivos, así como para hacer un tour formal por la residencia. También puede realizar una visita sin previo aviso para observar cómo es el día a día en la residencia.

Los niveles del personal y las actividades pueden variar según se trate de un día laborable o de un fin de semana, así que intente variar las horas de visita.

Averigüe si puede hablar con otros residentes y sus familiares sobre la experiencia personal que han tenido viviendo allí.



## USTED TIENE DERECHO A HACER PREGUNTAS

La mejor forma de encontrar una residencia de asistencia geriátrica que se adapte a sus necesidades es visitar unas cuantas.

Para encontrar los centros de su zona, o para adquirir más información sobre los servicios de atención geriátrica, póngase en contacto con

**My Aged Care**  
☎ 1800 200 422  
[myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au)

Este folleto ha sido elaborado y aprobado por:



Consulte la lista completa de organizaciones colaboradoras en [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Si tiene dudas sobre un centro de asistencia geriátrica residencial, póngase en contacto con:

☎ 1800 951 822



**Australian Government**  
Aged Care Quality and Safety Commission

[www.agedcarequality.gov.au](http://www.agedcarequality.gov.au)



# 10 Preguntas

SOBRE

## INSTALACIONES Y ESTILO DE VIDA EN RESIDENCIAS PARA ADULTOS MAYORES (AC LIFESTYLE - SPANISH)



[www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

# 1

## ¿Qué tipo de habitación puedo tener?

Las opciones de habitación pueden tener precios diferentes y es posible que tenga que agregarse a una lista de espera para el tipo de habitación que prefiere. Pregunte qué incluye cada habitación y qué tendrá que llevar. ¿Hay habitaciones para parejas? ¿Cómo se asignan las habitaciones compartidas? ¿Se puede cambiar de habitación si no me llevo bien con mi compañero(a)? ¿Puede recibir usted visitas durante la noche?

# 2

## ¿De qué zonas comunes dispone la residencia?

Puede que haya zonas compartidas como jardines o salas comunes donde puede pasar el tiempo, pero verifique si hay normas sobre cuándo puede acceder a ellas. Pregunte por su libertad para moverse por la casa. ¿Cuándo puede pasar tiempo al aire libre? ¿Hay espacio para dedicarse a las aficiones e intereses que le gustan?

# 3

## ¿Cómo me ayudará la residencia en mi vida diaria?

La mayoría de los residentes necesitan algún tipo de ayuda para realizar actividades cotidianas como desplazarse, asearse y comer. ¿Podrá elegir la hora a la que se levante, se duche, coma y se acueste, o se programan estas actividades en función de la dotación de personal? ¿Cuánto tiempo tendrá que esperar para que le atiendan?

# 4

## ¿Cuál es la proporción de personal por residente en cada turno?

Debe saber cuántos y qué tipo de personal tienen en cada turno, incluido el personal de actividades. Observe si hay suficiente personal para supervisar a las personas y ayudarles a comer, ir al baño, socializar y moverse en las cercanías. ¿Cuál es la proporción durante la noche y el fin de semana?

# 5

## ¿Qué actividades sociales y recreativas hay disponibles?

Los terapeutas recreativos están entrenados para planificar e impartir actividades significativas que contribuyan al bienestar social, mental y físico. Pida hablar con el terapeuta de actividades recreativas sobre las actividades que se ofrecen y su implicación diaria en la realización de las mismas. ¿Le interesan estas actividades? ¿Tendrá usted voz y voto en las actividades que realice?

# 6

## ¿Qué opciones de comida hay?

La comida puede prepararse in situ, entregarse lista para comer o recalentarse. Pregunte por el menú y con qué frecuencia cambia. Asegúrese de que haya una variedad de comida que sea de su agrado y que tenga opciones para elegir. ¿Cómo se gestionarán sus necesidades dietéticas especiales?

# 7

## ¿Puedo recibir visitas en cualquier momento?

Algunas residencias tienen un horario de visitas estricto y otras son más flexibles. Pregunte si puede recibir visitas a cualquier hora o si hay momentos del día en los que no se permiten. ¿Se admiten animales de compañía? ¿En qué circunstancias puede el hogar impedir las visitas de familiares o amigos?

# 8

## ¿Cómo me ayudarán a sentirme seguro(a), cómodo(a) y bienvenido(a)?

Éste será su hogar y es importante que se sienta seguro, acogido y apoyado tanto por los residentes como por el personal. Sus creencias e intereses deben respetarse y debe tener control sobre cómo expresa su cultura e identidad. Si es importante para usted, pregunte si hay residentes en la residencia que compartan sus creencias o intereses. No tiene por qué ser amigo de todo el mundo, pero sí debe poder relajarse en un ambiente de apoyo.

# 9

## ¿Cómo se minimizan los traslados hospitalarios?

Puede que se encuentre mal y necesite ir al hospital, pero hay cosas que el personal puede hacer para minimizar la necesidad de traslados hospitalarios y reducir el tiempo que pasa en el hospital. Disponer de al menos un(a) enfermero(a) titulado(a) (RN por sus siglas en inglés) en cada turno puede reducir las probabilidades de ingresos hospitalarios, así que pregunte cuántas hay contratados(as) y considere si serían suficientes teniendo en cuenta el tamaño del lugar y las necesidades de las personas que viven en él.

# 10

## ¿Tendré voz y voto en la gestión de la vivienda?

¿Existe un órgano consultivo de los consumidores o de los cuidadores que dé su opinión sobre cómo funcionan las cosas? Pregunte si se han introducido cambios recientemente a raíz de las opiniones de residentes y cuidadores. También debe preguntar cómo presentar quejas y qué ocurre cuando hay un desacuerdo entre la residencia y un residente o su cuidador.