

GUÍA DE VIVIENDA PARA ESTADOUNIDENSES MAYORES

Cómo tomar decisiones de vivienda cuando su salud cambia

Cómo tomar decisiones de vivienda ante un cambio significativo en su salud

Un cambio significativo en su salud, especialmente uno que afecte su capacidad de vivir sin apoyo, puede afectar todos los aspectos de su vida, incluida su vivienda. Ya sea que usted esté pasando por una crisis médica ahora o a punto de enfrentarse a una, es importante considerar opciones de vivienda que le brinden la atención y el apoyo que necesita. Esta guía lo ayuda a evaluar sus necesidades y navegar por las opciones de vivienda disponibles, y le brinda la confianza que necesita para tomar las decisiones correctas.

Esta guía proporciona información general para el consumidor. No es asesoramiento legal ni una guía regulatoria. Para obtener información sobre cómo obtener ayuda legal, consulte la sección "Dónde buscar ayuda" de esta guía. Esta guía también incluye enlaces o referencias a recursos o contenido de terceros. La Oficina no respalda al tercero ni garantiza la exactitud de esta información de terceros. Puede haber otros recursos que también satisfagan sus necesidades.

Determinar sus necesidades

Use la lista de verificación a continuación para pensar en sus necesidades después del cambio en su salud.

Como resultado de su cambio en la salud, necesita:	Sí	No
Apoyo médico <i>Recibir tratamiento, tomar o acordarse de tomar medicación, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo con la movilidad <i>Levantarse de la cama, acceder al baño, usar las escaleras, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo con la higiene personal <i>Bañarse en la tina y en la regadera, lavar la ropa, vestirse, etc..</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo de atención domiciliaria <i>Limpiar, cocinar, cuidar el césped, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo con el transporte <i>Manejar, caminar, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo financiero <i>Administrar su dinero, pagar la(s) hipoteca(s) o el alquiler, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyo emocional <i>Estar cerca de familiares y amigos, compañía, etc.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si respondió "sí" a cualquiera de estas preguntas, es posible que desee considerar cómo puede hacer que su situación de vivienda sea más adecuada para sus necesidades médicas y personales. Esta guía puede ayudarle a tomar esas decisiones.

Maneras de recibir más apoyo en su situación actual

Cuidado en el hogar

Consulte la siguiente tabla para obtener información sobre los profesionales o cuidadores que lo visitan en su hogar.

Atención médica en el hogar	Atención no médica en el hogar
<p>La atención médica en el hogar es cuando un profesional médico visita su hogar para atender sus necesidades médicas. Es ideal para aquellos que necesitan ayuda con:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Tomar medicamentos▪ Terapia física, ocupacional o respiratoria▪ Pruebas médicas▪ Servicios de discapacidad▪ Servicios de salud mental▪ Primeros auxilios▪ Enfermería especializada▪ Cuidado de heridas	<p>La atención no médica en el hogar es cuando un cuidador visita su hogar para atender sus necesidades personales. Es ideal para aquellos que necesitan ayuda con:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Tareas del hogar (limpieza, cocinar, lavar la ropa, etc.)▪ La vida diaria (bañarse, vestirse, higiene personal, etc.)▪ Manejo de medicamentos▪ Mandados (compras de comestibles, recoger medicamentos recetados, etc.)▪ Cuidado del exterior (paisajismo, cuidado del césped, palear y arar la nieve, etc.)▪ Apoyo emocional (compañía, conversación, etc.)▪ Programación de citas médicas

Para obtener ayuda localizando servicios o identificando sus necesidades en el hogar, visite el **eldercare Locator (Localizador eldercare) en eldercare.acl.gov**, un servicio público de la Administración de Asuntos sobre la Vejez de los EE. UU. (U.S. Administration on Aging). Pueden conectarle con servicios para adultos mayores y sus familias. También puede hablar con un especialista en información de Eldercare Locator (Localizador eldercare) en el (800) 677-1116.

Remodelaciones del hogar para facilitar una vida más independiente y segura

Hacer cambios en su hogar puede crear un entorno más seguro y adecuado. La siguiente lista muestra ideas y pasos que puede seguir para remodelar su hogar.

- Piense en los peligros potenciales en su hogar, incluidos los muebles rotos, la alfombra suelta, los cables eléctricos expuestos o las escaleras desniveladas. Use la [Check for Safety Checklist](#) (Lista de verificación de seguridad) de los CDC para ayudar a identificar estos peligros.
- Piense en las remodelaciones que podría necesitar su hogar para que usted pueda permanecer en su hogar. La [AARP HomeFit Guide](#) (Guía HomeFit de AARP) comparte consejos de remodelación habitación por habitación.
- Use el [Home Modification Information National Directory](#) (Directorio Nacional de Información de Remodelación del Hogar) para encontrar proveedores de remodelaciones y reparaciones en el hogar en su ciudad.
- Use la [Home Modification Information Network](#) (Red de Información de Remodelación del Hogar) para localizar fuentes de financiamiento que puedan ayudar a pagar las remodelaciones del hogar.

⚠ Cuando busque proveedores de remodelación del hogar, tenga cuidado con las posibles estafas. Consulte la guía del CFPB sobre [“Protecting older adults from fraud and financial exploitation”](#) (Proteger a los adultos mayores para del fraude y la explotación financiera) encontrar recursos sobre cómo mantener su seguridad y la de su dinero.

Servicios para ayudar con los gastos de vivienda

Si decide permanecer en su hogar y necesita ayuda para cubrir sus gastos mensuales, puede haber formas de reducir los costos de vivienda, como los servicios públicos, el alquiler y los impuestos sobre bienes raíces. Para obtener más información sobre cómo obtener ayuda financiera con los gastos de vivienda, use la [National Council on Aging's Benefits Checkup Tool](#) (Herramienta de Chequeo de Beneficios del Consejo Nacional sobre el Envejecimiento).

Mudarse a una vivienda que sea más adecuada a sus necesidades médicas y personales

Hay muchas opciones de vivienda que brindan diferentes combinaciones de apoyo médico y personal.

 Es posible que pueda utilizar apoyos en el hogar para que le resulte más fácil vivir cómodamente con familiares o amigos. Consulte con su [Area Agency on Aging](#) (Agencia Local para la Tercera Edad) para ver si califica.

Mudarse con la familia

Hable sobre sus necesidades médicas y personales con su familia. ¿Hay algún familiar o amigo con quien podría mudarse que pueda brindarle el apoyo médico y personal que necesita? Si es así, hable con ellos sobre qué remodelaciones físicas le facilitarían a usted vivir cómodamente con ellos.

Unirse a una comunidad de vida asistida

Las comunidades de vida asistida ayudan con las necesidades médicas y personales, pero no tanto como los hogares de ancianos. Pueden ser una buena opción para aquellos que necesitan ayuda con:

- Cuidado personal, pero no atención médica continua
- Movilidad
- Recordar y tomar medicamentos
- Tareas cotidianas como comer, beber, bañarse e higiene personal

Mudarse a un hogar de ancianos

Los hogares de ancianos brindan apoyo las 24 horas para abordar las necesidades médicas y personales. Pueden ser una buena opción para aquellos que necesitan una amplia ayuda las 24 horas con lo siguiente:

- Atención médica
- Asistencia con necesidades de movilidad
- Asistencia con recordar y tomar medicamentos
- Asistencia con tareas cotidianas como comer, beber, bañarse e higiene personal

Elegir una Comunidad de Retiro de Cuidado Continuo (CCRC)

Las Comunidades de Retiro de Cuidado Continuo (CCRC, por sus siglas en inglés) son comunidades para personas mayores que ofrecen a los residentes acceso a niveles crecientes de asistencia, desde una vida totalmente independiente hasta arreglos de vida asistida, hogar de ancianos y cuidado de la memoria. Esto permite que los residentes permanezcan en la misma comunidad

a medida que cambian sus necesidades personales y médicas. Las CCRC pueden ser una buena opción para aquellos que no necesitan asistencia diaria ahora, pero:

- Prevén que necesitarán asistencia diaria en algún momento en el futuro cercano
- Quieren vivir en un lugar con más asistencia médica disponible
- Quiere mudarse a un lugar con condiciones de vida más adecuadas (casa más pequeña, menos escaleras, mejor acceso a los electrodomésticos, etc.)
- Tienen problemas para mantener su hogar (limpieza, cuidado del césped, etc.)

 Visite la página **Residential Facilities, Assisted Living, and Nursing Homes** (Instalaciones Residenciales, Vida Asistida y Hogares de Ancianos) del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (National Institute on Aging) para obtener más información sobre estas opciones.

Al sopesar diferentes opciones de vivienda, considere:

- Hablar sobre las decisiones con sus seres queridos, tanto para obtener sus opiniones como para hablar sobre cualquier impacto que su decisión pueda tener sobre ellos.
- Visitar diferentes tipos de instituciones para ver cómo son y qué tan bien se adaptan a sus necesidades. Conozca al personal, infórmese sobre los servicios que ofrecen e infórmese sobre el costo de diferentes opciones.
- Si conoce a alguien que ha tenido que tomar decisiones de vivienda debido a un cambio de salud, pídale consejo.
- Hablar con un profesional. Su Area Agency on Aging (Agencia Local para la Tercera Edad) o una agencia de asesoría para la vivienda puede ayudarle a decidir cuál es la opción más económica y segura para su situación y cómo puede pagarla.

Dónde buscar ayuda

Ayuda legal

- **Servicios legales gratuitos para personas mayores de 60 años**
Encuentre programas locales que brinden ayuda legal gratuita a personas mayores de 60 años comunicándose con el Eldercare Locator (Localizador eldercare) en el (800) 677-1116 o en eldercare.acl.gov.
- **Servicios legales gratuitos para personas de bajos ingresos**
Encuentre programas locales que brinden ayuda legal gratuita a personas de bajos ingresos a través de Legal Services Corporation (Corporación de Servicios Legales) en el (202) 295-1500 o en lsc.gov/find-legal-aid.
- **Abogados de pago por servicio**
El American Bar Association (Colegio de Abogados de EE. UU.) brinda información sobre cómo encontrar un abogado en cada estado, recursos legales disponibles, cómo verificar si un abogado tiene licencia y qué hacer si tiene problemas con un abogado, en el (800) 285-2221 o en findlegalhelp.org.

Asesoramiento para la vivienda

El Departamento de la Vivienda y Desarrollo Urbano de EE.UU. (U.S.

Department of Housing and Urban Development, HUD) proporciona una lista de agencias de asesoramiento para la vivienda aprobadas que ofrecen asesoramiento sobre la compra o el alquiler de una vivienda, cómo solucionar un incumplimiento hipotecario, la obtención de aplazamiento de pagos por un tiempo determinado y cómo evitar la ejecución hipotecaria. Las agencias de asesoramiento para la vivienda aprobadas por el HUD ofrecen asesoramiento independiente, a menudo a bajo costo o sin costo alguno para usted, en el (800) 569-4287 o en consumerfinance.gov/find-a-housing-counselor.

Asesoría de crédito

La mayoría de los asesores de crédito ofrecen servicios a través El Departamento de Justicia de EE. UU. (U.S. Department of Justice) publica una lista de asesores de crédito aprobados. Llame al (202) 514-4100 o vea la lista en justice.gov/ust/list-credit-counseling-agencies-approved-pursuant-11-usc-111.

Ayuda contable

The American Institute of CPAs (El Instituto Americano de Contadores Públicos Certificados) proporciona una lista de contadores públicos certificados locales, en el (888) 777-7077 o en aicpa.org/forthepublic/findacpa.html.

Beneficios para personas mayores

The National Council on Aging (El Consejo Nacional sobre el Envejecimiento) publica una herramienta gratis de Benefits CheckUp (Chequeo de Beneficios) que conecta a las personas mayores con los beneficios para los que pueden calificar. Llame a la línea de ayuda al (800) 794-6559 o visite benefitscheckup.org.

Remodelaciones del hogar

- **Lista de verificación de prevención de caídas en el hogar**

The Center for Disease Control (El Centro para el Control de Enfermedades, CDC) elabora esta

lista de verificación para ayudar a los adultos mayores a encontrar y corregir potenciales en su hogar. Llame al (800) 232-4636 o busque en la [CDC Check for Safety Checklist](#).

- **La guía HomeFit**

AARP brinda más de 100 consejos y sugerencias para ayudar a las personas a vivir de manera segura y cómoda sin importar la edad o la etapa de la vida de la persona. Llame al (888) 687-2277 o busque en la [AARP HomeFit Guide](#) (Guía HomeFit de AARP).

- **La Red de Información de Remodelación del Hogar**

Un inventario estado por estado desarrollado con el apoyo de la Administration for Community Living (Administración para la Vida Comunitaria) que proporciona las políticas de remodelación del hogar, fuentes de financiación y programas de cada estado. Llame al (213) 740-1364 o visite la [Home Modification Information Network](#). (Red de Información de Remodelación del Hogar).

 Más recursos del CFPB consumerfinance.gov/olderamericans



En línea
consumerfinance.gov/es



Por teléfono
(855) 411-CFPB (2372)
(855) 729-CFPB (2372) TTY/TDD



Por correo
Consumer Financial Protection Bureau
P.O. Box 27170
Washington, DC 20038



Presente una queja
[consumerfinance.gov/es/
presentar-una-queja](https://consumerfinance.gov/es/presentar-una-queja)