

Maltrato y abandono de personas mayores:

Información para los familiares cuidadores

Abuse and neglect of older adults:

Information for family caregivers

El 80 % del cuidado de las personas mayores lo proporcionan las familias, generalmente un cónyuge, la pareja o los hijos mayores.

Las familias pueden ayudar a un padre/madre o cónyuge que se esté haciendo mayor con las actividades diarias, con las gestiones financieras como ir al banco o pagar facturas, o con los cuidados personales como bañarse y vestirse. Pueden hacerse cargo de estas responsabilidades por amor o por un sentido del deber personal o familiar. Cada familia es diferente. Algunas familias no pueden asumir estas responsabilidades, independientemente del cariño que sientan por el adulto mayor. Algunas relaciones familiares son muy positivas y de apoyo mutuo. Otras experimentan sentimientos encontrados, conflicto y tensión.

¿Qué tipos de maltrato o abandono pueden sufrir las personas mayores?

El maltrato (abuso) y el abandono en la vejez pueden afectar la salud, el bienestar, la seguridad y la estabilidad financiera de una persona. Las personas mayores pueden sufrir diferentes tipos de daños por parte de las personas en las que se apoyan o confían. Estos daños pueden ser de muchos tipos incluyendo el maltrato físico, emocional, económico, sexual, espiritual o sistémico. El maltrato y el abandono pueden incluir también la negación del acceso a medicamentos o a las necesidades vitales.

¿Por qué ocurre el maltrato o el abandono?

La mayoría de las personas no tiene la intención de maltratar o abandonar. Puede que no se

sientan a gusto o que estén abrumadas con el cambio de roles en su familia, especialmente si la persona mayor ahora depende de ellas. Puede que algunos de los miembros de la familia no sepan cómo proporcionar el cuidado o la ayuda necesarios. Puede que no comprendan la naturaleza del problema de salud y cómo este afecta a la habilidad o al comportamiento de la persona mayor.

En algunas situaciones de maltrato, puede que se use la fuerza física o el control emocional sobre la otra persona.

En el caso de algunos cónyuges en la vejez, tanto la persona que proporciona los cuidados como la persona que recibe los cuidados, pueden tener dificultades con la salud, la memoria o la habilidad para tomar decisiones. Esto puede afectar la manera en la que las personas se relacionan y reaccionan entre sí.

Los cuidadores dentro de la familia habitualmente tienen otras responsabilidades en el trabajo o en el hogar. Puede que les resulte difícil proporcionar los cuidados, sobre todo a medida que las necesidades del adulto mayor cambian. Intentar hacer frente a estas necesidades puede generar tensiones y conflictos dentro de la familia. Los cuidadores dentro de la familia pueden tener problemas personales incluyendo problemas económicos, de salud mental o de abuso de sustancias. Puede que les sea difícil ofrecer cuidados de manera segura.

¿Qué es el abuso económico a las personas mayores?

Es posible que un miembro de la familia no se dé cuenta de sus responsabilidades legales cuando esté ayudando a una persona mayor con sus finanzas, particularmente al actuar como apoderado. Existe la posibilidad de que se ponga a cargo de las finanzas porque le parezca más fácil. Algunos se pueden sentir con derecho al dinero o la propiedad, o pueden asumir que lo obtendrán de todas formas y creen tener el derecho a usarlo ahora. Esto puede llevar al abuso económico. Para obtener más información, visite [HealthLinkBC File #93d Abuso económico de personas mayores](#).

Señales de estrés del cuidador que puede llevar al maltrato

La mayoría de las personas que proporcionan cuidados a alguien pueden sentirse estresadas en ocasiones. Afortunadamente, se puede aprender a reconocer las señales del estrés. Para ayudar a aliviar una situación estresante y reducir la posibilidad de maltrato o abandono, preste atención a su propia salud emocional y física.

Algunas señales de estrés son:

- Cambios en sus sentimientos, como sentirse ansioso o deprimido, sentir enojo y resentimiento hacia la persona a la que cuida
- Sentirse siempre agotado
- Necesitar medicamentos para ayudarlo a dormir o para seguir adelante
- Hacer cambios en su estilo de vida, incluyendo la cantidad de comida que come, o la cantidad de té, café o alcohol que toma
- Visitar a su proveedor de asistencia sanitaria con más frecuencia para tratar problemas de salud emergentes

Todos tenemos un límite y el límite de cada persona es diferente. Las necesidades y las capacidades de una persona pueden cambiar con el tiempo. Esté dispuesto a pedir y aceptar ayuda.

¿Cómo se pueden prevenir el maltrato y el abandono?

Las familias pueden prevenir el maltrato o el abandono que le sucede a otros o a ellos mismos en la vejez de muchas maneras.

Buena comunicación

La buena comunicación y el apoyo dentro de las familias, así como entre las parejas, son muy importantes. Hable sobre la situación actual y planifique para las necesidades futuras. ¿Qué puede hacer un padre/madre o un miembro de la familia por sí solo/a? ¿Qué puede hacer con algo de apoyo? Esto ayuda a establecer expectativas realistas.

El contacto regular entre los miembros de la familia puede proporcionar ayuda y respaldo. Esto hace que todos sean conscientes de los cambios en la salud de un padre, madre, cónyuge o pareja. Algunos de los problemas de salud se pueden prevenir o retrasar.

Con frecuencia, las parejas pueden hacer pequeños cambios en su casa y en los servicios de apoyo según se van haciendo mayores.

Trabajo en equipo

Un buen cuidado significa tener el tiempo, la mentalidad y los recursos necesarios para asumir esta responsabilidad. Intente compartir las responsabilidades de los cuidados si es posible. Los miembros de la familia suelen tener diferentes habilidades y pueden apoyar de varias maneras. Tome un tiempo para ver qué recursos comunitarios están disponibles y considere la posibilidad de establecer un "círculo de cuidados".

Refuerce las relaciones

Incluso cuando la salud o las habilidades de una persona mayor cambian, muchos aspectos de la relación continúan siendo muy gratificantes. Algunas familias refuerzan las relaciones manteniéndose en contacto, compartiendo antiguas tradiciones y creando otras nuevas. Céntrese y cultive las actividades que han sido importantes para las personas mayores, e

involúcrelas en las tareas acorde a sus capacidades.

Cuídese

Cuidarse y asegurarse de tener regularmente tiempo para usted es importante para luego poder proporcionar cuidados a su familia y a otros. Incluso pequeños descansos del cuidado, como dar paseos cortos o dedicarse a un pasatiempo favorito, pueden ayudarle a refrescarse mental y físicamente. Reserve una parte del día para hacer esas cosas. Intente dejar algunas de las responsabilidades de las que se encarga normalmente. Aproveche los grupos locales de apoyo para cuidadores que pueden ayudarle a encontrar recursos o le pueden proporcionar consejos útiles.

Qué hacer si es testigo de una situación de maltrato a personas mayores

Si ve un delito o una situación en la que se pone a una persona mayor en riesgo inminente, llame a la policía o al **9-1-1** de inmediato. Diga que quiere informar de una situación de posible maltrato o abandono o de un caso de autoabandono de una persona mayor.

Llame a la Seniors Abuse Info Line (Línea de información sobre el maltrato a personas mayores, SAIL), al 604-437-1940 en Lower Mainland, o llame gratis al 1-866-437-1940.

Para más información

Para obtener más información sobre el maltrato y abandono de personas mayores, o para obtener ayuda, llame o visite los siguientes servicios:

- Seniors Abuse and Information Line (SAIL), de Seniors First BC, al 604-604-437-1940 en Vancouver o al número gratuito 1-866-437-1940, o visite <https://seniorsfirstbc.ca>
- Gobierno de B.C.: [Protección contra el maltrato y el abandono de personas mayores](#)

- Family Caregivers of British Columbia (Los cuidadores familiares de la Colombia Británica) ofrece apoyo para los cuidadores. Llame al número gratuito 1-877-520-3267 o visite www.familycaregiversbc.ca para obtener ayuda en caso de agotamiento o estrés relacionado con los cuidados de los familiares
- Defensor público y fiduciario al 604-604-660-4444 o visite www.trustee.bc.ca
- Legal Aid BC (Asistencia Jurídica en B.C.) al 604-408-2172 o al número gratuito 1-866-577-2525 o visite <https://legalaid.bc.ca>
- El teléfono gratuito de Victim Link (Enlace para víctimas) de B.C. al 1-800-563-0808 o visite VictimLinkBC para obtener información para víctimas de violencia familiar y sexual o delitos

Para obtener más información sobre el maltrato y las personas mayores, visite los siguientes archivos de HealthLinkBC:

- [HealthLinkBC File #93a Cómo prevenir el maltrato y el abandono de personas mayores](#)
- [HealthLinkBC File #93c Maltrato y abandono de personas mayores: Comprensión de diferentes experiencias](#)
- [HealthLinkBC File #93d Abuso económico de personas mayores](#)

seniors first BC

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan emergencia), visite www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.