



# Información para el asistente de salud

*Consejos para el cuidado de adultos mayores*

## Los adultos mayores y las mascotas

Las mascotas pueden ser beneficiosas para los adultos mayores. Las mascotas pueden hacer compañía y que los adultos mayores se sientan menos nerviosos o menos deprimidos. También, pueden ayudar a mantener al adulto activo, pero hay algunos aspectos importantes que se deben de considerar si algún adulto mayor tiene o quiere adquirir una mascota.

### ¿Es el adulto mayor capaz de cuidar a la mascota ?

Cuidar de una mascota toma tiempo y dinero. Las mascotas necesitan comida y agua fresca todos los días. También, es probable que la mascota necesite hacer ejercicio; por ejemplo, que la saquen a caminar. Una mascota también puede necesitar vacunas, entre otros cuidados de salud. Es importante elegir una mascota de acuerdo con las habilidades de la persona y del espacio en el que viven. Por ejemplo, un perro grande o un cachorro con mucha energía pueden no ser la mejor opción para alguien con un apartamento pequeño, que utiliza un andador, o que corre el riesgo de caerse. Algunas mascotas son más fáciles de cuidar que otras. Si un gato o un perro no son una buena opción piense en un pájaro, un pez u otro tipo de mascota .

### Buenas preguntas para decidir si debe comprar o quedarse con una mascota.

¿Quién cuidará de la mascota? El adulto mayor, un familiar que sea el asistente de salud, o alguien más?

El adulto mayor o el familiar que lo asiste, ¿tiene dinero para pagar el cuidado de la mascota?

¿El tipo de mascota coincide con las habilidades del adulto mayor?

¿El adulto mayor vive en un apartamento o casa segura y cómoda para la mascota? Si está rentando una casa o apartamento, ¿qué tipo de mascotas se permiten? ¿Hay una tarifa adicional?

¿Como se lleva la mascota con los asistentes de cuidado asalariados, con los profesionales de primeros auxilios, u otros que trabajen con el adulto mayor en casa?

¿El adulto mayor viaja o pasa mucho tiempo fuera de casa? ¿ Lo puede acompañar la mascota? Si no, ¿quién cuidará de la mascota mientras el adulto mayor esté fuera?

¿En verdad necesita el adulto mayor una mascota propia o puede obtener la misma alegría visitando a las mascotas de amigos, vecinos o siendo voluntario en un albergue de animales?

## Seguridad

Es importante pensar en la seguridad del adulto mayor y la de la mascota. El cuadro de abajo muestra algunas maneras de mantener seguros a los adultos mayores y a sus mascotas.

<b>Seguridad para adultos mayores y sus mascotas</b>
<p><b>Caídas.</b> Las mascotas pueden entrelazarse en sus pies y causar una caída. Hay que tener cuidado al caminar o hacer algún movimiento alrededor de una mascota. Los perros a veces jalan la correa sin aviso. Tenga cuidado de no tropezar con la correa. Si a la mascota le gusta jalar la correa, apúntese a una clase para entrenar mascotas.</p>
<p><b>Plan de emergencia.</b> Tenga un plan sobre quién cuidará a la mascota en caso de emergencia. Coloque una nota en el refrigerador (junto a otros documentos importantes, como su testamento y lista de medicamentos) para informar a los profesionales de primeros auxilios que hay una mascota en casa. En la nota, ponga el nombre y el número de teléfono de la persona que ha acordado hacerse cargo de la mascota.</p>
<p><b>Otras mascotas y las personas.</b> Las mascotas no siempre son amigables con desconocidos, así que es muy importante mantener a otras personas seguras. Asegúrese de advertir a las personas, amablemente pero con firmeza, que no se acerquen mucho a la mascota, para que las personas estén seguras. Si a la mascota no le gusta la gente extraña, cuando tenga visitas asegúrese de meter a la mascota en otra habitación y ponerle una correa. Asegúrese de que puede probar que las vacunas de la mascota están actualizadas.</p>
<p><b>El clima y los animales salvajes.</b> El clima caluroso pone en riesgo de sobrecalentamiento a las mascotas, así que asegúrese de que la mascota tiene suficiente agua y un lugar para refrescarse cuando el clima sea caluroso. Si el clima está muy frío o húmedo, entonces asegúrese de que la mascota tenga un lugar cálido, seco y seguro en donde estar. También asegúrese de que los animales salvajes, como los coyotes, no pueden entrar a un patio cercado u otros lugares donde esté la mascota.</p>

## Encontrar un nuevo hogar para la mascota

Si un adulto mayor no puede cuidar bien a la mascota, entonces hay que pensar en preguntar a otros si le podrían brindar ayuda. Por ejemplo, un vecino podría estar dispuesto a sacar a caminar al perro o quizá limpiar la caja de arena. A veces esto puede ayudar a que el adulto mayor pueda conservar la mascota.

En algunos casos, el adulto mayor necesitará encontrar un nuevo hogar para la mascota. Tener que desprenderse de una mascota puede ser difícil. Intente preguntar a familiares, amigos, vecinos, grupos de la iglesia o utilizar las redes sociales para encontrar a alguien que adopte a la mascota. Pregúntele al nuevo dueño de la mascota si sería posible que el adulto mayor visite a la mascota. Algunas razas de animales tienen grupos de rescate con familias sustitutas que pueden cuidar de la mascota hasta que encuentren a alguien que la adopte. Si no encuentra quien adopte a la mascota, la puede llevar a una sociedad humanitaria o a un refugio local para animales.

**Escrito por : Morgen Hartford, MSW, Alzheimer's Association—Desert Southwest Chapter**

Información para el asistente de salud~ Consejos para el cuidado de adultos mayores

Editado por un equipo interprofesional del Centro del Envejecimiento de La Universidad de Arizona.