



 *having the*  
**CONVERSATION**  
a heart to heart with aging parents

## ¿Usted cree que es una buena idea que sus Padres Ancianos Permanezcan en su Casa?

Considerar si es buena idea o no que sus padres permanezcan en su casa puede resultar en una manera maravillosa de honrar a sus padres con un nuevo arreglo para la próxima fase de su vida. Embarque adelante con estas conversaciones con sus padres y utilice la oportunidad de conocerlos mejor.

Conoce el dicho.... el hogar de un hombre (o mujer) es su castillo. Si sus padres todavía viven en "el hogar familiar" habrán muchas memorias en dicho hogar que han compartido. Y como mínimo, aún la casa que han vivido por un corto tiempo todavía simboliza la autosuficiencia e independencia de ellos.

*Esperamos que encuentre estos puntos claves útiles y prácticos. Para recursos adicionales, vea el artículo "Como Empezar" (en Español) y "Temas Importantes de Conversación" (en Ingles). Estos artículos lo ayudaran a vencer su temor de manejar el proceso de una conversación íntima con sus padres.*

Piense lo que el hogar significa para ellos, y continúe escuchando y apreciando el punto de vista de ellos. Pero, también recuerde que ayudando a sus padres en el pensamiento y exploración de las opciones que ellos tienen con respecto a la situación de vida son esenciales para tener conversaciones productivas.

Explorar múltiples opciones será esencial para estas conversaciones. Estas opciones pueden incluir permanecer en el hogar o mudarse a un nuevo lugar. Usted quizás pueda comenzar la conversación con frases como, "¿Puede compartir lo que piensa sobre seguir viviendo aquí en su casa y como piensa cuidar de ella? ¿Qué cree usted haría la vida más fácil si se muda a otra parte"?

### Que Debe Considerar

Estudios indican que la mayoría de ancianos valoran la seguridad, libertad, tranquilidad, amistades, familia y opciones. Cuando usted y sus padres busquen un lugar de vivienda quieren que dicho lugar tenga presente estos seis valores y a la vez poder oír a sus padres decir: "Que bien, yo no sabía que la vida todavía podría ser tan buena". Considere los siguientes puntos al tener la conversación con sus padres acerca de un posible cambio en vivienda.

1. Comience reconociendo y mencionando todos los desafíos y los beneficios que se presentan en su situación y comprendiendo sus temores con respecto a un cambio. Ayude a sus padres entender que la conversación y situación son una fase nueva de la vida, una nueva experiencia, no un fin.
2. Luego cambie el enfoque de posible pérdida a la posibilidad de poder ser una situación donde haya muchas ganancias. Pregunte, "¿Podemos hablar sobre algunas opciones disponibles para enfrentar los desafíos que hemos estado discutiendo"? Considere todas las opciones y haga una lista de posibilidades prácticas.
3. Mueva la próxima parte del proceso en una dirección que evaluará positivamente las opciones y minimizará los desafíos. Ayúdelos a encontrar recursos para analizar aún más lo positivo y negativo de sus opciones.
4. Regrese al resultado final. Pregunte, "Mamá y Papá, vamos a pensar cual sería su experiencia ideal para vivir a largo plazo basado en las decisiones de vivienda que estamos considerando. Dígame lo que ustedes quieren desarrollar o tener". Sus padres tal vez necesiten un poco de ayuda para desarrollar una lista. Pero no se sorprenda con la posibilidad de sus padres ofrecer un lista que incluya una cantidad de opciones positivas.

## ¿Usted cree que es una buena idea que sus Padres Ancianos Permanezcan en su Casa?

### **Evaluar la Situación de la Casa:**

Empiece evaluando realísticamente la opción de permanecer en casa. Realice algunos cálculos básicos y desarrolle listas de los beneficios y los alojamientos que tiene el hogar, o de los desafíos o necesidades que no se encuentran en dicho hogar. Considere lo siguiente:

#### **La seguridad:**

- ¿La estructura de la casa es práctica?
- ¿Necesita la casa reparaciones de construcción?
- ¿Ofrece la casa accesibilidad adecuada para actividades diarias?
- ¿Cuales son los haceres domésticos y las necesidades inmediatas para el mantenimiento de la casa?
- ¿Qué cambios estructurales son necesarios para satisfacer las necesidades específicas de sus padres? (Convirtiendo la tina para tener mejor accesibilidad, construyendo una rampa para no tener que subir escaleras, instalando un teléfono en el cuarto de baño, moviendo aparatos (lavadora/secadora) y el dormitorio cerca de un piso principal, remodelando para acomodar una enfermera de cuidado, etc.)

#### **Asuntos Financieros:**

- ¿Cuánto les cuesta realmente a sus padres permanecer en su hogar? (Pagos de la hipoteca, los impuestos, seguro de propiedad, los servicios, las comidas, servicio del jardín, palear la nieve, el manejo de la casa, las reparaciones, compras de comida ... y la lista continua)!
- ¿Todavía podrán sus padres poder participar en las actividades que disfrutaban después de pagar por algunos servicios/cambios necesarios a su hogar?
- ¿Es buena idea permanecer o vender su casa considerando las tendencias actuales de ventas, hipotecas inversas o programas para ancianos para compra las acciones de ellos?
- ¿Hay un mercado para alquilar la casa y utilizar los ingresos extra para suplementar las necesidades para la vivienda?

#### **La tranquilidad:**

- ¿Pueden los profesionales de salud mantener y cuidar adecuadamente de sus padres en la casa?
- ¿Ayuda puede ser obtenida fácilmente?
- ¿Mamá y Papá se cansan al tener que manejar el cuidado de la casa?
- ¿El permanecer en la casa puede crear una situación de aislamiento que no es sana?

#### **Comprendiendo Los Temores y las Ansiedades:**

Usted puede ayudar aun más cuando escuché y respeté a sus padres. Si usted comienza por reconocer cuales son las preocupaciones de sus padres acerca de un cambio mayor en la vida, usted entonces podrá dirigirlos. Si sus padres no comparten los mismos sentimientos con usted, no lo tome personalmente. A veces ellos necesitan simplemente hablar y comunicar sus sentimientos. Si sus padres por casualidad empiezan a darle cosas de la casa, esto puede ser una señal. Sus padres tal vez estén tratando de limpiar su casa. Ayude a sus padres reconocer la conversación y la situación como una nueva fase de la vida, una nueva experiencia, no un fin. Manténgase positivo, pero no minimice las preocupaciones ni las ansiedades de sus padres.

Escuche atentamente las emociones o preocupaciones que sus padres tal vez no puedan comunicar, pero podrían estar sintiendo. Los ancianos pueden asociar una mudanza o cualquier cambio en la vivienda con:

- Pérdida de independencia y control
- Una preocupación sobre lo desconocido
- La soledad
- Descenso en la salud
- No poder financieramente mantener una nueva situación para vivir

Si para sus padres mudándose de su casa a un nuevo lugar es una opción viable, escuche objeciones comunes relacionadas a la mudanza:

- Aquí es donde tengo todas mis cosas y memorias.
- Este vecindario es donde están mis amistades.
- Yo sólo no puedo revisar todas las cosas en esta casa; yo no tengo el tiempo ni la energía para eso.
- Esta casa es donde nuestra familia se reúne en los días de fiesta.

## ¿Usted cree que es una buena idea que sus Padres Ancianos Permanezcan en su Casa?

- Soy dueño de esta casa. ¿Por qué tengo que hacer el gasto de vivir en otra parte?
- ¿Qué le va a suceder a mi animal favorito?
- ¿Qué le va a suceder a mis pertenencias?
- Mi única herencia a mis niños es esta casa y lo que invertí en ella. Es mi responsabilidad de permanecer aquí y dejarle la casa a mis familiares.

Asegure a sus padres que usted está interesado en su consuelo y la seguridad de ellos, no en la herencia financiera que dejan.

Algunas parejas ancianas consideran su hogar como una extensión de su matrimonio y el compromiso que tomaron el día de su boda para cuidar del uno al otro hasta que "la muerte los separe". Otras parejas ancianas viven con sus hijos adultos y sus familias. A pesar de todo, parejas ancianas prefieren permanecer en el lugar que llaman su hogar hasta que uno de ellos llegue a estar muy enfermo o cuando uno de ellos se muere. Mudarse de casa cuando ambos están sanos les asegurará que cuando ese tiempo llegue, el cónyuge sano estará en un lugar seguro con la familia o amigos y en un sistema con apoyo establecido. Si un padre ya está enfermo y el otro lo cuida en casa, usted también quizás puede platicar con su padre o madre cómo un cambio le puede ofrecer más ayuda y así poder tener la oportunidad de ser cónyuge y permitir que otra persona sea la enfermera.

### Como Hablar de las Posibilidades

Para tener la conversación, pregúntele a sus padres cuáles son sus ideas cuando piensan como continuar viviendo en su casa y a la vez poder mantenerla y cuidarla. Pregúnteles que podría hacer sus vida más fácil si vivieran en otra parte, y cómo describirían cual sería la forma ideal para vivir a largo plazo. Refiérase a los ejemplos de sus amigos o los miembros de la familia que ya han hecho una decisión semejante, y pregúnteles qué es lo que comprenden acerca de dicha experiencia.

- Ponga énfasis en la oportunidad de ser proactivo cuando se refiere hacer las decisiones. Evite las decisiones reactivas después de una herida, después de una caída o después de alguna otra crisis. Tomando una decisión en estado de crisis crea un sentimiento que la situación no se puede controlar efectivamente.

- Permanecer en su hogar o el hogar de hijos adultos puede ser una gran opción. Ofrezca algunas opciones que están disponibles para tratar los desafíos que tienen en casa (limpiadora de casa, el mantenimiento, el cuidado personal, asistencia sanitaria en casa). Todas estas opciones también pueden ser la responsabilidad de otros hermanos. Ayudando a sus padres puede ser un asunto familiar.

- ¿Deben ayudar a sus padres con reparaciones de la casa?
- ¿Deben ayudar a sus padres con la limpieza de la casa?
- ¿Deben ayudar a sus padres con el trabajo del jardín/palear la nieve?
- ¿Necesita remodelar la casa para poder mantener a sus padres cómodos durante la vida diaria?
  - El cuarto de baño (taza de baño, regadera, la tina, el teléfono, sistema de alerta)
  - La recámara (cama accesible, el teléfono)
  - Escalera (ascensor/elevador adentro o afuera, barandilla adicional)
  - Aparatos (lavadora y secadora en el mismo piso como la recámara/cocina)
  - Espacio Adicional vital para el cuidador de la casa

Si una mudanza es la decisión correcta, esto es un gran paso. Tome esta decisión en pequeños pasos para hacerlo más factible. Si va a mudarse a una residencia más pequeña y tradicional, use la "Lista de Verificación de Casa" para estar seguro que la nueva casa acomoda todos las necesidades de sus padres. También puede usar esta misma lista si sus padres se mudaran a la casa de un hermano.

- Ayude a reconocer lo que puede eliminar. Esto se puede determinar identificando lo que no ha sido utilizado por mas de un año. Esto puedo indicar que no será utilizado otra vez.
- Asigne a la mejor persona de su familia para preguntarle a sus padres si quieren ayuda con encontrar y juntar todo su papeleo importante, es decir, poderes de asistencia médica, herencia mientras vive, el poder de abogado, la herencia y/o la fía de documentos, papeles de impuesto, una hoja de cálculo de cuentas y tarjetas de crédito con números personales de identificación y contraseñas, las cuentas para ser pagadas, deseos de funeral/entierro y arreglos, etc.

## ¿Usted cree que es una buena idea que sus Padres Ancianos Permanezcan en su Casa?

- Contacte a un agente local de bienes raíces para determinar el valor del hogar de sus padres. Aún hay agentes que son considerados como especialistas en el mercado de ancianos.
- Si usted o su familia no puede ayudar a sus padres con la mudanza, utilice una compañía móvil que se enfoca en ancianos. Estas agencias existen y ayudarán a sus padres tener una experiencia menos estresante.
- Si sus padres no pueden vivir con usted ni con otros miembros de la familia, consideren investigar las comunidades de jubilación. Esta ubicación puede estar cerca de donde ellos viven ahora, o cerca de donde usted vive. Hable sobre los deseos de sus padres con respecto a esta ubicación. Puede tener sentido de estar cerca de la familia, pero puede tener más sentido estar cerca de sus amigos. Tome viajes a los lugares que usted investigó. Almuerce con un representante de la comunidad de jubilación y haga preguntas en una situación de baja presión. Hable con los profesionales antes de visitar. Si usted lo solicita, pueden ayudar a valorar lo que sus padres pueden o no pueden hacer solos. Puede ser hecho de una manera que es respetuoso y sutil. Usted también puede solicitar un representante que hable español para ayudar a sus padres sentirse más cómodos.
- ¿Ofrecen opciones espirituales? (Capellán, los servicios semanales)
- ¿Permiten animales?
- Tenga cuidado en pensar que el mejor cambio es de traer a su madre y padre a su hogar. Esto puede ser una perfecta situación, pero al mismo tiempo, usted no quiere sacarlos de un lugar en donde tienen amigos, y aislarlos. Para moverlos a los EEUU también puede ser un choque cultural para ellos. El aislamiento social en ancianos puede volverse depresión.
- ¿Pueden sus padres mantener alguna independencia?
- ¿Tiene espacio adecuado en su casa?
- ¿Su estilo de vida permite que sus padres vivan con usted?
  - Horario de Trabajo
  - Horario de sus Niños
- ¿Puede tratar adecuadamente las necesidades de la salud de sus padres?
- ¿Vive cerca de la vida social de sus padres?
- ¿Qué impacto tendría esta decisión en su estilo de vida personal? Sea honesto.
- No espere una decisión inmediata. Espere algún tiempo, asumiendo que no haya asuntos graves.

### Las siguientes son algunas preguntas para considerar:

- ¿Cuánto cuesta?
- ¿Hay una lista de espera?
- ¿La comunidad de jubilación se encuentra cerca de la familia o amigos?
- ¿Hay amigos de sus padres que viven allí?
- ¿Hay una opción de tener un periodo de prueba?
- ¿Pueden tener los residentes un carro?
- ¿Qué tipo de cuidado personal está disponible ahora o en el futuro?
  - ¿Hay una comunidad residencial independiente disponible?
  - Asistencia para vivir
  - Cuidado de la Enfermería
- ¿Qué clases de actividades son ofrecidas?
- ¿Cómo es el alimento?
- ¿Ofrecen alternativas para dietas especiales?
- ¿La comida es sabrosa?
- ¿La comida se puede considerar como algo que le guste a sus padres?

### Busque Apoyo:

Los detalles de la decisión pueden agobiarlos durante el principio. Haga la investigación y desarrolle una lista de recursos de ayuda, inclusive de agencias y compañías acreditadas que especializan en ancianos.

Otros miembros de la familia pueden ofrecer apoyo emocional, equilibrar las responsabilidades y ofrecer apoyo en áreas que sus padres respetarán. Pida que miembros de la familia hagan una lista de las necesidades inmediatas en casa. Los hermanos y otros miembros de la familia que pueden ayudar deben organizarse para ayudar regularmente con aceres domésticos o tareas para facilitar el cambio.

## ¿Usted cree que es una buena idea que sus Padres Ancianos Permanezcan en su Casa?

El pastor de sus padres puede prestar algún consejo acerca de tendencias de los ancianos en la comunidad. ¿Los padres ancianos están dejando la comunidad para climas más calientes o tienen como prioridad permanecer cerca de la familia?

Un asistente social o un administrador local de caso a menudo pueden hacer una evaluación de necesidades, coordinar los servicios que se necesitan para permanecer en casa y/o platicar sobre opciones prácticas. Puede encontrar estos tipos de profesionales por agencias locales de cuidado de hogar, agencias de área en el envejecimiento y su hospital local, entre otros. Estas evaluaciones son generalmente ofrecidas gratuitamente por agencias locales y del condado.

Un agente local de bienes raíces que se especializa en el mercado de ancianos puede ayudar a determinar el valor del hogar de sus padres y ofrecer información de las tendencias que están tomando efecto en el mercado de hogares para ancianos.

Un asesor financiero, planificador de propiedad o consejero de impuesto pueden hacer recomendaciones con respecto a los aspectos financieros de vender un hogar. ¿Qué es la mejor opción para tratar con el dinero implicado? ¿Debe ser invertido, o puesto en ahorros? ¿Cuáles son las implicaciones de impuestos?

Para más información, favor de mandarnos un correo electrónico a [info@havingtheconversation.com](mailto:info@havingtheconversation.com).