



Guía para  
el cuidador  
familiar

---

# Planificación para servicios de rehabilitación de pacientes internados

## ¿Qué es la rehabilitación?

Si un miembro de familia es internado por alguna enfermedad o lesión graves o para someterse a una cirugía, es posible que le informen que el próximo paso sea el de rehabilitación. **La rehabilitación es un tratamiento para ayudar a los pacientes a recuperar todos o algunos de los movimientos y funciones que perdieron a causa de su actual problema de salud.**

La rehabilitación en sí es muy diferente al cuidado hospitalario. Si bien su familiar pueda estar todavía bastante enfermo y necesite atención médica, se espera que vuelva a estar activo durante el proceso de rehabilitación. La rehabilitación es un trabajo arduo.

Usted notará que las cosas se hacen de diferente modo en rehabilitación que en un hospital. Podrá ver a muchos pacientes y terapeutas activos en los pasillos y salas de tratamiento. En general, descubrirá que el lugar de rehabilitación tiene una atmósfera de "ejercicios físicos" que puede no parecerse mucho a un lugar para gente enferma.

**Se espera que su familiar se esfuerce tanto como le sea posible durante el proceso de rehabilitación y usted tendrá varias responsabilidades.**



Muchos pacientes dicen que la transición de un hospital u otra instalación médica a la rehabilitación puede ser muy confusa.

Por ejemplo, se espera que le provea ropa suelta y cómoda a su familiar para que le sea más fácil vestirse y participar en las sesiones de terapia. Se espera que usted participe en reuniones con el equipo médico. Esto le permitirá hacer preguntas y entender mejor el proceso de rehabilitación de su familiar.

**A continuación enumeraremos cinco puntos importantes para recordar:**

- 1. El objetivo de la rehabilitación es ayudar a los pacientes a que sean independientes — haciendo lo más que puedan por sí mismos.**
- 2. La rehabilitación se realiza *con* el paciente y no *al* paciente. Su familiar debe estar dispuesto y debe ser capaz de trabajar con los servicios de rehabilitación durante el tratamiento activo y, más tarde, con los cuidadores o por sí mismo en su hogar.**
- 3. Las enfermedades crónicas (de largo plazo) del paciente, como la hipertensión y el colesterol, son tratadas durante la rehabilitación, pero no son la razón por la cual se encuentra en rehabilitación.**
- 4. La mayoría de los servicios de rehabilitación duran semanas, no meses.**
- 5. La mayoría de las pólizas de seguro cubren tratamientos de rehabilitación cuando son indicados por un médico, pero es probable que haya costos adicionales.**

## ¿Dónde se Brindan los Servicios de Rehabilitación?

Los pacientes pueden recibir los servicios de rehabilitación en sus hogares, en una clínica local o en una instalación médica (sea una unidad de rehabilitación dentro de un hospital, un asilo de ancianos o un centro de rehabilitación independiente).

Si bien esta guía comprende exclusivamente los servicios de rehabilitación para pacientes internados, estos pueden ser brindados por una agencia de enfermería a domicilio como un "servicio especializado". En este caso, su familiar deberá

estar lo suficientemente bien como para permanecer en su hogar. Usted podrá considerar si la atención domiciliaria, incluyendo los servicios de rehabilitación, es una opción viable para su familiar. También hay servicios de rehabilitación para pacientes ambulatorios. En este caso, su familiar debe ser capaz de viajar desde y hacia la clínica u hospital que brinden la rehabilitación.

## Instalaciones de rehabilitación para pacientes internados

La rehabilitación para pacientes internados puede tener lugar en cualquier de las siguientes instalaciones:

- ▶ **La unidad de rehabilitación dentro de un hospital o un centro de rehabilitación para pacientes internados (IRF, por sus siglas en inglés) independiente.** Estos programas de rehabilitación suelen ser muy intensos. Los pacientes deben ser capaces de recibir, y beneficiarse de, al menos tres horas de terapia durante cinco días a la semana. Algunos pacientes podrán ser admitidos aunque no sean capaces de tolerar un programa intensivo al comienzo en caso de que el terapeuta considere que logrará mejorar rápidamente. De ser posible, hable con su familiar sobre si esta instalación se ajusta a sus necesidades. Piense en su enfermedad actual así como también en sus enfermedades crónicas. Consulte al médico de cabecera y al fisioterapeuta de su familiar sobre este nivel de rehabilitación.
- ▶ **Unidad de rehabilitación dentro de un centro de enfermería especializada (SNF) —también llamado asilo de ancianos.** La mayoría de los pacientes que son dados de alta de rehabilitación van a un SNF (se pronuncia "snif"). Estos programas ofrecen el mismo tipo de servicios que un IRF pero a un nivel menos intensivo. Los servicios de rehabilitación en un SNF no son iguales al cuidado a largo plazo dentro de un asilo de ancianos. De hecho, la mayoría de los pacientes son dados de alta y enviados a casa luego de finalizar la rehabilitación. Sin embargo, algunos pacientes pasan al cuidado regular a largo plazo de un SNF, por lo que usted debería tener en cuenta esta posibilidad.
- ▶ **Instalaciones especiales.** Algunos tipos de terapias de rehabilitación tienen lugar en instalaciones especiales como unidades para lesiones cerebrales o unidades cardíacas (del corazón). Pregúntele al personal del hospital si ésta es una opción que usted y su familiar deberían considerar.



Un coordinador de altas dentro del hospital (usualmente una enfermera o trabajador(a) social) le brindará un listado de instalaciones de rehabilitación que sean adecuadas para su familiar. A usted y a su familiar se les solicitará que elijan hasta cinco lugares a los que estén dispuestos a ir. Cuando haya alguna cama libre en alguna de estas instituciones y su familiar se encuentre en condiciones de dejar el hospital, se le solicitará que acepte esta plaza y deje el hospital. Usted no dispondrá de mucho tiempo—esta es otra razón por la cual deberá estar preparado.

---

## Cómo elegir una instalación de rehabilitación

El equipo terapéutico del hospital puede sugerir rehabilitación para su familiar luego de dejar el hospital. (En ocasiones, los miembros del personal médico le dirán que “vaya a un asilo de ancianos” cuando lo que realmente quieren decir es que vaya a una unidad de rehabilitación de un SNF.)

Las instalaciones de rehabilitación son diferentes a los hospitales. Ellos deciden qué pacientes aceptar basándose en la posibilidad de que la persona pueda o no beneficiarse del nivel y del tipo de servicio que brindan. Por lo tanto, incluso si usted decide, por ejemplo, que su familiar desearía recibir rehabilitación en un IRF, el IRF podría no aceptarlo.

### **Estos son algunos de los factores a tener en cuenta al momento de elegir una instalación de rehabilitación:**

- ▶ **Cantidad de servicios.** Algunas instalaciones de rehabilitación son más intensivas y activas que otras. Piense en el problema de salud actual de su familiar al igual que en sus enfermedades crónicas. Hable al respecto con el equipo médico de su familiar para poder tomar la mejor decisión.
- ▶ **Ubicación.** Sería ideal encontrar una instalación de rehabilitación cercana a donde usted vive o trabaja. De esta manera, le será fácil visitar a su familiar. Usted podría querer asistir a la terapia junto con su familiar, aprender a ayudarlo a que realice los ejercicios, averiguar cómo disponer del alojamiento, ayudar a planificar el alta u ofrecer su contención y apoyo moral durante el proceso de rehabilitación.
- ▶ **Costo.** Medicare, Medicaid, y la mayoría de los planes de seguro médico pueden cubrir la totalidad o parte de los costos de rehabilitación. Pero existen normas estrictas y usted tendrá que pagar todos los costos que el seguro no cubra. Es importante que esté lo más informado posible. Puede hacerlo hablando con el coordinador de altas o con alguna persona del departamento financiero del centro de rehabilitación.

## Servicios de Rehabilitación

Con frecuencia los pacientes trabajan con dos o más servicios de rehabilitación. Estos incluyen:

- ▶ **Fisioterapia (PT, por sus siglas en inglés).** Ésta ayuda a los pacientes con problemas de movilidad, equilibrio, al caminar o realizar otras actividades. La PT también puede ayudar a pacientes con brazos y piernas ortopédicas (artificiales), con plantillas ortopédicas, en sillas de ruedas, con andadores y otros dispositivos de asistencia.
- ▶ **Terapia ocupacional (OT, por sus siglas en inglés).** Ésta ayuda a los pacientes a ser más independientes con su cuidado personal y otras tareas cotidianas, como comer, vestirse, tipear y usar el teléfono.
- ▶ **Foniatría.** Ésta ayuda a los pacientes a volver a aprender las destrezas lingüísticas como el habla, la lectura y la escritura. También puede ayudar con problemas de dicción.
- ▶ **Consejería psicológica (o “counseling”).** Ésta ayuda a los pacientes (y a veces a los miembros de su familia) a adaptarse a los grandes cambios sufridos por una enfermedad o lesión. La consejería psicológica puede ofrecerse individualmente (un paciente por vez) o en forma grupal.

## Transición del hospital a rehabilitación para pacientes internados y al hogar

- ▶ **Transición del hospital a rehabilitación.** El personal del hospital deberá informarle al personal de rehabilitación sobre el tratamiento y el cuidado que le brindaron a su familiar.
- ▶ **Vestimenta.** Su familiar necesitará vestir ropa holgada y cómoda (no batas) para participar de las sesiones de terapia (como fisioterapia o terapia ocupacional). El centro no provee tales prendas, por lo que usted tendrá que traerlas de su casa o comprarlas. Es importante marcar las prendas con etiquetas y traerlas al centro de rehabilitación al momento de la admisión. Asegúrese de consultarle al equipo de rehabilitación sobre las políticas de vestimenta del centro.



**Regreso al hospital.**  
Durante su estadía en rehabilitación, la condición médica de su familiar podría cambiar. Podría necesitar ser internado. En tal caso, podrán regresar al centro de rehabilitación o emplazamiento de largo plazo que sea más apropiado. Consulte al trabajador social o a alguien del departamento financiero sobre la política de “reserva de cama” del centro de rehabilitación—el tiempo que se reserve la cama de su familiar durante su estadía en el hospital y la responsabilidad financiera de reservar la cama.

---

- ▶ **Evaluación inicial del potencial de recuperación.** El personal de rehabilitación evalúa a su familiar dentro de los dos días de la admisión. El resultado más importante es el “potencial de recuperación”. Éste representa el nivel de funcionalidad (habilidad de moverse o realizar actividades) que su familiar probablemente recupere a través de la rehabilitación. El potencial de recuperación se relaciona solamente con la enfermedad actual y no con las enfermedades crónicas como la diabetes, artritis o demencia. El seguro médico cubre la rehabilitación solo cuando su familiar realiza progresos hacia el potencial de recuperación.
- ▶ **Comienzo de la rehabilitación.** El tiempo que su familiar permanezca en rehabilitación dependerá del tipo de instalaciones. El personal evalúa a su familiar a lo largo de todo el proceso de rehabilitación para asegurar que realice progresos hacia su potencial de recuperación.
- ▶ **Reunión del (“equipo” del) plan de cuidado.** Esta reunión se lleva a cabo luego de que la rehabilitación haya comenzado. Incluye al personal de enfermería, servicios sociales, servicios alimenticios, recreación y rehabilitación, quienes discuten sobre el progreso de su familiar. Se les pedirá a usted y a su familiar que asistan. Es una buena oportunidad de hacer preguntas y exponer sus preocupaciones.
- ▶ **Alta al hogar.** Los pacientes son dados de alta de rehabilitación cuando el equipo evalúa que han llegado a una “meseta” (el punto en que el paciente no realiza ningún progreso, pero no empeora). Esto significa que es probable que el paciente no siga progresando. Cuando su familiar llega a una meseta, el personal de rehabilitación le enviará a usted una notificación por escrito indicando que Medicare u otro seguro médico terminará en un día determinado (generalmente, el día posterior a la entrega de la notificación). Hágale saber al personal si considera que su familiar necesita más tiempo.
- ▶ **Rehabilitación después del alta.** Muchos pacientes continúan su rehabilitación luego de la internación. Esto puede ocurrir en el hogar o en una comunidad como paciente ambulatorio. Muchos pacientes se sienten mucho mejor y mejoran más rápidamente cuando regresan a la comodidad de sus hogares.

## Factores que afectan el progreso del paciente en rehabilitación

**Reiteramos que la rehabilitación es una tarea ardua.** A continuación indicamos algunos de los factores que pueden afectar el progreso de los pacientes:

- ▶ **Motivación del paciente (cuánto está dispuesto a trabajar un paciente en rehabilitación).** La gente difiere en cuanto a sus niveles de motivación. Esta puede depender de la enfermedad, el tipo de rehabilitación y el potencial de recuperación de la persona. La personalidad también representa un factor; a algunas personas les gustan los desafíos mientras que otras se desempeñan mejor sin presiones. A veces es difícil saber si se debe responder con un método moderado o firme. Los elogios son siempre buenos, incluso si el progreso parece lento. Los cuidadores pueden ayudar hablando con el personal de rehabilitación sobre cómo su familiar ha lidiado con otros desafíos en su vida.
- ▶ **Relaciones con los terapeutas.** Es probable que su familiar trabaje con varios terapeutas. Por supuesto, cada uno de ellos tiene su propio estilo. Hágale saber a cada terapeuta qué estilo funciona mejor y solicite que esta información sea agregada al plan del tratamiento.
- ▶ **Expectativas.** Una de las partes más difíciles de la rehabilitación es ser realista con relación al nivel de recuperación que el paciente pueda lograr. Algunos pacientes logran una recuperación total y regresan al mismo nivel que antes. Otros pacientes mejoran sólo un poco. Usted y su familiar podrían necesitar ajustar sus expectativas y aprender nuevas formas de realizar las tareas cotidianas.
- ▶ **Sentimientos.** Los pacientes pueden experimentar varios sentimientos durante la rehabilitación. Pueden ser sentimientos sobre la lesión o la enfermedad misma, actitudes hacia la rehabilitación y el potencial de recuperación o ansias de recuperarse. Sentirse cansado, enojado, desalentado o abrumado es normal y es parte del proceso de rehabilitación. Hable con el personal si usted cree que

- ▶ estos sentimientos son tan fuertes en su familiar que podrían afectar el proceso de rehabilitación. Como cuidador familiar que observa o es parte del proceso de rehabilitación, también experimentará sentimientos fuertes. También podría necesitar a alguien con quien hablar. Podría ser útil hablar acerca estos sentimientos con un trabajador social, o bien puede consultar al personal sobre quién puede ayudarle.

## Cómo pueden ayudar los cuidadores familiares



La rehabilitación es una parte importante del cuidado y la recuperación de su familiar. Para obtener los mejores resultados en la rehabilitación, usted y su familiar deben entender los objetivos y las limitaciones de los servicios de rehabilitación y trabajar estrechamente con el personal. La rehabilitación es una ardua tarea, pero los resultados valen la pena el esfuerzo.

---

- ▶ **Tenga una buena relación con el personal de rehabilitación.** Hable con el personal sobre el plan de rehabilitación. Pregunte sobre el progreso de su familiar en el tratamiento. Haga saber sus inquietudes acerca del cuidado que recibe su familiar.
- ▶ **Aliente la independencia.** El propósito de la rehabilitación es lograr que el paciente sea lo más independiente posible. Usted puede ayudar a su familiar alentándolo a hacer todo lo que pueda. Esta es una muestra de amor, no una falta de respeto. No ayuda ser sobreprotector, ya que podría demorar el progreso del paciente.
- ▶ **Equilibre su necesidad de saber con el deseo de privacidad de su familiar.** Mientras que algunos pacientes desean siempre estar acompañados por los cuidadores, otros prefieren tomar sus sesiones de terapia solos. Hable con su familiar sobre el equilibrio justo entre estas opciones.
- ▶ **Estime cuándo y con qué frecuencia realiza sus visitas.** Si bien seguramente quiera ayudar a su familiar, es probable que usted también tenga otras responsabilidades que atender en el trabajo y el hogar. Incluso si sólo puede realizar visitas tarde en el día, también podrá hablar con el personal nocturno o hacer una cita para reunirse con el personal en otro momento.
- ▶ **Encuentre formas de ayudar.** Puede ayudar realizando visitas amistosas, trayendo fotos del hogar, asistiendo a reuniones del plan de cuidado, hablando con el personal sobre el alta, yendo a sesiones de rehabilitación o trabajando con los terapeutas.

## Pago de los servicios de rehabilitación

La cobertura de los seguros médicos puede ser confusa. Su familiar puede tener Medicaid, Medicare, seguro médico privado o una combinación de estos planes. Asegúrese de entender totalmente qué seguro médico va o no va a cubrir los costos. Le sugerimos que se informe mejor hablando con el departamento financiero del centro de rehabilitación de su familiar.

**A continuación se detallan algunos datos sobre el pago de los servicios de rehabilitación:**

**Medicaid.** Medicaid pagará la rehabilitación si su familiar cumple con las normas estrictas sobre el tipo y cantidad de servicio. Si su familiar es elegible para recibir los beneficios de Medicaid pero todavía no los recibe, el personal del centro de rehabilitación lo ayudará en el proceso de solicitud.

**Medicare.** Medicare puede o no pagar los servicios de rehabilitación provistos por un centro de enfermería especializada (SNF, por sus siglas en inglés). Para calificar, su familiar deberá:

- ▶ Necesitar los cuidados de un enfermero especializado 7 días a la semana o los servicios especializados de rehabilitación 5 días a la semana. Tener un certificado emitido por un médico o enfermero médico que indique que su familiar necesita estos servicios.
- ▶ Haber estado en un hospital por al menos 3 días consecutivos (sin contar el día de alta) dentro de los 30 días previos a ir a un SNF.
- ▶ Ser admitido en un SNF por la misma enfermedad o lesión por la que fue tratado en el hospital.
- ▶ Ser evaluado por el personal de rehabilitación al menos una vez por semana para comprobar si ha llegado a su potencial de recuperación. Medicare deja de pagar la rehabilitación cuando los pacientes alcanzan este nivel. Medicare usa el término “período de beneficio” para definir el tiempo otorgado para los servicios de rehabilitación. A continuación le mostramos algunos datos:

- ▶ El período de beneficio comienza el primer día en que su familiar es admitido en un hospital o un SNF y continúa durante un plazo de hasta 100 días. Finaliza cuando su familiar deja de recibir los servicios de un hospital o SNF por 60 días consecutivos. Medicare evaluará los informes del personal sobre el progreso de su familiar y dejará de pagar la rehabilitación cuando haya alcanzado su potencial de recuperación. Esto podría tomar menos de 100 días.
- ▶ Usted podrá apelar si Medicare dice que dejará de pagar los servicios de rehabilitación. Entienda que esto implica mucho papeleo. Para informarse sobre cómo apelar una decisión de Medicare, hable con la gente del departamento financiero del centro de rehabilitación.
- ▶ Medicare no establece límites en el número de períodos de beneficio que pueda tener un paciente.
- ▶ Cuando Medicare paga los servicios de rehabilitación, paga el costo total por los primeros 20 días y parte del costo de los siguientes 80 días. Su familiar o usted tendrán que pagar un costo de coseguro durante estos 80 días. Esta tarifa es fijada por Medicare y no por el centro de rehabilitación.

**Medicare y Medicaid.** Algunos pacientes son “doblemente elegibles”; esto significa que tienen Medicare y Medicaid al mismo tiempo. Cuando esto sucede, Medicaid paga los servicios de rehabilitación que no cubre Medicare.

**Seguro médico privado.** La mayoría de los planes de seguro médico siguen los mismos lineamientos que Medicare, pero pueden requerir evaluaciones más frecuentes del potencial de recuperación del paciente. Hable con la compañía de seguro médico cuando su familiar sea admitido en rehabilitación y a lo largo del curso del tratamiento.

## Otros costos

Incluso cuando Medicare u otro seguro médico paguen los costos de rehabilitación, usted o su familiar podrían tener que incurrir en otros costos, que pueden incluir:

- ▶ **Teléfonos privados, cortes de pelo y otros servicios de cuidado personal.**
- ▶ **Transporte en ambulancia.** Si bien Medicare u otro seguro médico pagarán una ambulancia para llevar a su familiar desde el hospital al centro de rehabilitación para pacientes internados, éste podría no pagar los costos de transporte a otros sitios para la realización de exámenes.
- ▶ **Servicios que recibe el paciente luego de alcanzar su potencial de recuperación** Algunos pacientes necesitan más tiempo que otros para alcanzar su potencial de recuperación. Si Medicare u otro seguro médico caducan, su familiar podría tener que trasladarse a otro centro. El personal evalúa a su familiar para obtener una mejor idea de qué servicios necesita. Usted o su familiar deberán pagar todos los costos que el seguro no cubra. Esta situación es bastante común, especialmente con los adultos de mayor edad. Lo bueno es que su familiar continúa progresando hacia la meta de la rehabilitación.