

## Universidad de California Davis

Ingeniería Biológica y Agrícola

One Shields Ave  
Davis, CA 95616

Teléfono gratuito  
(800) 477-6129

Teléfono  
(530) 752-1613

Fax  
(530) 752-2640

Correo electrónico  
calagra@ucdavis.edu

Director del programa  
Fadi Fathallah, Ph.D.



Ability Tools conecta a californianos con discapacidades a dispositivos de asistencia, herramientas, y servicios para mejorar sus vidas.

Sitio de web  
abilitytools.org

Correo electrónico  
info@abilitytools.org

Teléfono gratuito  
(800) 390-2699

Teléfono de texto  
(800) 900-0706

# CalAgrAbility **FACTact**

Soluciones Para Habilitar Comunidades Agrícolas

## En familia: ¿Es usted un proveedor de cuidados?

### ¿Qué es un proveedor de cuidado?

Cada año, millones de nosotros cuidamos un amigo o familiar que necesita ayuda especial para cuidar de sí mismo. Ayudamos con todo, desde el transporte y las tareas del hogar, hasta la toma de decisiones sobre la atención médica y el final de la vida. Hacemos estas cosas además de las diversas responsabilidades del rancho, como el cuidado del ganado, el cuidado de los cultivos y la operación de maquinaria. Aunque asumimos una amplia gama de responsabilidades, rara vez sabemos que somos cuidadores o proveedores de cuidado. Simplemente pensamos en nosotros mismos como hijos e hijas, padres, cónyuges, nietos y amigos. Reconocer que somos cuidadores es el primer paso para identificar el apoyo y los servicios disponibles para nosotros. Esto es especialmente importante para aquellos que trabajamos en una granja, rancho o cualquier trabajo relacionado con la producción agrícola.



CC: www.HCN.org

### ¿Cómo sé si soy un proveedor de cuidado?

El cuidado es diferente en cada familia. La Biblioteca de Medicina de los Estados Unidos define a un proveedor de cuidado como una persona que brinda atención a "alguien que necesita ayuda para cuidarse a sí mismo"<sup>1</sup>. Quizás su ser querido necesite ayuda debido a una lesión, una discapacidad o una enfermedad. Si bien esta definición parece bastante simple, es posible que aún se pregunte si usted es un proveedor de cuidado para su ser querido. ¡California AgrAbility puede ayudar!

### ¿Cómo puede ayudar California AgrAbility?

California AgrAbility entiende que asumir las responsabilidades de trabajar en el rancho junto con cuidar a un ser querido es un desafío. AgrAbility puede identificar si usted es un proveedor de cuidado y comenzar a conectarlo con otros recursos para que obtenga los servicios que necesita para apoyarse a sí mismo y a su familia. AgrAbility comúnmente habla con las familias agrícolas sobre las siguientes agencias y organizaciones para el apoyo de los proveedores de cuidado:

**Iglesias:** tienen fuertes lazos con la comunidad y apoyan con necesidad des prácticas, espirituales y emocionales de los proveedores de cuidado familiares y sus seres queridos.

**Clínicas de salud comunitaria:** brindan orientación y asistencia para encontrar programas locales y estatales de atención médica en el hogar y asistencia financiera para los proveedores de cuidado y sus seres queridos.

**Agencias regionales para personas mayores:** coordinan una variedad de servicios en todo California para adultos mayores, adultos con discapacidades y proveedores de cuidados familiares.

## ¿Dónde puedo empezar a buscar recursos que me apoyen en mi función de proveedor de cuidado?

Es fácil pasar por alto sus propias necesidades cuando está concentrado en las tareas que le esperan cada mañana en el rancho y en el cuidado de un ser querido. Es posible que se muestre renuente a pedir ayuda porque no se ve a sí mismo como un proveedor de cuidado, pero recuerde que lo es y que está bien pedir ayuda para cuidarse. Cuidarse mental y físicamente no solo mejora su salud y bienestar, sino que también lo ayuda a ser un cuidador más productivo y paciente. Hay varias agencias y organizaciones disponibles para los proveedores de cuidado en todo California que brindan recursos para ayudarlo a equilibrar sus funciones como trabajador agrícola y proveedor de cuidado.

### Alianza de Cuidadores Familiares

<https://www.caregiver.org/spanish/>  
(800) 445-8106

Alianza de Cuidadores familiares brinda servicios a los proveedores de cuidado familiares de adultos con impedimentos físicos y cognitivos. Sus servicios incluyen evaluación, planificación, habilidades de atención directa, programas de bienestar, servicios de relevo y vales de consulta legal / financiera. FCA, por sus siglas en inglés, es una agencia que aboga por los cuidadores desde hace mucho tiempo en las áreas de políticas, desarrollo de sistemas sociales y de salud, investigación y acercamiento público.



### Los Centros de Recursos para Cuidadores de California

<https://www.caregivercalifornia.org/?lang=es>  
(800) 635-0220

Los Centros de Recursos para Cuidadores de California son una red de 11 centros en todo California que sirven a proveedores de cuidado familiares que brindan apoyo a aquellos afectados por condiciones de salud crónicas y debilitantes. Los Centros de Recursos para Cuidadores de California sirven a miles de familias y cuidadores de diferentes ingresos.



### El Programa de Servicios Generales de Apoyo para Cuidadores del Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE.UU. (PGCSS)

[https://www.caregiver.va.gov/Care\\_Caregivers.asp](https://www.caregiver.va.gov/Care_Caregivers.asp)  
(855) 260-3274

El PGCSS, por sus siglas en inglés, apoya a los proveedores de cuidado informales mediante la provisión de recursos, educación y apoyo a los cuidadores de Veteranos. El Veterano no necesita tener una condición relacionada con el servicio, para la cual se necesita el cuidador, y puede haber prestado servicio durante cualquier época. No se requiere una solicitud formal.



### Centro Regional Alta

<https://www.altaregional.org/>  
(916) 978-6400

Centro Regional Alta es uno de los 21 centros regionales en el estado de California que ayudan a los padres de bebés, niños o adultos con discapacidades del desarrollo a navegar a través de los servicios y proveedores comunitarios del centro regional. Centro Regional Alta brinda asistencia con evaluación y diagnóstico, apoyo familiar, defensa de la protección legal para las personas y sus familias.



United States  
Department of  
Agriculture

National Institute  
of Food and  
Agriculture

[nifa.usda.gov/program/agrability](http://nifa.usda.gov/program/agrability)

CalAgrAbility es apoyado por USDA-NIFA.



CalAgrAbility apoya a comunidades agrícolas con discapacidades y enfermedades, preservando la calidad de vida.

[CalAgrAbility.UCDavis.edu](http://CalAgrAbility.UCDavis.edu)