



Departamento de Servicios Sociales de Connecticut  
Mejorando la Vida

**EXAMEN DE CERTIFICACIÓN DE AYUDANTE DE CUIDADO PERSONAL  
(PERSONAL CARE AIDE - PCA)**

=====

**Nombre de la Agencia:**

**Nombre del Empleado:**

**Fecha:**

***TODAS LAS RESPUESTAS SON VERDADERAS O FALSAS***

***VERDADERO O FALSO***

**1. Precauciones Universales**

**Guantes**

Cuando se esté cuidando de la persona, debe siempre ponerse guantes cuando:

1. \_\_\_\_ Toque la orina o las heces.
2. \_\_\_\_ La persona esté usando el inodoro.
3. \_\_\_\_ Se esté tocando la ropa sucia.
4. \_\_\_\_ Haga frío afuera.
5. \_\_\_\_ Saque la basura.

**Lavado de Manos**

¿Cuándo debe lavarse las manos?

6. \_\_\_\_ Después de cambiarle los Depends® a la persona.
7. \_\_\_\_ Después de ayudar a la persona a usar el inodoro.
8. \_\_\_\_ Después de usar el celular.
9. \_\_\_\_ Antes de tocar comida.
10. \_\_\_\_ Después de limpiar y desinfectar superficies.

VERDADERO O FALSO

---

**2. Comunicación**

Para comunicarse bien, es importante:

1. \_\_\_\_ Dejar que la persona exprese lo que necesita o quiere.
2. \_\_\_\_ Contarle a la persona la historia de la vida y los problemas de uno.
3. \_\_\_\_ Hacer preguntas si no se entiende.
4. \_\_\_\_ Pasar tiempo hablando por el celular.
5. \_\_\_\_ Con personas con demencia o enfermedad de Alzheimer, no utilizar demasiadas palabras o explicaciones largas porque puede resultar confuso.
6. \_\_\_\_ Puede que algunas personas no puedan hablar, así que usted solo tiene que sonreír y seguir haciendo lo que estaba haciendo.
7. \_\_\_\_ Ponerse en contacto con su supervisor si nota una diferencia en la habilidad de la persona de moverse, gestos, expresiones faciales de dolor.
8. \_\_\_\_ Interrumpir a la persona si habla demasiado para decirle lo que necesita y decirle a la persona que venga al grano.
9. \_\_\_\_ Debe comunicarle a la persona sus creencias políticas y religiosas.
10. \_\_\_\_ A veces, los movimientos, los gestos, las expresiones faciales, y los cambios en el cuerpo del cliente pueden comunicarle a usted que está ocurriendo algo que la persona no le está diciendo.

*VERDADERO O FALSO*

---

**3. Cambio en la Condición de la Persona**

Cuando hay cambios en la condición de una persona:

1. \_\_\_\_ Debe reportar los cambios de condición inmediatamente a su supervisor. No deje un mensaje de correo de voz. Hable con alguien directamente.
2. \_\_\_\_ Si ve manchas rojas en la piel de una persona, puede esperar a reportarlo hasta que empeore.
3. \_\_\_\_ Cambios repentinos de apetito deben reportarse inmediatamente a su supervisor.
4. \_\_\_\_ Si la persona tiene dificultades para orinar, estreñimiento, o diarrea frecuente, puede esperar a ver si mejora.
5. \_\_\_\_ Si la persona empieza a gritar mucho, dice palabras groseras y está enfadada siempre, debe reportarlo a su supervisor.
6. \_\_\_\_ Usted nota que la persona está empezando a dormir mucho más tiempo. No se necesita reportarlo a su supervisor. Como esta persona está cansada, hay que acostarla en la cama para que haga siestas con mayor frecuencia.
7. \_\_\_\_ Las personas que no pueden cambiar de posición en la cama o en una silla deben cambiarse de posición cada dos horas.
8. \_\_\_\_ El cuidado de la piel después del uso del inodoro es muy importante porque la orina y la materia fecal pueden ocasionar enrojecimiento y sarpullidos.

## Examen de Certificación de PCA

9. \_\_\_\_ Es importante que la personas beba suficientes fluidos para evitar la deshidratación a menos que haya restricción de fluidos en el plan de atención médica de esa persona.

10. \_\_\_\_ La piel de las personas mayores se resquebraja muy fácilmente y es importante evitar golpes y raspaduras.

*VERDADERO O FALSO*

---

**4. Posiciones**

¿Por qué es importante la Posición Correcta?

1. \_\_\_\_ Para aliviar la presión en las diversas partes del cuerpo.
2. \_\_\_\_ Para ayudar a la persona a ver el televisor.
3. \_\_\_\_ Para ayudar a la persona a que esté más cómoda.
4. \_\_\_\_ Para evitar problemas de salud causados por estar en cama durante mucho tiempo.
5. \_\_\_\_ Para evitar llagas de cama.

¿Cuáles son los Procedimientos de Posición Correcta?

6. \_\_\_\_ Tener todo el equipo asistivo necesario listo.
7. \_\_\_\_ Asegurarse de que la persona esté segura y cómoda.
8. \_\_\_\_ Hacer que la persona esté acostada sin encogerse y estirar a la persona del brazo para moverla por la cama.
9. \_\_\_\_ Cambiar de posición a la persona cada dos horas.
10. \_\_\_\_ Notar enrojecimientos o irritaciones de piel para que pueda reportarlas si empeoran.

*VERDADERO O FALSO*

---

**5. Levantamiento**

¿Cuáles son los Procedimientos Correctos para Levantar?

1. \_\_\_\_ Agacharse, sujetar a la persona por las axilas y levantarla.
2. \_\_\_\_ Ponerse cerca de la persona.
3. \_\_\_\_ Utilizar el mayor número posible de grupos musculares para mover a la persona para reducir estrés en la espalda.
4. \_\_\_\_ Acurrucarse y pararse para levantar a una persona pesada.
5. \_\_\_\_ Averiguar sin ayuda de nadie la manera de usar un elevador Hoyer para levantar una persona pesada.
6. \_\_\_\_ Coordinar sus movimientos con los movimientos de la persona.
7. \_\_\_\_ Para cambiar la dirección del movimiento de la persona, tuerza el cuerpo de usted, agáchese y baje a la persona.
8. \_\_\_\_ Mantener la espalda derecha y las rodillas y las caderas flexionadas con el peso distribuido sobre ambos pies.
9. \_\_\_\_ Debe encorvarse y agacharse para levantar a una persona del inodoro y transferirla a una silla de ruedas.
10. \_\_\_\_ Se puede utilizar un elevador Hoyer sin recibir capacitación.

*Verdadero o Falso*

---

**6. Transferencias**

¿Cómo se transfiere a una persona con seguridad?

1. \_\_\_\_ La persona debe llevar puestos zapatos o zapatillas debidamente ajustados.
2. \_\_\_\_ La posición de la silla de ruedas no es importante siempre que las ruedas estén afianzadas.
3. \_\_\_\_ La letrina portátil de la persona debe estar junto a la cama para que pueda transferirse a la persona con mayor facilidad.
4. \_\_\_\_ Cuando ayuda a la persona a usar el inodoro, debe ayudar a la persona a ponerse de pie y a bajarse los pantalones, y sentar a la persona en el inodoro con seguridad.
5. \_\_\_\_ Si la persona se ha caído varias veces, puede dejar que la persona se transfiera sin ayuda.



**7. Políticas de Medicamentos**

¿Cuáles son los procedimientos correctos para ayudar a una persona a tomar medicamentos?

1. \_\_\_\_ El PCA puede administrarle los medicamentos directamente a la persona.
2. \_\_\_\_ Un PCA nunca le pone inyecciones a la persona.
3. \_\_\_\_ El PCA puede ayudar a la persona a abrir la botella de pastillas y recordarle a la persona que se tome el medicamento según se ha recetado.
4. \_\_\_\_ El PCA puede tomarse algunas de las pastillas de la persona.
5. \_\_\_\_ El PCA puede darle medicamentos a la persona aunque las pastillas se hayan caído al suelo.
6. \_\_\_\_ Si se le cae la caja de medicinas, no le dé las pastillas a la persona y póngase en contacto con su supervisor.
7. \_\_\_\_ El PCA puede triturar el medicamento y ponerlo en compota de manzana o pudín si la persona no se quiere tomar las pastillas.
8. \_\_\_\_ Si los medicamentos tienen apariencia distinta o parece que se han estropeado debe notificárselo a su supervisor después de darle el medicamento a la persona.
9. \_\_\_\_ No administre pastillas o medicamentos, como medicinas para resfríos, que haya comprado en la tienda.
10. \_\_\_\_ Si la familia le dice que puede darle al cliente inyecciones de insulina, debe hacerlo.

VERDADERO O FALSO

**8. Procedimientos de Emergencia**

Cuando hay una emergencia, debe:

1. \_\_\_\_ Llevar a la persona al hospital en el automóvil de usted.
2. \_\_\_\_ Levantar a una persona y sentarla en una silla después de una caída.
3. \_\_\_\_ Reportar el incidente a su supervisor inmediatamente.
4. \_\_\_\_ No dejar nunca que una persona fume cerca de oxígeno.
5. \_\_\_\_ Buscar salidas accesibles en caso de que haya un incendio.
6. \_\_\_\_ Esperar en la sala de urgencias con personas que tengan demencia o enfermedad de Alzheimer hasta que se lleven a la persona a una habitación. Obtenga el permiso de su agencia para hacer esto.
7. \_\_\_\_ Aconsejarle a la persona que haga uso de su andador o bastón para evitar caídas.
8. \_\_\_\_ Dejar que la persona encuentre la manera de no chocar con muebles u obstáculos para llegar al cuarto de baño.
9. \_\_\_\_ Dejar que la persona apague las luces por la noche cuando va de camino al dormitorio para ir a la cama.
10. \_\_\_\_ Dejar que la persona intente levantarse sola después de caerse. Usted no necesita reportar las caídas cuando parece que la persona está bien.

VERDADERO O FALSO

**9. Reportes de Abuso, Descuido, Explotación y Abandono**

1. \_\_\_\_ En el caso de las personas de 60 años de edad o mayores, la ley requiere que usted y su agencia reporten el abuso, el descuido, la explotación y el abandono al departamento de Servicios de Protección de Ancianos.
2. \_\_\_\_ Debe ponerse en contacto con su supervisor inmediatamente si ve o sospecha abuso.
3. \_\_\_\_ Usted llega para su turno por la mañana y descubre que nadie ha estado con la persona desde el día anterior. Como la persona está bien, no se necesita reportarlo.
4. \_\_\_\_ La persona le dice que su nieto ha estado sacándole dinero de la cuenta corriente utilizando la tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (Electronic Benefit Transfer - EBT) para comprar los abarrotes del nieto y que ha estado usando la tarjeta de crédito de la persona para ir de compras. Como el cliente no puede llevar a cabo sus propias transacciones bancarias ni compras, no se necesita reportarlo.
5. \_\_\_\_ Cuando llega para su turno, ve que el vecino de la persona le está gritando, amenazando pegarle a la persona y empujándola. Éste es un ejemplo de abuso.

*VERDADERO O FALSO*

---

**10. Límites de los Proveedores de Cuidados**

¿Cuáles de éstos se consideran buenos límites?

1. \_\_\_\_ Usted y la persona se dan regalos para las fiestas, los cumpleaños, y otras ocasiones.
2. \_\_\_\_ La persona necesita unos artículos de la tienda, así que usted se lleva la tarjeta de débito para comprar durante la siesta de la persona. También puede comprarse usted algunos artículos en la tienda de comestibles si la persona le da permiso.
3. \_\_\_\_ Debe siempre obtener un recibo cuando utilice el dinero de la persona para comprar cosas.
4. \_\_\_\_ Está bien que su amigo lleve comida de su parte a la casa de la persona.
5. \_\_\_\_ Usted es un empleado en la casa de la persona.
6. \_\_\_\_ Si la persona se va a un hogar de ancianos, usted debe visitar a la persona durante sus horas libres.
7. \_\_\_\_ Si no puede encontrar niñera y no hay nadie que le sustituya, puede llevar a sus hijos a la casa de la persona mientras trabaja.
8. \_\_\_\_ Puede que la persona pueda ayudarle y darle consejos después de que hable de sus problemas económicos, sus peleas con su novio/novia o cónyuge, o los problemas de sus hijos.
9. \_\_\_\_ Si no tiene automóvil y no quiere tomar el bus, puede hacer que su novio(a) le lleve a trabajar a la casa de la persona.

## Examen de Certificación de PCA

10. \_\_\_\_\_ No debe nunca hacerse amigo de la persona en Facebook y no debe nunca publicar nada acerca de la persona, como fotos o comentarios, tanto buenos como malos.

*VERDADERO O FALSO*

---

**11. Personas con Lesiones Cerebrales Adquiridas** (sáltese esta sección si no trabaja con clientes con lesiones cerebrales adquiridas)

Las personas con lesiones cerebrales adquiridas:

1. \_\_\_\_ Puede que no entiendan lo que usted les dice.
2. \_\_\_\_ Recuerdan todo lo que le oyen decir a usted y a otras personas.
3. \_\_\_\_ Puede que no puedan decir lo que quieren decir.
4. \_\_\_\_ Tienen cambios de ánimo, se ponen ansiosas, deprimidas o irritables.
5. \_\_\_\_ Frecuentemente, las personas con lesiones cerebrales adquiridas tienen destrezas muy buenas de toma de decisiones y resolución de problemas, un juicio muy acertado, y gran capacidad de aprender.

Si una persona se enfada, usted debe:

1. \_\_\_\_ Decirle a la persona que se tiene que calmar y dejar de hablar.
2. \_\_\_\_ Aumentar mucho el volumen del televisor para distraer a la persona.
3. \_\_\_\_ Permanecer calmado y hablar en voz baja.
4. \_\_\_\_ Amenazar a la persona con consecuencias negativas si no se calma.
5. \_\_\_\_ Poner a la persona en una esquina de la habitación y limitar su movimiento.

*Verdadero o Falso*

---

**Causas de Agitación y Agresión en las Personas con Demencia o Enfermedad de Alzheimer**

1. \_\_\_\_ Generalmente, las personas se enfadan por alguna razón, así que es útil el poder averiguar la razón por la cual está enfadada la persona.
2. \_\_\_\_ Si la persona se empieza a estresar y a frustrarse, intente ayudar antes de que se disguste la persona.
3. \_\_\_\_ Generalmente, las personas que necesitan servicios de PCA se sienten solas, así que debe hacer que mucha gente venga a la casa y que haya mucha música fuerte para animarlas.
4. \_\_\_\_ Si es usted un PCA nuevo que acaba de conocer a la persona y la persona se disgusta y le dice palabras groseras, es porque la persona es hostil y gruñona.
5. \_\_\_\_ Puede que la persona no pueda decirle que tiene puesto un Depends® mojado, y que tiene que ir al baño, y que se ponga enfadada y que se disguste.

*VERDADERO O FALSO*

---

**12. Baños**

1. \_\_\_\_ La seguridad en el cuarto de baño es muy importante.
2. \_\_\_\_ Se puede dejar a la persona sola en la bañera o en la ducha si se tiene que contestar el teléfono.
3. \_\_\_\_ No deje nunca que la persona se meta en la bañera o en la ducha hasta que haya comprobado la temperatura del agua.
4. \_\_\_\_ Debe lavar el área de los genitales de atrás a delante.
5. \_\_\_\_ No corte las uñas de los dedos de las manos ni de los pies.



**13. El Baño con las Personas con Demencia, Enfermedad de Alzheimer o Déficits Cognitivos**

1. \_\_\_\_ Debe darle a la persona un baño o una ducha a distintas horas cada día porque se aburre con la misma rutina diaria.
2. \_\_\_\_ A muchas personas mayores no les gusta bañarse porque tienen miedo de tener demasiado calor. Asegúrese de que la temperatura del cuarto es fresca antes de empezar.
3. \_\_\_\_ Debe reportar enrojecimientos u otros tipos de cambios en la piel a su supervisor.
4. \_\_\_\_ Si la persona no se quiere bañar, hable de algo que le guste a la persona o de algo positivo y gratificante y es posible que cambie de opinión.
5. \_\_\_\_ Dígale a la persona lo que está haciendo para mantenerla calmada.

*VERDADERO O FALSO*

---

**14. Cómo dar un Baño en la Cama**

1. \_\_\_\_ No necesita comprobar la temperatura del agua ya que el agua está en un recipiente y se va a enfriar.
2. \_\_\_\_ Asegúrese de que la persona no puede caerse de la cama.
3. \_\_\_\_ Reporte llagas o enrojecimientos a su supervisor.
4. \_\_\_\_ Debe quitarle con agua el jabón a la persona.
5. \_\_\_\_ Lave primero el área de los genitales.

**15. Lavado de Cabeza**

11. \_\_\_\_ La persona se puede lavar la cabeza por sí sola si le es posible hacerlo.
12. \_\_\_\_ Si la persona no quiere que se le lave la cabeza nunca, no se le tiene que lavar. Es más fácil que intentar convencer a la persona de que se lave la cabeza y estresarse por ello.
13. \_\_\_\_ Debe reportar enrojecimientos, caspa excesiva o problemas de piojos a su supervisor.
14. \_\_\_\_ A muchas personas no les gusta que les caiga agua en la cara, así que usted debe hacer que la persona se ponga con la cara en dirección contraria a la fuente directa del agua.
15. \_\_\_\_ Si la persona parece estable en la ducha, puede irse a poner la ropa sucia en la lavadora y doblar la ropa de la secadora.

*Verdadero o Falso*

---

**16. Cómo Lavar la Cabeza en la Cama**

1. \_\_\_\_ Asegúrese de que tiene todos los artículos que necesita antes de empezar.
2. \_\_\_\_ Debe empezar vertiendo agua en la cabeza de la persona. No se preocupe si las almohadas se mojan.
3. \_\_\_\_ Intente mantener seco el piso poniendo un cubo o cubeta grande en el piso y ponga una sábana o toalla debajo del cubo.
4. \_\_\_\_ Si el pelo de la persona es corto, en vez de verter agua para mojar el pelo, puede restregarle un paño húmedo por el pelo.
5. \_\_\_\_ Asegúrese de que la temperatura de la habitación sea cálida y compruebe la temperatura del agua antes de empezar.

*Verdadero o Falso*

---

**17. Cuidado Oral**

1. \_\_\_\_ Tener buen cuidado oral es importante para la salud general de una persona para evitar enfermedades de encía, caries, dolores de muelas, otros tipos de dolor, y otros tipos de problemas de salud.
2. \_\_\_\_ No es necesario ponerse guantes porque no va a tocarle la boca a la persona.
3. \_\_\_\_ Cepille los dientes con mucha fuerza al lavarlos para asegurarse de que estén limpios.
4. \_\_\_\_ Cepille los dientes de arriba abajo porque hace que la placa se aleje de las encías.
5. \_\_\_\_ Reporte enrojecimientos, sangrado o llagas a su supervisor.