Sistema
de **Cuidados**

BAREMO DE DEPENDENCIA

FORMULARIO PARA
SU APLICACIÓN

Sistema de **Cuidados**

COMER Y BEBER				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Reconocer y/o alcanzar los alimentos servidos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Cortar o partir la comida en trozos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Usar cubiertos para llevar la comida a la boca	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Acercarse el recipiente de bebida a la boca	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

HIGIENE PERSONAL RELACIONADA CON LA MICCIÓN Y DEFECACIÓN				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Acudir a un lugar adecuado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Manipular la ropa	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Adoptar o abandonar la postura adecuada	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Limpiarse	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

LAVARSE																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Abrir y cerrar canillas	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavarse las manos	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Acceder a la bañera, ducha o similar	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavarse la parte inferior del cuerpo	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavarse la parte superior del cuerpo	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable
PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos
APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial
TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

Sistema de **Cuidados**

REALIZAR OTROS CUIDADOS CORPORALES																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Peinarse	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Cortarse las uñas	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavarse el pelo	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavarse los dientes	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

VESTIRSE																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Reconocer y/o alcanzar la ropa y el calzado	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Calzarse	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Abrocharse los botones o similar	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Ponerse la ropa en la parte superior del cuerpo	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Ponerse la ropa en la parte inferior del cuerpo	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

MANTENIMIENTO DE LA SALUD																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Solicitar asistencia médica	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Aplicarse las medidas médicas recomendadas	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Evitar situaciones de riesgo dentro del domicilio	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Evitar situaciones de riesgo fuera del domicilio	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Pedir ayuda ante una urgencia	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable
PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos
APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial
TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

Sistema de **Cuidados**

CAMBIAR Y MANTENER LA POSICIÓN DEL CUERPO				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Cambiar de posición horizontal a sentarse en la cama	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Permanecer sentado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Cambiar de sentado en una silla a estar de pie	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Permanecer de pie	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Cambiar de estar de pie a sentarse en una silla	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Transferir el propio cuerpo mientras esta sentado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Transferir el propio cuerpo mientras esta acostado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Cambiar el centro de gravedad del cuerpo mientras esta sentado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Cambiar el centro de gravedad del cuerpo mientras esta acostado	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

DESPLAZARSE DENTRO DEL HOGAR																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Realizar desplazamientos para vestirse	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Realizar desplazamientos para comer	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Realizar desplazamientos para lavarse	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Realizar desplazamientos no vinculados al autocuidado	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Realizar desplazamientos entre estancias no comunes	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Acceder a todos los lugares comunes del hogar	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable

PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos

APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial

TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

DESPLAZARSE FUERA DEL HOGAR				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Acceder al exterior	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realizar desplazamientos alrededor del edificio	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realizar desplazamientos cercanos en entornos conocidos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realizar desplazamientos cercanos en entornos desconocidos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realizar desplazamientos lejanos en entornos conocidos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realizar desplazamientos lejanos en entornos desconocidos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

REALIZAR TAREAS DOMÉSTICAS																			
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Preparar comida	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Hacer las compras	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Limpiar y cuidar la vivienda	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Lavar y cuidar la ropa	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable
PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos
APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial
TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

Sistema de **Cuidados**

PARTICIPACION EN LA VIDA SOCIAL Y COMUNITARIA				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Participación en asociaciones formales	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Participación en asociaciones informales	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Participación en la vida comunitaria	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Participación en juegos	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Participación en deportes	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Participación en aconteci-mientos artísticos y culturales	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Realización de manualidades	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Aficiones	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Socialización	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Otras actividades de tiempo libre	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y AUTONOMÍA PSÍQUICA																
	Nivel de desempeño				**Problema**			**Apoyos personales**				**Tipo de frecuencia**				
Expresa placer-displacer	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Reconoce y expresa emoción	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Reconoce y respeta códigos sociales	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Comunicación y recepción de mensajes hablados	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Comunicación y recepción de mensajes no verbales	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4
Hablar	AD	ND	NOC	NA	F	M	A	SP	FP	SM	AE	0	1	2	3	4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable

PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos

APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial

TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

APLICABLE A LAS PERSONAS CON CONDICIONES DE SALUD QUE AFECTAN SUS FUNCIONES MENTALES				
	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Decidir sobre la alimentación cotidiana	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Dirigir los hábitos de higiene personal	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Planificar los desplazamien-tos fuera del hogar	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Decidir sus relaciones interpersonales con personas conocidas	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Decidir sus relaciones interpersonales con personas desconocidas	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Gestionar el dinero del presupuesto cotidiano	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Disponer su tiempo y sus actividades cotidianas	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Resolver el uso de servicios a disposición del público	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

	Nivel de desempeño	**Problema**	**Apoyos personales**	**Tipo de frecuencia**
Conoce su dirección personal	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Sabe cuales son sus actividades diarias	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Conoce su agenda semanal	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Maneja calendario	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4
Utiliza transporte colectivo	AD ND NOC NA	F M A	SP FP SM AE	0 1 2 3 4

NIVEL DE DESEMPEÑO
AD: Afirmativo (puede hacerlo solo)
ND: Negativo por Dependencia
NOC: Negativo por Otras Causas
NA: No Aplicable

PROBLEMA
F: Físico
M: Mental
A: Ambos

APOYOS PERSONALES
SP: Supervisión
FP: Física Parcial
SM: Sustitución Máxima
AE: Apoyo Especial

TIPO DE FRECUENCIA
0: Casi nunca
1: Algunas veces
2: Bastantes veces
3: Mayoría de las veces
4: Casi siempre

PORTAL DE CUIDADOS

0800 1811 TELÉFONO FIJO
***1811 CELULARES ANTEL**
SISTEMADECUIDADOS.GUB.UY

Ministerio de Desarrollo Social, Administración Nacional de Educación Pública, Banco de Previsión Social, Congreso de Intendentes, Instituto del Niño y el Adolescente del Uruguay, Ministerio de Economía y Finanzas, Ministerio de Educación y Cultura, Ministerio de Salud, Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, Oficina de Planeamiento y Presupuesto.

Juntos cuidamos mejor.