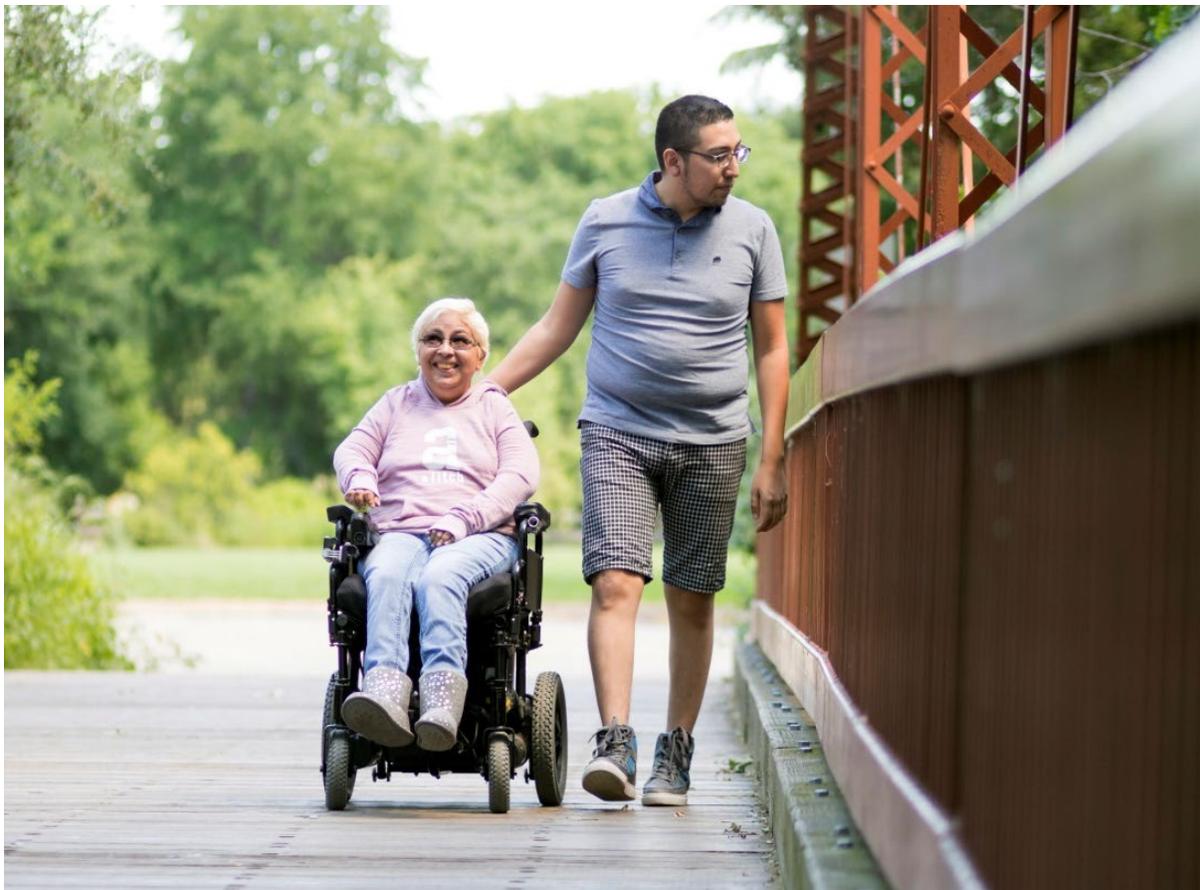




# Envejecimiento: Recursos para la salud de las personas mayores



La población de personas mayores, de 65 años o más, llegaba a 46 millones en 2014 y representa aproximadamente un 15 % de la población de los EE. UU. Para 2030, habrá

aproximadamente 74 millones de personas mayores, lo que representará un 21 % de la población de los EE. UU.

El proceso de envejecimiento suele ser la causa de muchos problemas que enfrentan las personas mayores a medida que tratan de realizar sus actividades diarias. Después de todo, el envejecimiento afecta la piel, los huesos y el cerebro. Pero muchos problemas son generados por la casa, ya que la mayoría de las viviendas no están equipadas para asistir a las personas con movilidad reducida o movimientos limitados. Sin embargo, debido a las innovaciones y tecnología recientes, se han rediseñado numerosas modificaciones para la casa y aparatos de asistencia para que tengan un aspecto menos institucional de modo que se han vuelto más aceptables para ser utilizados en la casa.

Los cuidados en la casa están destinados a evitar una institucionalización prematura al brindar los servicios de apoyo necesarios que permitan que una persona viva en su casa. Se dispone de programas y servicios de cuidados a domicilio para permitir que se envejezca en el lugar y permitir que las personas mayores permanezcan en su casa, preservando así la autoestima, la dignidad y la independencia. Algunos servicios con los que las personas mayores pueden necesitar asistencia incluyen el cuidado personal, el mantenimiento de la limpieza de la casa, las comidas y la administración del dinero. Se puede obtener más información sobre muchos de estos servicios de la Agencia sobre Envejecimiento del Área local, oficinas sobre envejecimiento locales y estatales o servicios sociales, organizaciones tribales o centros para personas mayores cercanos locales y estatales.

Fuente: Older Americans 2016: Indicadores clave de bienestar

### **Recursos en español**

#### **American Association of Retired Persons (AARP)**

#### **Asociación Americana de Personas Retiradas**

<https://www.aarp.org/espanol/>

601 E. St., N.W.

Washington, DC 20049

Teléfono: 877-342-2277

La AARP es una organización conformada por socios que provee numerosos recursos de interés para personas mayores.

#### **Medline Plus: Salud de las personas mayores**

<https://medlineplus.gov/olderadulthealth.html>

#### **MSKTC: Qué debe saber acerca del envejecimiento y de las lesiones de la médula espinal**

<https://msktc.org/sci/factsheets/qué-debe-saber-acerca-del-envejecimiento-y-de-las-lesiones-de-la-médula-espinal>

#### **Oficina para la Protección Financiera del Consumidor**

<https://www.consumerfinance.gov/es/herramientas-del-consumidor/>

P.O. Box 2900

Clinton, Iowa 52733

Línea gratuita dentro de los EE. UU.: 855-411-CFPB (2372)

La Oficina para Estadounidenses Mayores es una división especial dentro de la Oficina para la Protección Financiera del Consumidor de EE. UU. que se dedica a la protección y la educación financiera de estadounidenses de 62 años y más.

## Recursos en inglés

### **Administration for Community Living (ACL)**

#### **Administración para la Vida en Comunidad**

<https://acl.gov/>

La Administración para la Edad Avanzada es el organismo principal del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. Destinado a cumplir con las disposiciones de la **Ley de Estadounidenses Mayores de 1965** (OAA, por sus siglas en inglés), según enmiendas (42 U.S.C.A. § 3001 et seq.). La OAA promueve el bienestar de las personas mayores al proveer servicios y programas destinados a ayudarlas a vivir de manera independiente en sus casas y comunidades. La Ley también empodera al gobierno federal para que distribuya fondos a los estados para servicios de apoyo a personas de más de 60 años. La Administración para la Edad Avanzada es parte de la Administración para la Vida en Comunidad.

#### **ACL: Localizador de cuidados para personas mayores**

<https://eldercare.acl.gov/home>

Teléfono: 800-677-1116

Correo electrónico: [eldercarelocator@n4a.org](mailto:eldercarelocator@n4a.org)

Provee información sobre programas y recursos para el envejecimiento.

#### **Easter Seals: Servicios para adultos mayores con discapacidades**

<https://www.easterseals.com/programs-and-services/senior-services/>

141 W. Jackson Blvd., 1400A

Chicago, IL 60604 |

Línea gratuita dentro de los EE. UU.: 800-221-6827

Correo electrónico: [info@easterseals.com](mailto:info@easterseals.com)

#### **Independent Transportation Network (ITN) America**

#### **Red de Transporte Independiente de América**

<https://www.itnamerica.org/>

479 Main St

Westbrook, ME 04092

Teléfono: 207.857.9001

Correo electrónico: [info@itnamerica.org](mailto:info@itnamerica.org)

ITN America ofrece programas que permiten que las personas mayores intercambien sus propios automóviles para pagar viajes y permiten que los conductores voluntarios almacenen créditos de transporte para sus propias necesidades de transporte futuras. El Programa Road Scholarship de ITN convierte los créditos de los voluntarios en un fondo para viajeros de bajos ingresos y el programa de certificados de regalo ayuda a hijos

adultos a apoyar las necesidades de transporte de sus padres en sus barrios o en toda la nación.

### **Instituto Nacional sobre el Envejecimiento**

<https://www.nia.nih.gov/espanol>

El Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento (NIA, por sus siglas en inglés), forma parte del gobierno federal de los Estados Unidos. Ofrece información sobre el envejecimiento y la salud a adultos mayores, a personas que proporcionan cuidados y a otros individuos.

### **Justice in Aging**

<https://justiceinaging.org/our-work/>

1444 Eye Street

NW Suite 1100

Washington, DC 20005

Teléfono: 202-289-6976

Correo electrónico: [info@justiceinaging.org](mailto:info@justiceinaging.org)

Una organización nacional que usa el poder de la ley para luchar contra la pobreza de las personas mayores al obtener acceso a cuidados de la salud asequibles, seguridad económica y los tribunales para adultos mayores con recursos limitados.

### **National Center on Elder Abuse (NCEA)**

<https://ncea.acl.gov/>

El NCEA, financiado por la Administración para la Vida en Comunidad, difunde información sobre el abuso de personas mayores a profesionales y al público y provee asistencia técnica y capacitación a organizaciones con base en los estados y en la comunidad.

La información en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este mensaje.

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL), del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los Estados, como parte de un premio de asistencia financiera por un total de 10 000 000 dólares, financiado en un 100 por ciento por la ACL/HHS. El contenido es de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de la ACL/HHS o del Gobierno de los Estados Unidos, ni su respaldo.