

Cómo promover el bienestar de las personas mayores en el contexto del COVID-19

Cartilla informativa para funcionarios públicos



Save the Children

“

En los medios sale la preferencia entre el adulto o el joven, ambos necesitan ayuda. Los adultos han construido, han sacrificado su vida, y al final son ignorados, los dejamos aislados para que puedan morir.

”

“

Estar en la casa metida, no hacer nada. Antes mi trabajo era mucho movimiento. Extraño eso. No puedo visitar, llamar para las reuniones. No sé hasta cuándo durará esto

”

Testimonios de personas mayores,
recogidos en mayo de 2020.

Edición y diseño:
Colectivo. Comunicación
y Sostenibilidad SAC

Ilustraciones:
Christiaan Mateo

Contenido & Revisión:
Humanity & Inclusion

Diagramación:
Elisa Espinoza

Humanity & Inclusion
www.hi.org



Humanity & Inclusion Perú
Programa América Latina

ÍNDICE

	Presentación	4
01	Impacto de la pandemia por COVID-19 en las personas mayores	5
02	Barreras que enfrentan las personas mayores	6
03	Cómo promover el bienestar de las personas mayores en el contexto del COVID-19	8
04	Dónde acceder a mayor información y recursos	10

Este documento abarca las actividades de ayuda humanitaria realizadas con la asistencia financiera de la Unión Europea. Las opiniones expresadas en él no deben interpretarse en modo alguno como la opinión oficial de la Unión Europea. La Comisión Europea no se hace responsable del uso que se pueda hacer de la información contenida en el documento.

Presentación

En el contexto de crisis sanitaria por el COVID-19 se requiere implementar servicios y medidas de protección a la población en situación de mayor vulnerabilidad, entre ellos a las **personas mayores**.

Para llevar a cabo la necesaria implementación de dichos servicios a nivel local, su rol como funcionario público es vital. Desde Humanity & Inclusion hemos preparado una breve cartilla informativa para acompañar su labor con las personas mayores, para garantizar el cumplimiento de sus derechos y reconocer su valor como ciudadanas y ciudadanos.

Según la legislación nacional, son consideradas personas mayores aquellas que tengan 60 y más años de edad. Al primer trimestre del año 2020, el 44% de los hogares del país tenía entre sus miembros al menos una persona en este rango de edad. Del total de hogares del país, el 27% tiene como jefe o jefa de hogar a una persona mayor. Existen más mujeres que hombres mayores como cabeza de hogar.

Las personas mayores precisan de una atención que responda a sus necesidades diferenciadas, reconozca su autonomía y capacidades, al igual que su rol como actores sociales. Esta cartilla pretende informar sobre cómo impacta la pandemia en sus vidas y las barreras que enfrentan en esta situación. Además, busca orientar sobre acciones de protección y promoción del bienestar de esta población.

01.

Impacto de la pandemia por COVID-19 en las personas mayores

El impacto de la emergencia sanitaria por COVID-19 representa una serie de desafíos en materia de atención y protección de la población adulta mayor, que se complejizan al considerar la interseccionalidad con otros criterios, como por ejemplo, género y discapacidad.

El principal desafío es el acceso a tratamientos y atención médica. Debido al colapso de los sistemas de salud, los altos costos de los servicios sanitarios y las medidas para contener la propagación de la pandemia, muchas personas mayores están teniendo mayor dificultad para acceder a servicios de atención y apoyo esenciales, sobre todo aquellas con discapacidades y condiciones crónicas de salud.

Hay preocupación respecto a los efectos de las medidas de distanciamiento físico en la salud mental y el bienestar general de las personas mayores a causa del posible aislamiento social, los cambios en las rutinas diarias y la pérdida de autonomía. La violencia

contra las personas mayores es también un tema sobre el cual se requiere establecer medidas de protección y atención, al existir un mayor riesgo de situaciones de maltrato y negligencia.

Las medidas para restringir la movilidad y el confinamiento domiciliario establecidas para la población mayor de 65 años tienen un importante impacto económico y social. Muchas personas mayores que aún necesitan generar ingresos para sustentarse no están pudiendo cubrir sus necesidades básicas y están en riesgo de caer en la pobreza. Esta situación se agudiza en el caso de las mujeres, por su doble rol (no reconocido económicamente) de trabajadoras y cuidadoras.

02.

Barreras que enfrentan las personas mayores

Envejecer es parte del ciclo vital, pero no todas las personas mayores enfrentan esta etapa en las mismas condiciones de bienestar, acceso a servicios y ejercicio de sus derechos. Estas diferencias determinan, asimismo, vulnerabilidades diferenciadas por condiciones de género, discapacidad y origen étnico, entre otras.

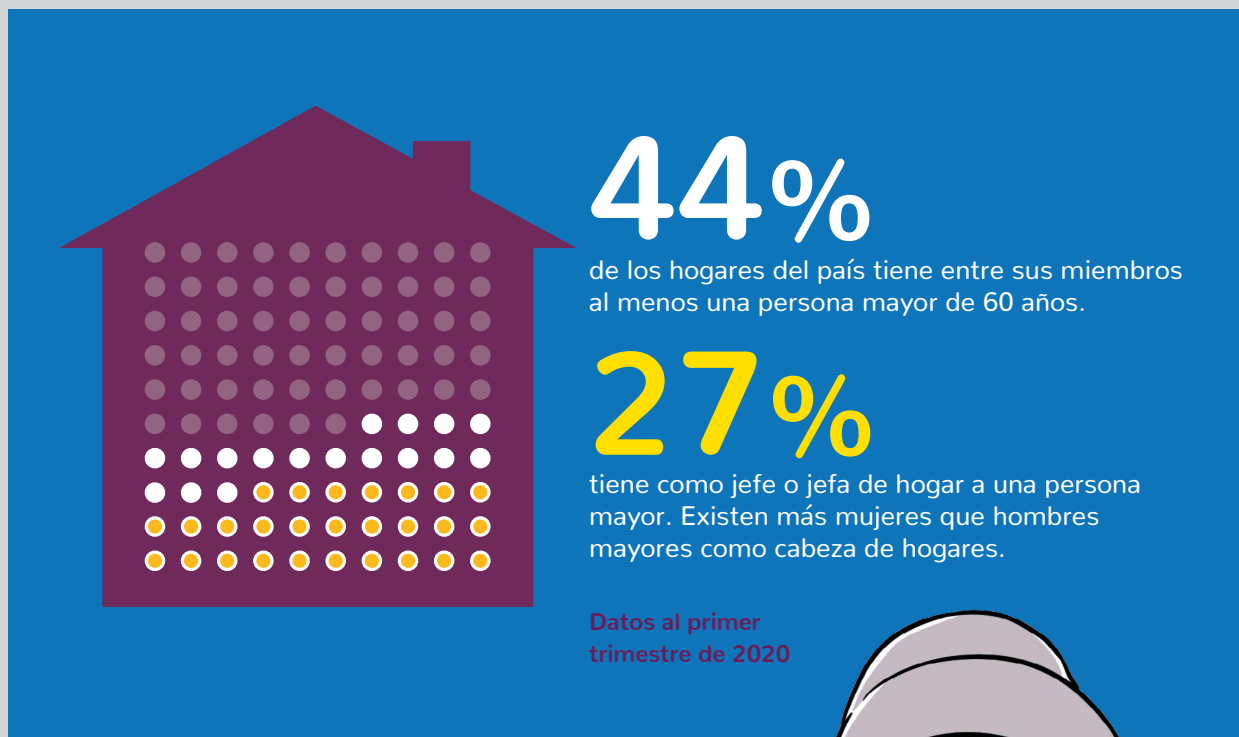
En el contexto de la pandemia por COVID-19, las personas mayores no solo se encuentran en mayor riesgo de sufrir complicaciones de salud, sino también en creciente riesgo de sufrir pobreza, discriminación y aislamiento.

- **Barrera de acceso a servicios:** el colapso del sistema de salud y los altos costos de los servicios sanitarios implica desafíos básicos para el acceso a tratamientos y atención médica. Las personas mayores con discapacidades y enfermedades crónicas experimentan más dificultades para acceder a medicación y asistencia continua. Según datos del INEI, previos a la pandemia, una de cada cuatro personas de 60 y más años no acude a un establecimiento de

salud, ya sea porque le queda lejos, no le genera confianza o se demoran en atenderla.

- **Desprotección social:** es importante reconocer que muchas personas mayores aún tienen la total necesidad de trabajar para poder sustentarse. El 56% de las personas mayores es parte de la población económicamente activa y solo el 36% está afiliado a un sistema de pensión.
- **Aislamiento y exclusión social:** La soledad y el aislamiento en la que viven muchas personas mayores son condiciones que influyen en su capacidad de respuesta y recuperación ante la enfermedad. Según

/ Personas mayores



el INEI, el 7,4% de las personas mayores y el 10,3% de las mujeres mayores, además de vivir solos, no participan en organización alguna. La falta de una red de soporte comunitaria es otro factor que afecta su capacidad de bienestar y resiliencia.

- **Barreras actitudinales:** Existe una percepción negativa de las personas mayores y la vejez que deriva en actitudes de discriminación, como ser consideradas una carga social, tomar decisiones en su nombre o dificultar su acceso a bienes o servicios básicos. En el contexto de la pandemia, el riesgo de discriminación a las personas mayores ha aumentado: pueden ser ignoradas o dejadas de lado por la menor capacidad de atención del sistema de salud y las restricciones para controlar el contagio pueden vulnerar su derecho a la participación.

25%

de la población de 60 a más no acude a establecimientos de salud, ya sea porque le queda lejos, no le genera confianza o tardan mucho en atenderla.



03.

Cómo promover el bienestar de las personas mayores en el contexto del COVID-19

- **Priorizar de manera efectiva la atención de las personas mayores en los servicios públicos y programas sociales evaluando su situación en el contexto actual.** Es vital conocer sus necesidades, dificultades y asegurar el acceso a artículos esenciales como alimentos, materiales de higiene y medicamentos. Asimismo, garantizar el acceso a la información utilizando los medios de comunicación preferidos por ellos.
- **Reforzar las medidas de prevención y protección:** brindar información sobre prácticas saludables, medidas de prevención del contagio y acciones a seguir en caso de una emergencia de salud o síntomas de COVID-19. Contactar con los servicios locales de protección y atención a la violencia basada en género para conocer los servicios que brindan y las rutas de referencia.
- **Brindar orientaciones de autocuidado.** Sentirse preocupado, ansioso o triste son reacciones normales en un contexto como el actual. Por ello, es necesario compartir consejos de autocuidado, como tener una alimentación balanceada, establecer una rutina diaria de ejercicios y mantenerse comunicado con familiares y amigos. Es importante también, alertar

/ Personas mayores

Mantener el contacto cercano con familiares y amigos es importante para el bienestar de todos, especialmente de las personas mayores.



sobre prácticas de riesgo como la automedicación o el consumo excesivo de programas radiales o televisivos.

- **Informar con un lenguaje sencillo, utilizando diversos medios y formatos:** compartir información sobre el COVID-19 con las personas mayores, sus familias y de ser el caso sus cuidadores, en un lenguaje claro y sencillo, y en formatos accesibles. La difusión de los mensajes debe realizarse en una variedad de medios (radios comunitarias, llamadas telefónicas, mensajes de textos, redes sociales, etc.).
- **Derivar a servicios de salud:** articular la prestación de servicios de atención e inmunizaciones con

el sector salud a nivel local. Orientar a las personas sobre servicios de salud de acceso remoto o cercanos a sus zonas de residencia, incluyendo servicios de salud mental.

- **Promover redes locales de soporte social.** Es esencial que las personas mayores reciban el apoyo de sus comunidades para atender necesidades básicas de alimentación y salud, al igual que para contribuir a su bienestar emocional y disminuir el aislamiento durante el periodo de emergencia por la pandemia. Las nuevas tecnologías ofrecen el recurso de las redes sociales como medio de interacción y comunicación a distancia.

04.

Dónde acceder a mayor información y recursos

Normativa sobre medidas y pautas para la implementación de servicios de atención y protección durante la emergencia por Covid-19

- **Manual para la red de soporte a personas mayores y personas con discapacidad.**
<https://www.gob.pe/institucion/midis/informes-publicaciones/542903-manual-para-la-implementacion-a-nivel-local-de-la-red-de-soporte-para-la-persona-adulta-mayor-con-alto-riesgo-y-la-persona-con-discapacidad-severa-para-la-prevencion-y-control-del-covid-19>
- **Medidas de protección temporal a favor de las personas adultas mayores en situación de riesgo.**
<https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/aprueban-la-directiva-n-005-2020-midis-denominada-documen-resolucion-ministerial-n-066-2020-midis-1865419-1/>
- **Medidas para garantizar la atención y protección de víctimas de violencia durante la emergencia por Covid-19.**
<https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-legislativo-que-establece-medidas-para-garantizar-la-decreto-legislativo-n-1470-1865791-1/>

Páginas web con información y recursos

- **Página web HelpAge.**
<http://www.helpagela.org/>
- **Guía: Pautas para una comunicación inclusiva y accesible. Proyecto Bridging the gap.**
https://bridgingthegap-project.eu/wp-content/uploads/ES_BtG_Communication_Guidelines_final.pdf
- **Página web Organización Panamericana de la Salud. Década de envejecimiento saludable (2020 – 2030).**
<https://www.paho.org/es/decada-envejecimiento-saludable-2020-2030>
- **Página web Banco Interamericano de Desarrollo. Panorama de Envejecimiento y Atención a la Dependencia.**
<https://www.iadb.org/es/panorama/panorama-de-envejecimiento>

**#NosCuidamos
EntreTodasyTodos**

Este material ha sido elaborado en el marco del proyecto “Enfoque multinacional para fortalecer la inclusión y la protección en la gestión del riesgo de desastres en las instituciones públicas, autoridades y sociedad civil” implementado en Perú por Humanity & Inclusion y Save the Children con el apoyo financiero de la Unión Europea.



Financiado por
Unión Europea
Protección Civil y
Ayuda Humanitaria



Save the Children