

PASO A PASO

No.39 AGOSTO 1999

LA GENTE DE EDAD 

El envejecimiento y el desarrollo

por Alison Tarrant

SEA DONDE SEA que viva una persona, el envejecimiento es un proceso que sin duda traerá desafíos consigo. La mayoría de la gente desea permanecer independiente a medida que envejece y seguir contribuyendo a sus familias y comunidades; pero el proceso de envejecimiento puede acarrear consigo algunas dificultades. En particular, los ancianos tienen más probabilidades de enfrentar inseguridad económica, mala salud o invalidez. En muchos países, la mayoría de la gente llega a la vejez después de una vida de pobreza, mala alimentación y atención de salud y, con frecuencia, años de extenuante trabajo físico.

La gente a menudo cree que el envejecer no es un problema en los países del Tercer Mundo porque las expectativas de vida son más cortas, pero esto no es verdad. Hoy en día, la mayoría (61%) de la población del mundo mayor de 60 años de edad vive en países del Tercer Mundo. Esta proporción aumentará a 70% en el año 2025. Estas poblaciones están envejeciendo mucho más rápido que las de los países industrializados. En 1995, la población del mundo mayor de los 60 aumentaba en alrededor de un millón de personas al mes. Casi el 80% de este aumento ocurría en el Tercer Mundo.

La idea de que muchas personas mayores son receptores pasivos de ayuda y apoyo es incorrecta. En su trabajo con personas de edad, HelpAge International (HAI) ha encontrado que son muy capaces, llevando a cabo con frecuencia una infinidad de diferentes actividades para autosostenerse. Por todo el mundo, la mayoría de la gente continúa trabajando hasta avanzada edad. Esta contribución normalmente pasa desapercibida porque la mayoría de este trabajo no es remunerada y se efectúa dentro de la familia o en el sector informal, razones por las que queda sin documentar.



Foto: Richard Hanson, Tearfund

EN ESTE NUMERO

- El envejecimiento y el desarrollo
- Necesidades cambiantes de las personas ancianas en Sudáfrica
- Cartas
- Cuidado de las personas ancianas en la casa
- Estudios de caso: Las experiencias de las personas de edad
- Estudio de la Biblia: La sabiduría de los viejos y los jóvenes
- Recursos
- Cómo enfrentar la bomba del milenio

PASO A PASO

ISSN 0969-3858

Paso a Paso es un folleto trimestral que une a los trabajadores sanitarios con los trabajadores del desarrollo en todo el mundo. Tearfund, editores de *Paso a Paso*, esperan que las nuevas ideas creadas sean de ayuda y estimulen el trabajo comunitario. Es una forma de alentar a los cristianos de todo el mundo a trabajar juntos con la finalidad de crear una comunidad estable y unida.

Paso a Paso es gratis para la gente que trabaja en campañas de promoción de la salud y del desarrollo. Lo tenemos disponible en inglés, francés, español y portugués. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir, dándonos sus puntos de vista y enviándonos cartas, artículos y fotos.

Directora: Isabel Carter
PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire,
WV16 4WQ, Inglaterra
Tel: +44 1746 768750
Fax: +44 1746 764594
Email: imc@tearfund.dircon.co.uk

Encargada de Idiomas: Sheila Melot

Comité Editorial:

Dra Ann Ashworth, Simon Batchelor, Mike Carter, Jennie Collins, Paul Dean, Richard Franceys, Martin Jennings, Dr Ted Lankester, Sandra Michie, Nigel Poole, Louise Pott, José Smith, Ian Wallace, Mike Webb

Ilustraciones: Rod Mill

Diseño: Wingfinger Graphics, Leeds

Traductores:

L Bustamante, Dr J Cruz, S Dale-Pimentil, S Davies, T Dew, N Edwards, R Head, J Hermon, M Leake, M Machado, O Martin, J Martinez da Cruz, N Mauriange, J Perry

Lista de Correos: Escribanos con una breve descripción de su trabajo, especificando el idioma que desea a: Footsteps Mailing List, 47 Windsor Road, Bristol, BS6 5BW, Inglaterra.

Cambio de dirección: Por favor, indique el número de referencia de la etiqueta que lleva su dirección al darnos a conocer un cambio de dirección.

Los artículos e ilustraciones de *Paso a Paso* pueden ser adaptados para uso en material de capacitación, para estimular la salud y el desarrollo rural, con tal de que el material se distribuya gratis y se le dé crédito a *Paso a Paso*, Tearfund. Se debe pedir autorización antes de reproducir el contenido de *Paso a Paso*.

Las opiniones y puntos de vista expresados en las cartas y artículos no necesariamente reflejan los puntos de vista de la directora o de Tearfund. La información provista en *Paso a Paso* se verifica con todo el rigor posible, pero no podemos aceptar responsabilidad por cualquier problema que pueda ocurrir.

Publicado por Tearfund, compañía limitada. Reg. en Inglaterra No 994339. Reg. de caridad No 265464. Tel: +44 181 977 9144

TEARFUND



CHRISTIAN ACTION WITH THE WORLD'S POOR

El envejecer plantea desafíos particulares a las mujeres.

Cómo ayudar a la gente de edad sin gastar dinero

- Ceder el asiento a una persona mayor en un bus o un tren repletos.
- Permitir a una persona mayor que pase adelante en la cola en una tienda o en una clínica.
- Invitarlos a las celebraciones o cocinar un poco de comida adicional y compartirla con una persona mayor.
- Si sabe de coser, ayudar a remendar sus ropas o ayudarles con otras reparaciones prácticas o con la limpieza.
- Ayudarles con el trabajo pesado, como acarrear agua o hacer las compras o trabajar en sus jardines o tierras.
- En conjunto, una comunidad puede reparar sus casas o incluso construirles una nueva.
- Ayudarles a leer y a rellenar cuentas y formularios.
- Los jóvenes pueden visitar a los viejos y charlar con ellos.
- Muchas personas de edad han llevado vidas muy interesantes. Los escolares pueden entrevistarlos y escribir sus anécdotas.
- Tener en cuenta a los ancianos solitarios y visitarlos. Incluir a todas las personas de edad en la vida de la comunidad.

Adaptado de *Ageways* 49

Dos de los problemas que las personas de edad consideran de mayor importancia son la seguridad económica y la buena salud. En muchos de los países más pobres muy pocas personas reciben jubilaciones de cualquier tipo y aquellos que las reciben, a menudo encuentran que son inadecuadas incluso para las necesidades más básicas. En los casos en que las jubilaciones no existen o son insuficientes, los ancianos tienen que depender del apoyo de la familia o de la comunidad o que trabajar para conseguir su propio ingreso. La seguridad de tipo tradicional ofrecida por el apoyo de la familia hacia los familiares mayores puede faltar en los

casos en que los hijos se han ido a trabajar a las ciudades o a otros países, los hijos han muerto de SIDA o las iniciativas del gobierno han desarraigado a integrantes de la familia a otras partes del país.

La buena salud es de vital importancia para las personas de edad, no sólo porque mejora por lo general la calidad de la vida, sino porque le permite a la gente continuar trabajando y contribuyendo a sus comunidades. Sin embargo, la gente de edad que necesite atención médica quizás no la pueda encontrar fácilmente, sobre todo si viven en regiones rurales. Pueden haber servicios de salud muy limitados y la atención existente tal vez esté fuera del alcance de las personas de edad, ya sea porque no pueden pagarla o porque no pueden llegar adonde se encuentre. También es común que la gente de edad crea que muchas de las dolencias atribuidas a la edad son parte inevitable del envejecimiento y que no hay nada que se pueda hacer al respecto. De hecho, muchas de estas dolencias, tales como las cataratas, son curables.

Gracias a su experiencia de trabajo con gente de edad por todo el mundo, HAI ha descubierto que la forma más efectiva de apoyarla es trabajar con ellos en proyectos que ellos mismos hayan identificado como adecuados a sus necesidades. Estas son generalmente iniciativas basadas en la comunidad. En Sri Lanka, por ejemplo, se aperó un minibús con equipos de atención primaria de salud y medicamentos básicos, el que actualmente visita las comunidades en las zonas de las plantaciones donde antes la gente de edad no tenía acceso a la



Foto: Tearfund

atención de salud. En Manila, en las Filipinas, hay personas de edad que están estudiando para hacerse trabajadores de salud comunitarios, proporcionando atención de salud y educación básicas para otras personas de edad en su región. En Uganda, una agrupación de mujeres de edad utilizó una beca para comprar algunos cerdos. Los cerdos se están criando y el ingreso que las mujeres obtienen de ellos se comparte entre las integrantes del grupo que lo utilizan para ayudar a pagar las matrículas de sus nietos (en esta región muchos niños han perdido uno o ambos padres a causa del SIDA) y para comprar alimentos básicos. Se ha establecido también un fondo para ayudar a cubrir el costo de parte de las reparaciones a las casas de las integrantes más pobres de la agrupación.

Las mujeres son importantes en este mundo que envejece. En casi todos los países del mundo las mujeres tienden a vivir más que los hombres, por lo cual muchas de las personas más viejas son mujeres. El envejecer también plantea desafíos particulares a las mujeres. En muchos lugares las chicas y las mujeres reciben menos educación, tienen menos oportunidades de trabajo y reciben menos atención de salud y nutrición que los chicos y los hombres. Esto afecta a su salud, posición económica y capacidad para ganarse la vida cuando llegan a una edad avanzada. Las mujeres más viejas quizás tengan también problemas de salud particulares como resultado de haber tenido numerosos embarazos y partos cuando eran jóvenes.

Las mujeres tienen más probabilidades de vivir solas en la edad avanzada que los hombres. En muchos lugares las mujeres se casan con hombres mayores que ellas y no tienden a volverse a casar si enviudan o se divorcian. Al igual que el impacto social y emocional de vivir solas, es más probable

Una de las ilustraciones de *Adding Health to Years* por Gill Garrett, reseñado en la página 14.



que las mujeres ancianas vivan en la pobreza, ya que puede ser mucho más difícil para una mujer sola ganarse la vida, especialmente si carece de apoyo familiar. Nuestra experiencia con programas de crédito para personas mayores demuestra que por lo general las mujeres son un excelente riesgo crediticio: establecen pequeños negocios que tienen por lo menos tanto éxito, y a veces más, que los negocios establecidos por hombres.

1999 ha sido declarado el Año Internacional de las Personas de

Edad por la ONU. Esto ofrece una oportunidad especial para que todos tratemos de ver más allá de la típica visión de sus necesidades y, en vez de eso, de valorizar su conocimiento y experiencia e incluirlos en trabajos que los beneficiarán no sólo a ellos sino a la comunidad en su conjunto.

Alison Tarrant es Oficial de Comunicaciones en el Secretariado de HAI, una red global de organizaciones que trabajan con y para la gente mayor: 67-74 Saffron Hill, London, EC1N 8QX, Inglaterra.



DE LA DIRECTORA

TENGO LA FORTUNA de guardar claros recuerdos de mis cuatro abuelos e incluso de dos de mis bisabuelos. Tuve una relación muy especial con una de mis abuelas, que murió a la edad de 95 años. Hasta un par de años antes de su muerte, fue una maravillosa fuente de sabiduría y de recuerdos. Me beneficié en gran medida de su ejemplo. Durante recientes visitas a Uganda y Ghana, en los numerosos grupos de agricultores que visité conocí a muchas personas mayores que me recordaron a mi abuelita. Tenían el mismo interés en la vida y en la gente, la misma preocupación por participar y ayudar. Para muchos el trabajo agrícola se ha hecho difícil; sin embargo, todavía se les aprecia mucho en el grupo, ya que ayudan a cuidar a los niños más pequeños de otros miembros, dan consejos, preparan la comida y venden productos en la feria. A menudo comentaban cuánto significaba para ellos pertenecer al grupo, sabiendo que si se enfermaban otros miembros se encargarían de cuidarlos y que todos vendrían a su funeral, una cosa que les causaba gran tranquilidad. Los grupos con miembros de diversas edades eran un poderoso recordatorio tanto del papel importante de las personas mayores como de lo que significaba para otros la participación de la gente mayor.

Este número muestra muchos aspectos del proceso de envejecer y proporciona la oportunidad de escuchar directamente los puntos de vista de varias personas mayores. La gente de edad tiene muchas cosas que compartir y contribuir, aunque algunos también necesitan apoyo práctico o médico en particular a medida que envejecen.

Este año el mundo celebra el Año Internacional de las Personas de Edad. Hay muchas formas en que todos pueden celebrar esto en su región. Las sugerencias incluyen organizar visitas, bailes, competencias de todo tipo, acertijos, conciertos, exposiciones o una fiesta para ancianos.

Paso a Paso 40 celebrará su décimo aniversario con noticias de lo que Uds., los lectores, realizan con la información que reciben de nuestras páginas. Los números futuros cubrirán el manejo de recursos naturales y la capacitación.

Isabel Carter

Las necesidades cambiantes de las personas de edad

UNA EXPERIENCIA SUDAFRICANA

por Val Kadalie

'En un contexto africano es bastante poco común tener un hogar para ancianos.'
Aunque esto es muy cierto del resto de África, la situación sudafricana tiene muchas diferencias en lo que respecta al cuidado de los ancianos.

Perspectiva histórica

Sudáfrica es una democracia joven que cambia con rapidez. Antes de 1994 habían enormes desigualdades en todos los aspectos de la vida entre los diferentes grupos sociales. Las formas de organizar las vidas de los ancianos sudafricanos varían ampliamente. Una de las mayores diferencias es que, entre los grupos acaudalados, las personas de edad prefieren vivir independientemente, mientras que entre los más pobres varias generaciones tienden a vivir juntos.

Las políticas del apartheid han dejado un gran legado de desigualdad, aunque esto está mejorando gradualmente. Algunos ejemplos de esta desigualdad son:

- Antes de 1994, el gobierno proveía muy poco en lo que se refiere a financiar hogares o jubilaciones para ancianos de raza negra. Muchos negros vivían en medio de una gran pobreza y esto aún continúa hoy en día.
- Mientras que el 10,5% de los ancianos blancos vive en hogares, sólo el 0,5% de los negros tiene esta posibilidad (aunque muchos dirían que esto da una muy mala impresión de la sociedad blanca).
- Sudáfrica no tiene un sistema de previsión obligatorio. Muy pocas personas negras de edad reciben jubilaciones, aunque la mayoría de los blancos las reciben. Para los que no tiene una jubilación al retirarse, el estado provee una ayuda social, siempre que la persona demuestre que no tiene medios. La mayoría de los sudafricanos de edad, de los cuales el 90% son negros, dependen de esta ayuda de alrededor de US \$80 al mes.
- Los jubilados negros a menudo mantienen a miembros de la familia que no tienen trabajo y a sus nietos. No es

raro encontrar entre 7 y 9 personas que dependan de una pensión estatal mensual.

- En la sociedad tradicional, los hijos son la fuente más importante de apoyo para sus mayores, con un 90% de personas negras de edad que viven con sus hijos.

Mirando al futuro

El problema de la pobreza durante la vejez no es pura imaginación. La economía sudafricana no será capaz de sostener la creciente cantidad de gente de edad, por lo que la prioridad la constituirán los extremadamente pobres. Muchos otros corren el riesgo de quedar marginados de los beneficios.

Es probable que la cantidad de personas de edad aumente de los 2 millones actuales a más de 3 millones en el curso de los próximos doce años; el grupo que aumenta con mayor rapidez son las mujeres de 85 años o más. Las redes de cuidado familiar tradicionales que enfrentan las dificultades de una urbanización acelerada y desafíos del período post-apartheid están a menudo sometidas a una enorme presión. Pueden tener muy pocos recursos, si es que los tienen, para ayudar a proveer atención especial para la gente de edad, particularmente los muy débiles o los enfermos mentales.

Sin embargo, sólo el 5% de todas las personas mayores están enfermas de gravedad o muy débiles. La gente de edad constituye una enorme fuente de potencial que se utiliza muy poco en nuestro país.

Luz, color, ruido

El Centro GH Starck en Ciudad del Cabo abrió sus puertas en

1982 como un milagro de oraciones escuchadas sobre el trasfondo explicado anteriormente y del desalojo forzado de comunidades enteras bajo las leyes de segregación. Se hizo realidad gracias a la visión y generosidad del fallecido George Henry Starck, originario del Reino Unido, pero que se había establecido en Sudáfrica.

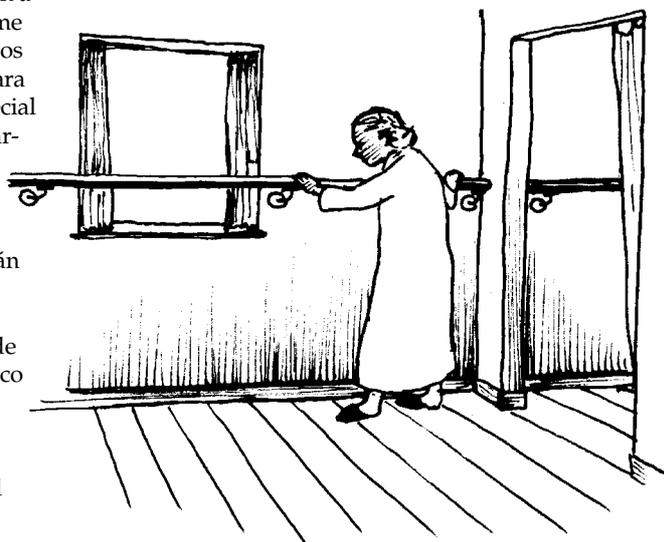
Estamos autorizados para albergar a 52 ancianos residentes. Operamos sobre la base de un sistema familiar, con los residentes en unidades familiares de alrededor de diez personas cada una. Cada unidad familiar tiene una madre adoptiva que vive con ellos y es responsable por el grupo. Las madres son gente común y corriente de la comunidad capacitadas aquí en todos los aspectos de la atención de ancianos. La atención médica es la responsabilidad de personal capacitado.

Nuestro centro es acogedor y lleno de luz, color, ruidos y opciones. Los hogares de ancianos pueden aislarse fácilmente de la comunidad. Sin embargo, creemos que nuestros residentes no deben jamás transformarse en receptores pasivos de atención, sino que deben mantenerse informados y participar en actividades comunitarias.

Opciones

Hemos iniciado muchas actividades que han traído gran alegría y emoción a la vida de muchos cientos de ancianos, tanto aquí como en otros centros.

Olimpiáticas anuales Esto combina las palabras 'olimpiadas' y 'geriátricas' y es un día deportivo y de diversión para gente de 60 o mayores. Las actividades van desde una marcha espectacular, carreras cómicas, hasta postas en que participan entre 40 y 50 equipos de ancianos provenientes de varios hogares y clubes de ancianos. Se llevan a cabo paralelamente actividades especiales para los muy débiles y de pista para los de edad más activa.



Como resultado de esta actividad, el gobierno ha establecido un programa nacional de deportes y recreación para gente de edad.

Intercambio de vacaciones Durante estas actividades anuales, prácticamente cambiamos camas con los residentes de otros hogares de ancianos durante doce días. Esta ha sido una maravillosa forma de exponer a los ancianos del campo a la vida en la ciudad y viceversa. Ha llevado a profundas amistades y con el pasar del tiempo ha dado por resultado tres bodas.

Normalmente, alrededor de 80 ó 90 ancianos toman parte cada año. Cada hogar se compromete a proporcionar un programa completo de actividades y visitas a lugares de interés, tanto para sus propios residentes como para los visitantes durante el período de 'vacaciones'.

Competencia de cocina La gente de edad que vive en hogares raramente tiene la posibilidad de continuar con sus habilidades culinarias tradicionales, por lo que desafiamos a otros hogares de ancianos a una competencia anual de cocina. Se invita a los residentes a que proporcionen las recetas de los platos favoritos que preparaban para sus familias. Luego, un experto en cocina selecciona 12 de éstas. La competencia se lleva a cabo en presencia de un jurado. Finalizamos comiendo los platos preparados por nuestros viejos residentes. Los platos son de un estándar muy elevado. Las recetas se publican en una revista familiar muy popular.

Actividades relacionadas con la iglesia

Nuestro hogar de ancianos es un 'hogar de la iglesia' para muchas personas en nuestra comunidad. Hay un catecismo para los niños, en tanto que la comunidad se congrega constantemente en nuestro hogar, con grupos juveniles, estudios de la Biblia / grupos de oración, consejería sobre drogas y reuniones de mujeres. Esto impide el aislamiento de la comunidad en su conjunto.

Trabajadores de atención comunitaria Hemos capacitado a grupos de personas de la comunidad para que nos ayuden a atender a los ancianos que viven en sus casas, a los que convalescen de derrames cerebrales y como ayuda adicional para el personal de nuestro centro. Este trabajo es en su mayoría voluntario, aunque les pagamos por el tiempo que trabajan aquí en el centro. Proporcionamos el apoyo profesional, supervisión, recursos prácticos y la capacitación que necesitan en forma permanente.

Rehabilitación de derrames cerebrales El hospital cercano no cuenta con personal suficiente y está bajo una gran presión. Es



Foto: Teatfund

La gente de edad debe mantenerse informada y participar en los asuntos de la comunidad.

incapaz de proporcionar atención de salud adecuada para nuestros ancianos.

A causa de esto, operamos un activo club para convalecientes de derrames cerebrales. Todas las semanas asisten entre 40 y 50 personas que han sobrevivido derrames cerebrales. La mayoría son personas de avanzada edad pero, debido a las necesidades, también atendemos a personas más jóvenes que han sufrido derrames cerebrales. Recaudamos nuestro propio financiamiento para proporcionar terapeutas capacitados. El club está mayoritariamente atendido por voluntarios, que son un don de Dios para nosotros.

Cuidado diurno y de apoyo Proporcionamos cuidado diurno para ancianos de manera que las personas que los cuidan en la casa puedan continuar trabajando para sustentar a sus familias. Además, se proporciona cuidado de apoyo para fines de semana o hasta cuatro semanas, para dar períodos de descanso a las personas que cuidan a ancianos, las que también pueden ser de edad.

Proyectos de responsabilidad social Las mujeres que ofician de jefes de hogar estimulan a sus 'familias' a que trabajen en conjunto para juntar fondos durante el año para las obras de caridad que deseen. Esto les recuerda a los residentes que todavía tienen un valer en su avanzada edad. El contribuir a las vidas de los demás les da un gran sentido de autoestima.

VIH / SIDA Nuestro hogar de ancianos es también un recurso para la gente con VIH / SIDA. Se proporciona atención de emergencia a los que tienen necesidades desesperadas mientras esperan que se

encuentre atención alternativa. Hemos tenido el privilegio de ofrecer ayuda práctica a muchos adultos y niños.

Actividades con niños Algunas escuelas de la localidad han adoptado nuestro centro. Tenemos una colección de objetos y artesanías muy viejos que provocan una fascinante discusión con los niños acerca de la vida, los tiempos y los métodos de antaño. Los niños también participan activamente en actividades tales como las Olímpicas, tanto como voluntarios como en el papel de apoyo a los equipos.

Vida abundante y aprendizaje

Reconocemos la importancia de ayudar a los ancianos a quedarse con sus familias y comunidades tanto como sea posible, pero la realidad de las cosas en nuestro país hoy en día es que los servicios de apoyo simplemente no están a la mano para la mayoría de nuestros ancianos. Aunque la generosidad de GH Starck al establecer este hogar no esté disponible en otras partes, las actitudes y actividades pueden ciertamente repetirse en cualquier parte.

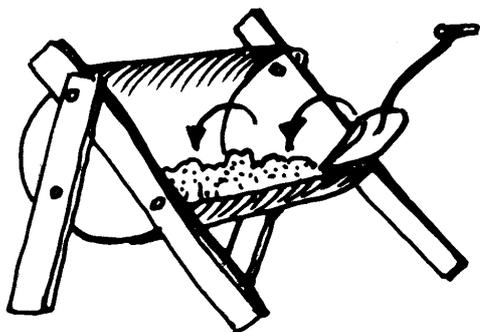
Es nuestra convicción que Jesucristo promete vida abundante incluso hasta avanzada edad. Cuando la internación en nuestro hogar se hace necesaria para una persona de edad, queremos que esa estadía no sea una de decepción y desesperanza sino una oportunidad positiva para seguir teniendo oportunidades, vida y aprendizaje.

Val Kadalie es una enfermera geriátrica altamente calificada que ha sido la Matrona del GH Starck Centre de la Misión de Ciudad del Cabo durante 17 años. PO Box 36091, Glosderry 7702, Sudáfrica.



Mezcladora de cemento

EL MEZCLAR GRANDES CANTIDADES de concreto o cemento para construcción a mano en el suelo es un trabajo que rompe las espaldas. Es mejor mezclar en una carretilla de mano, pero la carretilla no tiene la forma ideal para trabajar la mezcla con pala. Esta es mi sugerencia, la que es fácil de realizar.



Cortar un tambor de combustible de 40 galones por la mitad y a lo largo y utilizar cuatro tablas con seis pernos y tuercas para fijar todo. Vaciar vertiendo en el suelo o en una carretilla. Avísennos si resulta útil.

Rod Mill
Sancton Drawing Services
High Street, Sancton
YO4 3QT
Inglaterra

Triciclo para minusválidos

ME INTERESO MUCHO la carta que mencionaba un triciclo diseñado para minusválidos. Hace muchos años participé en una obra similar en Zambia. Después de 15 años, me di cuenta de que el desafío real era de establecer estas empresas comercialmente. Es posible hacer esto sea donde sea que haya un mercado pequeño para estos productos. Una empresa comercial tiene más posibilidades de llevar a una producción continuada que los esfuerzos caritativos.

D J Buchanan
The British Council
58 Whitworth Street, Manchester
M1 6BB, Inglaterra

Misteriosa enfermedad caprina

EN UNA VISITA RECIENTE a un proyecto en Orissa, India, la gente del



lugar nos contó que sus cabras se estaban muriendo de una misteriosa enfermedad que les descomponía la carne. Mediante varios contactos, supimos que esta enfermedad era probablemente causada por el hecho de que las cabras comían hojas venenosas, tales como el zuzón o la adelfa que causan daño al hígado y hacen la piel muy sensible a la luz solar. La gente de allí tenía poca experiencia en la crianza de cabras. Mantenían a las cabras enjauladas y les traían ellos mismos el forraje. Cuando se las deja deambular, las cabras rara vez comen algo que les haga daño. Sin embargo, parece que si se recogen hierbas y luego se las mezcla, pueden tal vez comer plantas venenosas.

Pensamos que esta información puede ser útil para otros que comiencen con la crianza de cabras. Hay que tener cuidado de asegurarse que todo el forraje proporcionado sea adecuado para el consumo animal. Mejor aún, cultivar uno mismo las plantas de forraje recomendadas.

David y Shirley Todd
8 Hall Close, Mottram
Cheshire, SK14 6LJ
Inglaterra

Un aliento a las agrupaciones de mujeres

En la Misión Católica de Ngaoundaye, República de África Central, Céleste, una voluntaria italiana, comenzó a trabajar con el fin de formar un grupo de mujeres en 1993. Los dos primeros años se destinaron a establecer contactos, a conocerse mutuamente y a descubrir cómo organizar un grupo que durase. Céleste trabajó con Rohané, una colega de la localidad y, donde fuese que la gente mostrara interés, organizaron capacitación sobre el papel de las miembros de comité, tales como presidenta, secretaria y tesorera.

Desde 1995 en adelante los grupos decidieron cuáles serían sus objetivos y reglas, además de sus actividades preferidas. Céleste y Rohané proveyeron algo de capacitación en la manufactura de lociones de tocador, jabones, confituras, producción de harina de mandioca (*garí*) y batik. Varios de los grupos estaban interesados en establecer pequeñas tiendas. Otros se dedicaron a producir lociones. Cuatro de ellos decidieron operar un molino harinero para simplificar la vida diaria. Dos de ellos comenzaron a cultivar un campo comunitario.

Los grupos pronto se dieron cuenta de que una actividad económica, especialmente la tienda de la aldea, requería de una contabilidad muy precisa, lo que estaba fuera de sus habilidades. Casi todos querían recibir clases de alfabetización. Un joven siguió un curso de capacitación del gobierno en la enseñanza funcional de alfabetismo. Pasó sus conocimientos a diez monitores voluntarios que comenzaron clases con grupos en 1997-8.

Dos grupos habían considerado abrir un restaurante, pero sus esposos se opusieron a esto porque no querían que sus esposas salieran de casa por las noches. Otro grupo había comprado nueces durante la cosecha para venderlas cuando subiera el precio. Esto fue un fiasco total porque el grupo no había aprendido todavía a trabajar bien en conjunto y puso en práctica este esquema demasiado temprano.

Las mujeres han aprendido a pensar antes de ponerse en acción. No es suficiente tener una buena idea para que la actividad tenga éxito. Un grupo con un molino harinero pagó en forma voluntaria los costos de transporte de su monitor de enseñanza de alfabetización, una verdadera señal de progreso.

Enviado por Chantal Gaudin. Rohané Anne-Marie y Céleste Manenti son animadoras que trabajan en la Misión Católica de Ngaoundaye.

Cómo mantener las cabras a raya

EL AÑO PASADO plantamos muchos árboles nuevos. A su alrededor plantamos un círculo de *Crotolaria ochroleuca* con un propósito doble. En primer lugar, la crotolaria proporcionaba sombra, refugio y nitrógeno a los árboles nuevos. En segundo lugar, durante la larga estación seca las cabras de la aldea deambulan por los alrededores en busca de comida. No les gustó la paja dura y seca de la crotolaria que estaba alrededor de los árboles nuevos, los que así estuvieron fuera del alcance de su apetito.

Sister Elisabeth van Grieken
Kalilo Catholic Church
PO Box 10434, Chingola
Zambia

DE LA DIRECTORA:

Se pueden obtener paquetes experimentales de semillas de: ECHO, 17430 Durrance Road, North Fort Myers, FL 33917-2239, EEUU.

Aceite de castor

LEO REGULARMENTE *Paso a Paso* y la encuentro estimulante y útil. Encontré la información acerca de la moringa y el neem muy útil. A causa de esto, escribo para pedir información acerca de la planta que da la semilla de aceite de castor. Este es un arbusto grande que crece con rapidez con hojas parecidas a la asimina (papaya). Las semillas parecen escarabajos con piel a manchas y crecen en sépalos cubiertos de púas. ¿Hay usos de esta planta que los lectores puedan compartir?

D Ishenge
PO Box 684
Makurdi
Benue State
Nigeria



DE LA DIRECTORA:

Este gran arbusto se encuentra en muchas partes de los trópicos. Las semillas son ricas en aceite y pueden cosecharse de las flores grandes y erectas cuando están maduras. Sin embargo, las semillas contienen un veneno mortal que es fatal tanto para los humanos como los animales, por lo que **jamás deben tragarse**. Se quita la dura corteza exterior, después de lo cual se puede extraer el aceite con una prensa aceitera. También, el bagazo es altamente venenoso. El aceite puro tiene un olor desagradable pero varios usos importantes. En dosis muy pequeñas se usa para tratar el estreñimiento. Es muy útil en ingeniería, en mezclas de pinturas y para hacer jabón, pero, a causa de su naturaleza tóxica, tal vez sea mejor utilizar otras semillas oleaginosas.

Una enfermedad nueva

¿HAN NOTADO OTROS LECTORES del Africa Occidental una enfermedad que afecta a los árboles *Parkia clappertonia* y *Prosopis africana* que se encuentra muy a menudo en esta región? Los árboles comienzan a perder las hojas en algunas de sus ramas, estas ramas se mueren y gradualmente se muere el árbol completo.

Si no encontramos la causa y posible cura, esto se transformará en algo muy serio. Los frijoles de ambos árboles son nutritivos y se usan en todas las casas en forma fermentada para saborizar sopas y estofados y se usan también como cultivo comercial.

Sister Hilary Claffey
Holy Rosary Convent
PO Box 824, Makurdi
Benue State
Nigeria

Infecciones micóticas

RECIENTEMENTE un grupo de científicos internacionales discutió en un congreso en Viena el aumento de las infecciones micóticas entre las mujeres de Uganda y no encontró una respuesta. Los participantes carecían de experiencia del Africa rural. Yo creo que hay una sola respuesta: la toalla familiar. Muchas familias tienen sólo una toalla que comparten todos los miembros de la familia. Estas se lavan en agua fría. Si un miembro de la familia tiene una infección micótica, el hongo se establece en la toalla y contagia a todos los demás. Las mujeres que visitan a parientes del campo tal vez regresen con una infección que les causa una descarga y prurito en la vagina. Sus maridos a veces piensan que han sido infieles y las golpean, sin comprender la verdadera razón.

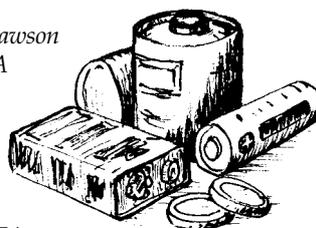
¿La respuesta? Tratar la infección con ayuda médica. Si fuese posible, usar diferentes toallas o telas para cada miembro de la familia. Calentar las toallas a temperatura cercana al hervor en forma regular o utilizar un jabón desinfectante fuerte para destruir el hongo.

Siegfried Gerber
Kenya

Abono peligroso

LOS AGRICULTORES siempre me han preguntado si es aconsejable utilizar abono de basura urbana. Sus preocupaciones están siempre relacionadas con el riesgo de enfermedad. Mis propias preocupaciones son relativas a las numerosas pilas de linternas, radios, relojes, etc. Estas pequeñas 'bombas' rara vez se notan pero igual están llenas de elementos químicos tóxicos que se filtran lentamente a medida que se descomponen. Nadie parece haber encontrado una forma efectiva de extraerlas de la basura para eliminarlas en forma segura. Mi opinión es que es mejor evitar usar abono proveniente de basura urbana.

Dr George A Lawson
CAAK/UBESA
BP 1515
Lomé
Togo



DE LA DIRECTORA:

El Dr Lawson plantea serias preocupaciones. El único consejo recomendable para eliminar las pilas es enterrarlas en agujeros profundos. Como señala él, probablemente es mejor evitar el abono proveniente de las ciudades para la producción de verduras. Se puede utilizar para cultivar árboles. Cuando uno hace su propio abono tiene la certidumbre de saber que es completamente seguro.

Estableciendo vínculos

NUESTRA ORGANIZACION tiene 11 miembros que están comprometidos a compartir conocimientos, amor y ayuda práctica con todos los necesitados. Vemos nuestro trabajo en término de vínculos: vínculos en agricultura, evangelismo o carpintería, por ejemplo. Vínculos que deben establecerse entre los fuertes y los débiles.

Para comprender verdaderamente las necesidades de los pobres, se necesita visitar sus hogares. Sólo allí se conocerá a los minusválidos, los afectados por el VIH, los borrachos y los solitarios que no están a la vista en otras partes. Cuando la gente carece de muchos recursos básicos puede ser muy complicado erradicar la pobreza. Compartimos el mensaje cristiano de amor y tratamos de establecer vínculos mediante la acción. Nos gustaría oír de otros grupos similares por todo el mundo.

7 Golden Lampstands
PO Box 364
Kampala
Uganda

Actualidades de Jubileo 2000

Muchos lectores de *Paso a Paso* han estado recolectando firmas con entusiasmo para la petición de Jubileo 2000. Esta se presentó a los líderes del mundo en la Cumbre del Grupo de los 8 en Colonia, en junio de 1999. Se recolectaron 17 millones de firmas en 124 países.

Un fajo de formularios, algunos firmados con la huella digital, fue enviado por la población completa de una aldea de México, con un certificado oficial del Jefe de Policía. Otro grupo de formularios incluía las firmas del Presidente y el Gabinete completo del Gobierno de Guyana.

Además de los formularios de petición oficial, se ha recibido una increíble variedad de formularios diseñados por individuos o grupos, incluyendo un formulario individualmente diseñado en Swahili proveniente de Tanzania.

Hay formularios de petición disponibles en una variedad de idiomas en:

Jubilee 2000 Coalition, 1 Rivington Street, London, EC2A 3DT, Inglaterra.

E-mail: bwitstandley@jubilee2000uk.org

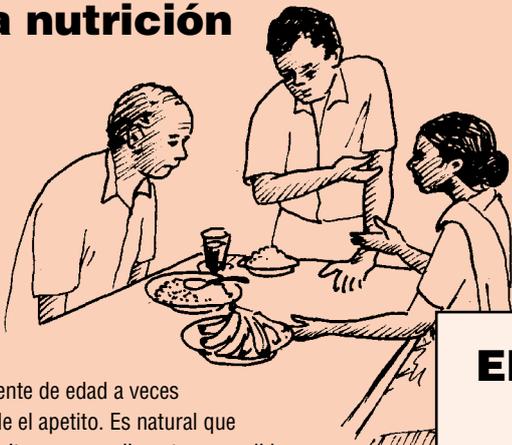


El cuidado de los ancianos en la casa

ALGUNAS PERSONAS DE EDAD conservan su buena salud hasta los 70 y los 80. Otros tal vez encuentren que su salud física o mental desmejora a medida que envejecen. La gente de edad debe ser incluida como miembros importantes de la familia, irrespectivamente de su salud.



La nutrición



La gente de edad a veces pierde el apetito. Es natural que necesiten menos alimentos a medida que sus cuerpos se hacen menos activos. Proporcionarles una dieta balanceada y nutritiva para que mantengan buena salud. La gente de edad tal vez prefiera comer pequeñas cantidades varias veces al día antes que una o dos comidas más grandes.

El cuidado de los parientes de edad es una forma de devolverles parte del cariño que los miembros de la familia recibieron mientras crecían. Más importante aún, hay que hacerles saber a los ancianos que todavía son queridos y respetados.

El cuidado de una persona que no puede levantarse

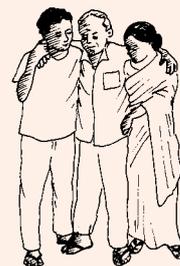


Una persona que esté demasiado enferma para levantarse necesita atención especial. El permanecer en cama por largo tiempo debilita el cuerpo. Asegurarse de que tengan una habitación con mucho aire fresco y luz. Bañarlos todos los días con una palangana y un paño. Ayudarles a darse vuelta para evitar ulceraciones.



La ropa y las sábanas sucias irritan la piel y pueden causar infecciones. Si una persona que debe guardar cama no tuviese control de sus esfínteres:

- Poner un trozo de plástico cubierto con un paño suave sobre el centro de la cama y cambiar el paño cuando esté mojado.
- Tener siempre una chata junto a la cama y motivarlos a que la usen con frecuencia.
- Atarles una toalla, la que puede cambiarse cuando esté sucia.



Toda vez que sea posible, ayudarles a sentarse y a andar tan pronto como sea posible.

Esta información fue sacada de un útil folleto producido por el personal de Yayasan Kesehatan GNIM, Tomohan, en la isla de Sulawesi, Indonesia, junto con Studio Driya Media y Vecinos Mundiales. El folleto se reseña en la página 14.

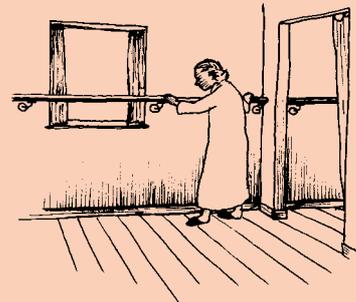
Problemas a la piel



La piel de las personas de edad es por lo general más fina y seca y puede causar comezón. El aceite fresco de coco o la vaselina pueden ser útiles. El jabón común puede ser muy irritante y se puede usar jabón para bebés en su lugar.

Prevención de accidentes

Algunas personas comienzan a perder su sentido del equilibrio a medida que envejecen. Puede caerse con más frecuencia y herirse. Los huesos viejos se quiebran con más facilidad. Construir pasamanos al costado de los escalones o alrededor de las habitaciones. Discurrir la forma de ayudarles a desplazarse con mayor facilidad.



La construcción de agarraderos en el baño puede ayudar a prevenir caídas. Se debe proveer una bacinica o una chata próximas a la cama a aquellos que tienen problemas para desplazarse o que no ven bien, de modo que no tengan que ir muy lejos para usar el baño.



La muerte



Algunas personas de avanzada edad no quieren tomar medicinas o ir al hospital cuando se enferman. Dicen que están listas para 'volver a Dios'. Este deseo debe respetarse y discutirse con el trabajador de salud o el médico.

Nunca es fácil cuidar a un pariente que se esté muriendo. La familia no debe tener miedo de discutir el tema de la muerte en forma amable y sensible ni a pensar un poco en los preparativos provocados por la muerte de un pariente muy enfermo.

La sordera

Cuando se le habla a alguien que tenga problemas para oír, el hablar claramente poniéndose frente a la persona mejorará la comunicación.



Experiencias de personas de edad

AQUI RECOLECTAMOS entrevistas con una selección de personas de edad de varios países. Estos comparten sus ideas sobre las diferentes maneras de cómo se trata actualmente a la gente de edad y sobre sus esperanzas y temores para el futuro.

Yourma Bawule – una viuda de Ghana

Yourma Bawule tiene 65 años y vive sola cerca de Wa, al noroeste de Ghana. Sus tres hijos se han marchado de la región natal. Yourma comentó que la gente de edad era tratada con respeto y dignidad en el pasado. 'Cuando un niño le daba algo a una persona mayor, se acercaba de rodillas y se quedaba allí hasta que se le pidiera que se marchara. El arte de la cortesía ha muerto. Los jóvenes de hoy creen que saben más que los viejos.'

'Solía haber cantidades de comida, por lo que la gente de edad se podía permitir ser generosa. Podían cocinar en forma comunal y compartir con las personas más jóvenes, dándoles así un sentido de pertenencia y la gratitud de los más jóvenes. Ahora la generosidad sólo se valora en términos de dinero. Yo no veo ninguna esperanza para el futuro. Mucha gente se hace más y más pobre. Todos los días muere gente. La gente de edad ha dejado de enseñarles a los jóvenes de pura frustración. Nada podrá volver a ser como antes.'

Contribución de Augustina Benlu

Arzobispo Retirado Silvanus Wani de Uganda

Conocí al Arzobispo Silvanus poco después de su jubilación, montando su bicicleta en un camino rural. Sin una pensión, había vuelto a su noroeste natal después de vivir en relativo lujo en la capital, Kampala. Dicho tratamiento puede haber causado resentimiento en hombres de menos valía, pero no en Silvanus. El tenía sus ojos puestos en Dios y siempre puso sus propias necesidades al fondo de sus prioridades. Consideraba esta vida como una peregrinación que tenía un futuro maravilloso en el cielo. En su retiro, continuó haciendo lo que había hecho siempre como Arzobispo: predicar el evangelio, enseñar y estimular a todos lo que conocía, particularmente a los niños y la gente joven. Adoptó de corazón la palabra de Jesús y lo siguió con entusiasmo hasta el final. Murió el año pasado.

Contribución de Joy Grindley, ex AIM, Uganda

Pascal Akouegnon – un agricultor de Benin

Pascal había sido agricultor y cazador. Fundó la aldea de Atchakpa donde todavía vive en Save, Benin, Africa Occidental. Cuando se le pregunta si ahora se trata en forma diferente a la gente de edad responde: 'Sí, ciertamente. En aquellos días se prestaba particular atención a los hombres de edad, especialmente en el Africa tradicional donde se les consideraba 'bibliotecas vivas de sabiduría'. En la actualidad, nuestro mundo cambia con rapidez lo que significa que la gente de edad es vista como sujetos difíciles de entender y la gente trata de deshacerse de ellos tan pronto como sea posible. La gente ya no utiliza nuestra sabiduría o nuestra experiencia.'

'Me temo que nuestro futuro se apoye sobre bases débiles, incluso frágiles. Tal vez las generaciones futuras se quedarán sin ningún punto de referencia si no tenemos cuidado. Mis esperanzas para el futuro se basan sobre todo en las familias que educan a sus hijos para que tengan respeto por la gente mayor. Algunas familias todavía hacen esto en Africa. Estos son los rayos de esperanza para el futuro.'

Contribución de Appolinaire Gbaguidi, Benin



Margarita – una mujer de 70 años en Chile

‘La vida para la gente de edad es diferente hoy en día, porque solía haber mucho más respeto hacia los ancianos. Los niños hasta llaman a sus padres con apodos. Hoy en día la gente de edad es escuchada, pero a menudo se les trata sin ninguna formalidad y a veces se les hace sentir postergados. Los jóvenes actuales están ávidos por saber cómo vivíamos antes y quieren saber si era mejor entonces. Nuestra sabiduría y experiencias están probadas.’

‘En el futuro espero que las condiciones de vida mejoren para toda la gente y que haya menos violencia y delincuencia de manera que todos podamos vivir más seguros. No tengo temor por el futuro. Mi vida siempre ha estado dedicada a la religión, cuidando a jóvenes en hosteles. No temo a la muerte, ya que sé que será la manera de ver el resplandor del Señor.’

Contribución de Solange Angel, Chile

Veronika – viviendo sola en Moldavia

Veronika tiene 61 años y vive en Ialoveni. Trabajó en una vinería hasta su jubilación. Recuerda que sus bisabuelos no tenían muchas posesiones pero que vivían mejor de lo que ella vive hoy en día. Sus padres perdieron sus tierras que fueron convertidas en granjas colectivas y sus hijos nunca las recibieron de vuelta.

La edad de jubilación ha aumentado en Moldavia. Muchos jubilados perdieron sus pensiones cuando el sistema estatal de previsión se desplomó en 1990. Veronika siente que la gente de edad no recibe nada del estado en la actualidad. Acaba de recibir su modesta pensión correspondiente a marzo de 1998, diez meses retrasada.

Veronika lamentablemente no tiene hijos, pero sus sobrinos llegan a pedirle su opinión. Está convencida de que se recurre a ella ampliamente, tanto dentro de la familia como en la comunidad. Ella solía trabajar arduamente para resolver sus propios problemas. Ahora nadie le ayuda y nadie se interesa en ella. Veronika no tiene esperanza en el futuro. Cuando piensa en el futuro sólo se imagina cosas malas. Como no hay nadie que cuide de ella, espera que Dios le ayude a mantener buena salud.

De Stephen Brown, Equipo del Mediterráneo y Asia Central, Tearfund

Elizabeth Guillebaud, Reino Unido – 84

‘Mi marido y yo nos jubilamos en 1986, después de haber trabajado por más de 40 años en Ruanda, en educación y traducción de la Biblia. Cuando nos enteramos del terrible genocidio de 1994, en el cual perecieron varios de nuestros amigos, y vimos a tanta gente que fue a ayudar sin conocer el idioma, la cultura ni al Señor, nos preguntamos si debíamos regresar, ya que teníamos experiencia de los tres. En mi octogésimo cumpleaños leí el llamado de Moisés, cuando tenía él ochenta años, y nos dimos cuenta de que Dios sin duda nos llamaba de vuelta. Volvimos por un año para ayudar escuchando y aconsejando a los que habían perdido a tantos seres queridos. Al regresar al Reino Unido mi marido se enfermó y murió en noviembre de 1996. Decidí regresar a Uganda con mi hija en enero de 1997.’

‘En mi calidad de viuda, sentí que debería ser capaz de ayudar a las tantas viudas y huérfanos. Con la ayuda de otras dos viudas iniciamos un grupo de viudas para la enseñanza de la Biblia y para compartir problemas y orar las unas por las otras. Las participantes pronto llegaron a las 400 y tuvimos que dividir las reuniones. Muchas habían descubierto que Jesús es la solución a su soledad. Se ayudan mutuamente en la práctica, incluso construyendo casas para las que tienen mayor necesidad. Contribuyen fondos semanales con los cuales compran rollos de tela para confeccionar un uniforme y encuentran que esto les da status social. Espero continuar con este trabajo en la medida que mi salud continúe siendo buena.’

‘Recuerdo a mi propia abuela tejiendo junto al fuego. Actualmente la gente de edad que tiene seguridad económica puede llevar una vida mucho más plena, viajando y permaneciendo activa de una variedad de maneras. Aquí en Africa, mi experiencia es de gran utilidad, en tanto que en Inglaterra no se hubiese esperado una gran contribución de mi parte. Mis temores para el futuro son de tener un derrame cerebral u otra enfermedad que me transformase más en una carga que en una bendición aquí en Byumba. Mis esperanzas para el futuro se pueden expresar mejor en las palabras de Filipenses, capítulo 3:13-14.’



Fotos: Tearfund

Mara Kallé – antiguo cacique de Cheddra, Chad

Mara Kallé tiene 81 años de edad y fue cacique de Cheddra, un importante centro comercial en el norte de Chad, durante 58 años, desde 1938 hasta 1996. Fue la primera persona que asistió a la escuela en su aldea. ‘Seguí a mis mayores para aprender de ellos.’ Siendo el primogénito, sustituyó a su padre como cacique de la aldea después de su muerte.

‘Mis abuelos tuvieron vidas felices. Nos enseñaron acerca de la historia. Como en ese entonces la aldea no era muy grande, controlaban a todos y corregían a la gente que no seguía las tradiciones. En esos tiempos la gente de edad era tratada mucho mejor que ahora. Todas las familias designaban a un niño o a una persona en particular para que cuidara a cada persona de edad en la familia. En la mía, nos asegurábamos de que el cuarto de nuestro abuelo estuviese limpio y nos turnábamos para atender a sus necesidades.’

‘Pero hoy en día, compare la situación de uno de mis vecinos, el viejo Saleh. Es un anciano que tiene que arreglárselas solo. Nadie lo cuida, por lo que se ve forzado a pedir limosna y la gente cree que está loco porque es muy locuaz. Me temo que dejar de lado a la gente de edad, como sucede con Saleh, signifique que la gente joven carece de consejeros.’

‘Mi experiencia y sabiduría todavía son de alguna utilidad en la aldea y ciertamente se sigue mis consejos en materias religiosas. Me temo, sin embargo, que la gente joven sigue otras culturas sin pensarlo, especialmente la de los blancos (occidentales) y desiste de ayudar a los necesitados. También me temo que la gente joven se esté alejando de Dios. Me gustaría que nuestro gobierno ayudara un poco a la gente de edad.’

Contribución de Ngoniri Gos en Chad

Cécile Siboniyo – una refugiada en Burundi

Cécile Siboniyo tiene 80 años de edad y vive en el campo de refugiados de Buraniro, Butaganzwa-Kayanza, Burundi. ‘En el pasado los niños eran bien educados, mejor que hoy en día. La educación de los niños no era sólo un asunto familiar, sino que los vecinos contribuían a su disciplina. Es por eso que había un dicho en Burundi, ‘*Umwana n’uw’Ighugu*’ (‘Un niño enriquece a todo el vecindario’). Los niños respetaban a sus mayores y les ayudaban en los asuntos prácticos. Se enseñaba a los niños a tener gran respeto por las visitas, a quienes se debía acoger cálidamente. Por lo general, había una envidiable armonía social.’

Cécile ciertamente tiene temor por el futuro. ‘El mal comportamiento de algunos jóvenes y las enfermedades y daños causados por la inmoralidad y falta de disciplina son terroríficos. Hoy en día no es fácil educar a los niños y los jóvenes tienen muchas distracciones. A menudo son incapaces de tomar en serio los consejos de sus padres si creen que sus ideas están pasadas de moda.’

Sin embargo, tiene esperanzas para el futuro porque las autoridades se han dado cuenta de la importancia de una educación con valores culturales. Los medios de comunicación han comenzado a poner el dedo sobre los problemas a fin de hacer entrar en razón a los jóvenes.

Contribución de Clare Britton y Désiré Munezero, Tearfund Burundi

Abtwahi Al Hajj de 77 años en Ngozi, Burundi

‘En el pasado, las responsabilidades de los niños incluían el cuidado de las personas de edad. Cuando un abuelo se encontraba necesitado, sus nietos le ayudaban. La familia hacía todo lo que podía para proporcionarle atención de salud. Trabajaban en comunidad para arar sus tierras. La educación escolar ha reducido actualmente la cantidad de trabajo que los niños llevan a cabo con la familia. Prefieren que sus padres les cocinen para tener más tiempo para el estudio. El respeto y la ayuda para los mayores han disminuido. Algunos jóvenes que han terminado sus estudios rara vez visitan a sus abuelos.’

Estas actitudes le hacen temer por el futuro. La gente joven está perdiendo cada vez más la noción de la familia amplia y algunos se han aficionado a la bebida. Esto lleva a malos hábitos, una pérdida de los valores culturales y delincuencia entre muchos licenciados que no están preparados para la vida en el campo.

Contribución de Claire Britton y Désiré Munezero, Tearfund Burundi



Grupo de mujeres Jamkhed, India

'En tiempos pasados las mujeres estaban confinadas a su hogar y sus tierras y tenían poco contacto con sus vecinos. Habían muchas rencillas dentro de las familias y no se encontraba verdadero amor entre la gente. Los maridos controlaban el dinero y normalmente despilfarraban gran cantidad en bebida y juegos de azar. Las diferentes castas y religiones no tenían contacto entre ellas.

Ahora hay más respeto entre viejos y jóvenes. Las madres y sus nueras se llevan mejor. También hay mucha más libertad para juntarse con gente de fuera de la casa, incluyendo gente de diversas castas y religiones. Las mujeres tienden a manejar las cuentas en lugar de los hombres ¡y lo hacen mucho mejor!'

Las mujeres sienten que su sabiduría se utiliza ahora mucho mejor que en el pasado. Tienen muy pocos temores por el futuro, excepto durante las elecciones debido a la presión de los diferentes partidos políticos. Esperan que en el futuro haya más educación para las chicas y que se las potencie más en toda la India, no solamente en la región alrededor de Jamkhed. Les gustaría ver a las mujeres participar en política y oficiar de juezas, porque sólo las mujeres entienden los sufrimientos y problemas de otras mujeres. También esperan que haya mejor saneamiento y control de las enfermedades además de libertad para viajar.

Contribución de Anthony Titley, Equipo de Asia, Tearfund

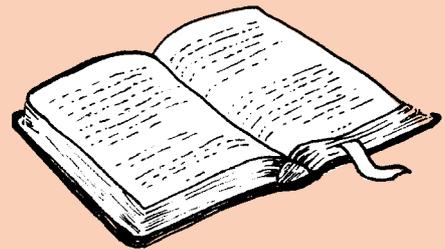


Fotos: Tearfund

ESTUDIO DE LA BIBLIA

La sabiduría de los viejos y los jóvenes

por el Reverendo Tim Oakley



A MEDIDA QUE ENVEJECEMOS, algunas de nuestras actividades pueden acabarse, pero también pueden abrirse nuevas oportunidades de amor y vida, a la vez que una conciencia de las debilidades del pasado. Cual sea nuestra edad, Dios está allí para nosotros y siempre lo estará.

Leer Isaías 46:3-4

En tiempos de crisis, Dios recuerda a la nación de Israel, a través de Isaías, que él estaba allí cuando comenzó la nación y también cuando cada individuo fue concebido y nacido. Cuales sean los conflictos que tengamos en la vida, ¿quién más sino Dios puede conducirnos por la vida, desde el nacimiento hasta que tengamos canas?

Leer Proverbios 23:22-25

Todo el libro de Proverbios es un mensaje de un padre a su joven hijo. Le transmite consejos recolectados y probados por gente sabia, de manera que su hijo pueda seguirlos. Quiere que crezca en el temor de Dios. Vale la pena darse el tiempo de leer el libro completo y comparar estos dichos con los de la tradición propia.

- ¿Escuchamos a nuestros padres y les traemos dicha?

Leer 1 Reyes 12:1-20

Salomon, el hijo del rey David, comenzó su reinado como un rey con temor de Dios. Sin embargo, a fines de su reinado se había transformado en un déspota. Cuando su hijo lo reemplazó como rey, todos estaban preocupados. Por lo tanto enviaron a Jeroboam a preguntar al nuevo rey lo siguiente: 'Roboam, ¿serás tan severo con nosotros como era Salomón o serás mas sensato?' Roboam pidió consejo a dos grupos diferentes: los viejos y los jóvenes. Decidió rechazar el consejo de los ancianos, lo que dio por resultado que

Israel se dividió en dos grupos que nunca se volvieron a reunir en los tiempos del Antiguo Testamento.

Muchas personas de edad tienen gran sabiduría acerca de la vida, su fe, la historia o tal vez sobre las prácticas tradicionales (tales como el uso de medicinas naturales) de las cuales todos podemos beneficiarnos. Debemos buscar la sabiduría de los ancianos primero, mientras sean capaces de darla.

- ¿Por qué tomó Roboam el consejo equivocado?
- ¿Escuchamos a los más viejos?

Leer Job 32

Mientras Job sufre intensamente, sus tres amigos más viejos escuchan y luego dan sus consejos. Lamentablemente, no pueden ayudar porque se equivocan. Un joven llamado Eliú alza la voz con más comprensión. A veces la gente más joven ve las cosas con más claridad. A medida que nuestro mundo cambia con tanta rapidez, especialmente en las ciencias, las computadoras y las comunicaciones, pueden haber momentos en los que necesitemos escuchar a los jóvenes.

- ¿Escuchamos a los más jóvenes?
- ¿Cuándo debemos escuchar los consejos de la gente más joven?

No debemos temer al cambio a medida que envejecemos. Tenemos la compañía de gente mayor y más joven y, sobre todo, la compañía de nuestro Creador, Señor y Salvador para ayudarnos a enfrentar todos los cambios de la vida.

Tim Oakley tiene muchos años de experiencia de capacitación teológica mediante la extensión en Kenya.

HelpAge

INTERNATIONAL

Learning to Listen: Counselling Skills for Helpers of Older People

por Maggie Comley
Publicado en 1996
ISBN 1 872590 30 6

Un manual de trabajo diseñado para permitir a los que cuidan a ancianos a desarrollar habilidades de consejería para su trabajo. La mayoría del libro contiene ejercicios de capacitación para individuos o grupos, para permitirles a estas personas a aprender y practicar habilidades de consejería. El libro cuesta £7,95 (US \$14), incluyendo franqueo.

Trabajando con ancianos:

Guía para establecer servicios comunitarios para ancianos

por Sandra Watts
ISBN 1 872590 004

Esta guía está escrita para grupos en los países en vías de desarrollo que intentan proporcionar servicios para la gente de edad. Es una guía práctica que plantea las preguntas que se deben responder antes

de planear tal servicio. Está disponible en inglés y español y es gratuita.

Better Nutrition for Older People

por Suraiya Ismail y Mary Manandhar

Este manual está basado en un programa de investigación quinquenal que examina las necesidades nutritivas de la gente de edad y contiene muchas informaciones útiles sobre las formas de mejorar la nutrición y medir el estado nutritivo de la gente de edad. Vale £9 (US \$15) incluyendo franqueo.

Añadiendo salud a los años

por Gill Garrett

Publicado en 1993
ISBN 1 872590 10 1

Este es el primer manual sobre la salud de la gente de edad, destinado en forma específica para uso en países del Tercer Mundo. Contiene informaciones muy prácticas sobre todos los aspectos de la atención de salud para las personas de edad y también incluye capítulos sobre nutrición, incontinencia, salud mental, control del dolor y cuidado de los que se están muriendo. Está bien ilustrado y escrito en un estilo claro y comprensible. Contiene 160 páginas y está disponible en inglés y español. Vale £3 (US \$6) incluyendo franqueo para los países

en vías de desarrollo y £9,55 (US \$18) para los países desarrollados.

Horizontes: Ayuda a la ancianidad para el desarrollo

Esta revista trimestral se envía en forma gratuita a las personas y organizaciones relacionadas con el trabajo con ancianos en los países en vías de desarrollo (£18 ó US \$35 por año en otras partes). Está lleno de ideas prácticas para los que cuidan a personas de edad. Está disponible en inglés, español e indostano.



Todos estos recursos
están disponibles de:

HelpAge International Publications
67-74 Saffron Hill
London
EC1N 8QX
Inglaterra

Fax: +44 171 404 7203
E-mail: hai@helpage.org

Caring for the Elderly at Home

Las páginas 8 y 9 están basadas en materiales provenientes de este útil folleto que proporciona pautas simples para ayudar a los familiares a enfrentar los problemas de salud comunes en la gente de edad. Cubre temas tales como la prevención de accidentes, el ejercicio, la nutrición, las enfermedades, la muerte y el cuidado con personas que deben guardar cama en la casa. Está disponible en inglés a US \$4 más franqueo de:

World Neighbours
4127 NW 122 Street, Oklahoma City
OK 73120-8869
EEUU

E-mail: order@wn.org

Pedir la versión indonesia a R4.000 más franqueo de:

Studio Driya Media
Jl Rajamantri Tengah IV #12
Bandung 40264
West Java, Indonesia

E-mail: ybm-sdm@indo.net.id

Print World

Este grupo editorial indio tiene una cantidad de publicaciones relacionadas con el medio ambiente, incluyendo geografía medioambiental, manejo de fauna y flora, leyes de conservación y bosques, los que pueden ser de interés para inspectores de flora y fauna y guardabosques. Ponerse en contacto con:

Print World
81/3 (1st floor) North Malaka
Allahabad, UP, India - 211001
E-mail: printworld@vsnl.com



Centro de Consejería OASIS

Oasis ofrece una cantidad de seminarios y cursos de capacitación muy útiles, tanto en Kenya como en otros lugares. En 1999 éstos incluyen capacitación para consejeros juveniles (8-14 de agosto), consejeros (5-25 de septiembre) y un seminario para jóvenes (1-3 de diciembre). Ponerse en contacto con OASIS para mayores informaciones:

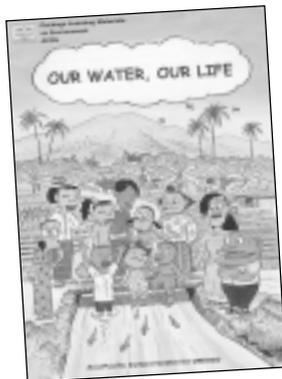
Michael Muthuiya
OASIS
PO Box 76117
Nairobi
Kenya
E-mail: oasiscc@maf.org

Hospice Care Kenya

Esta organización de caridad británica apoya el movimiento de hospicios en Kenya. Los hospicios proveen atención y apoyo para pacientes cuyas enfermedades no responden a tratamiento.

Hay tres hospicios en Kenya: en Nairobi, Nyeri y Eldoret. Las dificultades de la pobreza, la vivienda deficiente y los viajes por malos caminos causan gran miseria a los enfermos terminales. Los servicios de hospicio pueden proveer confort a personas que de otra manera sufrirían en forma indescriptible, otorgándoles 'vida a sus días y no sólo días a sus vidas'. En Kenya, la atención se proporciona a través de servicios de consulta para pacientes externos, atención diurna y en el hogar. Todos los interesados en más informaciones acerca de la provisión de cuidado en hospicios pueden ponerse en contacto con:

Gwyn Sloan
Hospice Care Kenya
PO Box 759
Bristol
BS99 2ZF
Inglaterra



PLANET 1

Paquete de materiales de aprendizaje sobre el ambiente

Este paquete producido por ACCU es el primero de una proyectada serie de materiales post-alfabetización acerca del medio ambiente. Los materiales aspiran a motivar a los que han aprendido a leer y a enseñar informaciones útiles sobre el medio ambiente. El paquete contiene un video, un atractivo afiche y un folleto, todos acerca de Mina y su aldea, cuya fuente de agua se contamina, causando enfermedades; luego muestra la respuesta a esta contaminación. Por favor, ponerse en contacto con ACCU para mayores detalles:

Literacy Promotion Division, ACCU
6 Fukuromachi Shinjuku-ku
Tokyo 162-8484
Japón
E-mail: literacy@accu.org.jp

Equipo médico de ECHO

ECHO proporciona una variedad de equipos y conjuntos de instrumentos para la atención médica. Los equipos están a disposición de las clínicas de salud, parteras y para primeros auxilios. Los conjuntos de instrumentos están disponibles para quirófanos, postas, o unidades de maternidad. Por ejemplo el conjunto de cirugía menor (ilustrado) cuesta £240. La producción de colecciones de instrumentos de esta manera ayuda al personal médico a escoger equipos a costo conveniente que responda a sus necesidades. Sin embargo, aunque los conjuntos se suministran normalmente completos, se pueden seleccionar artículos específicos para responder a presupuestos limitados.



ECHO tiene 30 años de experiencia en la provisión de equipos médicos y medicamentos apropiados y de bajo costo para clínicas y hospitales en todo el mundo. Para mayores informaciones, ponerse en contacto con:

June Vincent (sales), ECHO, Ullswater
Crescent, Coulsdon, Surrey, CR5 2HR,
Inglaterra.
Fax: +44 181 668 0751
E-mail: cs@echohealth.org.uk



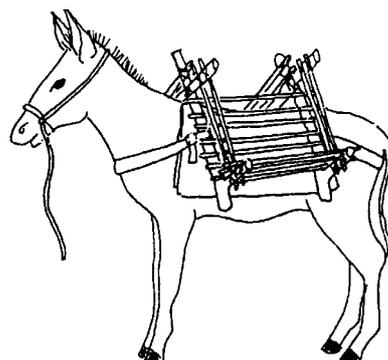
Foto: ECHO

Donkeys for Development

por Peta Jones

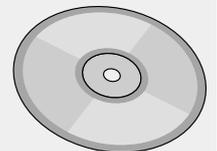
Este es un libro muy práctico que provee extensa información acerca del cuidado de los burros y que combina investigación reciente con el conocimiento tradicional. El trabajo de los burros es de gran utilidad para los pequeños agricultores para ayudarles en el transporte y el arar la tierra. La Dra Jones es una gran entusiasta con considerable experiencia de trabajo con burros. El libro está bien escrito e ilustrado, con capítulos sobre el uso de los burros, la crianza, el ciclo vital, las enfermedades, el equipamiento y la doma. Tiene 168 páginas y vale US \$7 (R25). Pedir a:

Donkey Power
PO Box 414
Louis Trichardt 920
Sudáfrica
E-mail: jeanc@contech.co.za



Biblioteca CD-ROM

Human Development Library ha recopilado una biblioteca de 800 libros y 430 boletines en un disco de CD-ROM. Las materias cubiertas incluyen agricultura sostenible, silvicultura, alfabetización, medio ambiente, agua, saneamiento, salud, nutrición y construcción. Se puede buscar por materia o leer el contenido de libros o boletines específicos. La biblioteca es fácil de usar y proporciona una enorme cantidad de información.



Se requiere una computadora que use Windows 3.1 o más alto, con un requerimiento mínimo de 486 - 66Mhz, 8Mb RAM y una unidad de CD-ROM de doble velocidad (2x). Si se tiene acceso a una computadora, pero no unidad de CD-ROM, valdría la pena obtener una sólo para poder usar esta biblioteca.

Envíenos un ejemplar GRATIS a todo lector de *Paso a Paso* que tenga los medios para leer esta biblioteca. Las personas que vivan en el Primer Mundo y que estén en condiciones de pagar, tengan la bondad de enviar un cheque por £5 (US \$8) a nombre de *Tearfund*. Pronto estarán disponibles versiones en francés y en español.

Tengan la bondad de escribir a la oficina de *Paso a Paso*, incluyendo detalles de cómo utilizará la biblioteca:

PO Box 200, Bridgnorth, WV16 4WQ, Inglaterra

Cómo enfrentar la bomba del milenio

por Alison Corfield y Peter Ewins



A MEDIDA QUE SE APROXIMA el 31 de diciembre de 1999 se hace más claro que hay un serio problema de carácter mundial con la forma en que las fechas se almacenan en las computadoras y los sistemas de computación. Todo equipo que use un procesador en 'chip' puede descomponerse el 1 de enero del 2000.

¿Qué es la bomba del milenio?

En los años 60 el costo de producir computadoras y sus programas era muy elevado y se notó que se podía ahorrar precioso espacio usando dos números para el año; por ejemplo, '63' en vez de '1963'. Sin embargo, no estaban considerando el año 2000, que aparecerá como '00' o cero, lo que hará que muchos sistemas trabajen incorrectamente o dejen de trabajar. Este sistema de escribir las fechas está almacenado en microchips (un minúsculo componente electrónico) que también se utilizan en muchos otros tipos de instrumentos, tales como sistemas telefónicos o de energía, ascensores, alarmas contra incendio y generadores. En otras palabras, todo tipo de equipo esencial del cual tal vez dependamos.

¿Qué ocurrirá el 1 de enero del 2000?

Si las computadoras o el software dejan de trabajar hay muchas consecuencias. La información almacenada en las computadoras puede dejar de estar al alcance o puede ser incorrecta. Los suministros de energía y el transporte pueden verse afectados. Las grandes organizaciones

pueden ser incapaces de pagar a sus empleados. Las cuentas bancarias pueden verse afectadas.

¿Qué podemos hacer al respecto?

Hay cuatro cosas que se pueden hacer para tratar de evitar el problema:

- **Estar consciente del problema.** Asegurarse de que los demás lo estén también, particularmente las organizaciones con las que uno trabaja o de las cuales obtiene suministros y tanto el gobierno local como el nacional. Asegurarse de que todos en la organización sean incluidos en la evaluación del posible impacto.
- **Considerar qué equipo se está usando.** Hacer una lista de todo el equipo que se está usando y considerar cuáles se verán afectados. Las nuevas computadoras y software deben ser 'compatibles con el año 2000'; en otras palabras, éstas no deberían ser afectadas, pero éste no es siempre el caso, por lo que se deben exigir garantías.
- **Considerar el riesgo para uno mismo.** Aprender todo lo que sea posible sobre cómo asegurarse de que el equipo en uso pueda corregirse, de los fabricantes, proveedores, consultores recomendados o funcionarios de gobierno. Hay disponibles programas de prueba que pueden ayudar para que uno mismo haga los cambios necesarios. Alternativamente, conseguir ayuda para cambiar toda computadora, software, video o cualquier otro equipo eléctrico que se pueda ver afectado.

- **Tomar precauciones razonables.** Si se es responsable de pedir cualquier tipo de material para la organización, tales como medicinas, semillas, etc., asegurarse de tener un buen stock antes del 1 de enero del 2000. Conseguir una copia de la liquidación del banco el 31 de

diciembre de 1999. Tener suministros adecuados de dinero y alimentos y, si fuese posible, evitar viajar en caso que hayan algunos días de confusión. Hacer copias en papel de la información importante y hacer copias de seguridad de los datos. Si se depende del suministro de electricidad, por ejemplo, considerar arreglos alternativos.

Mientras más pronto mejor

Si no se hubiesen hecho preparativos todavía, comenzar lo más pronto posible. Mientras mejor preparadas estén las organizaciones y los individuos, menos serán las probabilidades de que hayan problemas serios.

No hay necesidad de causar alarma. Estar preparados es la mejor manera de relajarse y poder disfrutar de las celebraciones cuando comience el año 2000.

Contactos

<http://year2000.dci.com>
<http://support.intel.com/support/year2000>
www.year2000.com
www.ans2000.com
www.worldbank.org/y2k
www.ibm.com/year2000
www.microsoft.com/uk/year2000
La ONU ofrece contactos en cada país...
www.un.org/members/jr2000/meeting/delegate.htm

Alison Corfield es Jefa de Informática del VSO. Peter Ewins oficia de consultor de Tearfund para asuntos relacionados a la bomba del milenio.



Foto: Sally Lancaster/VSO

