



# Cómo pueden las iglesias apoyar a las personas mayores durante la pandemia del Covid-19: resumen

Este recurso se publicó en mayo de 2020 como parte de un conjunto de documentos que Tearfund está preparando para guiar a las iglesias en cómo apoyar a las personas mayores durante la pandemia del Covid-19. El [manual completo](#) (en inglés) que incluye referencias y lecturas adicionales, así como un [póster](#), están disponibles en línea. Los contextos y los escenarios a nivel de país varían, por lo tanto, asegúrese de que las acciones que realice estén en línea con las directrices de su gobierno y con la guía de mejores prácticas, según estas evolucionan.

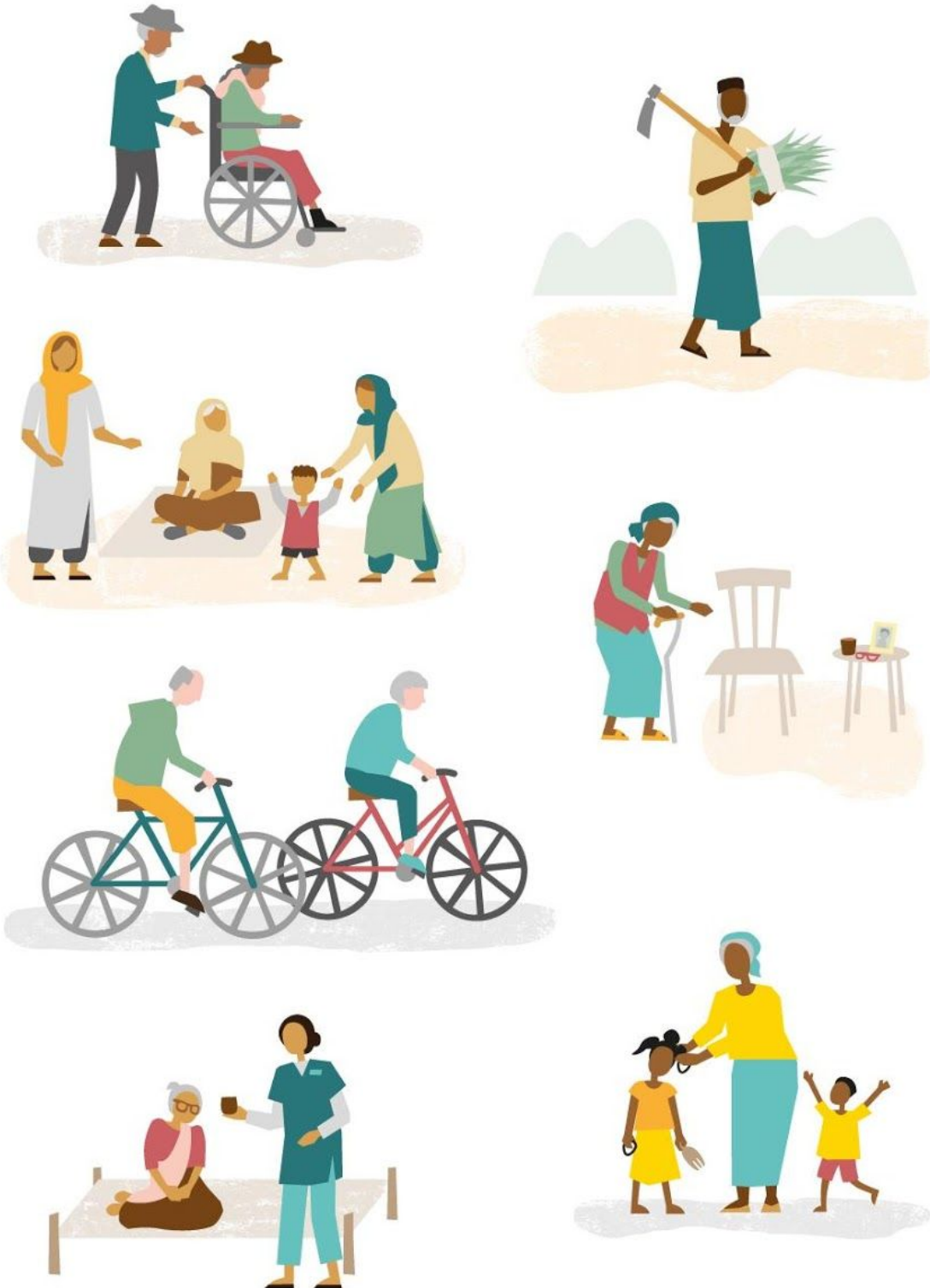
## ¿Quiénes son las personas mayores de su comunidad?

Las personas de todas las edades corren el riesgo de contraer Covid-19, pero el riesgo de enfermar gravemente y de muerte aumenta con la edad, debido a que hay más riesgo de complicaciones médicas cuando una persona mayor contrae la enfermedad. Hasta el momento, la mayoría de las personas fallecidas a causa de la enfermedad tenía más de 60 años y/o presentaba afecciones preexistentes como hipertensión, enfermedades cardiovasculares y diabetes. Por lo tanto, en el contexto de esta pandemia, **las personas mayores de 60 años** están en mayor riesgo.

Sabemos que este es un grupo muy diverso. No hay dos personas mayores de 60 años que sean iguales. Algunas personas mayores son muy activas, no tienen problemas de movilidad y siguen trabajando a tiempo completo, por lo que hay pocos aspectos que los distinguen de aquellas personas de menor edad. Otros tienen padecimientos y condiciones complejas de salud: podrían sentirse enfermos y no ser capaces de salir de la casa debido sus restricciones de movilidad, y podrían requerir ayuda para realizar la mayoría de las actividades básicas. Las condiciones de vida de las personas mayores también varían mucho entre los residentes rurales y urbanos, así como entre ellos mismos, lo que da lugar a diferentes desafíos y necesidades y, en consecuencia, se requieren diferentes tipos de respuesta. Las personas mayores son individuos únicos que, durante esta pandemia, se beneficiarán de la amabilidad y el apoyo cuidadosamente sopesados y adaptados a cada uno de ellos. ¿Quiénes son las personas mayores en su comunidad y cómo podría sugerirles su apoyo?

[tearfund.org/covid19](https://tearfund.org/covid19)  
[covid19-response-team@tearfund.org](mailto:covid19-response-team@tearfund.org)

Las personas mayores son un grupo diverso. ¿Quiénes son las personas mayores en su comunidad?



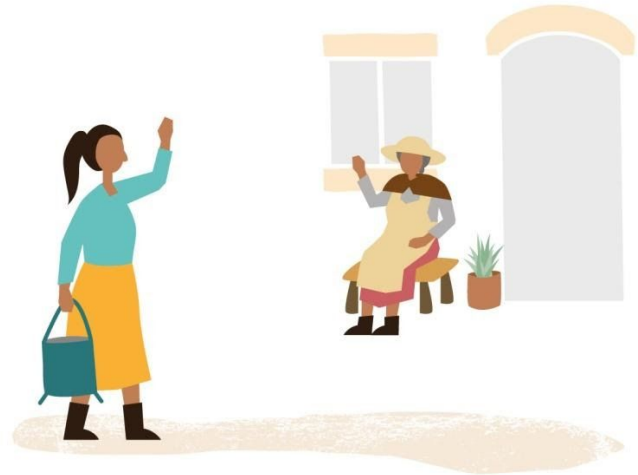
[tearfund.org/covid19](https://tearfund.org/covid19)  
covid19-response-team@tearfund.org

## ¿Cómo puede apoyar a las personas mayores en su comunidad?

Las iglesias, incluidos sus miembros individuales y sus grupos pequeños, tienen un gran potencial para ofrecer atención informal y ayuda mutua a las personas mayores durante la pandemia. Converse con las personas mayores de su comunidad sobre sus situaciones específicas durante la pandemia y luego acuerde cuidadosamente acciones tomar. A continuación, se describen algunos ejemplos de acciones a seguir, aunque usted, y aquellos a quienes está ayudando, pueden sentirse en la libertad de ser creativos. Continúe teniendo estas conversaciones durante toda la pandemia, para que las personas mayores puedan opinar sobre la asistencia que reciben.

### Visitar a distancia o mantenerse en contacto por teléfono

De acuerdo con lo aconsejado por el gobierno, las visitas ahora solo pueden realizarse a una distancia de al menos dos metros. Sería beneficioso reemplazar las visitas en persona por llamadas telefónicas frecuentes a las personas mayores. Es posible que algunas personas mayores no tengan teléfono, en cuyo caso los miembros de la iglesia pueden ayudar prestándoles uno.

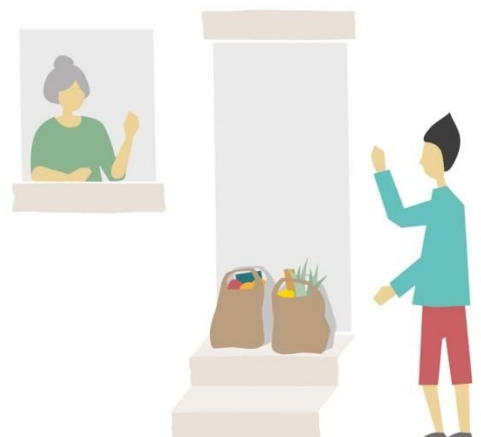


### Recoger agua para las personas mayores

Tener acceso al agua es particularmente importante ahora debido a la necesidad de lavarse las manos con frecuencia y de aumentar las medidas de higiene. Las personas mayores podrían requerir ayuda para obtener una cantidad suficiente de agua para sí mismas, especialmente si la fuente de agua está a cierta distancia de su vivienda. Las buenas rutinas de lavado de manos con jabón, varias veces al día, son de vital importancia para todos.

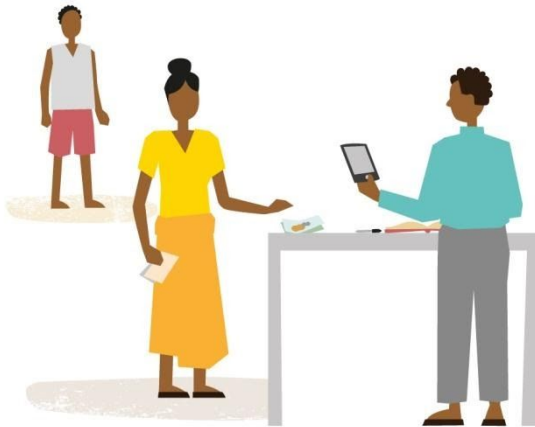
### Entrega de compras, suministros básicos y medicamentos

Es importante que las personas mayores tengan suficientes existencias de suministros básicos, como alimentos y medicamentos, en caso de autoaislamiento o durante el mismo. Esto debe incluir alimentos de primera necesidad como



📍 [tearfund.org/covid19](https://tearfund.org/covid19)  
 📧 [covid19-response-team@tearfund.org](mailto:covid19-response-team@tearfund.org)

legumbres, granos y aceite de cocina; cualquier medicamento que tomen regularmente; y medicamentos básicos, incluidos los analgésicos, como el paracetamol. Las personas mayores podrían necesitar apoyo para mantener estos suministros en sus hogares y, si otras personas se los compran y luego se los entregan, esto les ayudaría a reducir el riesgo de contagio.



### Enviar a una persona de confianza más joven a cobrar las pensiones y otros beneficios gubernamentales en nombre de una persona mayor

Los puntos de pago donde las personas mayores cobran sus pensiones u otro tipo de pagos en efectivo presentan un riesgo de exposición al virus, ya que estos lugares pueden estar abarrotados y ser visitados por muchas personas diferentes. Este riesgo puede evitarse si los miembros más jóvenes de la iglesia o de la comunidad, en quienes confían las personas mayores, pueden cobrarles sus pensiones.

### Cultivo voluntario de la tierra y ayuda con la venta de los productos cultivados

Esto servirá para salvaguardar los medios de vida de las personas mayores, de los cuales pueden depender sus ingresos. Sin embargo, todos debemos seguir las directrices del gobierno, en términos de movimiento y trabajo durante esta pandemia.



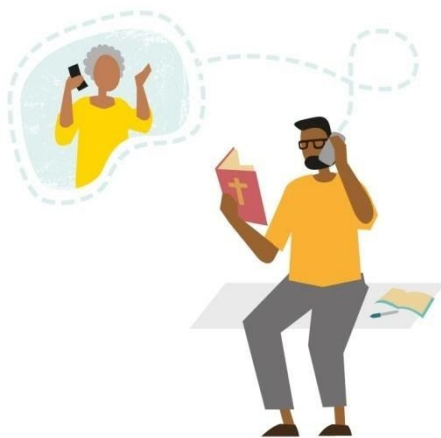
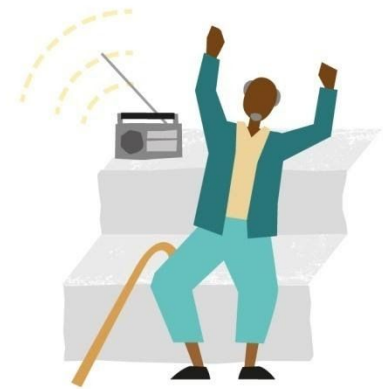
### Regalar alimentos o comidas preparadas y organizar una colecta comunitaria para cubrir gastos de medicamentos

Esto será importante cuando las personas mayores se enfermen, ya que podría salvarles la vida. Si las personas mayores lo necesitan, la ayuda para cubrir los costos del seguro de salud y los medicamentos ahora es de vital importancia. También podrían verse beneficiados si otros les recogen sus medicamentos de la farmacia y se los entregan.

📍 [tearfund.org/covid19](https://tearfund.org/covid19)  
 📧 [covid19-response-team@tearfund.org](mailto:covid19-response-team@tearfund.org)

## Proporcionar noticias e información

Es posible que algunas personas mayores no tengan televisión ni radio, ni acceso a recursos digitales y, por lo tanto, dependan de los miembros de la iglesia y la comunidad para obtener información oportuna y precisa sobre el Covid-19. Los miembros de la iglesia pueden ayudar con configurar la tecnología o proporcionarles radios a las personas mayores para que puedan escuchar las noticias y beneficiarse de la transmisión de los programas religiosos. Los sermones grabados, los libros o los audiolibros también pueden ser recursos útiles.



## Ofrecer apoyo moral, emocional y espiritual

El aislamiento y la soledad pueden exacerbar las condiciones existentes de salud mental, incluida la demencia. Los miembros de la iglesia podrían ofrecer nuevas formas de apoyo moral y espiritual, como la oración y la lectura de las Escrituras por teléfono.



## Hablar a favor y con las personas mayores

Cuando las personas mayores están en desventaja o están siendo discriminadas en nuestras comunidades, todos podemos encontrar diferentes maneras de hablar en su favor, sin olvidarnos de hablar también con ellas frecuentemente.



## Qué hacer cuando alguien se enferma y consideraciones del transporte al hospital

Si sospecha que una persona podría tener Covid-19, debe pedirle que se quede en casa y que se aíle lo más que pueda de los miembros de su hogar. También debe comunicarse con el centro de salud local y seguir los consejos que le den. Si se le aconseja llevar a una persona mayor a un centro de salud u hospital, evite usar el transporte público. Si hay mascarillas disponibles, tanto la persona mayor como los acompañantes deben usar una.

📍 [tearfund.org/covid19](https://tearfund.org/covid19)  
 ✉ [covid19-response-team@tearfund.org](mailto:covid19-response-team@tearfund.org)