



## ***Atención en el hogar y voluntarios/as***

*La creciente necesidad  
de atención en el hogar*

*Armando un programa*

*Proyectos exitosos basados  
en voluntarios/as*

*Aprendiendo a ser  
cuidador/a*

**HelpAge**  
International

Acción global sobre envejecimiento

# Comentario

## Atención y compañía

**Bienvenidos a Horizontes 58 – y al nuevo formato. Este número versa sobre la creciente necesidad de atención en el hogar para personas mayores y sobre el rol decisivo que pueden cumplir los voluntarios/as. Demuestra que el voluntariado puede ser altamente gratificante, tanto para la persona mayor como para el voluntario/a.**

**Un punto clave, sin embargo, es que la atención en el hogar no viene gratis. Los propios voluntarios/as, sean miembros de la familia o de la comunidad, necesitan apoyo y reconocimiento, y existe un importante rol para los cuidadores/as remunerados en el hogar. Es necesario aumentar el apoyo del Estado al desarrollo y el sostenimiento de iniciativas de atención en el hogar.**

**Si usted tiene algún comentario sobre este tema o desea compartir su experiencia con otros lectores y lectoras, con mucho gusto recibiremos sus aportes.**

**Celia Till**  
Editora

## Índice

<a href="#">La creciente necesidad de atención en el hogar</a>	<b>4</b>
<a href="#">Trabajar como voluntaria (Moldova)</a>	<b>6</b>
<a href="#">Reconstruyendo un sentido de comunidad (Mozambique)</a>	<b>7</b>
<a href="#">Armando un programa</a>	<b>8</b>
<a href="#">Aprendiendo a ser cuidador/a</a>	<b>10</b>
<a href="#">Un año como cuidador/a (Sri Lanka)</a>	<b>12</b>
<a href="#">Cómo reclutar personal</a>	<b>13</b>
<a href="#">Miembros y programas</a>	<b>15</b>
<a href="#">Un día para recordar</a>	<b>16</b>

## Futuras ediciones

El tema de **Horizontes 59** (mayo 2002) será 'violencia y abuso'.

# Cartas

## Beneficio de los voluntarios/as

Ayer leí **Horizontes** por primera vez y quedé fascinado con su contenido. Trabajo voluntariamente como coordinador de proyectos del Centro para el Enriquecimiento de la Tercera Edad de Nightingale (NEEC, según sus siglas en inglés), un nuevo concepto en la atención de las personas mayores en Bangalore, India.

El NEEC se está beneficiando de la participación de voluntarios/as, y estoy altamente interesado en incentivarlos. Lo que no se puede hacer individualmente por las personas mayores en la sociedad, se puede hacer colectivamente por intermedio de centros como el nuestro.

Vilasini Kumar, Coordinador de Proyectos (Honorario), Nightingales Elders Enrichment Centre, Bangalore, India.  
Email: vilakku@satyam.net.in

## El alfabetismo produce placer

Me dio gusto leer sobre alfabetización para personas mayores en **Horizontes 56**. Mi suegra nepalesa, al igual que muchas otras mujeres en Nepal, no fue a la escuela. En Gran Bretaña, algo motivó a mi esposo a dedicar una hora diaria a enseñar a leer y escribir a su madre.

Ahora mi suegra puede escribirnos desde Nepal. Está encantada con su nuevo empoderamiento, porque no tiene que esperar a que otra gente se desocupe para leer y escribir cartas, y no tiene que compartir los pensamientos privados que nos envía con intérpretes. Una vez que empezó a leer y escribir, mi suegra se matriculó en dibujo de líneas. Desarrolló un intrincado estilo propio, en el que cada cuadro expresa múltiples ideas e historias.

Ahora, 10 años después, nos da mucho placer leer las cartas y contemplar los dibujos que nos envía desde Nepal.

Ruth Hope, nuera de la señora Lachshmi Devi Oli, Budhabare Village Ward No. 9, Jhapa, Nepal.

## El apoyo de la familia es crucial

Durante los últimos 14 años, nuestra organización ha venido implementando



Shanti CAM

## Cuidado comunitario en Sri Lanka.

un programa para personas mayores basado en la comunidad, beneficiando a una comunidad marginal de aproximadamente 20,000 personas, asentada en las márgenes del canal de Colombo-Sur.

El programa de atención en el hogar es respaldado por una red de centros de atención diurna para personas mayores ubicados al interior de la comunidad. Trabajadores/as y voluntarios/as de la comunidad representan las piedras angulares de este programa. Nos complace que HelpAge Sri Lanka nos proporcionara apoyo financiero durante tres años.

Quisiéramos compartir con sus lectores y lectoras un aspecto de nuestra experiencia – la importancia de promover un sistema de apoyo familiar. Esto es necesario para fortalecer la confianza de los familiares y cuidadores/as cuando atienden a sus personas mayores.

Rev Fr Michael Catalano  
Animador General, y Dr Terence Perera,  
Animador, Health and Elders,  
Shanti Community Animation Movement (Shanti CAM), 106/3, Saranankara Road, Dehiwala, Sri Lanka. Fax: +94 1 585260.

## Producción de programa radial es nuestra

Quisiera rectificar algunos errores publicados en el artículo de **Horizontes 56** sobre mi programa radial, Palabras Mayores.



En primer lugar, el programa está totalmente a cargo del equipo de producción – actualmente Maximiliano Mores y quien escribe. No pertenece a FAIAF.

El programa fue una idea mía. Como licenciada en Comunicación Social, me interesó tomar la comunicación social como un servicio social. Una colega y yo realizamos un sondeo de opinión sobre las necesidades comunicativas de las personas mayores y con los resultados obtenidos elaboramos el programa.

FAIAF – una ONG argentina de apoyo a las personas mayores – participó en una emisión. Más adelante, recibimos un aporte económico para solventar algunos gastos de una coordinadora de ONG de la cual FAIAF es miembro. Nunca recibimos dinero por concepto de honorarios profesionales ni ningún tipo de apoyo del gobierno.

Si alguien necesita información, deberá comunicarse conmigo.

*María Cecilia Lorenzo, Palabras Mayores, Av. Tronador 2395, Bº Parque Capital, Córdoba, CP 5016, Argentina. Tel: +54 351 4692079 Email: envaplast@onenet.com.ar*

*Silvina Zili, Coordinadora de Programas de FAIAF, escribe: Lamentamos que algunas de las informaciones que proporcionamos hayan originado malos entendidos. El programa es ejecutado enteramente por el equipo de producción. Con mucha dedicación, han producido un excelente programa, donde las personas mayores pueden contar con un medio de comunicación permanente y responsable.*

**Acogemos con beneplácito las cartas de nuestros lectores/as. Favor escribir a:**  
**La Editora, Horizontes, HelpAge International, PO Box 32832, Londres N1 9ZN, Reino Unido, o al email: ctill@helpage.org**  
**Nos reservamos el derecho a editar la correspondencia.**

## Nuevas publicaciones

**Bibliografía comentada sobre el envejecimiento en África** (Annotated Bibliography on Ageing in Africa) describe más de 100 libros, documentos, videos y sitios web relacionados con el trabajo con personas mayores en África.

*Mayor información: HelpAge International, Centro de Desarrollo Regional Africano (ver dirección abajo).*

**Una voz para las personas mayores en África** (A voice for older people in Africa) es un folleto que responde preguntas acerca de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento (ver recuadro a continuación). Aboga porque las contribuciones y necesidades de las personas mayores en África sean reconocidas en la nueva Estrategia Internacional de Acción sobre el Envejecimiento y que las tradiciones y los valores africanos estén reflejados en ella.

*Mayor información: HelpAge International, Centro de Desarrollo Regional Africano, PO Box 14888, Westlands, 00200 Nairobi, Kenia. Tel: +254 2 444289 Fax: +254 2 441052 Email: helpage@net2000ke.com*

**Haciendo escuchar nuestras voces:** Personas mayores y toma de decisiones en Europa Oriental y Central (Making our voices heard: Older people and decision-making in East and Central Europe) es una guía de organizaciones que trabajan con y para las personas mayores en Europa Oriental y Central. Revisa la situación de la tercera edad en ocho países – Bosnia-Herzegovina, Croacia, la República Federal de Yugoslavia (con énfasis en Serbia), Estonia, Macedonia, Moldova, Rumania y Ucrania – y hace recomendaciones a los gobiernos locales y nacionales.

*Mayor información: Celine Hall, Oficial Regional de Programas, Europa Oriental y Central, HelpAge International, PO Box 32832, Londres N1 9ZN, Reino Unido. Email: chall@helpage.org*

## Campaña Acción sobre Envejecimiento

*La meta de la campaña global de HelpAge International, Acción sobre Envejecimiento, es asegurar que las demandas de las personas mayores viviendo en la pobreza sean incluidas en la nueva Estrategia Internacional de Acción sobre el Envejecimiento, y que se pongan recursos a disposición para implementar la estrategia.*

La estrategia será debatida en la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, que tendrá lugar en Madrid del 8 al 12 de abril de 2002. Un segundo proyecto de la Estrategia fue publicado en agosto del 2001.

HelpAge International viene realizando consultas alrededor del mundo con personas mayores pobres y sus organizaciones y enviando los resultados al Programa de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento, a fin de enriquecer el proyecto de la estrategia.

Además, HelpAge International está intentando identificar opciones para que personas mayores puedan asistir a la Asamblea.

*Mayor información: Andrew Humphreys, Coordinador de Campaña, Acción sobre Envejecimiento, HelpAge International, PO Box 32832, Londres N1 9ZN, Reino Unido. Email: ahumphreys@helpage.org*

*Ver el proyecto de la estrategia en el sitio web del Programa de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento: <http://www.onu.org/Agenda/conferencias/envejecimiento/>*

# La creciente necesidad de atención en el hogar

*¿Qué significa 'atención en el hogar' y por qué existe una necesidad de este servicio? Joseph Pannirselvam analiza distintos modelos de atención en el hogar y el rol crucial que cumplen los voluntarios/as.*

**L**as poblaciones están envejeciendo rápidamente en todo el mundo. A medida que la unidad familiar se contrae y los adultos jóvenes se desplazan en busca de trabajo, cada vez más personas mayores son abandonadas a su propia suerte. La mayoría desea permanecer en sus hogares si su calidad de vida puede mantenerse. El resultado es una creciente necesidad de servicios de atención basados en el hogar.

## ¿Qué es atención en el hogar?

'Atención en el hogar' se refiere a una gama de servicios brindados a una persona en su propio hogar, para que pueda continuar viviendo lo más activa e independientemente posible. Los servicios de atención en el hogar se dividen a grandes rasgos en dos categorías – atención social y atención de salud.

La atención social consiste de apoyo práctico y emocional. Incluye: ayuda con los quehaceres domésticos, reparto a domicilio o preparación de alimentos, mandados, acompañamiento de la persona mayor en visitas importantes (por ejemplo, al doctor), trámites burocráticos (llenar formularios, escribir cartas), contactos con organizaciones externas, cierta asistencia con el cuidado personal y trabar amistad con la persona. La atención social suele ser proporcionada por familiares, amigos/as, vecinos/as, voluntarios/as y trabajadores/as sociales con y sin capacitación formal.

La atención de salud incluye: chequeos de salud, educación en salud (en auto-atención), enfermería, terapia y mejoras al hogar relacionadas con la salud. La atención de salud suele ser



Anne-Marie Sharman/HelpAge International

**La atención en el hogar permite a las personas mayores seguir viviendo en sus hogares con dignidad.**

proporcionada por personas capacitadas, bajo la supervisión de profesionales de la salud como doctores/as, enfermeras/os, trabajadores/as sociales y terapeutas, o bien por los y las profesionales mismos.

Los servicios de atención en el hogar son requeridos por la pequeña pero creciente proporción de personas mayores que tiene dificultades para realizar las actividades de la vida diaria y acceder a servicios de atención de salud, y que carece de apoyo familiar. Esto rige especialmente para las mujeres, muchas de las cuales sobreviven a sus esposos. En muchas sociedades, las mujeres mayores, especialmente las viudas, tienen un estatus social bajo e ingresos reducidos, lo cual las hace vulnerables al abuso, el maltrato y el trato negligente.

## Modelos de atención en el hogar

Existen muchos tipos de programas de atención en el hogar:

**Servicios de asistencia en el hogar basados en voluntarios/as**, que generalmente forman parte de un programa de atención en el hogar con recursos financieros y profesionales limitados. Los voluntarios y voluntarias desempeñan un rol crucial en el mantenimiento de la calidad de vida de las personas mayores, al brindarles atención social y amistad.

**Servicios de asistencia en el hogar remunerados**, que normalmente incluyen: cuidado personal, quehaceres domésticos, lavado de ropa, administración del hogar, compras, preparación o reparto a domicilio de alimentos, y acompañamiento.

**Servicios de enfermería en el hogar**, mediante los cuales se proporciona atención de enfermería de corto plazo, a menudo con un propósito determinado, como el tratamiento de escaras.

**Servicios médicos basados en el hogar**, que juegan un papel importante en la creación de acceso a atención médica para las personas mayores muy frágiles y de bajos ingresos. Sin embargo, se trata de un servicio caro, y la oferta de doctores/as para atención basada en el hogar suele ser escasa.

**Servicios de manejo de casos**, en los cuales se hace un diagnóstico de las necesidades de la persona mayor y se coordina una red de servicios tanto formales como informales para ofrecerle un paquete de atención y apoyo.

**Los servicios de atención en el hogar pueden ser suministrados por personas individuales, organizaciones basadas en la comunidad (como comités de residentes), ONG, empresas de servicio doméstico e instituciones del gobierno (como los departamentos o ministerios de Salud y Bienestar Social y otras dependencias de los gobiernos locales).**

## Beneficios más amplios

Los programas de atención en el hogar tienen una serie de ventajas sociales, económicas y políticas. Permiten a las personas mayores seguir viviendo con dignidad, de conformidad con los Principios de las Naciones Unidas en favor de las Personas de Edad, y ayudan a prevenir el abuso, el maltrato y el trato negligente. Al aliviar la carga que representa la atención de las personas mayores para las familias, y permitir que los miembros de la familia dediquen más tiempo a realizar empleos remunerados, ayudan a reducir los conflictos familiares y contribuyen a la economía familiar.

Los programas de atención en el hogar incentivan a las familias y comunidades a buscar soluciones a los problemas de las personas mayores y proporcionan un espacio para contribuir, que a menudo es aprovechado por las mismas personas mayores (tal como se describe en el artículo de la página 6, por ejemplo).

La mayoría de las personas mayores apoyadas por programas de asistencia en el hogar requiere tratamiento o chequeos médicos regulares, pero su acceso a servicios de salud a menudo es restringido debido a la falta de transporte, o de medios para pagar. La coordinación entre cuidadores/as en el hogar y coordinadores/as de programas de manejo de casos puede ayudar a mejorar el acceso de las personas mayores a dichos servicios.

Los programas de atención en el hogar tienen un gran potencial para influenciar las políticas y los programas del gobierno. Producen evidencias de las necesidades de las personas mayores, y de las deficiencias de los servicios, que pueden ser utilizadas por los diseñadores/as de políticas para sustentar sus argumentos a favor de mejoras.

## Apoyo estatal

Algunos gobiernos ya apoyan iniciativas de atención en el hogar. En China, por ejemplo, programas de atención en el hogar son dirigidos por comités comunales patrocinados por el

### Ventajas y desventajas de los programas basados en voluntarios/as

#### Los voluntarios/as:

- proporcionan amistad y asistencia práctica con las tareas cotidianas
- se sienten bien consigo mismos por el hecho de trabajar como voluntarios/as
- al mismo tiempo pueden crecer profesionalmente
- pueden ser personas mayores ellos/as mismos
- son relativamente económicos.

#### Sin embargo, los voluntarios/as:

- en general no pueden atender las necesidades de atención de salud de las personas mayores
- pueden no estar disponibles cuando la persona mayor más los necesita
- no pueden apoyar a las personas mayores con enfermedades crónicas o necesidades múltiples
- pueden decepcionar a sus clientes si abandonan el programa
- no son gratuitos – generan costos de reclutamiento, capacitación, supervisión y apoyo.

gobierno, centros de atención comunitaria e instituciones médicas. En Corea del Sur, el gobierno tiene un programa de asistentes en el hogar voluntarios y remunerados.

El proyecto de la Estrategia Internacional de Acción sobre el Envejecimiento, que servirá de marco para las políticas de los gobiernos nacionales (ver página 3), advierte que los familiares que fungen de cuidadores/as requieren asistencia, y los sistemas formales de atención de la comunidad a menudo carecen de la capacidad para proporcionarla – lo cual quiere decir que existe una necesidad de apoyo formal para atención en el hogar.

Una necesidad clave será generar conciencia entre los trabajadores/as de salud acerca de los problemas de salud de la tercera edad, y establecer y monitorear estándares de atención que se ajusten a los Principios de las Naciones Unidas para las Personas de Edad.

## En síntesis

### La experiencia de programas de atención en el hogar en Asia y la región del Pacífico demuestra que:

- Las familias necesitan del apoyo del Estado si han de continuar ejerciendo su rol de cuidadoras.
- El conocimiento de la población acerca de los problemas de la atención en el hogar es muy bajo.
- El diseño de los programas de atención en el hogar tiene que ser adaptado a las necesidades, los recursos y la cultura locales.
- La atención tiene que ser integral y centrarse en las necesidades de la persona mayor.
- Los cuidadores/as – remunerados o no – requieren capacitación.
- Obtener financiamiento de largo plazo es un problema clave para muchos programas.
- No hay suficientes cuidadores/as calificados, lo cual afecta la calidad de los programas de atención en el hogar.
- La demanda de servicios de atención en el hogar excede la oferta.
- La comunicación entre los distintos servicios y organizaciones basados en la comunidad tiene que ser mejorada.
- Los diseñadores/as de los programas tienen que tomar en consideración los aspectos de género.
- Las destrezas y capacidades de las organizaciones de apoyo a la tercera edad tienen que ser fortalecidas.
- El intercambio de información y experiencias entre programas, países y regiones tiene que ser impulsado.
- Es necesario profundizar la investigación sobre la necesidad de atención en el hogar, especialmente en las comunidades rurales, en desventaja y de minorías étnicas.

*Joseph Pannirselvam es asesor de desarrollo del programa regional de HelpAge International en Asia/Pacífico. Dirige la iniciativa regional de atención en el hogar de HelpAge International, que brinda capacitación y soporte práctico a sus organizaciones miembros y contrapartes y realiza incidencia sobre atención en el hogar.*

*Mayor información: Joseph Pannirselvam, Asesor de Desarrollo del Programa Regional de HelpAge International, Centro de Desarrollo Regional, c/o Faculty of Nursing, Chiang Mai University, Chiang Mai 50200, Tailandia. Tel: +66 53 225081 Fax: +66 53 894214 Email: joseph@helpageasia.com*



# Trabajar como voluntaria

*Segundo Aliento (Second Breath), una asociación gerontológica en el estado este europeo de Moldova, recluta a personas mayores de su programa de rehabilitación para hacer visitas en el hogar a otras personas mayores. Irina Baicalova, presidenta de la asociación, y Tatyana Timfeevna Ryabova, una voluntaria, explican la iniciativa.*



Second Breath

## **Irina Baicalova escribe:**

Creamos Segundo Aliento porque nos dimos cuenta de que las personas mayores se sentían abrumadas por los problemas financieros y prácticos. Existe un gran sentido de aislamiento. Muchas personas mayores perfectamente aptas para salir permanecen en sus hogares porque no tienen nada que hacer.

La piedra angular de nuestro trabajo es cambiar la percepción de la opinión pública de Moldova acerca de la atención y el cuidado de las personas mayores. Las personas mayores sienten que han sido olvidadas, ahora que todo el mundo se encuentra ocupado en la lucha por el diario vivir.

Estamos desarrollando servicios basados en el hogar y la comunidad con el fin de mejorar la atención médica y el apoyo social a las personas mayores en la ciudad de Balti. Tenemos un programa de rehabilitación en nuestro centro de atención diurna y un programa de visitas a domicilio. Atendemos entre 35 y 40 personas mayores en sus hogares. Un doctor/a, una enfermera/o y un voluntario/a visitan a cada persona.

## **Personas mayores activas son invitadas a trabajar como voluntarias en visitas a hogares.**

Invitamos a las personas mayores activas que han asistido a nuestro centro de atención diurna a trabajar como voluntarias en las visitas a domicilio. De esta forma hemos reclutado 10 voluntarios/as. Cada voluntario/a visita a tres o cuatro clientes bajo la supervisión de una enfermera/o. Trabajamos duro para garantizar una buena calidad del servicio – el personal visita a nuestros clientes para verificar que todo esté en orden.

Los voluntarios y voluntarias ofrecen servicios prácticos y compañía. También tenemos un proyecto de 'inauguración de viviendas,' en el que un grupo de voluntarios/as se reúne para llevar un poco de comida al apartamento de una persona mayor y hacer una fiesta. Así, los invitados/as se conocen un poco mejor y la persona mayor confinada a su hogar es integrada a un grupo social.

Las personas mayores tienen muchas dificultades para vivir de sus pensiones, así que tratamos de proporcionarles

comidas y otros productos. Además, intentamos dar a nuestros voluntarios/as una bolsa con alimentos todas las semanas en señal de agradecimiento.

## **Tatyana Timfeevna Ryabova escribe:**

Cuando me jubilé, tenía muchos planes. Pero el deterioro de la economía y mi magra pensión cambiaron mis sueños. Más aún, descubrí que a nadie le interesaban mi experiencia ni mis capacidades. Luego, mi esposo tuvo un derrame y un ataque al corazón.

Ambos nos inscribimos en el programa de rehabilitación organizado por Segundo Aliento. Recibíamos orientación de los médicos, nos ofrecían comidas nutritivas y nos enseñaban a proteger nuestra salud, incluyendo gimnasia y ejercicios mentales. Mi esposo se recuperó y ambos nos fortalecimos.

Descubrimos que voluntarios/as del centro estaban trabajando en el domicilio de personas mayores que necesitaban cuidados y calor humano. Mi esposo y yo decidimos participar. Hace dos años que trabajamos como voluntarios/as. Recibimos capacitación especial y continuamos asistiendo a los seminarios, charlas y reuniones.

Nuestra experiencia de vida y nuestra profesión de maestros/as nos ayudan en esta nueva actividad. Tratamos de ser bondadosos y serviciales. Hacemos la compra y la limpieza, lavamos la ropa y ayudamos a la persona mayor con su higiene personal. Asimismo, nos mantenemos en contacto con el doctor/a y la enfermera/o.

Nuestras visitas son esperadas con ansiedad. También nosotros nos sentimos felices siempre de ver a la persona mayor que visitamos. Antes, nadie se preocupaba por nosotros en la sociedad, pero ahora nuestras capacidades, conocimientos y experiencia están siendo utilizados a buen efecto. Realmente sentimos que hemos rejuvenecido.

*Mayor información: Irina Baicalova, Presidenta, Second Breath, Str. Bulgara 142, Ap. 45, Balti, Moldova. Email: [secondbr@beltsy.md](mailto:secondbr@beltsy.md) Sitio web: <http://www.beltsy.md/secondbr>*

*Segundo Aliento es apoyada por el Open Society Institute y la Fundación Soros (Moldova).*

# Reconstruyendo un sentido de comunidad

*Personas mayores de Mozambique cuyas vidas han sido devastadas por las inundaciones han movilizado apoyo familiar y comunal para las personas vulnerables de la comunidad. Necodemus Chipfupa describe cómo.*

**L**os efectos de las severas inundaciones que azotaron la región en febrero del 2000 dejó traumatizadas a muchas personas mayores de Chokwe, un área rural al sur de Mozambique. Al retornar a sus aldeas, mostraron escaso interés en un programa de rehabilitación organizado por HelpAge International y la ONG local Vukoxa. 'Perdimos el fruto de nuestro trabajo de toda una vida,' dijo una señora mayor. 'No sabemos cómo ni por dónde empezar.'

Discusiones con el personal del proyecto ayudaron a las personas mayores a entender cómo la capacidad de las familias y la comunidad para apoyar a las personas mayores vulnerables había quedado debilitada. Se dieron cuenta de que necesitaban movilizarse con la comunidad.

Un equipo de tres personas mayores – un hombre y dos mujeres – recibió el encargo de visitar a las personas mayores vulnerables y sus familias para discutir sus problemas. Descubrieron que las personas mayores estaban dispuestas a hablar con ellas porque también eran mayores y se sentían comprendidas.

El equipo discutió los resultados de este ejercicio con los líderes de la comunidad y el personal del proyecto. Se acordó iniciar un programa de visitas al hogar basado en voluntarios/as, que atendería a personas enfermas, discapacitadas y mayores en ocho aldeas.

## Aprendiendo a escuchar

Visitadores/as a domicilio, muchos de ellos personas mayores, fueron seleccionados por la comunidad para recibir capacitación. La capacitación

incide sobre cuatro áreas principales: el proceso de envejecimiento, vulnerabilidad, consejería y resolución de problemas. Aprender a escuchar fue reconocido como una destreza clave, y el primer grupo de visitadores/as a domicilio se autodenominó *vaingeseli* – los que escuchan.

A través de sus visitas y discusiones más generales, los visitadores/as a domicilio han generado conciencia acerca de los problemas del envejecimiento en la comunidad y proporcionado apoyo práctico (por ejemplo, con las labores agrícolas) y consejería. Los visitadores/as a domicilio reciben bicicletas para desplazarse hasta las aldeas. Además, reciben un regalo modesto, que puede ser un producto doméstico como sal, azúcar, jabón o tela.

## Familiares cuidadores

Los visitadores/as a domicilio descubrieron que los familiares que cuidaban a personas mayores en sus hogares podrían beneficiarse si recibían capacitación en atención en el hogar. El proyecto ha desarrollado un curso de capacitación de dos días sobre atención práctica y temas de envejecimiento. Los visitadores/as a domicilio identifican miembros de la familia que son invitados por líderes de la comunidad a asistir a los cursos de capacitación. A la fecha, 35 personas han sido capacitadas. Entre todas, atienden a cerca de 200 personas mayores y adultos y niños enfermos y con discapacidad.

El proyecto ha avanzado mucho en cambiar las actitudes y mejorar la situación de las personas vulnerables de la comunidad. Como afirmó una visitadora a domicilio: 'Cómo quisiera haber tenido este conocimiento antes.



HelpAge International

**Familiares reciben capacitación.**

## Lecciones aprendidas

**Los métodos de capacitación tienen que ser adaptados a los niveles de alfabetismo de los y las participantes. Dibujos y discusiones fueron utilizados para capacitar a los cuidadores/as en el hogar. Luego de la capacitación, los cuidadores/as recibieron materiales escritos, con el encargo de pedir a otros miembros de la familia o vecinos/as que se los leyeran y los discutieran con ellos.**

**La comunidad en su conjunto debe acordar quién recibe capacitación para hacer el trabajo comunitario. Algunas de las personas que fueron capacitadas no fueron aceptadas. Se realizó una reunión con los líderes comunitarios para determinar criterios de selección para los candidatos a capacitación.**

Siento que les debo una disculpa a las personas mayores por la manera en que a veces las trataba y pensaba sobre ellas en el pasado.'

Mayor información: Nec Chipfupa, Director de Programas, HelpAge International, CP 4112, Maputo, Mozambique. Fax: +258 1 416435 Email: haimoz@virconn.com

**Un manual de capacitación para cuidadores/as en el hogar está siendo elaborado en portugués.**























