

HORIZONTES

Temas prácticos sobre envejecimiento y desarrollo

Edición 75 / Julio de 2010



Enfocándonos en las mujeres mayores

Considerando la diferencia

Enfrentando amenazas violentas

Cambiando vidas por medio de la alfabetización

Cómo incluir a las mujeres mayores

Venciendo el estigma del VIH

Aliviando tensiones étnicas

Cómo recolectar datos

**HelpAge
International**

personas mayores
protagonistas

Contenido

- 4 Considerando las diferencias
- 6 Enfrentando amenazas violentas
- 7 Cambiando vidas por medio de la alfabetización
- 8 Cómo incluir a las mujeres mayores
- 10 Venciendo el estigma del VIH
- 11 Aliviando tensiones étnicas
- 12 Cómo recolectar datos
- 14 Conozca a nuestros embajadores
- 16 Una vida mejor con mejores estufas

Próximas ediciones

Edición 76 (Dic. 2010) Alimentación y nutrición

Edición 77 (Abril 2011) VIH y SIDA

Recibimos artículos para su consideración. Favor enviarlos tres meses antes de la publicación.

Portada

Gloria Zevallos Quispe, de 85 años, se gana la vida cultivando y vendiendo flores en una población cercana a Ayacucho, Perú.

Foto: Antonio Olmos/HelpAge International

Comentario

Pasos para terminar con la discriminación

Bienvenidos a Horizontes 75. Poco antes que esta edición entrara a prensa, la Organización de Naciones Unidas ONU aprobó una nueva resolución para eliminar la violencia contra las mujeres. En ella se expresa una profunda preocupación sobre la situación actual de violencia y maltrato contra las mujeres mayores y se recomienda a los gobiernos y las agencias de las Naciones Unidas recolectar datos estadísticos desglosados por sexo y edad.

Es importante que se reconozca la situación de las mujeres mayores porque, aunque ellas son generalmente el centro de sus familias, son también las más vulnerables e invisibles en la sociedad debido a los efectos combinados de la discriminación por edad y por género.

En esta edición de Horizontes analizamos el impacto de la discriminación contra las mujeres mayores y destacamos sus capacidades y contribuciones. Al igual que la Organización de Naciones Unidas ONU, requerimos datos e indicadores más precisos como punto de inicio para el desarrollo de programas más efectivos. Esperamos que esta publicación pueda inspirarlos y les alentamos a enviarnos sus respuestas.

Celia Till y Bridget Sleaf, Editoras, *Horizontes*

Cartas

Acciones en las Filipinas

Quisiera compartir esta información con asociaciones de personas mayores que llevan a cabo actividades de desarrollo comunitario y brindan servicios de bienestar social, para que se suscriban a la carta informativa de FundsforNGOs.org (www.fundsforngos.org).

Yo soy presidente de la Asociación Visayas Central para Esfuerzo Voluntario (CVAVE, por sus siglas en inglés) en las Filipinas y agrupamos a 129 jubilados quienes son miembros activos.

Comenzamos nuestra campaña "Adultos Mayores Demandan Acción" cuando los jubilados solicitaron al congreso una pensión de vejez de por vida para los mayores de 70 años. El proyecto de ley llegó a la tercera lectura, pero no fue aprobado porque el gobierno no tenía suficientes fondos.

Hicimos lobby con legisladores y ejecutivos locales para gestionar un incremento en el presupuesto asignado para las personas mayores. La ley dice que las agencias de gobierno deben asignar el uno por ciento de su presupuesto a las personas con capacidades diferentes y por las personas mayores.

También recomendamos el establecimiento de una sala de geriatría en cada hospital del gobierno para la atención de pacientes adultos mayores indigentes. Esto aún no ha sido aprobado así que continuaremos haciendo oír nuestras demandas.

Durante las asambleas trimestrales invitamos a especialistas médicos para que nos hablen sobre temas de salud. También invitamos a funcionarios de las oficinas de seguros del gobierno y de Phil Health (Corporación de Seguros de Salud de Filipinas) para que nos comenten sobre las nuevas políticas y beneficios.

"Martiniana Mercado, 72 años, jubilada del Departamento de Bienestar Social y Desarrollo. Fue directora general en Visayas Central".

Limpiando para cuidar a nietos y nietas

Maqbool, es viuda y tiene setenta años. Ella tuvo diez hijos pero cuatro de ellos fallecieron. Trabaja haciendo labores de hogar, lava vajillas, ropa y hace tareas de limpieza en general. Desde el Fajar (oraciones de la mañana) a las 6 de la mañana, hasta pasadas las 5 de la tarde trabaja arduamente para ganar el sustento y mantener a sus nietos huérfanos.

Ella era feliz cuando su marido aún vivía y no tenía necesidad de trabajar. Hace aproximadamente siete años su esposo murió. El año pasado también falleció su hija, dejando tres huérfanos. Maqbool ahora es responsable de dos familias, de sus hijos y de sus nietos.

Ella compartió su experiencia con nosotros y expresó: "Agradezco a las personas que me dan trabajo porque la mayoría no desean contratar personas mayores para hacer el trabajo doméstico".

"El Sistema de Iniciativas Sostenibles (SSI) es una institución que trabaja para las personas mayores y me aconseja en momentos difíciles. El año pasado cuando perdí a mi hija, yo estaba muy deprimida. (SSI) me apoyó como a un miembro de la familia. No tengo otra fuente de ingreso más que mi trabajo y agradezco a Dios porque me ha dado la fuerza para ayudar a mis nietos."

Fariha Abdullah, Gerente Sistema de Iniciativas Sostenibles (SSI), Proyecto de Atención a las Personas Mayores, 143, G-3, Calle 13, Fase 2, Hayatabad, Peshawar, Pakistán Email: farihaabdullah@hotmail.com

¿Qué pueden hacer los medios de comunicación?

En los últimos diez años, la población adulta mayor en India ha crecido más del doble de la tasa de población en general.

Son los medios de comunicación los llamados a mostrar la situación que provocará el incremento del número de personas mayores; pero también se constituyen en actores importantes que pueden ayudar a propiciar cambios de actitud por parte de la sociedad y del gobierno ante las personas mayores.

Las personas mayores hicieron mucho por la sociedad cuando eran jóvenes. Sin embargo, aún cuando existen normativas que priorizan y promueven la mejora en el trato hacia los adultos mayores, los jóvenes ocupan los asientos reservados para mayores en los buses o hacen uso de las filas designadas para ellos en el correo, los hospitales, los dispensarios, etc.

La participación y colaboración activa de los medios de comunicación será un factor determinante, ellos deben coadyuvar en la misión de crear una atmósfera de respeto hacia las personas mayores.

Después de haber vivido una vida de rutina por 30 o 40 años se genera un vacío en las vidas de las personas mayores. Algunos son capaces de hacer un trabajo útil de acuerdo a sus gustos pero otras sólo se limitan a matar el tiempo.

Los medios de comunicación pueden crear vías para que las personas mayores puedan expresarse y sentirse útiles. Cada periódico y canal de TV puede brindar espacios exclusivos para personas mayores sobre temas como por ejemplo, salud, seguridad, movilidad o promover la incursión en segundas carreras académicas. Los medios pueden designar a personas mayores como corresponsales de prensa que presenten información sobre sus asociaciones, sus actividades e iniciativas y pagarles honorarios. Esto les daría además del apoyo financiero, un sentido de utilidad.

M V Ruparelia, India (por email)

¿Cómo auspiciar un programa de radio?

Estamos buscando auspicio que nos permita difundir información en la radio sobre la situación de las personas mayores en la Provincia Copperbelt en Zambia.

Francis Mulubwa, Presidente, Grupo de Cuidadores de la Comunidad Ndeke, casilla de correo 240264, Ndola, Zambia

Respuesta del editor: ¿Alguno de los lectores tiene sugerencias sobre cómo encontrar auspiciadores o como persuadir a las estaciones de radio para que transmitan su material sin recibir pago? Una idea podría ser pedir a una estación de radio que encuentre un auspiciador comercial que financie un programa dirigido específicamente para personas mayores.

Si algún lector tiene alguna idea, por favor escriba al editor y la publicaremos en la próxima edición.

“Yo no fui a la escuela porque decían: ‘Ella es una niña. No hay razón para que vaya a la escuela. Ella debe ayudar en el trabajo doméstico.’ Aprendí a leer y a escribir por mi propia cuenta.”

Catalina Choque Condori, de 73 años, es miembro de la organización Nuevo Amanecer de La Paz, Bolivia. Ahora ha comenzado su nuevo negocio.

Ver también el artículo en la página 7 sobre la alfabetización en Camboya.

Agradecemos el envío de cartas.

Escribir a: Editor, Horizontes, HelpAge International, PO Box 32832, London N1 9ZN, UK.
Fax: +44 (0)20 7713 7993
Email: ctill@helpage.org

Favor incluir su nombre, organización (si la hubiera) y dirección postal. Las cartas pueden ser editadas.

¡Manténgase en contacto!

Por favor manténgase en contacto para recibir - Horizontes de manera regular. Si cambian los detalles de contacto, envíe por correo el formulario de la página 15 ó utilice el formulario en línea disponible en: www.helpage.org/aboutus/contactus

Nuevas publicaciones

Transferencia de dinero en emergencias: una guía de campo práctica

Esta publicación explica paso a paso como planificar y dirigir las donaciones en efectivo para las personas afectadas por desastres naturales, en base a la experiencia de HelpAge International y de otras organizaciones humanitarias.

HelpAge International Asia Oriental y Pacífico, 2010

Puede descargarse de:

www.helpage.org/resources/downloaded



Fuerza laboral olvidada: Las personas mayores y su derecho a un trabajo digno

Este informe muestra que la mayoría de las personas en países de bajos y medianos ingresos trabajan durante su vejez, muchas veces en condiciones espantosas. Se demanda que se proteja su derecho a un trabajo digno y en condiciones laborales apropiadas.

HelpAge International Londres, 2009

Puede descargarse de:

www.helpage.org/resources



Considerando la diferencia

Bridget Sleaf, explica como la discriminación por edad y por género afectan a las personas mayores y cómo los programas pueden responder a sus diferentes experiencias..

Shiduki es una viuda de 71 años que vive en el norte de Tanzania. Cuando murió su marido, su familia la expulsó de su casa. Por siete años ha vivido sola en una casa con infraestructura dañada que deja pasar la lluvia. “La gente me desprecia” lamenta, “porque no tengo nada”. “Hasta he recibido amenazas de muerte.”

La situación de Shiduki no es única. Ella es una de millones de mujeres en el mundo que conforme envejecen, son víctimas de discriminación por edad y por género.


Los prejuicios por la edad (estereotipar a las personas mayores y tener ideas preconcebidas sobre ellas) y la discriminación por género todavía son prácticas usuales en todo el mundo, aunque se manifiesten de maneras diferentes en las diversas sociedades y contextos culturales. Cuando los prejuicios por la edad se combinan con los prejuicios por el género, las mujeres mayores son doblemente discriminadas. Después de experimentar toda una vida de exclusión y discriminación por el hecho de ser mujeres, ahora tienen que sufrir además la exclusión por ser mayores.

No debemos, desde luego, ignorar el hecho que los hombres mayores también deben enfrentar la discriminación por la edad y las consecuencias negativas hacia sus roles masculinos dictados por la sociedad y las diversas culturas. Las mujeres mayores, sin embargo, son afectadas en mayor proporción.

Grandes contribuciones

Las mujeres mayores son víctimas de discriminación por edad y por género de diversas maneras. Las mujeres mayores hacen grandes contribuciones a sus familias y a su comunidad, son cuidadoras, generadoras de ingreso, educadoras y mediadoras, pero esos roles tan vitales para la sociedad son frecuentemente ignorados y menospreciados.

En este número relatamos testimonios de mujeres que utilizan sus habilidades en la resolución de conflictos para aliviar tensiones étnicas, mujeres que han aprendido a leer y escribir para dirigir sus negocios y que trabajan para que las personas jóvenes eviten el consumo y abuso de drogas.



Respetando los derechos de las mujeres mayores.

Protegemos también a otras

Aún así, las mujeres mayores siguen siendo invisibles para los principales procesos de desarrollo, como las Metas de Desarrollo del Milenio y pocas veces se las incluye en las intervenciones para enfrentar la desigualdad de género, como las que implementa la Plataforma para la Acción de Beijing. De hecho, conforme las mujeres envejecen, se las considera inútiles económica y reproductivamente y se las ve como una carga para sus familias.

Las mujeres viven más que los hombres: por cada 100 mujeres de más de 80 años existen 59 hombres. En consecuencia, las mujeres viven más años y son propensas a padecer mayores afecciones y enfermedades, que los hombres. También es más probable que deban sobrevivir con sus propios ingresos, menos probable que estén casadas y más factible que hayan enviudado, en comparación con los indicadores de los hombres. Como suma de todas estas variables nos encontramos frente a un panorama que nos señala que las mujeres adultas se convierten en un grupo más vulnerable.

En muchas sociedades, el ser viuda, soltera, debido a un divorcio o a que nunca se han casado, cambia profundamente el estatus de la mujer dentro de la sociedad. Esto puede resultar en discriminación tanto legal como de hecho, en especial con relación a los derechos de propiedad y de herencia. Las leyes de sucesión generalmente niegan a la mujer el derecho de heredar. Los miembros de la familia y otros obligan a las mujeres a salir de sus tierras o incautan sus propiedades.

Las niñas y las mujeres jóvenes víctimas de discriminación cargan consigo, hasta la adultez, el impacto negativo de la discriminación por género. En muchos países, las tasas de alfabetización en mujeres mayores son más bajas que las tasas de alfabetización de los hombres, porque cuando niñas no se les permitió asistir a la escuela. El no saber leer, escribir o hacer cálculos limita seriamente la capacidad de las mujeres mayores de obtener información, acceder a servicios o tomar parte en actividades sociales, económicas o políticas.



Kate Holt/HelpAge International

El cuidado de los niños es una responsabilidad que asumen las mujeres mayores, como esta abuela en Uganda.



La mayoría de las mujeres se han desempeñado en trabajos no remunerados o en el sector informal, en consecuencia tienen menos oportunidades que los hombres de contribuir a los programas de pensiones y menos posibilidades de recibir beneficios de seguridad social cuando sean mayores. En América Latina, por ejemplo, sólo la mitad de las mujeres con relación a los hombres recibe alguna pensión.

La discriminación por género en el empleo también salta a la vista en los casos en que las mujeres han tenido empleo pero su remuneración fue probablemente menor a la que perciben los hombres. Que la edad de jubilación obligatoria sea menor para las mujeres, atenta contra quienes desean continuar trabajando pero que se ven forzadas a jubilarse a una edad más joven que los hombres.

La combinación de prejuicios por edad y por género puede desencadenar situaciones de violencia y abuso. Muchas mujeres mayores experimentan situaciones de maltrato en sus hogares, en instituciones, asilos y otros hogares de amparo. Un estudio en Kenia muestra que el 60 por ciento de las mujeres mayores han sido abusadas por sus nueras quienes evitan que ellas reciban alimentación de manera regular, ropa limpia, atención médica y un refugio adecuado.

Experiencias diversas

Aunque la discriminación por género y por edad son prácticas universales, es importante recordar que todas las mujeres mayores son diferentes y que estos problemas los experimentan de maneras diferentes. Las mujeres mayores en las comunidades rurales tienen preocupaciones cotidianas muy diferentes a las que experimentan las mujeres mayores que viven en las ciudades. La vida para una mujer de 60 años puede ser dramáticamente diferente a la de una mujer de 80 o 90 años.

Los indicadores de salud de las mujeres mayores tienen enormes variaciones. Las mujeres mayores indígenas, las viudas, las que cuidan niños, las que están por jubilarse todas estas características hacen la diferencia y la misma puede llegar a ser tan grande como los contrastes entre mujeres y hombres.

Si las ONG's y los gobiernos respondieran efectivamente a las necesidades de los diferentes estilos de vida que tienen los hombres y las mujeres mayores, estas diversidades serían más comprendidas y tomadas en cuenta. Para enfrentar esta mezcla de discriminación por edad y por género, de modo que las mujeres mayores puedan disfrutar sus derechos al igual que todos, deben diseñarse programas de desarrollo, políticas y leyes desde todos los sectores.

¿Qué podemos hacer?

La ausencia de indicadores e información sobre la problemática e incidencia de la discriminación por género y edad es uno de los principales obstáculos para que los programas y el diseño de leyes y políticas públicas mejoren y desencadenen alternativas para mejorar la vida de los adultos mayores. No es suficiente saber que, por ejemplo, el 70 por ciento de los adultos mayores carecen de acceso al agua potable. Si desglosamos esta variable en porcentajes de mujeres y hombres mayores que carecen de acceso a este servicio básico, podemos empezar a pensar en cuáles son los problemas subyacentes y en cómo diseñar un programa de manera tal que no refuerce las desigualdades de género existentes.

Un ejemplo destacado sobre recopilación y el manejo de indicadores está en Uganda del Norte donde las evaluaciones de 2010 sobre individuos desplazados extremadamente vulnerables demuestran que el 56 por ciento de los individuos altamente vulnerables son mujeres mayores de 60 años, en comparación con el 19 por ciento restante conformado por hombres del mismo grupo étnico.

Esta es una proporción extremadamente alta con relación a la población total, tanto en términos de género como de edad. En base a estas estadísticas, cualquier programa de reasentamiento para hacer que las personas regresen a sus aldeas de origen debe considerar específicamente las barreras que evitan el regreso de las mujeres mayores.

Otra buena estrategia, es entablar alianzas con organizaciones de mujeres en las áreas donde éstas trabajan. Puede que no existan programas dedicados a las mujeres mayores, pero ellas entienden las dinámicas y los problemas que enfrentan. Trabajar de manera conjunta ayudará a las organizaciones de mujeres a entender más sobre el envejecimiento y facilitará a que las organizaciones relacionadas con el envejecimiento logren entender más a las mujeres.

Hay referencias disponibles en caso de ser solicitadas. Bridget Sleaf, es Asesora de Políticas de Derechos, HelpAge International, Londres (dirección en la página final. E mail: bsleaf@helpage.org

Enfrentando amenazas violentas

Las mujeres mayores en Tanzania que han estado bajo riesgo de violencia son tratadas ahora con más respeto, escribe Nyasigo Emmanuel.

Las mujeres mayores en Tanzania que han estado bajo riesgo de violencia son tratadas ahora con más respeto, escribe Nyasigo Emmanuel.

En Sukumaland, al noreste de Tanzania, la creencia en la brujería está muy arraigada. Es inquietante como estas creencias provocan la persecución de personas consideradas practicantes de hechicería. La mayoría de las personas acusadas de practicar brujería son mujeres adultas mayores.

Estas acusaciones de presuntas prácticas de brujería generalmente están vinculadas a disputas legales por la tenencia de bienes y propiedades. Las complicadas leyes de herencia de Tanzania propician que las mujeres pierdan la propiedad de sus casas cuando enviudan, lo que las hace extremadamente vulnerables.

Sucesos imprevistos e inexplicables como pérdidas de cosechas o enfermedades relacionadas con el VIH, son atribuidas a la brujería. Ciertas características físicas, como el enrojecimiento de los ojos, resultado de haber pasado toda la vida cocinando en estufas humeantes, son también consideradas consecuencias de las prácticas de magia.

Pero esas actitudes están cambiando gracias a un proyecto de largo plazo coordinado por HelpAge International y financiado por Comic Relief. Entre noviembre de 2004 y diciembre de 2006, en nueve distritos de Sukumaland, el número de asesinatos relacionados a brujería ha disminuido de 372 a dos, el índice de cartas con amenazas de 564 a cero y el número de casos de abusos y violaciones a derechos relacionados a herencias, matrimonios de 464 casos a 41.

Trabajo con las comunidades

¿Cómo se consiguió reducir estos índices? La clave, el trabajo con las comunidades locales para concientizar sobre los derechos de las mujeres, lo mismo que para brindar apoyo práctico a las mujeres mayores vulnerables.

Los socios locales de HelpAge han colaborado en el establecimiento de comités de personas mayores en 90 aldeas. Los socios capacitaron a los miembros de los comités en la temática de derechos de las mujeres, sobre las peligrosas consecuencias relacionadas con las acusaciones de brujería, sobre las concepciones erradas que existen en relación al VIH, la brujería y las prácticas tradicionales como la de considerar a las viudas parte de la propiedad familiar, sin derecho a herencia y de ser humilladas físicamente.

Con el establecimiento de los comités de personas mayores y el uso de dinámicas como dramas, danzas y canciones la población de estas comunidades recibió educación sobre estos temas.

También se desarrollaron reuniones de concientización con la participación de grupos influyentes como ser sanadores tradicionales, milicias, funcionarios de los gobiernos locales, líderes religiosos, organizaciones de la sociedad civil y medios de comunicación.

En cada aldea, se logró capacitar entre 15 y 20 personas como asesores legales para que brinden orientación. Entre 2004 y 2008, los asesores legales atendieron 19.800 casos, casi la mitad de ellos, disputas sobre herencias y derechos sobre tierras, en su mayoría, demandas presentadas por mujeres mayores.

En la práctica los socios de HelpAge han movilizado a las comunidades locales para que construyan casas para mujeres que han sido amenazadas, atacadas y desalojadas. Han construido estufas eficientes en el uso de combustible para demostrar que los ojos rojos, los problemas de salud y las muertes tempranas que generalmente se asociaban a la brujería, tienen explicaciones más humanas y soluciones prácticas. También han apoyado el desarrollo de actividades de generación de ingresos para que las mujeres mayores sean menos dependientes.

Esta combinación de enfoques contribuyó a la consecución de grandes avances para mejorar la seguridad de las mujeres mayores. Como dice Dotto Masabuli, de 67 años, de la aldea Kituli: "Ahora puedo hablar frente a toda la

gente porque tengo mi casa propia, mis nietos y nietas me respetan porque tengo algo que dejarles."

Pasikazia Makelema, de 57 años, del distrito de Shinyanga, dice: "el programa ha hecho que las personas se alejen de esas creencias. Ahora hablan sobre el tema de manera abierta. Yo puedo ir a las reuniones de la aldea sin sentir temor alguno."

Aunque continúa trabajando con las comunidades locales, HelpAge está fortaleciendo una coalición con organizaciones nacionales como la Organización Nacional para Asistencia Legal, la Asociación de Mujeres de los Medios de Comunicación de Tanzania y el Centro de Asesoría Legal de Mujeres, para promover mayores intervenciones del gobierno en la protección de las mujeres mayores.

Nyasigo Emmanuel es Oficial de Comunicación, HelpAge International, Tanzania.
Dirección en la página 15). Email: enyasigo@helpagetz.org Email: enyasigo@helpagetz.org

Más información:
Leonard Ndamgoba, Gerente de Programa, HelpAge International Tanzania, Mwanza.
Email: haimagu@yahoo.com

Flavian Bifandimu, Gerente de Derechos, HelpAge International Tanzania, Dar es Salaam.
Email: fbifandimu@helpagetz.org



Emma Judge/HelpAge International

La construcción de casas para mujeres que han sufrido pérdidas de sus viviendas ha ayudado a mejorar su seguridad

Cambiar la vida a través de la alfabetización

Jamie Pugh describe la forma en que las clases de alfabetización están dando nuevas oportunidades para las mujeres mayores de Camboya.

Meur Sang, una mujer de 58 años de Camboya y ve el futuro con esperanzas. “Voy a instalar una pequeña tienda de abarrotes en mi casa y colaboraré a mi hija con las cuentas,” dice. “también podré ayudar a mis nietas con sus deberes escolares.”

Por no saber leer ni escribir Meur antes no podía hacer estas cosas, pero eso está cambiando. Cada semana ella asiste a una clase de alfabetización en un salachortien (centro social y religioso) en su aldea de Tuol Prom en la provincia de Battambang. El aprendizaje de nuevas capacidades le permitirá incrementar sus modos de ganarse la vida más allá de lo que produce su hectárea de arroz ganancia que apenas es suficiente para sobrevivir tres o cuatro meses del año.

La clase a la que asiste Meur, es una de las treinta que se dictan en las aldeas de las provincias de Battambang y Banteay Meanchey, su implementación fue posible gracias al apoyo de HelpAge International y con el financiamiento de la Comisión Europea y de Age UK. La idea de las clases surgió de discusiones con miembros de la asociación de personas mayores.

Más mujeres mayores

Como muchos hombres murieron durante el régimen del Khmer Rouge durante la década de los años 70, la población de Camboya se caracteriza por tener un mayor porcentaje de mujeres frente a la cantidad de varones. La cantidad de mujeres mayores de 60 años duplica la de hombres y dos terceras partes de estas mujeres son viudas. Por ello la mayoría de las asociaciones de personas mayores están conformadas por mujeres.

Muchas de estas mujeres no saben leer ni escribir porque nunca asistieron a la escuela, casi cuatro quintas partes de las mujeres mayores no tuvieron escolaridad y por ello siete de cada diez mujeres mayores de 65 años no saben leer ni escribir. Muchas mujeres mayores deben trabajar para sostenerse, pero las oportunidades para tener ingresos o ser parte activa de la sociedad son limitadas.

Rumnea Roth/HelpAge International



Los programas de alfabetización son populares entre las mujeres mayores porque estimulan el aprendizaje con acción y sus horarios se ajustan a sus rutinas diarias

Las mujeres afiliadas a las asociaciones de personas mayores expresan sus deseos de aprender a leer y escribir, se esfuerzan por entender los signos en las estaciones de buses y en los centros de salud, leer los afiches, los libros y la información del gobierno, poder seguir instrucciones sobre, por ejemplo, como cultivar vegetales y como hacer cálculos para hacer las compras y manejar negocios. Asimilar y poner en práctica estos aprendizajes les permite escribir a sus hijos que viven lejos y ayudar a sus nietos y nietas con sus deberes escolares.

HelpAge ha trabajado con los coordinadores provinciales del Departamento de Educación para desarrollar un curso de seis meses y ha reclutado y capacitado a maestros voluntarios en las aldeas. Los maestros son educadores jubilados y monjes que viven en la aldea, ellos trabajan de manera voluntaria.

Las clases son pequeñas, cuentan sólo con diez estudiantes, los métodos de enseñanza estimulan el aprendizaje mediante la acción, se dictan sin costo para los miembros de las asociaciones de personas mayores y casi todos los estudiantes son mujeres mayores de 40 años.

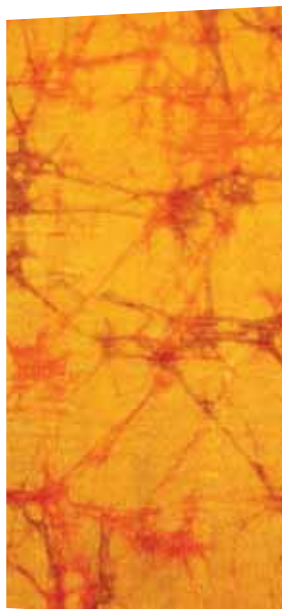
Una característica importante de las clases es el horario flexible, que se ajusta a las rutinas diarias de las mujeres. Tienen lugar ya sea al mediodía o al final de la tarde, lo que permite que las mujeres puedan cocinar, alimentar sus animales, trabajar en los campos de arroz o vender comida. Algunas veces las clases deben reajustarse si las mujeres tienen que asistir a eventos religiosos o dedicar tiempo adicional al trabajo del campo.

Gracias a su determinación, al entusiasmo y compromiso de su maestro, Meur Sang no ha perdido ni una sola clase. “He cumplido mi sesión número 21,” dice, “y mi capacidad de lectura y escritura realmente ha mejorado.”

Jamie Pugh es Oficial de Programa, HelpAge International, Londres (dirección en la última página).
Email: jpugh@helpage.org

Agradecimiento a Touch Sok, Coordinador de Proyecto y a Rumnea Roth, Coordinadora de Área, HelpAge International, Camboya, por brindar información para este artículo.

Más información: Touch Sok, Coordinador de Proyecto, HelpAge International, Camboya (dirección en página 15).
Email: toch-hai@online.com.kh



Abu Riyadh Khan/Centro de Integración de Recursos

Debe estimularse a las mujeres mayores para que dirijan las discusiones, como en esta reunión de personas mayores en Bangladesh

¿Cómo incluir a las mujeres mayores?

Aquí se presentan algunas ideas para garantizar que las mujeres mayores sean incluidas en todas la etapas de los programas, desde las consultas hasta el monitoreo y la evaluación

Incluir a las mujeres mayores en los proyectos de desarrollo ayuda a que se reviertan las desigualdades de género que han experimentado durante toda su vida y que se hacen más agudas en la edad mayor.

Los proyectos que otorgan poder a las mujeres mayores, ya sea con educación, salud, microcréditos u orientación legal, no sólo mejoran la calidad de vida de las mujeres mayores y ayudan a que su derecho por un estándar de vida adecuado sea cumplido, también benefician a sus familias y a sus comunidades.

Planeando un programa

Estos son los pasos necesarios para incluir a las mujeres mayores en todas las etapas de trabajo con una comunidad, desde la evaluación de las necesidades de las personas, hasta la organización de las actividades.

Invite a las personas mayores a los eventos y bríndeles la oportunidad de expresar sus opiniones. Diseñe un programa que tome en consideración sus necesidades.

Considere apoyar a las personas mayores para que establezcan grupos de autoayuda para que organicen actividades sociales y de desarrollo.

Incluya a las mujeres mayores en el monitoreo y la evaluación. Cuando se difunda la información, indicar si la fuente es una mujer o un hombre.

Recolectando datos

Cuando se recolectan datos, se debe registrar siempre el grupo de edad y sexo de las personas (ver página 12). Esto ayudará a hacer énfasis en las diferentes experiencias de los diferentes grupos de personas. Por ejemplo, al hacer ejercicios sobre clasificación de bienestar, las mujeres mayores, en especial las viudas o solteras, se encuentran entre las menos favorecidas, de acuerdo a las definiciones locales.

Piense también en la forma de recolección de los datos. Las entrevistas individuales, seguidas de grupos focales de discusión, funcionan mejor con las mujeres mayores.

Cuando se entreviste a mujeres mayores, tome en consideración la edad y el sexo del entrevistador o entrevistadora y del intérprete. Las mujeres mayores tienen reparos en discutir algunos temas con hombres.

“Debemos impulsar el caso del desarrollo centrado en derechos humanos. No podemos dejar que los números agregados oscurezcan la desigualdad.”

Mary Robinson, Presidenta, Concientizando Derechos y anterior Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos.

Reuniones y talleres

Las mujeres mayores que han tenido poca educación y que tienen un estatus social bajo sienten vergüenza de hablar frente a otros. En grupos mixtos, los hombres dominan la discusión. A continuación presentamos algunos ejemplos de cómo estimular a las mujeres mayores para que participen en las reuniones y talleres:

- Organice los talleres para que sean en momentos oportunos para las rutinas diarias de las mujeres.
- Especifique que desea un número igual de hombres y mujeres, o reserve un número mínimo de lugares para mujeres.
- Considere la posibilidad de llevar a cabo talleres separados para hombres y para mujeres.
- Haga preguntas directas a diferentes personas, no sólo a los oradores dominantes.
- Siéntese en el mismo nivel que las mujeres.
- Evite el uso de materiales escritos si los miembros del grupo carecen de habilidades de lectura.
- Brinde a las mujeres la oportunidad de dirigir las discusiones, facilitar las reuniones y resumir los resultados.
- Dedique un tiempo al inicio de las reuniones para que las mujeres se relajen antes de pasar a discutir los problemas.
- Permita que las mujeres hablen sin ser interrumpidas y agrádezcalle que compartan sus ideas con los demás.
- Estimule a que las mujeres participantes prioricen sus problemas y necesidades en un grupo.
- Brinde oportunidades para que las mujeres puedan presentar su candidatura a elecciones en las asociaciones de personas mayores.
- Capacite mujeres en temas como liderazgo, comunicación, abogacía, facilitación y teneduría de libros.

Ayuda en emergencia

Los hombres y las mujeres enfrentan diferentes experiencias durante las emergencias. Las mujeres mayores tienen menos posibilidades que los hombres de encontrar fuentes de ingreso, las viudas pueden quedar aisladas y al amparo de la buena voluntad de parientes o vecinos.

Las mujeres mayores tienen más posibilidades que los hombres de estar al cuidado de niños. Sin un ingreso o acceso a servicios puede que no sean capaces de atender a esos niños bajo su cuidado.

Las costumbres sociales o religiosas pueden poner restricciones a las capacidades de movimiento de las mujeres, quienes pueden verse obstaculizadas por sus formas de vestir, lo que hace más difícil que escapen de emergencias súbitas como avalanchas o huracanes. Esto es más probable que le suceda a mujeres mayores quienes generalmente tienden primeramente a cumplir los códigos tradicionales de vestir y de comportamiento.

Sin una protección adecuada, las mujeres mayores sufren el riesgo de abuso y violencia sexual. Considere el establecimiento de espacios separados para hombres y mujeres en los refugios de emergencias y en los centros de acogida para proteger la privacidad y para reducir los riesgos de abusos. No mezcle hombres con mujeres mayores sin el permiso de éstas, establezca áreas de dormitorio y de servicios sanitarios separadas tanto para hombres como para mujeres.

Trate de proveerles vestimenta que sea aceptable para las mujeres mayores.

Algunas mujeres mayores encuentran difícil abandonar sus formas tradicionales de vestir.

Reconozca el rol de las mujeres mayores en la sociedad y las capacidades que pueden ofrecer. En especial, las mujeres mayores brindan confort a otras personas afectadas por los desastres.

En momentos de escasez de alimentos, las mujeres mayores son quienes saben como recolectar, procesar y preparar alimentos silvestres. Las mujeres mayores tienen un rol importante en la preparación de los alimentos, la higiene debe incluirse en las capacitaciones.

Gracias a Annie Nut, Gerente de Programa, HelpAge International Camboya, Peter Morrison, Gerente Regional de Programas, HelpAge International, Asia y Pacífico Oriental y Chattip Soralump, Oficial Regional de Comunicaciones, HelpAge International, Asia y Pacífico Oriental por la información que brindaron para este artículo.

Otras fuentes incluyen las siguientes publicaciones de HelpAge y pueden descargarse en: www.helpage.org

Asociaciones de personas mayores en reducción de riesgo de desastres en la comunidad: un libro de recursos sobre mejores prácticas (2007)

Estableciendo y trabajando con asociaciones de personas mayores en Camboya: una guía práctica (2006)

Investigación participativa con personas mayores: un libro de consulta (2002)

Atendiendo las necesidades nutricionales de las personas mayores en situaciones de emergencia en África: ideas para la acción (2001)

Las personas mayores en desastres y crisis humanitarias: guías para mejores prácticas (1999)



Cindy Powell/HelpAge International

Mujeres mayores damnificadas por el terremoto en Haití hacen fila para recibir alimentos

Venciendo el estigma del VIH

La epidemia de VIH deja una fuerte responsabilidad sobre las mujeres mayores. Le Thi Dan, de 70 años, de la provincia Thai Nguyen en Vietnam, describe como los grupos de mujeres mayores se apoyan entre ellas y educan en sus comunidades.

Antes que muriera mi nuera mi vida era agradable. Mi marido y yo recibíamos pequeñas pensiones. A veces nuestros hijos nos daban dinero o regalos.

En 2004 murió mi nuera, la gente decía que había muerto de SIDA, después de eso mi salud empeoró porque tenía depresión. Descubrí que tenía una fuerte infección en el pulmón que me dolía mucho.

Cuando nuestros vecinos descubrieron que mi nuera había fallecido víctima del SIDA, dejaron de visitarnos. No permitían que sus hijos y nietos jugaran con los nuestros. Decían que como mi nuera había padecido la enfermedad, otros miembros de la familia podían estar infectados. Debido a ese estigma que hay en nuestra comunidad, yo no me atrevía a decir ni a mis parientes sobre la enfermedad de mi nuera.

Cuando mi nieto tuvo edad para entrar al jardín de infantes, ningún establecimiento quería recibirlo porque su madre fue portadora del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida SIDA.

Mi hijo se aburrió y comenzó a dar vueltas sin hacer nada, volvía a casa muy tarde. Fue al hospital, se hizo un examen de VIH y me dijo que no tenía problemas. Aún así, toda la familia vivía con la depresión y el estigma.

Compartiendo experiencias

En 2005 me uní a un club para personas afectadas por el VIH y el SIDA. Desde entonces me he sentido mejor. Mi familia ha recibido visitas regulares de otros miembros del club y de voluntarios.

Compartimos entre nosotros las dificultades y las alegrías de la vida. En las reuniones del club hemos aprendido a cuidarnos y a cuidar a personas que viven con el VIH. El club también organiza viajes. Muchas de nosotras nunca antes habíamos tenido oportunidad de hacer viajes. Cada trimestre el club organiza exámenes de salud para los miembros.

Lo mejor es que el directorio del club ha convencido a un jardín de infantes local que permita la asistencia de mi nieto. Estamos más felices, en especial mi hijo, quien ha regresado a su trabajo.

Con los conocimientos y habilidades que he adquirido en el club, me he convertido en comunicadora comunitaria. Aconsejo a los jóvenes que dejen de usar drogas.

Cuando muere algún familiar del club, yo junto con otros miembros los visitamos y les ayudamos a organizar el funeral. También les hablo a menudo a otros miembros de la Asociación Budista sobre el club para que entiendan más lo que hacemos.

Mi único deseo es que mi nieto se haga una prueba del VIH, así estaremos seguros de su estatus. El club me ayudará con esto.

Gracias a Tran Bich Thuy, Coordinador Nacional de Proyecto, Equipo de Gerencia de Programas, Sindicato de Mujeres de Vietnam, 39 Hang Chuoi, Hanoi, Vietnam. Email: tranbichthuy2@yahoo.com

Los clubes de empatía reciben el apoyo del Sindicato de Mujeres de Vietnam y de HelpAge International con el Gran Fondo de la Lotería del Reino Unido (BIG)

Sindicato de Mujeres de Vietnam



Los clubes de empatía brindan una oportunidad a las familias afectadas por el VIH para apoyarse entre ellas.

Con nuevos conocimientos

Puedo ayudar a otras

Aliviando las tensiones étnicas

El colapso de la Unión Soviética y la tensión entre los diferentes grupos étnicos ha hecho que las personas mayores en Kyrgyzstan se sientan inseguras y desilusionadas. Dina Muhataeva, de 62 años, describe como las mujeres mayores están ayudando a aliviar estos problemas..

El colapso de la Unión Soviética y la tensión entre los diferentes grupos étnicos ha hecho que las personas mayores en Kyrgyzstan se sientan inseguras y desilusionadas. Dina Muhataeva, de 62 años, describe como las mujeres mayores están ayudando a aliviar estos problemas.

Me he interesado en los derechos humanos desde que dejé mi trabajo como contadora cuando sufrí un accidente de auto a los 38 años. Comencé a ayudar a las personas de mi comunidad para que soliciten documentos de identidad, resuelvan disputas sobre tierra y propiedades y eleven quejas en contra de las autoridades.

En 2006, murieron mi esposo y mi hijo. Ahora vivo sola pero mis otros hijos me visitan a menudo.

En 2008 me invitaron a una reunión en mi aldea de Jany Pahta, Sokoluk, con HelpAge International y Babushka Adoption, dos organizaciones que trabajan con las personas mayores de Kyrgyzstan.

Participé en sesiones de capacitación donde aprendí como organizar seminarios, trabajar con los medios, hacer encuestas y trabajar en red con otros grupos. Después de haber aparecido en la TV, me hice una persona reconocida en la comunidad e incluso a nivel internacional.

Organizando un grupo

En mi aldea organicé un grupo de personas mayores con 12 hombres y ocho mujeres llamado Yrys (que quiere decir "Prosperidad" en Kyrgyz). Seis de las mujeres miembros conformaron un grupo de autoayuda para promover mejores relaciones entre los diferentes grupos étnicos. Las mujeres en sus roles de madres y amas de casa han resultado ser más exitosas en la resolución de conflictos.

“ Las mujeres en sus roles de madres y amas de casa han resultado ser más exitosas en la resolución de conflictos”.



Dina Muhataeva (izquierda) con la refugiada Jeengul Zabirowa (derecha).

HelpAge International

Las mujeres son de orígenes diferentes, incluyendo migrantes internas del sur del país y refugiadas de la etnia Kyrgyz quienes se han desplazado recientemente desde Tajikistán. El grupo ayuda a que estas mujeres se unan, compartan tiempo juntas, celebren de manera conjunta las fiestas cívicas, cocinen platos nacionales y organicen bodas y funerales.

Cosemos edredones y mantas, cultivamos vegetales que vendemos para recaudar dinero para el grupo, usamos el dinero para celebrar fiestas como el Día de las Personas Mayores, el Año Nuevo y el Nooruz (equinoccio de primavera) también distribuimos alimentos y ropa a personas mayores vulnerables. Junto al gobierno local hemos creado un Concejo de Cohesión Inter-Étnica para prevenir conflictos étnicos y apoyar a los residentes vulnerables de la aldea.

Por ejemplo, hemos ayudado a una mujer de 82 años y su hijo, que son refugiados étnicos Kyrgyz de Tajikistán. Ellos habían tenido dificultades para ajustarse al nuevo ambiente, aún dentro de la comunidad de refugiados.

Probablemente se debía a que la mujer había dejado a su marido, lo que no es aceptado en su cultura, o tal vez porque su hijo tenía una discapacidad mental. Tenían dificultades para solicitar vivienda y atención médica porque no tenían los documentos de identificación apropiados. Vivían en un viejo edificio abandonado en un segundo piso con escaleras empinadas y que se congelaba en invierno.

Organizamos una maratón para recaudar fondos para ayudarlos. Gracias a nuestros esfuerzos, el hijo ha recibido tratamiento y ha mejorado su salud. También pedimos al concejo de la aldea un terreno para una casa. Han donado el terreno y ahora estamos solicitando a diferentes organizaciones que nos ayuden con los materiales de construcción.

Dina Muhataeva fue entrevistada por Aisuluu Kamchybekova, Oficial de Comunicaciones, HelpAge International, Europa Oriental y Asia Central (dirección en página 15). Email: akamchybekova@helpageinternational.org

Los grupos de personas mayores son apoyados como parte de un proyecto de la Comisión Europea TACIS-IBPP.

Cómo recolectar datos

Este artículo presenta una guía para recolectar datos desglosados por edad y sexo y muestra datos básicos sobre mujeres y hombres mayores.

Este artículo presenta una guía para recolectar datos desglosados por edad y sexo y muestra datos básicos sobre mujeres y hombres mayores.

Será necesario recolectar datos al comienzo, durante y al final de cada proyecto para que los indicadores ayuden en el proceso de planificación y para evaluar los avances. Los datos también son esenciales para la abogacía.

Decidir exactamente cuáles son los datos precisos dependerá del enfoque de la propuesta. Como mínimo, sin embargo, deben recolectarse datos desglosados por edad y sexo, porque las mujeres y los hombres de diferentes edades pueden tener experiencias muy diferentes.

Por ejemplo, una encuesta sobre el acceso a créditos, que se llevó a cabo en la Oficina Nacional de Estadísticas de Nigeria mostró que menor cantidad de personas mayores que jóvenes tenían acceso a micro-créditos. Sólo el 10 por ciento de las personas mayores de 60 años tenían acceso a los micro-créditos en comparación con el 43 por ciento de personas entre 30 y 44 años.

Estas cifras son significativas, pero no presentan el cuadro total, ya que la encuesta también mostró que dentro del 10 por ciento había una gran diferencia de acceso entre los hombres y las mujeres mayores. Sólo el 4 por ciento de las mujeres mayores tenía acceso al servicio, en comparación con el 12 por ciento de los hombres mayores.

Con este conocimiento, podemos preguntarnos por qué tan pocas personas mayores acceden al micro-crédito, consecutivamente por qué tan pocas mujeres mayores logran obtener esta prestación. Se puede investigar cuáles son los problemas, como pueden resolverse y planificar en base a ello una intervención.

El tener los datos desglosados por edad y sexo es importante si quiere trabajar con agencias especializadas, como las organizaciones de mujeres.

Por ejemplo, los datos recolectados por el personal de HelpAge International sobre el abuso a las mujeres en Bolivia, Mozambique y Tanzania fueron presentados ante el comité que monitorea el proceso de implementación de la Convención de las Naciones Unidas para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Mujeres.



Grupos de hombres y mujeres comparan su clasificación de riqueza en Camboya.

Como resultado, el comité recomendó que los gobiernos de estos países incluyan específicamente a las mujeres mayores en los programas de implementación de la Convención. En la siguiente ronda de intervenciones, los gobiernos deben informar qué han hecho para proteger los derechos de las mujeres mayores.

Se pueden recolectar datos de una serie de fuentes (ver cuadro). Para datos más específicos puede ser necesario llevar a cabo una investigación propia.

Si lleva a cabo su propia encuesta, lo ideal es incluir los siguientes grupos de edad: 50-59, 60-69, 70-79 y 80 y más. Al menos incluir 60-70 y 80 y más.

La recolección de datos por sexo es simple. Pregunte o anote si la persona es hombre o mujer.

En Kirgizistán, por ejemplo, HelpAge Internacional ha hecho uso del Comité Nacional de Estadísticas y de los informes de donantes y otras agencias de desarrollo. HelpAge International está colaborando actualmente con UNFPA, UNICEF y la Asociación de Centros de Crisis en Kirgizistán para llevar a cabo una encuesta sobre violencia contra las mujeres mayores, que también incluirá discusiones de grupos focales con mujeres mayores.

Donde encontrar datos

Las fuentes de información de línea base pueden incluir:

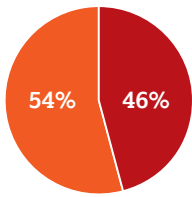
- Agencias de las Naciones Unidas como la División de Población de la ONU, la Organización Mundial de la Salud y la UNESCO
- Oficinas nacionales de estadísticas
- Censos de los gobiernos locales
- Informes de ONGs y agencias donantes
- Registros que llevan instituciones como escuelas y centros de salud.

Gráficos de fuentes en página opuesta:

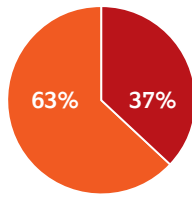
1. UNDESA, *Prospectos de Población Mundial: la revisión de 2008*, <http://esa.un.org/unpp> (14 de mayo de 2010)
2. UNESCO UIS (Instituto de Estadística), Envejecimiento de la población (65+) tasas de alfabetización y población analfabeta por país y territorio, datos recibidos por correo electrónico (5 marzo 2010); UNESO UIS, Construya su propia tabla: tasas de alfabetización de adultos (total, hombres y mujeres) <http://stats.uis.unesco.org/unesco/tableviewer/document.aspx?FileId=50> (27 de Mayo 2010). Los datos son para diferentes años en los diferentes países (1999-2008).
3. Datos de Naciones Unidas, <http://data.un.org/Data.aspx?d=GenderStat&f=inID%3A36> (25 de Mayo de 2010) Organización Mundial de la Salud, Informe de la Salud Mundial 2004, Anexo tabla 4, www.who.int/healthinfo/statistics/gbdwhr2004hale.xls (14 de Mayo de 2010). Los datos de esperanza de vida son de 2000-2005. Los datos de esperanza de vida saludable son de 2002.

Agradecemos a Fiona Morgan, Interna de Políticas, HelpAge International, Londres por la investigación sobre datos.

1. Hay más mujeres mayores que hombres mayores



60 años y más



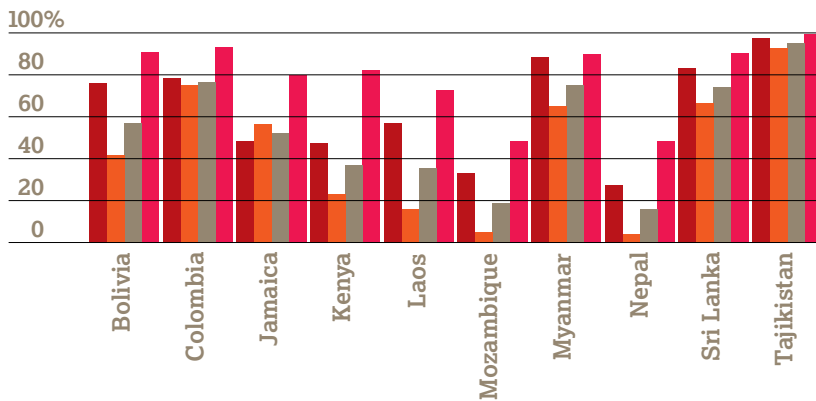
80 años y más

Población mundial en 2010

Hay más mujeres que hombres mayores de 60 años en todo el mundo, y significativamente más mujeres que hombres mayores de 80. Cerca de dos terceras partes de las personas mayores de 80 años son mujeres.

Mujeres Hombres

2. Las mujeres mayores tienen tasas de alfabetización más bajas



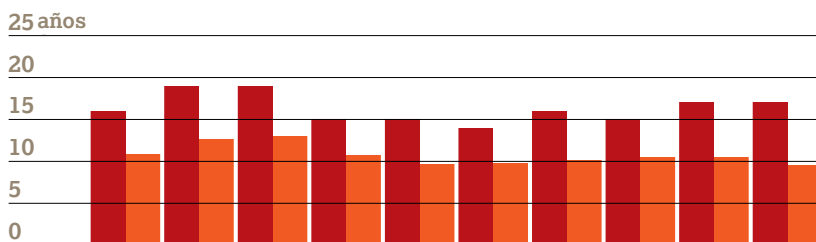
Tasas de alfabetización por edad y sexo

En un análisis cruzado de países donde trabaja HelpAge International, las tasas de alfabetización de las personas mayores de 65 años, son más bajas que las de la población en general (15 años o más). La población de mujeres mayores tienen índices más bajos de alfabetización que la población de hombres mayores. En algunos países la tasa para mujeres mayores es extremadamente baja, por ejemplo, 5 por ciento en Mozambique y 4 por ciento en Nepal.

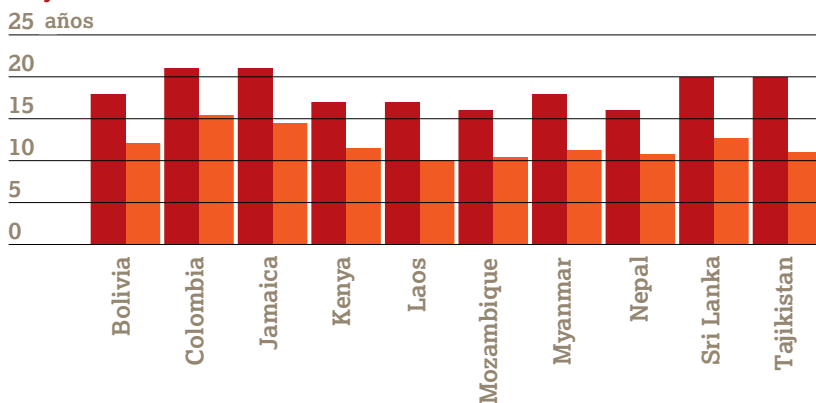
Hombres (65+) Mujeres (65+) Personas Mayores (65+) Población Adulta (15+)

3. Las mujeres viven más tiempo pero más años con mala salud

Hombres



Mujeres



Esperanza de vida de hombres y mujeres y esperanza de vida saludable a los 60

En un análisis cruzado de países donde trabaja HelpAge International, las mujeres de 60 años tienen una esperanza de vida más larga que los hombres. En todos los países excepto uno (Colombia) las mujeres de 60 años viven más años con mala salud que los hombres.

Esperanza de vida Esperanza de Vida Saludable

Conozca a nuestros embajadores

Horizontes les presenta cinco hombres y mujeres que defienden los derechos de las personas mayores como embajadores globales de HelpAge International



Profesora Nana Araba Apt es una académica de Ghana con muchas publicaciones sobre el envejecimiento en África. Actualmente es Decana de Asuntos Académicos de la Universidad Ashesi, en Accra. Antes trabajó en la Universidad de Ghana, en Legon, donde creó y dirigió el Centro de Estudios de Políticas Sociales. Es fundadora y actual presidente de HelpAge Ghana.

“Quien iba a imaginar que África, que ha sido tan reconocida por sus sistemas tradicionales de cuidado, está ahora enfrentando una crisis de cuidado para los miembros envejecidos de sus familias. He dedicado mi vida académica a explorar modos para que la vida de las personas mayores sea menos pesada en África y agradezco a HelpAge este rol que tengo.”



Baroness Sally Greengross Igualdad y Derechos Humanos. Fue directora general de la organización de personas mayores Age Concern Inglaterra desde 1987 hasta el 2000, ese mismo año recibió el título nobiliario y es miembro independiente de la Cámara de los Lores. Tiene cargos en una serie de grupos parlamentarios de todos los partidos. Actualmente es directora ejecutiva del Centro Internacional para la Longevidad del Reino Unido, un grupo de expertos que analizan el cambio democrático.

“La contribución que hacen las personas mayores a la sociedad generalmente pasa desapercibida. Deben oírse las voces de las personas mayores, sus necesidades deben expresarse con fuerza y sus deseos presentarse a quienes pueden brindar ayuda, cuidado y recursos. Esto es lo que hace HelpAge y estoy feliz de representarlos y trabajar con ellos para lograr sus metas.”



Dr. Alexandre Kalache fue pionero de “envejecimiento activo” en la Organización Mundial de la Salud como jefe del Programa de Envejecimiento y el Curso de la Vida desde 1995 hasta el 2007. Ahora dirige el Centro Internacional para Políticas sobre el Envejecimiento en Brasil, es asesor especial para el envejecimiento global en la Academia de Medicina de Nueva York y es miembro de la junta asesora del Foro Mundial Demográfico y de Envejecimiento.

“Tengo un compromiso fuerte con HelpAge y creo firmemente en sus valores y principios centrales. Voy a esforzarme para servir como embajador – lo que es un honor – en especial en lo que concierne a mi propia región, América Latina, y en la consolidación de nuestra lucha por fortalecer los derechos de las personas mayores en todo el mundo.”



Dr. Alexandre (Sasha) Sidorenko ha impulsado los temas de las personas mayores en todo el mundo como jefe del Programa para el Envejecimiento de las Naciones Unidas desde 1993 hasta 2009. Fue responsable del Año Internacional de las Personas Mayores en 1999, de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento en 2002 y del Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento de Madrid de 2002 (Plan de Madrid). Actualmente ocupa una serie de roles de asesoría, incluyendo el ser miembro del directorio del Foro de la Fundación St. Gallen de la Asociación Demográfica Mundial.

“HelpAge ha demostrado ser la más importante, si no la única, agencia sobre el envejecimiento. Ser parte de este esfuerzo es una oportunidad para continuar haciendo lo que hacía en Naciones Unidas y cumplir con las metas que como profesional me he establecido.”



Dra. Mary Ann Tsao ha sido pionera en nuevos enfoques para atención a las personas mayores en Asia Sudoriental como miembro fundadora, directora ejecutiva y actual presidenta de la Fundación Tsao, después de capacitarse en Estados Unidos, la Dra. Tsao junto con su abuela estableció, la Fundación Tsao en 1993, para brindar servicios de salud comunitarios para personas mayores y para promover un envejecimiento exitoso. El 2004 recibió la Medalla al Servicio Público y la Estrella al Servicio Público por su trabajo en apoyo al envejecimiento.

“Al establecer la fundación, mi abuela dijo: ‘No hay nada más desesperado y vacío que ser viejo y pobre. Los jóvenes pobres pueden trabajar por un futuro más brillante. Las personas mayores pobres, en especial las que son débiles y enfermas, no tienen absolutamente esperanza por un mañana mejor.’ HelpAge International trabaja incansablemente para mejorar el bienestar de los adultos mayores en desventaja en todo el mundo, y tengo el privilegio de unirme a sus esfuerzos como embajadora.”

Afiliados de HelpAge International

Caribe

Action Ageing, Jamaica
ECHO, Granada
Sociedad Haitiana de no videntes
HelpAge Belice
Helpage Santa Lucía/Concejo Nacional de y para las Personas Mayores
Asociación de Bienestar de las Personas Mayores (OPWA), Montserrat
REACH Dominica
Sociedad de San Vicente de Paul, Antigua

Africa

Age-in-Action, Sudáfrica
APSEMO, Mozambique
CEM Outreach, Sierra Leona
Sociedad para el Cuidado de la Persona Mayor Elim Hlanganani, Sudáfrica
HelpAge Ghana
HelpAge Kenia*
HelpAge Zimbabwe
Sociedad de Kenia para Personas con SIDA (KESPA)
Asociación de Mujeres Mayores Ciudadanas Maseru
Asociación de Planificación Familiar de Mauritania
Sociedad para el Envejecimiento Muthande (MUSA), Sudáfrica
RECEWAPEC, Camerún

SAWAKA, Tanzania
Asociación de Ciudadanos Mayores de Zambia
Concejo de Ciudadanos Mayores, Mauritania
Sociedad para Bienestar de los Mayores de Sierra Leona
Sociedad Sudanesa Cuidado de las Personas Mayores (SSCOP)
Asociación Reach the Aged de Uganda (URAA)

Asia/Pacífico

Coalición de Salud de la Mujeres de Bangladesh (BWHC)
Comité Nacional sobre el Envejecimiento de China (CNCA)
Coalición de servicios de los Mayores (COSE), Filipinas
Concejo sobre el Envejecimiento (COTA), Australia
Fundación para el Desarrollo de las Personas Mayores (FOPDEV), Tailandia
GRAVIS, India
HelpAge India
HelpAge Corea*
HelpAge Sri Lanka*
Helping Hand Hong Kong
Instituto de Acción Social, Macao
Asociación de Personas Mayores de Mongolia
NACSOM, Malasia

Oficina de Intereses de los Mayores, Australia
Pakistán Médico Internacional
Centro de Integración de Recursos (RIC), Bangladesh
Grupo de Acción de Mayores de Singapur (SAGE)
Society for WINGS, Singapur
Fundación Tsao, Singapur
USIAMAS, Malasia

Europa y Asia Central

Age Action Ireland
Age Action Irlanda
Age UK
Caritas Malta HelpAge
Centro para Políticas sobre Envejecimiento, Reino Unido
Cordaid, Holanda
DaneAge Association, Dinamarca
Dobroe Delo, Rusia
HelpAge Deutschland, Alemania*
Mission Armenia
NGO Lastavica, Serbia
Segundo Aliento (Asociación Gerontológica de Moldavia)
Filantropía Eslovena
UMUT (Centro de Recursos para las Personas Mayores), Kirgizistán
WorldGranny, Holanda
Zivot 90, República Checa

América Latina

AGECO, Costa Rica
Caritas Chile
CooperAccion, Perú
CESTRA, Colombia
ISALUD, Argentina
Grupo de Coordinación de Lima, Perú
Pro Vida Colombia
Pro Vida Perú

América del Norte

AARP
Help the Aged (Canadá)
HelpAge USA*
Centro sobre el Envejecimiento de la Universidad de West Virginia

*Afiliadas "hermanas" de HelpAge



Oficinas de HelpAge International

Centros Regionales

Africa PO Box 14888, Westlands, 00800 Nairobi, Kenya
Tel +254 (0)20 4444289
Fax +254 (0)20 4441052
helpage@helpage.co.ke

Asia Pacífico Oriental, Nimmanhem Road, Suthap, Muang, Chiang Mai 50200, Thailand
Tel +66 (0)53 894805
Fax +66 (0)53 894214
hai@helpageasia.org

Asia del Sur Apt. 2B, Ivy Concord, House 22, Road 108, Gulshan 2, Dhaka 1212, Bangladesh
Tel +880 (0)44 7640 1328
Fax +880 (0)44 7600 1633
info@helpagebd.org

América Latina Calle Vincenti No. 576, Entre Claudio Pinilla y Luis, Uria de Oliva, Sopocachi, La Paz, Bolivia
Tel +591 (0)2 241 6830
Fax +591 (0)2 241 0957
info@helpagela.org

Caribe 11½ Swallowfield Road, Kingston 5, Jamaica
Tel +1 (0)876 906 3658
Fax +1 (0)876 906 4678
helpage@cwjamaica.com

Europa Oriental y Asia Central 204 Abdrakhmanova Street, 4th Floor, 720040 Bishkek, Kirgizstan
Tel +996 (0)312 664636
Fax +996 (0)312 620830
kyrgyzstan@helpageinternational.org

Programas País

Camboya 152 Road No. 5, Group 5 Ramchek IV Village, Rattanak Commune, Battambang Province
Tel +855 (0)53 953 797
Fax +855 (0)53 952 797
haicambb@online.com.kh

Moldovia M Banulescu-Bodoni Street 57/1, ASITO Building, Offices 431 & 433, Chisinau, MD-2005
Tel +373 (0)22 225098
Fax +373 (0)22 224672
tsorocan@helpageinternational.org

Etiopía PO Box 3384, Addis Ababa
Tel +251 (0)11 662 4536
Fax +251 (0)11 662 0331
hai@ethionet.et

Mozambique CP 4112, Maputo
Tel +258 (0)21 415816
Fax +258 (0)21 416435
haimoz@tvcabo.co.mz

Sudán No 9, Block 17, Street 33, Amarat, Khartoum
Tel +249 (0)183 461 657
Fax +249 (0)183 461 594
info@helpagesudan.org

Tanzania PO Box 9846, Dar es Salaam
Tel +255 (0)22 277 4796
Fax +255 (0)22 277 5894
haitz@helpagetz.org

Perú Avenida Arequipa 4130, Oficina 603, Miraflores, Lima 18
Tel +511 (0)42 11902
info@helpagela.org

¿Está Usted en la lista de correos?

Favor escriba claramente y complete lo más que pueda

Título	Nombre	Apellido
Título del Cargo		Organización
Dirección		
Ciudad		
Código Postal/Código Zip	País	
Tel		
Email (incluir si fuera posible)		

¿Para quién trabaja?

- ☐ Organización de Personas Mayores / Asociación de Pensionistas
- ☐ Organización Comunitaria / no gubernamental
- ☐ Gobierno Local
- ☐ Gobierno Nacional
- ☐ Servicio de Salud/Atención Social
- ☐ Instituto de Investigación/Universidad
- ☐ Otro (favor especificar)

¿Cuál es su trabajo?

- ☐ Atención social/trabajo de desarrollo
- ☐ Trabajador/a de salud
- ☐ Gerente de Proyecto
- ☐ Estudiante
- ☐ Bibliotecario/a
- ☐ Otro (favor especificar)

Para recibir *Horizontes* dos veces al año, utilice ya sea el formulario en: **www.helpage.org/Horizontes** o complete y envíe este formulario a: Publications, HelpAge International, PO Box 32832, Londres N1 9ZN, UK o envíala al Fax +44 (0) 20 7713 7993

Mejorando la vida con mejores estufas

Jaime Castilla describe como una pequeña intervención puede hacer una gran diferencia en las vidas de las mujeres mayores.

Juana es miembro activo de Yachaq Runa, un grupo de personas mayores en Ayacucho, Perú. Hasta hace poco pasaba la mayor parte del día cocinando el almuerzo para los cincuenta miembros de la organización.

El trabajo no sólo le tomaba mucho tiempo, era también poco saludable. Juana debía encontrar leña y cargarla hasta la cocina. Mientras cocinaba, respiraba el humo de la estufa. El humo también afectaba el sabor de la comida. Juana a sus 68 años comenzaba a sentir sobre sus hombros el peso de su labor.

Se identificaron cuales eran los problemas que causaban las estufas de leña como parte de un proyecto coordinado por HelpAge International para mejorar los medios de vida de las personas mayores en el Perú. HelpAge International está trabajando en coordinación con cuatro organizaciones locales – Huanta, Carmen Alto y San Juan Bautista en Ayacucho y Huancavelica en Ircay.

Un momento clave para Juana, y para las mujeres que cocinan para los otros clubes de personas mayores, fue cuando un ingeniero del centro de capacitación rural de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga instaló en la cocina del club una nueva estufa que utiliza el combustible de manera eficiente. Juana y las otras mujeres aprendieron como usar las nuevas estufas y recibieron capacitación en nutrición e higiene de los alimentos.

HelpAge International ayuda a las personas mayores a reclamar sus derechos, enfrentar la discriminación y sobreponer la pobreza, de modo que puedan llevar vidas dignas, seguras, activas y saludables.

Las copias de *Horizontes* están disponibles libres de cargo para personas que trabajan con las personas mayores. Favor utilice la solicitud que aparecen en la página 15 o en: www.helpage.org/ **Horizontes**. También se puede descargar *Horizontes* como PDF en esta dirección.

Juana es una de las mujeres mas activa de la organización ahora ella utiliza menos tiempo en la cocina.

Aprendieron como usar ingredientes locales para una dieta balanceada, en especial para personas mayores y niños y como guardar y manejar la comida.

Las estufas nuevas hicieron una gran diferencia. “No me imaginaba que iba a ser tan fácil,” dice Juana. “Ya no tengo que levantar trastos pesados y la comida ya no sabe a ceniza.”

“No me imaginaba que iba a ser tan fácil.”

Horizontes intercambia información práctica sobre desarrollo, en especial la buena práctica desarrollada por la red HelpAge. Se publica dos veces al año.

Editora: Celia Till
Email: ctill@helpage.org

HelpAge International, PO Box 32832
London N1 9ZN, UK

Tel: +44 (0)20 7278 7778
Fax: +44 (0)20 7713 7993

www.helpage.org



Tal vez, lo más significativo es que las nuevas estufas han permitido a las mujeres dedicar más tiempo a otras actividades. Están aprendiendo a leer y escribir y ahora participan de manera más activa en su organización.

Jaime Castilla es Oficial de Monitoreo y Evaluación, HelpAge International, Perú (dirección en la página 15)

Email: jcastilla@helpagela.org

Gracias a María Isabel Rivera, Oficial Regional de Comunicaciones, HelpAge International, América Latina

Este proyecto es financiado por la Comisión Europea.

Organización de Caridad Registrada No: 288180
Copyright © HelpAge International 2010

Cualquier parte de esta publicación puede ser reproducida para propósitos sin fines de lucro, a menos que haya alguna indicación diferente. Favor señalar claramente el crédito de Horizontes y envíenos una copia del artículo reproducido o indique un vínculo en internet.

ISSN 1469-6223

Diseño: **TRUE** www.truedesign.co.uk
Impresión:

Horizontes se imprime utilizando tintas de base vegetal, con energía proveniente de fuentes renovables. Papel reciclable



Traducción: Orlando González orgonub@yahoo.co Edición: María Isabel Rivera Oficial de Comunicación Centro de Desarrollo Regional para Latinoamérica HelpAge International
Mariela Aramayo Asistente de Comunicación Centro de Desarrollo Regional para Latinoamérica HelpAge International
Financiado por Age UK