

Los mayores cuentan

Boletín electrónico

HelpAge International España

Número 02
Junio 2017

Destacamos:

1. Día Internacional de la Salud. Hablemos de depresión
2. La atención médica en África
3. Programa de formación para edad y discapacidad
4. Día Mundial del Abuso y el Maltrato en la Vejez
5. Informe *Tenemos los mismos derechos* y reunión con la ONU
6. Primer sistema público de pensiones de África del Este



© Jonas Wresch/ HelpAge International

HelpAge
International

los mayores cuentan

Día Mundial de la Salud. Hablemos de la depresión

A nivel mundial, se estima que **350 millones de personas de todas las edades sufren depresión**, lo que supone un incremento de más del 18% entre 2005 y 2015 y donde el **7% de las personas mayores son afectadas**, según la [Organización Mundial de Salud](#).

“La depresión puede afectar a personas de todas las edades y en todas las etapas de la vida, pero a nivel global las tasas de prevalencia más altas se encuentran en la tercera edad, en personas con edades entre 55 y 74 años. A pesar de esto, las personas mayores muchas veces tienen dificultades en acceder a servicios básicos y a ayuda”, indica **Rachel Albone, asesora de políticas de salud de HelpAge International**.

“Hay muchas acciones que los gobiernos pueden tomar para combatir la depresión en la tercera edad. Los gobiernos pueden garantizar el acceso a tratamiento y a apoyo, por ejemplo, a asesoramiento, a solucionar la inseguridad económica a través de pensiones sociales y a facilitar la inclusión de las personas mayores en la sociedad”, añade Rachel Abone.

En el Día Mundial de la Salud, cada año **cientos de personas mayores toman acción a nivel mundial para concienciar a la sociedad sobre los problemas de salud** que les afectan y explicar cómo los gobiernos pueden cambiar esto. Para esto, el colectivo mayor organiza la campaña global [Adultos Mayores Demandan Acción \(ADA\)](#), impulsada por la labor de HelpAge International, que luchan para resolver los problemas que más les afectan.

Este año, **56 de socios y afiliados de campañas de HelpAge en 42 países toman acción en el Día Mundial de la Salud**. Hombres y mujeres mayores organizan manifestaciones, reuniones con

Ministros de Salud y ferias de poesía en sus países para concienciar a la sociedad sobre la depresión y otros problemas de salud que afectan a las personas mayores.

Margaret, mujer mayor, Tanzania

“Después de mi jubilación empecé a tener muchas preocupaciones financieras. Tuve que esperar seis meses para obtener mi pensión y recibí solo una pequeña cantidad de dinero. Tengo problemas de tensión alta y depresión porque no tenía suficiente dinero para sobrevivir”.



© Natalie Idehen/HelpAge International

Más información:
<http://bit.ly/2t9MpKo>

Las sequías en Etiopía: cómo podemos ayudar

Etiopía está sufriendo **las peores sequías de las últimas décadas**. Las duras condiciones climáticas causadas por El Niño han provocado la falta de dos temporadas consecutivas de lluvias.

En Etiopía, **grandes grupos de personas mayores ya viven en condiciones de pobreza crónica y las sequías han empeorado aún más esta situación**. Cada día es más difícil tener acceso a ingresos estables y encontrar productos y alimentos en los mercados. Las mujeres y hombres mayores se ven en la situación de viajar largas distancias para encontrar comida, leña y agua para ellos y sus familias. Con comunidades enteras afectadas, las redes tradicionales de ayuda son incapaces de atender las necesidades. El colectivo mayor es aislado y necesitado, lo que provoca estrés emocional.

“En el pasado, la comunidad ayudaba a las personas mayores debilitadas y necesitadas.

Sin embargo, en estos momentos todos estamos en la misma situación y nadie tiene ni la capacidad ni la voluntad de ayudar o compartir con el prójimo. Si las sequías continúan, temo que moriré de hambre y de sed”, relata Emayu, 60 años.

“La existencia siempre ha sido dura en esta región. Pero esto es lo peor que he vivido en un largo periodo de tiempo”.

¿Cómo puedes ayudar?

- Apoya nuestro trabajo con las personas mayores etíopes haciendo un donativo [aquí](#).
- Compra nuestro recetario solidario digital que reúne recetas de 35 de los mejores foodbloggers españoles [aquí](#). Los fondos recaudados irán destinados a combatir las sequías en Etiopía y a ayudar a las personas mayores y sus familias.

Más información:
<http://bit.ly/2siz3eU>

¿Qué hace HelpAge?

• **Medios de vida:** ayudando a las personas mayores que han tenido dificultades en beneficiarse de ingresos seguros desde que han comenzado las sequías, desde HelpAge les proporcionamos hogares con cabras, ovejas y semillas y utensilios para el cultivo, al mismo tiempo que les ofrecemos formación para llevar a cabo las tareas.

• **Salud:** ofrecemos a los hombres y mujeres mayores en situación de desnutrición y vulnerabilidad más raciones de comida adecuadas para mejorar su nutrición y salud.

• **Agua:** reparamos fuentes de agua en mal estado y promovemos la potabilización e higiene en los hogares más vulnerables.

Un nuevo informe destaca las deficiencias en la atención médica de Etiopía, Mozambique, Tanzania y Zimbabue

Un nuevo informe realizado por [HelpAge International](#) y [Age International](#) indica que la **prestación y el acceso a servicios médicos para el colectivo mayor son completamente inadecuados en Etiopía, Mozambique, Tanzania y Zimbabue.**

El informe ha sido lanzado a finales de mayo en la conferencia *Better health for older people in Africa* que ha tenido lugar en la Dar es-Salam, la capital de Tanzania. El informe [Cash transfers and older people's access to healthcare](#) indaga **los obstáculos a los que las personas mayores se enfrentan a la hora de acceder a servicios de salud en los cuatro países africanos**, enfocándose en el impacto que las ayudas económicas de dinero en efectivo tienen para superar estas barreras.

El informe muestra la situación desalentadora de los servicios de salud para las personas mayores en Etiopía,

Mozambique, Tanzania y Zimbabue. Los gastos de salud se encuentran mucho por debajo de los objetivos establecidos a nivel regional, y la falta de inversión implica un límite de **disponibilidad, accesibilidad, asequibilidad e idoneidad del sistema sanitario.**

“Muchas personas no conocen las condiciones de salud de las personas mayores. Ellas van al médico y se les dice que ‘solamente son viejos’”, explica Dr. Catherine, doctora de un centro de salud de Tanzania.

El **acceso a dinero en efectivo** es, por tanto, muy importante a la hora de lidiar con las barreras de la demanda que impiden a las personas mayores acceder a atención médica. Cuando los mayores reciben dinero en efectivo, lo utilizan para cubrir los gastos de transporte para llegar a las instalaciones, las consultas y el tratamiento, y las recetas.

“Podemos utilizar el dinero en efectivo para pagar el transporte para ir al hospital cuando estamos enfermos. También lo usamos para comprar medicamentos para nuestras enfermedades o cuando recibimos recetas”, indica una señora mayor de Mbarali, Tanzania.

Recibir dinero en efectivo también ayuda a las personas mayores a **mejorar el bienestar físico y psicológico** ya que aumenta la autoestima y el acceso a alimentos y saneamiento.

No obstante, las personas mayores de Etiopía, Mozambique, Tanzania y Zimbabue han percibido que **el valor monetario del dinero en efectivo no es suficiente** para transformar la manera en la cual ellos acceden a los servicios sanitarios o para priorizar su salud encima de otras necesidades urgentes.



© Kate Holt/Age International

Más información:
<http://bit.ly/2ryUQS9>

Programa de formación para la edad y la discapacidad ADCAP

A finales de marzo, desde [HelpAge International España](#) organizamos **el taller de formación sobre los estándares mínimos para la inclusión de la edad y la discapacidad en la acción humanitaria.** El taller estuvo destinado a todas las organizaciones del ámbito de la cooperación al desarrollo y fue impartido por nuestra patrona y experta en envejecimiento, **Dra. Silvia Stefanoni**, invitada desde Londres, y la Directora General de HelpAge International España, **Irene Arcas**. Entre los **objetivos** del seminario, destacan:

- reflexionar sobre la situación de las personas mayores y las personas con discapacidad en un contexto humanitario;

- introducir los estándares mínimos para la inclusión de la edad y la discapacidad en la acción humanitaria;

- debatir sobre su aplicación en las respuestas humanitarias;

- identificar las acciones clave a tomar para integrarlas en los estándares de las organizaciones humanitarias.

Para la organización del taller, contamos con el apoyo especial de la [Coordinadora de Organizaciones de Cooperación para el Desarrollo](#) y la ONG [Entreculturas](#). Entre las organizaciones del sector que participaron en el seminario se nombran Cruz Roja Española, Acción Contra el Hambre, Ayuda

en Acción y Oxfam Intermón.

El seminario presentó una parte teórico y una parte práctica y la jornada concluyó con una reflexión grupal sobre **la importancia de incluir en las ayudas que las ONG ofrecen en emergencias o en las acciones de cooperación al desarrollo a las personas mayores y las necesidades específicas de este colectivo mayor para no dejar a nadie atrás y proporcionar una respuesta adecuada.**

Más información:
<http://bit.ly/2sjiS0w>



© Frédéric Dupoux/HelpAge International

Más información:

<http://bit.ly/2tvaiLB>

<http://bit.ly/2sAKoK8>

Las personas mayores frente al abuso y al maltrato en la vejez

El 15 de junio fue el **Día Mundial de Toma de Conciencia de Abuso y Maltrato en la Vejez**, una ocasión para recordar que entre el **4% y el 6% de las personas mayores** de todo el mundo han sufrido alguna forma de abuso y maltrato.

El abuso en la vejez es muchas veces ocultado, subestimado o ignorado, considerado una cuestión privada entre los familiares. No sorprende, por tanto, que exista **una enorme cantidad de casos no denunciados** de violencia psicológica, física, sexual, financiera o estructural.

“La violencia contra las mujeres significa que vivimos nuestras vidas sin paz y tranquilidad. El gobierno debería ofrecernos formación sobre nuestros derechos y crear leyes para garantizar que los problemas que afectan a las mujeres mayores puedan ser solucionados”, Catherine de Tanzania.

“El abuso y el maltrato en la vejez ocurre a nivel mundial y los gobiernos actúan muy poco para solucionar el problema. Menos de

un tercio de los gobiernos a nivel global ha implementado algún tipo de estrategia para detectar, educar o solucionar el abuso en la vejez. Actualmente, no hay ningún tipo de convención o normativa internacional para proteger una vida sin violencia, abuso y negligencia en la vejez”, destaca Justin Derbyshire, Director General de HelpAge International.

“Cada año, en el Día mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez, los socios del movimiento ‘Adultos Mayores Demandan Acción’ (ADA) y las mismas personas mayores se movilizan y toman acción en contra el abuso. Es sorprendente ver el número de personas que se implican en estas campañas cada año”, indica Jemma Stovell, Directora de Campañas de HelpAge International.

En este día, **45 socios de HelpAge International de 35 países** tomaron acción contra la violencia y el abuso.

Tenemos los mismos derechos

Las personas mayores deben ser parte de la creciente discusión sobre sus derechos humanos. Esta es la única forma de asegurar que la discusión y sus resultados reflejen verdaderamente su experiencia de derechos humanos durante la vejez.

Con ese fin, se invitó a las mujeres adultas mayores que integran la campaña Adultos Mayores Demandan Acción – ADA a participar en una consulta sobre derechos, que se discutirá en la **octava reunión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre el Envejecimiento en julio de 2017**, que tendrá lugar en **Nueva York**:

- La no discriminación y la igualdad
- Vivir libre de violencia, abuso y negligencia

Participaron cerca de 250 mujeres adultas mayores de 19 países. La consulta sólo involucró a mujeres adultas mayores porque queríamos **explorar la discriminación intersectorial a la que pueden estar sometidas**. Sin embargo, también reconocemos que los hombres mayores están sujetos a la discriminación por edad, la violencia, el abuso y la negligencia. El enfoque en las mujeres

adultas mayores no disminuye de ningún modo la importancia de **promover y proteger los derechos de todas las personas mayores, independientemente de su género o cualquier otra característica**.

Las participantes fueron invitadas a responder de forma individual o como parte de discusiones grupales. Ellas se “auto-seleccionaron” así que sus respuestas no pueden ser consideradas como una muestra representativa de las personas involucradas en la campaña ADA o de las mujeres adultas mayores en general.

El informe **Tenemos los mismos derechos** presenta los temas y puntos de vista planteados por las participantes. Utiliza sus propias palabras, expresiones y frases, y sus respuestas no han sido ponderadas. Considerando las respuestas se han formulado recomendaciones sobre el marco normativo de cada uno de los dos derechos que se compartirán con el Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre el Envejecimiento.

Más información:

<http://bit.ly/2sjDKow>

<http://bit.ly/2sjuTV>



© Roopa Gogineni/HelpAge International

Cómo está cambiando la vida de los mayores el primer sistema público de pensiones en África del Este

En abril 2016, **Zanzíbar fue el primer lugar de África del Este en ofrecer a las personas mayores una pensión pública.** Desde entonces, cada persona de 70 años o más recibe 20,000 chelines tanzanos (9€) al mes. Es una cantidad modesta de dinero, pero en una isla donde muy pocas personas hacen contribuciones formales para tener una pensión de jubilación, este dinero tiene un gran poder ya que ha llegado a transformar la vida de las personas mayores beneficiarias de la pensión pública.

Viajar a Zanzíbar y ver cómo una cantidad tan pequeña de dinero ha cambiado la vida de las personas mayores, su actitud y su modo de ver la vida nos demuestra que debemos seguir abogando por **implementar un sistema público de pensiones en todos los países en vías de desarrollo.** Kombo Mohamed, Ernestina Felix, Cassim Juma Vuai o Mambo Huwiss Mambo son solamente algunos de los mayores de Zanzíbar que han compartido con nosotros sus

vivencias y experiencias después de empezar a recibir la pensión mensual.

Kombo Mohamed, 72 años, ha sido la primera persona en Stone Town, en el casco histórico de la ciudad de Zanzíbar, que ha recibido una pensión del estado de 20,000 chelines tanzanos (9€) al mes. *“Toda mi familia se beneficia de mi pensión”, explica. “Puedo pagar los estudios de mi hija y el transporte a la escuela y hemos mejorado nuestra alimentación al poder comprar más frutas y verduras”.*

Ernestina Felix tiene 88 años, es viuda y vive con su hija menor y sus tres nietos, y ha sido la primera mujer en recibir la pensión. La familia de Ernestina la cuida muy bien ya que ha trabajado toda su vida -ha sido empleada doméstica hasta que ha cumplido 81 años- y no quiere ser una carga para su familia. Con la pensión, ha abierto un pequeño negocio de venta de zumos y vende una botella por 1,500 chelines.

Más información:
<http://bit.ly/2sjb8f0>



© Kate Holl/Age International

Día Mundial de los Refugiados. Las voces de los refugiados mayores

A finales de 2015, ACNUR alertaba que el número de personas desplazadas había llegado a **65,3 millones de personas.** El 20 de junio fue el **Día Mundial del Refugiado**, una ocasión para entender la realidad de uno de los colectivos más vulnerables y necesitados, las personas mayores. Os presentamos las historias de dos refugiados mayores de Jordania y Sudán del Sur. Ellos necesitan nuestra ayuda.

Halima Baraka Osman, tiene 80 años y lleva viviendo desde hace 8 años en el campo de refugiados de Mornei. *“He perdido a mis hijos y mi casa del pueblo durante el conflicto y ahora vivo sola. Al principio, me había quedado en la casa de un vecino. HelpAge me ha proporcionado un nuevo hogar hace poco. Abdullah Mohamed Ishaq (uno de los trabajadores sociales de la comunidad de HelpAge) ha construido un hogar para mí en un día antes de que la temporada de lluvias comenzara, con los materiales que HelpAge nos facilitó. El nuevo hogar me ha hecho muy feliz porque me protege de las lluvias y el frío.*

A veces voy al centro social, pero no puedo ir tan a menudo porque tengo

dolores en el pecho. Intento ir los domingos y los jueves. No tengo un trabajo. Me gustan las clases de comida y me encanta beber té y hablar con la gente. No puedo hablar árabe ya que mi lengua local es masalit, y muy pocas personas hablan mi lengua en el centro. Suelo comer con mis vecinos”.

Mahbud tiene 69 años y está muy agradecido por haber tenido a su hijo, Hisham, 52 años, a su lado para poder huir del conflicto sirio.

Hisham comenta: *“Él es mi padre, y voy a ayudarlo, pase lo que pase”.* Mahbud y Hisham cruzaron la frontera de Siria para escapar del conflicto y ahora ha quedado parcialmente parálítico como consecuencia de un derrame cerebral. Además, él debe ir al hospital para la diálisis dos veces por semana.

Hisham decidió dejar su país aun dejando a allí a sus 12 hermanos para llevar a su padre a un lugar seguro. Ambos, llegaron desde Daraa hacia la zona fronteriza en coche y tuvieron que caminar algunos metros para cruzar las fronteras. Al llegar a Jordania fueron llevados al hospital Mafrqa en ambulancia. El padre de Hishman fue hospitalizado cinco días

durante los cuales su hijo permaneció con él todo el tiempo. Mahbud y Hisham ahora viven en una caravana en el campamento, cerca de la hermana de Hisham. Reciben colchones y sábanas de ACNUR pero ellos se han negado a registrarse para obtener la carta de racionamiento.

Más información:
<http://bit.ly/2sya4Gk>
<http://bit.ly/2sB3n7o>



© HelpAge International