

Encuentro con la Diversidad Funcional

Programa 11- Segunda Temporada

“Iniciativas Comunitarias para el Cuidado de Nuestros Viejos”

Radio Universidad: Radio Universidad de Puerto Rico presenta “Encuentro con la Diversidad Funcional: El Punto Donde Todos Convergen”. Fuerza, respeto, dignidad, valor, metas, propósito e igualdad. Ahora con ustedes, sus anfitriones la Dra. Gladys Soto López y el Dr. Robinson Vázquez Ramos.

Gladys Soto: Bienvenidos y bienvenidas todos y todas a tu programa semanal “Encuentro con la Diversidad Funcional: El Punto Donde Todos Convergen”. Como siempre para mí un placer contar con su fiel sintonía y compartir con mi compañero de la hora, el Dr. Robinson Vázquez Ramos, Profesor, ¿cómo estás?

Robinson Vázquez: ¿Cómo se encuentra usted y a nuestra radio audiencia? Encantado de estar aquí y para mí es un placer estar con todos ustedes para dialogar sobre los retos de la tercera edad y aquellas iniciativas comunitarias para el cuidado de nuestros viejos. Y ¿sabe qué profesora? Como de costumbre nuestras corresponsales salieron a la calle para auscultar si la comunidad universitaria conoce los servicios comunitarios para el cuidado de nuestros viejos y esto fue lo que contestaron, escuchemos.

Corresponsal: La pregunta del día es ¿Si conoces de algún servicio comunitario para el cuidado de nuestros envejecientes?

Entrevistado 1: En verdad que no.

Entrevistado 2: No, de verdad, así no conozco.

Entrevistado 3: Desconozco completamente sobre eso, no tengo ningún conocimiento.

Entrevistado 4: Donde yo vivo, hay uno pero no me sé el nombre, no sé dónde es, no sé nada solo sé que existe porque mi abuela- mi mamá ha querido llevar a mi abuela varias veces para que se comunique con otra gente y eso, pero no sé, eso es como que lo único que sé. Sé que existe, pero no sé dónde está.

Entrevista 5: Nunca se me ha mencionado nada de eso. De hecho, tuve una pareja de viejitos que vivía cerca de donde yo residía antes y se los llevaron por un asilo y nunca supe para dónde se los llevaron, si fue para otro pueblo, si fue dentro del mismo San Juan.

Entrevistado 6: HOGAR CREA, ellos ofrecen servicios para esas personas. También está, por ejemplo, Solo Por Hoy, que Solo Por Hoy es un sitio, para que ayuden a personas que viven en la calle o que tienen una necesidad. También tenemos lo que son los asilos, que también ayudan mucho a esa generación. Este la fundación que tenemos aquí- El Mesón Amor que dan comida a las personas que necesitan, igual que a los estudiantes, no solamente a las personas mayores.

Robinson Vázquez: Usted acaba de escuchar las respuestas, pero hoy, profesora, tenemos nuestra corresponsal, Alexia Serrano Flecha.

Alexia Serrano: Saludos.

Robinson Vázquez: Alexia, háblame un poquito ¿Qué opinas de las respuestas?

Alexia Serrano: Pues, como pudimos escuchar hay escaso conocimiento sobre los centros comunitarios para personas envejecientes. Nosotras, a la hora de realizar la entrevista, incluso le compartimos a las personas que estos centros no tenían que ser dentro del área metro y si recordaban alguno en sus pueblos, pues que también podían mencionarlo, pero tampoco lograron identificar. Sí tuvimos una entrevistada que habló de centros como HOGAR CREA, Solo Por Hoy y el Mesón de Amor, que estas son todas organizaciones sin fines de lucro. HOGAR CREA trabaja directamente dando servicios de prevención y tratamiento para el uso problemático de sustancias, Solo Por Hoy ofrece servicios de apoyo para lograr que las familias logren estabilidad en vivienda y el Mesón de Amor que le conocemos dentro de la universidad, trabaja directamente con la comunidad estudiantil e incluso colaboran compartiendo cajas de comida para estudiantes y la comunidad. Lo que sí puedo destacar de esta entrevista es que aunque sí hablan sobre organizaciones, estas organizaciones no necesariamente están enfocadas en dar servicios a la población de envejecientes. A lo mejor lo hacen por otras vías, pero no está como tal dentro de sus propósitos principales. Así que creo que el programa de hoy va a servir de mucho.

Gladys Soto: Concurro contigo totalmente, Alexia, y gracias como siempre por la colaboración de ustedes para el programa. Así que, ya hemos escuchado al público compartir su opinión en torno al tema de hoy. Me parece que las respuestas como siempre son muy reveladoras, pero el tema de hoy es cuidado de nuestros viejos y como el conocimiento es poder, Profesor, ¿qué tal si comenzamos a instruir al público con relación al tema antes de pasar a compartir con nuestros invitados del día de hoy?

Robinson Vázquez: Bueno, de acuerdo al Instituto de Estadística de Puerto Rico cuando examinamos los estimados poblacionales hay unos datos que son bien relevantes. Este Instituto examina los cambios en la estructura demográfica de Puerto Rico y un dato importante son los indicadores y el índice de vejez, profesora.

Gladys Soto: Ciertamente, el índice de vejez es importante que nuestro público conozca que relaciona a la población de 65 años o más para ver si la población de mayores de un lugar es más igual o menor que la población de menores. Este se interpreta como la cantidad de viejos por cada 100 menores de edad en un lugar. Por ejemplo, el índice de vejez para el año 2023 de los municipios y Puerto Rico muestra que unos 34 municipios habían duplicado el tamaño de su población de 65 años o más, en relación con su población menor a 15 años respectivamente. Incluso, profesor, el municipio de Hormiguero resultó con índice de vejez de 312 reflejando que ya la población adulta mayor duplica la población de menores en el municipio, profesor.

Robinson Vázquez: Dato importante en ese proceso y me llama la atención también el índice de vejez más alto y los municipios que colocan esa estadística sumamente alta, Rincón, Guaynabo, Lajas y Ceiba fluctúa entre los 243 hasta los 252. Por otra parte, también tenemos Municipios con el índice de vejez más bajo. Por ejemplo, Barranquitas, Santa Isabel Juncos, Peñuelas, Toa Alta a nivel de Puerto Rico se apunta que para la próxima década se seguirán duplicando estos números. Así que, no vamos a tener un índice de vejez menor a 200. Así que, es una población que debemos atender.

Gladys Soto: Así que, para dialogar sobre las implicaciones de este cambio demográfico hemos invitado al Dr. Roberto Frontera Benvenuti, Catedrático de la Escuela Graduada de Consejería en Rehabilitación de la Facultad de Ciencias Sociales de nuestra institución. Es un

estudioso del tema, así que, qué bueno contar con la presencia del Dr. Frontera. Para nosotros es un honor Doctor, ¿cómo te encuentras?

Roberto Frontera: Muy bien, gracias por la invitación. Bien contento de estar con ustedes aquí en un tema como este, que me llama mucho la atención y no sé por qué razón me llama tanto la atención hablar de este tema, ¿no? (todos ríen). Decía que si soy un estudioso, bueno, pues soy un estudioso por necesidad de vivenciar, porque tengo 62 años y ya es un tema de mucho, mucho interés y necesidad para mí. No solo académicamente, sino personalmente y hago ese señalamiento porque creo que a todos nos debe llamar la atención y comenzar a prestarle atención. Escuchando los comentarios de los jóvenes entrevistados al principio, brevemente resalto algunas de las temáticas. Llama la atención la importancia de la vivienda, llama la atención la forma en que nos referimos a los “viejitos” el diminutivo sugiere cariño por un lado, pero socialmente también puede resultar prejuicioso y discriminante, ¿no? Yo estoy seguro que los jóvenes cuando lo utilizaron de esa forma, no era la intención, pero ese diminutivo pues también va de la mano con sugerir una disminución en la funcionalidad de las personas, ¿no? En su capacidad para tomar decisiones y fue interesante observar y escuchar uno de los planteamientos que sugiere que se los llevaron a un asilo. Fíjate que esa frase es muy sugestiva, pues sugiere que a las personas las llevaron sin su consentimiento, que fue alguien que tomó esa decisión por ellos, diferente es decir “ellos decidieron irse a otra estructura de vivienda”, ¿verdad? Sé que no hay la intención de eso, pero esa es la narrativa usual en nuestra comunidad.

Robinson Vázquez: Doctor Frontera cuando hablamos de vejez ¿A qué nos estamos refiriendo?

Roberto Frontera: Pues fíjate, podríamos comenzar la respuesta a tu pregunta identificando un término de consenso para el imaginario de la vejez y quiénes son ese grupo a los que llamamos viejos. A esos efectos, me refiero a la Ley 121 del primero de agosto del 2019, según enmendada y titulada Carta de Derechos y la Política Pública del Gobierno a Favor de los Adultos Mayores. Entonces para simplificar otras complejidades, hagamos referencia a los adultos mayores, quienes por definición de la propia Ley son las personas de 60 años o más, una edad fabulosa, espectacular, de mucho cambio y crecimiento, pero creo que de eso conversaremos luego. Fíjate que ya retamos el primer mito que describía a los adultos mayores como personas en continuo cambio y crecimiento, al igual que los grupos de edades anteriores. La vejez ha sido estigmatizada como una etapa del ciclo de vida. Es estigmatizada por el deterioro en la salud, por la pérdida de funcionalidad física, cognitiva, social y laboral. Esa idea es una generalización errónea, estigmatizante y prejuiciosa. Me parece que tiene que ver mucho con equiparar al adulto mayor con el constructo de senilidad. La senilidad palabra o vocablo que deriva del latín Senilis, hace referencia a cambios tanto físicos como cognoscitivos, esto va asociado con el envejecimiento avanzado. Es importante recalcar ese término, un envejecimiento avanzado el cual sugiere una disminución marcada y significativa en las funciones mentales y físicas. El envejecimiento avanzado es probablemente menos del 25% de las personas que por Ley podemos describir como adultos mayores, específicamente se estima que en Puerto Rico alrededor del 44%. Los adultos mayores fluctúan entre 60 y 69 años, por ende, un grupo de alta funcionalidad y capacidad cognitiva. Hoy en día cuando hacemos referencia a personas en la etapa senil, es más común el uso de términos como demencia, enfermedades neurodegenerativas como el alzheimer. Recordemos sin embargo que, las pérdidas o limitaciones en funcionalidad no son necesariamente el resultado de la vejez y el almanaque, sino que son también el resultado de muchas enfermedades. Por ejemplo, las limitaciones progresivas en funcionalidad física, pueden ser el resultado de enfermedades cardiovasculares o respiratorias y no de la vejez. Otro ejemplo, si a mi se me pierden las llaves es porque estoy viejo pero no necesariamente porque estoy viejo se me pierden las llaves. Si a

un joven de 23 años se le pierden las llaves es porque es descuidado, despistado, quien sabe puede ser una manifestación hasta un diagnóstico del trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Pero yo, porque soy un adulto mayor, las llaves se me pierden porque como resultado de la edad se asume que mi capacidad cognitiva se limita. Afectando mi memoria a corto plazo y por ende, por eso boto las llaves. Allí se manifiesta el prejuicio y el trato estigmatizante contra los viejos.

Robinson Vázquez: Retornando a la pregunta original, hablemos entonces de adultos mayores. Para referirnos a las personas de 60 años o más Doctor Frontera, en ese mismo contexto ¿Qué retos enfrentan las personas de la tercera edad En Puerto Rico?

Roberto Frontera: Bueno, los retos de los adultos mayores en Puerto Rico son muy similares a los de la mayoría de los países. Sin embargo, entre los de mayor relevancia y potencial impacto para Puerto Rico podemos mencionar los siguientes. Los cuales están vinculados directa o indirectamente con los cambios poblacionales, creo que el primer reto que me gustaría señalar es el reto de vivienda accesible. Accesible en términos de costo de accesibilidad física y de accesibilidad comunitaria que fue un tema que en cierta forma estuvo en la respuesta de los jóvenes al principio del programa. La autonomía y la vida interdependiente se propulsa cuando garantizamos estos elementos de accesibilidad. En ese sentido amplio, en Puerto Rico la vivienda no es accesible, los centros urbanos en Puerto Rico, los cascos de los pueblos, muchos de ellos en grandes deterioros y despoblados pueden convertirse en grandes centros de vivienda accesible, grupales o individuales. El segundo reto es la accesibilidad a los servicios de salud. Sabemos que según vamos creciendo y desarrollando, según nos hacemos parte del grupo espectacular de adultos mayores, aumentará la probabilidad de más diagnósticos multiplicando la necesidad, variedad y frecuencia de servicios médicos. Imaginemos si viviéramos en una vivienda accesible, en un centro urbano en el cual puedo caminar a las oficinas médicas, a la farmacia, al laboratorio y en el camino me detengo en la plaza, me tomo un cafecito colado y entre una y otra cosa hago chistes con los integrantes del club de la edad dorada. Sin olvidar que de camino, también recogí las medicinas de mi vecina que está dorada, cocinando porque esta noche el grupo de los “teenagers” comeremos en su casa vianda con bacalao. Como les dije esta etapa de vida puede ser de mucha, mucha satisfacción. El tercer reto es el de aislamiento familiar y social, la estructura sociopolítica de Puerto Rico, combinada con la reducción en la natalidad son elementos que inciden en el aislamiento y la soledad de los adultos mayores. Núcleos familiares de hijos y nietos cada vez más reducidos y el aumento en inmigración laboral gracias a los Estados Unidos de Norteamérica trae como consecuencia un aumento en adultos mayores con sistemas de apoyo primario muy reducidos, distantes o inexistentes. Un ejemplo de esto, es el aumento sin precedente de adultos mayores abandonados en los centros hospitalarios. De ahí la importancia de los centros urbanos y la solidaridad natural, y la compañía que estos pueden sugerir y generar. El próximo factor serían las necesidades económicas, las necesidades económicas son un gran reto y les estoy hablando de múltiples retos, sin necesariamente establecer un orden de importancia en ello. La evidencia concluye que la población de adultos mayores está progresivamente empobrecida. Se estima que el 39% de los adultos mayores en Puerto Rico viven por debajo del nivel o el umbral de pobreza. Sin embargo, en mi carácter personal pienso que cuando ajustamos los criterios para estimar el índice de pobreza e incluimos cabalmente el costo de vida incremental en Puerto Rico. Veremos que ese 39% no es real y es mucho, mucho mayor. Los ingresos por concepto de seguro social y el retiro son cada día más insuficientes para cubrir las necesidades básicas. El aumento en el costo de vida, incluyendo la vivienda, la alimentación, los servicios médicos y medicinas, los servicios básicos como el agua, la luz, telefonía, tecnología, cuidado o asistencia personal y transportación, entre muchos otros supera por mucho los ingresos de los adultos mayores. Este tema requiere atención gubernamental, es un problema inmediato y contundente

menos mal que donde comen tres comen cuatro, y aunque hoy mi nevera está vacía los “teenagers” vamos a comer vianda con bacalao en casa de los vecinos.

Gladys Soto: Gracias profesor Frontera por ayudarnos a contextualizar el tema de hoy y muchos de estos retos, efectivamente se están atendiendo a nivel de nuestra isla. Así que, hay iniciativas que se están desarrollando en esa dirección, para ello contamos hoy con la presencia del Sr. Alberto Maldonado. Maldonado es el director regional de Volunteers of America quienes tienen una iniciativa Junto a AmeriCorps para mejorar la calidad de vida de adultos mayores en Puerto Rico. Así que le damos la bienvenida al señor Maldonado, Maldonado, ¿cómo estás?

Alberto Maldonado: Saludos, saludos, bien, muy bien y muchas gracias por la invitación y este espacio.

Gladys Soto: Qué bueno Maldonado, comienzo preguntándole ¿Qué es Volunteers of America?

Alberto Maldonado: Volunteers of America es una organización sin fines de lucro, lleva 128 años desde 1896 en Estados Unidos. En Puerto Rico desde el 2008, y servicios, nos dedicamos a transformar vidas en programas sociales enfocados en áreas de reinserción social, con confinados, sistemas de justicia, salud mental, vivienda accesible y cuidado de adultos mayores. En Puerto Rico buscamos ser ese puente de esperanza para aquellas situaciones difíciles, ofreciendo estos servicios que promueven dignidad y autosuficiencia.

Gladys Soto: Muy bien ¿Y qué relación tiene Volunteers of America con AmeriCorps?

Alberto Maldonado: Pues AmeriCorps ofrece fondos para diferentes organizaciones y AmeriCorps es la agencia federal dedicada al servicio voluntariado nacional. Ofrecen oportunidades a ciudadanos americanos con identidades y experiencias diversas para prestar el servicio en su país. Así que nuestra colaboración con AmeriCorps ha sido clave para ampliar el impacto en nuestro programa. AmeriCorps nos permite integrar voluntarios capacitados para atender necesidades críticas en nuestras comunidades. En el caso de nosotros, estamos en la rama de salud pública con AmeriCorps y estamos ejecutando este proyecto “Public Health AmeriCorps” enfocado en mejorar la salud de los adultos mayores y desarrollar futuros líderes en salud pública.

Gladys Soto: Así que hay una relación importante y Maldonado, usualmente comenzamos el programa escuchando las respuestas que ofrece la comunidad universitaria en torno al tema. En el caso de hoy, el cuidado de nuestros viejos. Usted tuvo la oportunidad de escuchar esas verbalizaciones del público ¿Qué le parece las respuestas que ofrecieron?

Alberto Maldonado: Es interesante, no es un tema famoso, no es algo que hay mucho “marketing” y no está “trending”. Así que, tiene sentido que no sepan mucho de esto. Me alegra que mencionen el Mesón de Amor con los líderes pastores que han podido servir con ellos desde antes del 2008 cuando ellos estaban en otro local y comenzó así mismo, sirviendo a estudiantes de la universidad, de muchachos que vienen de otros países y se vieron la necesidad que hay en la isla. Por encima de eso, también se sirve a los adultos mayores. Hace unos meses pudimos estar con ellos y trabajar, impactando a los adultos mayores con un grupo de Americorps. Así que, también servimos con los pastores en el Mesón de Amor.

Gladys Soto: Qué bien, y aprovecho entonces para preguntarle, cuéntenos un poco más de la iniciativa que ha estado liderando con Americorps.

Alberto Maldonado: Solicitamos un contrato, es un contrato de tres años. Ya estamos en el año dos, así que, en estos últimos dos años hemos podido servir alrededor de 600 adultos mayores en el área metropolitana. Nosotros tenemos cuatro égidas en Aguadilla, Guaynabo, San Juan y Fajardo. En este caso estos fondos nos los dieron para San Juan Área Metro Así que estamos sirviendo uno en Carolina, dos en San Juan, dos en Guaynabo

Gladys Soto: ¿Y qué hacen ahí?

Alberto Maldonado: Sirviendo directamente a la población de adultos mayores. Nuestro enfoque es brindarle ese apoyo integral mediante esos chequeos de salud preventiva, talleres educativos, asistencia para conectarse con servicios esenciales.

Gladys Soto: Muy bien. Y en esas visitas Maldonado ¿Qué necesidades han podido identificar en nuestros adultos mayores?

Alberto Maldonado: Cuatro son los más que suenan, soledad y aislamiento social, especialmente entre los adultos mayores sin familiares cercanos. Acceso limitado a los servicios de salud, incluyendo dificultades para asistir a las citas médicas o manejar los medicamentos. La falta de alfabetización digital, lo que impide que puedan beneficiarse de estas herramientas tecnológicas disponibles y la necesidad de orientación sobre nutrición y ejercicio para fomentar un envejecimiento saludable. Nuestro trabajo es cerrar esas brechas creando conexiones significativas y facilitando el acceso a esos recursos esenciales

Gladys Soto: ¿Y qué personal suele colaborarle? ¿Qué personal le apoya en estos proyectos?

Alberto Maldonado: Los fondos son dirigidos a poder reclutar. Son promotores de salud comunitaria, son CHW Community Healthcare Workers, estos son los líderes comunitarios que reciben entrenamiento especializado en Salud Pública. Se convierten en un recurso fundamental para la población que atendemos. Además que, colaboramos con organizaciones locales, profesionales en salud y ellos son ese contacto exactamente. Asistimos a estos programas de égidas que lo que tienen son como 4 o 5 empleados, un administrador, un trabajador social o un service coordinator y empleados de mantenimiento. Así que, nosotros entramos con estos fondos a asistir "one on one" con los residentes.

Gladys Soto: Y justo este personal, ¿Qué servicio ofrece a la comunidad?

Alberto Maldonado: Desde cómo utilizar tu celular para poder canalizar todas estas citas, la mayoría ahora se mueve todo digital y ya no es llamar y esperar por fila. Poder leer y entender tus medicamentos, desde cómo alimentarte mejor y por qué comer esto y por qué no, hasta sentarse a beber un café y escuchar la historia. Escuchar la historia todos los días de ser necesario para poder entonces crear esa conexión entre el adulto mayor y poder abrir el camino. Definitivamente una de las cosas que sienten es que no son escuchados y son abandonados. Así que el sentarnos y escuchar nos abre la oportunidad.

Gladys Soto: Y, en este proceso de salir de visitar, de compartir con estas personas, ¿Ha habido alguna historia en particular, Maldonado, que le haya impactado más, y tenga bien compartir con nosotros siempre cuidando la confidencialidad de los casos?

Alberto Maldonado: Sí, hay muchas. Tenemos cinco égidas activas y tenemos desde personas sobre 99 años que ahora sacan su espacio para caminar, no pueden salir a los lugares establecidos para eso, pues entonces se ven en su pasillo y eso les ha devuelto la vida. Porque

alguien va a su puerta y los acompaña en ese proceso de caminar, aunque sea de aquí hasta el ascensor y compartir. Esa es la historia, de eso hay muchas personas que reviven aún teniendo 99- 98 años y todas estas señoras que se disfrutan eso. Hasta lo más que se está moviendo son las historias de éxito por los grupos que hemos creado de ejercicios de bajo impacto. Grupos que se están formando en Carolina, en San Juan y no nos vamos a los “malls”, nos movemos directamente a estos parques al aire libre que puedan caminar y puedan respirar, y participar entonces de esto. Así que, lo más que han dicho es que alguien me escucha, alguien me escucha y me acompaña en mi diario. Los muchachos están de lunes a viernes de 8:00am a 5:00 pm más o menos sirviendo en estos lugares. Hay necesidad de tomarnos ese espacio y escuchar a nuestra gente.

Gladys Soto: ¿Qué otros planes Maldonado están en agenda para esta población de AmeriCorps o de Volunteers of America?

Alberto Maldonado: Pues tenemos un año más con estos fondos, por lo que hemos estado haciendo en la égida de reducir la brecha digital se nos acercó el Fideicomiso de Salud de Puerto Rico y tiraron para otro grant, y vamos a hacer un partnership donde ese específicamente trabaja con eso, vamos a tener 4 años si se nos da, esperamos que se de para reducir la brecha digital en adultos mayores en alianza con Fideicomiso.

Gladys Soto: Esperamos que eso se dé y cuando se dé, por favor tómese el tiempo de venir y compartirlo con nosotros. Para el beneficio del público que nos escucha ¿Dónde las personas interesadas en estos servicios pudieran contactar, Maldonado?

Alberto Maldonado: Ahora mismo pueden entrar a voa.org, el de nosotros voapr.org-“volunteersofamericaPuertoRico.org”. Y, ahí entonces están los teléfonos y los e-mails para colaborar o para ofrecer servicios, o si necesitan algo y nosotros podemos conectarlos con las personas que tenemos en nuestro equipo, pues, también lo podemos hacer.

Gladys Soto: Muy bien, ¿podrías repetir el nombre de la página?

Alberto Maldonado: voapr.org

Gladys Soto: Muy bien agradecida a ambos tanto al Dr. Frontera, como a Maldonado por su participación en nuestro programa. Ha sido de mucho provecho Estoy segura de que la comunidad está muy complacida con la información que han recibido hoy. Sabemos que al igual que la iniciativa de AmeriCorps, hay muchas otras que desconocemos, así que les invitamos a contactarnos para compartirlas desde nuestras redes. Y ya nos estamos acercando al cierre, así que audiencia que nos escucha en el día de hoy. La vejez es una etapa del desarrollo que no debemos temer, está representada en muchos de nosotros, o cada una de nuestras familias. Valoremosla y acojámosla con apertura y con mucho respeto. Si desean contactarnos, pueden escribir a encuentrodiversidadfuncional.rp@upr.edu. Ya también contamos con nuestra página web www.cces-r.com donde podrá acceder a los programas previos y las transcripciones de la segunda temporada. Nos escuchamos la próxima semana, en otro Encuentro Con la Diversidad Funcional. ¡Hasta la próxima!