

ASEGURÁNDONOS QUE LAS PERSONAS MAYORES ESTÉN BIEN

El bienestar no consiste solo en cuidar una parte de nosotros mismos; es un enfoque equilibrado basado en las decisiones que tomamos para asegurar que cuidamos tanto nuestro cuerpo como nuestra mente. Dado que agosto es el Mes Nacional del Bienestar, NYC Aging mantiene su compromiso de garantizar que las personas mayores puedan tomar las decisiones más convenientes para ellas y así seguir viviendo en sus comunidades.

Sin embargo, para muchas personas mayores, acceder a los recursos necesarios para tomar decisiones saludables resulta cada vez más difícil. Este mes publicamos el informe más reciente derivado de la Evaluación de Necesidades de Servicios, titulado "What The Data Demands: Findings from Older New Yorkers' Financial Security" (Lo que exigen los datos: hallazgos sobre la seguridad financiera de los neoyorquinos mayores). En él descubrimos que más del 40 % de las personas mayores declararon tener dificultades para pagar al menos una factura habitual. El informe también reveló que aquellas personas mayores con problemas económicos tienen una probabilidad significativamente mayor de sufrir aislamiento social y soledad, presentar necesidades de salud mental, padecer discapacidades sensoriales o físicas, y sufrir discriminación o maltrato.

Además de estos datos, los recientes recortes federales al Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) y el aumento de los costos de los medicamentos recetados —incluidos en la ley H.R.1— tendrán un impacto considerable en la capacidad de las personas mayores para mantenerse sanas. Esta situación exige actuar en varios frentes.



En primer lugar, hemos puesto en marcha la iniciativa "Pop-Up Produce", que durará todo el mes. A través de ella, organizamos eventos de reparto en los cinco distritos de la ciudad para entregar gratuitamente 24.000 bolsas de frutas y verduras frescas a las personas mayores. La iniciativa estará vigente durante todo agosto; puede encontrar el punto de distribución más cercano visitando nuestro sitio web.

Por supuesto, las personas mayores de 60 años pueden acudir a un centro para personas mayores durante todo el año y disfrutar de una comida saludable. También pueden mejorar su bienestar participando en clases de ejercicio físico o en otras actividades —como arte, música, ping-pong o jardinería— que no solo fortalecen la mente, sino que también reducen el aislamiento social y el estrés mental.

Asimismo, el Programa de Asesoramiento y Asistencia

sobre Seguros Médicos (HIICAP) de NYC Aging está a disposición de las personas mayores que necesiten ayuda para encontrar planes de seguro asequibles y resolver dudas sobre la cobertura de Medicare. Los residentes pueden hablar con un representante capacitado del HIICAP llamando a Aging Connect al número 212-AGING-NYC (212-244-6469).

Un hallazgo destacado de nuestra investigación sobre asequibilidad fue que los adultos mayores que han asistido a un centro para adultos mayores durante el último año tienen menos probabilidades de reportar inseguridad alimentaria que aquellos que no lo han hecho. Esta es solo una estadística que demuestra el papel fundamental que desempeñan los programas —ofrecidos por nosotros y nuestros socios en toda la ciudad— para ayudar a los adultos mayores a seguir viviendo de manera independiente.

Independientemente de cuáles sean sus objetivos de bienestar, NYC Aging cuenta con un programa que puede ayudarles a alcanzarlos. Espero verlos a todos en nuestros centros para adultos mayores disfrutando de una buena comida, haciendo ejercicio, recibiendo información sobre seguros médicos, accediendo a otros recursos e información esenciales, y disfrutando de las comunidades que ustedes ayudaron a construir.



**NYC Department for the Aging
Commissioner
Dr. Lisa Scott-McKenzie**