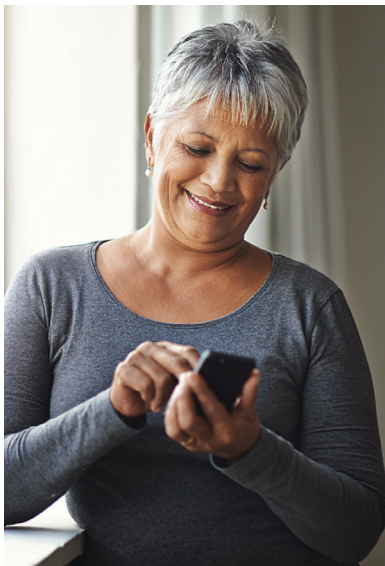


Combatiendo la Discriminación por la Edad en Tiempos de Incertidumbre

A medida que la pandemia de coronavirus (COVID-19) continúa desarrollándose, el Departamento para las Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York (DFTA) y sus agencias hermanas están trabajando juntas para distribuir información y orientación para mantener seguros a los neoyorquinos de todas las edades. Para los neoyorquinos mayores que tienen un alto riesgo de contraer el virus, COVID-19 ha traído no solo ansiedad sobre cómo mantenerse seguro y saludable, sino también inquietudes de ser discriminado por la edad.

En tiempos de incertidumbre, corresponde a todos los neoyorquinos apoyarse mutuamente y sujetarse a las recomendaciones del gobierno, incluido el distanciamiento social y el aumento del lavado de manos. Ahora más que nunca, los adultos mayores dependerán de las comunidades que ayudaron a construir para obtener apoyo.

Es importante que nos enfoquémos en los hechos para combatir el miedo. Aunque los adultos mayores tienen un mayor riesgo de contraer COVID-19, sabemos que los virus no discriminan. Animo a todos los neoyorquinos a tener en cuenta los sentimientos encubiertos de la discriminación por la edad que impregnan las conversaciones relacionadas con COVID-19.



Entonces, ¿qué puedes hacer para ayudar a los neoyorquinos mayores?

Todos los neoyorquinos pueden llamar a sus familiares, vecinos y amigos mayores para ver cómo están. A medida que se les dice a los adultos mayores que practiquen el distanciamiento social y se queden en sus hogares, aumentan las oportunidades de aislamiento social.

La investigación ha demostrado que los adultos mayores reclusos en sus hogares tienen más probabilidades de experimentar aislamiento social, lo que está relacionado con una presión arterial más alta, una mayor susceptibilidad a la gripe y otras enfermedades infecciosas, y un inicio temprano de la demencia.

DFTA también tiene servicios que apoyan la participación social entre los adultos mayores aislados a en sus hogares. Nuestro programa de visitas amistosas combina adultos mayores con voluntarios seleccionados y capacitados para visitas semanales. En este momento, el programa de visitas amistosas se ha convertido en visitas telefónicas. En lugar de visitar a adultos mayores en sus hogares una vez por semana, los voluntarios convocan sus encuentros amistosos 2-3 veces por semana para conversar.

No importa cómo apoye a los adultos mayores durante la pandemia de COVID-19, le agradecemos. Como ciudad, somos más fuertes cuando nos unimos y nos apoyamos mutuamente. Para todas las actualizaciones de COVID-19, llame al 311 o visite el sitio web del Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York: <https://on.nyc.gov/33t9EBG>



Lorraine Cortés-Vázquez es la Comisionada del Departamento para Adultos de la Tercera Edad de la Ciudad de Nueva York. Antes de unirse a la administración a la presente, se desempeñó en puestos de liderazgo ejecutivo con AARP, EmblemHealth y otras organizaciones. También se desempeñó como la primera Latina Secretaria de Estado de Nueva York.