

Contact information (whoever wants to be the main contact)

GRUPOS LOCALES URGEN AYUDA COMUNITARIA CONTINUA A LOS ADULTOS MAYORES

ASHEVILLE, N.C. – Los adultos mayores forman casi un 90 por ciento de las muertes relacionadas a la COVID-19 en Carolina del Norte, y miles de individuos de más de 65 años de edad se aislaron durante casi dos meses debido a la orden estatal de quedarse en casa. Por eso, un equipo de organizadores, agencias, y proveedores comunitarios del área de Buncombe están colaborando para identificar y abordar las necesidades aumentadas de la población envejecida durante la crisis de la COVID-19.

El Condado de Buncombe, en colaboración con la Alianza para Servicios a los Envejecidos de Buncombe (BASA, por sus siglas en inglés), está trabajando para distribuir información sobre los recursos comunitarios disponibles que promueven la seguridad y conexión social para los mayores. Los colaboradores están pidiendo que la comunidad vigile su familia, amigos, y vecinos y que comparta los recursos a continuación con los que los necesiten.

“Tememos que los adultos mayores quienes ya experimentaban aislamiento y tenían dificultad con el envejecimiento tengan aún mayor riesgo para la depresión, negligencia, o debilidad resultando de la distancia social prolongada,” dijo Elizabeth Williams, Directora Ejecutiva de MountainCare, una agencia local que ofrece servicios de cuidado para los adultos. “Los proveedores dentro de la comunidad envejecida han estado trabajando duro para servir los clientes establecidos en maneras innovadores. Ahora nos estamos enfocando en ayuda para las personas que estaban desconocidas.”

Comparado con abril de 2019, hubo una disminución el mes pasado en denuncias al registro de los Servicios de Protección de Adultos del Condado de Buncombe (APS por sus siglas en inglés), aumentando la preocupación sobre la falta de denuncias en el área. APS está disponible las 24 horas del día para responder a las necesidades de los adultos durante la COVID-19 y se le puede llamar al (828) 250-5800.

Según el Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento en el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, investigaciones han conectado el aislamiento social y la soledad con mayores riesgos para una variedad de condiciones físicas y mentales: hipertensión, cardiopatía, obesidad, un sistema inmunológico debilitado, ansiedad, depresión, empeoramiento de cognición, enfermedad de Alzheimer, e incluso la muerte.

El 8 de mayo, los adultos mayores constituyeron un 86% de las [muertes](#) relacionadas a la COVID-19 en Carolina del Norte. Actualmente, más de un [16% de los casos de COVID-19 en el](#)

[país](#) y un caso de cada cinco en el estado pertenece a individuales de más de 65 años, y se preocupa de que ese número podría aumentar una vez que más mayores empiecen a salir al público durante la primera fase de la reapertura. Incluso con restricciones quitándose lentamente, el [CDC](#) continua a recomendar evitar la exposición de manera de limitar el contacto cercano, lavarse las manos frecuentemente, usar protectores faciales de tela, y desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia.

Heather Bauer, la Directora Ejecutiva del Consejo sobre Envejecimiento del Condado de Buncombe (CoA por sus siglas en inglés), nota que este grupo de alto riesgo puede ser inconsciente de los servicios y las ayudas de los cuales se disponen.

“Deseamos asegurar que se cumplan las necesidades básicas, que se evite la exposición innecesaria, como ir al supermercado, y que los que falten recursos adecuados se conecten con ayuda disponible,” dijo Bauer. Por ejemplo, CoA ofrece servicios de nutrición para los adultos mayores de ingresos bajos o medios a través de programas de entregas de comida. El personal y los voluntarios entregan una bolsa de alimentos de larga conservación a su puerta, sirviendo aproximadamente 4 comidas por bolsa. Llame al 828-277-8288 para más detalles y una breve evaluación de elegibilidad (debe tener 60 años de edad o más). También se puede conectar con un coordinador de recursos para ayuda con aplicaciones para SNAP, ayuda con la ley de Cuidado de la Salud Asequible, consejos sobre el Medicare, y control de cuidados. Para una lista completa de servicios, visite al www.coabc.org.

Para abordar necesidades sociales, UNCA, Las Ciencias de la Salud de UNC en el MAHEC, y Envejecimiento Sano de Carolina del Norte, formaron un equipo para desarrollar el Proyecto de Conexiones Sociales, un servicio que empareja los adultos mayores con estudiantes voluntarios entrenados que proveen conversación, actualizaciones, y entrenamiento de tecnología para ayudar a los mayores a conectar socialmente con los seres queridos. Los voluntarios también pueden hacer referencias para recursos adicionales si se desea. Llame al (828) 771-3445 y deje un mensaje o mande un email a Tasha.Woodall@mahec.net para inscribirse o para más información.

La Agencia de Envejecimiento del Área (AAA por sus siglas en inglés) en el *Land of Sky Regional Council* anima a los adultos mayores que sigan enfocándose en su salud general y la prevención de enfermedades.

“Ya que hay mucho fuera de nuestro control en este momento, y preocupación aumentada para la salud de los adultos mayores, es importante mantener la vigilancia en manejar las condiciones crónicas,” dijo Stephanie Stewart, Especialista del Programa de Envejecimiento de *Land of Sky Regional Council*. “De manera de estar sano y activo en casa, los adultos mayores pueden reducir citas médicas innecesarias y sentirse más en control de sus vidas y bien estar.”

Un programa a través de AAA provee kits de herramientas para un programa auto-liderado de educación de enfermedades crónicas y ofrece llamadas semanales de instrucción con un grupo de hasta cuatro otros participantes. El kit de herramientas incluye un libro de recursos, un CD de ejercicios, y un CD de relajación y reducción del estrés. Si está interesado en aprender más sobre este programa gratis, por favor llame o mande un email a Stephanie Stewart al 828-251-7438 o stephanie@landofsky.org.

Si usted o alguien que conoce está teniendo dificultad y no está seguro dónde empezar, un punto de partida recomendado es llamar al 2-1-1, una línea de información comunitaria y referencias a servicios sociales. NC 2-1-1 está disponible las 24 horas del día, 7 días de la semana, y provee asistencia multilingüe y acceso de TDD/TTY para los con déficit auditivo.

SERVICIOS ADICIONALES EN EL AREA PARA LOS ADULTOS MAYORES:

- [Servicios a las Familias Judíos del oeste de Carolina del Norte](#) – Servicios comprensivos incluyendo terapia para la salud mental (se acepta Medicare y otros seguros médicos), gestión de casos, y apoyo para los cuidadores. Llame al 828-253-2900.
- [Meals on Wheels de Asheville y el Condado de Buncombe](#) – Ha aumentado nuestra capacidad para entregas de comida en respuesta a la pandemia. Por favor, llame al (828) 253-5286 para más información.
- [MountainCare](#) – Servicios de cuidado a los adultos, terapia de apoyo psicosocial, terapia musical, una clínica de movilidad con ruedas, y la Casa Rathbun. Póngase en contacto con connect@mtncare.org para más información.
- [Mountain Mobility](#) – Transporte para los residentes del Condado de Buncombe. Llame al (828) 250-6750.
- [YMCA de WNC](#) – Programación de la salud, mercados y programas de comidas, y ofrecimientos virtuales. Llame al (828) 210-9622.