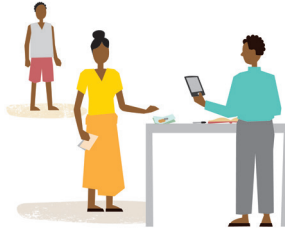




## Apoye a las personas mayores de manera práctica y espiritual para ayudarlas a quedarse en casa durante la pandemia del Covid-19

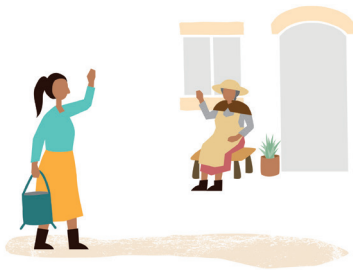
Las personas mayores, especialmente aquellas con condiciones de salud preexistentes, tienen mayor riesgo de complicaciones y muerte cuando se contagian con el Covid-19. Les compartimos 10 maneras de ayudar a las personas mayores a mantenerse seguras.



**4** Envíe a una persona más joven de confianza a retirar los pagos de pensión en nombre de una persona mayor.



**7** Ofrezca apoyo moral, emocional y espiritual de manera creativa, como leer las escrituras u orar por teléfono.



**1** Visite a una persona mayor y guarde una distancia de al menos 2 metros o manténgase en contacto telefónico.



**5** Ayude a una persona mayor con el cultivo de su tierra y con la venta de los productos cultivados.



**8** Proporciónale una radio a una persona mayor que aún no tenga una, para que pueda escuchar las noticias y otras transmisiones de su gusto.



**6** Organice colectas comunitarias puntuales para cubrir los costos del seguro de salud y medicinas de una persona mayor u obsérquiele alimentos o comidas cocinadas.



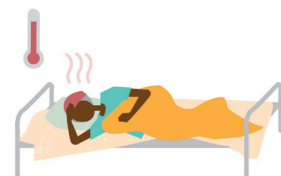
**9** Defienda a las personas mayores si están siendo discriminadas, sin olvidar también hablar con ellas frecuentemente.

**2** Consiga agua para que la persona mayor pueda lavarse las manos con frecuencia y mejorar la higiene.



**3** Realice la compra de alimentos y medicinas de la persona mayor y lléveselos a su casa.

Los síntomas confirmados del Covid-19 son tos seca, fiebre y cansancio.



**10** Si una persona mayor desarrolla alguno de estos síntomas, pídale que se quede en casa y que se aisle lo más posible de los miembros de su hogar. También debe comunicarse con el centro de salud local y seguir los consejos que le den. Si se le aconseja llevar a una persona mayor a un centro de salud, evite usar el transporte público, si es posible. Si hay mascarillas disponibles, tanto la persona mayor como los acompañantes deben usar una.

Asegúrese de que las acciones que tome con y para las personas mayores estén en línea con las directivas de su gobierno y orientaciones sobre mejores prácticas, a medida que evolucionen. También asegúrese de hablar con una persona mayor sobre cómo le gustaría recibir apoyo.

Este recurso se publicó en mayo de 2020 como parte de la guía de Tearfund para las iglesias sobre cómo apoyar a las personas mayores durante la pandemia del Covid-19. El manual completo (en inglés) y un folleto están disponibles en línea en [learn.tearfund.org/es-ES/resources/covid-19](https://learn.tearfund.org/es-ES/resources/covid-19)

[learn.tearfund.org/es-ES/resources/covid-19](https://learn.tearfund.org/es-ES/resources/covid-19)  
[covid19-response-team@tearfund.org](mailto:covid19-response-team@tearfund.org)