



Ayudando a las personas de edad avanzada a recuperarse de las consecuencias emocionales de un desastre

Los estudios muestran que usualmente tardan más los adultos mayores en recuperarse de un evento catastrófico. Los problemas de salud, los salarios fijos y la falta de conocimiento sobre la asistencia durante desastres son todos factores contribuyentes. Las personas de edad avanzada también son el blanco preferido de los contratistas fraudulentos.

Durante el periodo subsiguiente a un desastre, es importante apoyar a los familiares de mayor edad y estar conscientes de algunas de sus necesidades especiales y vulnerabilidades.

Las reacciones comunes que las personas de mayor edad pueden experimentar son:

- Confusión y desorientación
- Ocultar o no querer saber el alcance total del daño
- Miedo de perder independencia o de ser enviado a un asilo de ancianos
- Retraimiento y aislamiento
- Apatía o creencia de que ellos son muy viejos para empezar de nuevo
- Irritabilidad, coraje o sospecha
- Pena por las pérdidas del pasado

Sin ayuda adecuada, las personas de mayor edad pueden decaer rápidamente después de un desastre. Ponga atención a algunos cambios que puedan indicar que un familiar de mayor edad necesita ayuda adicional. Estos cambios pueden incluir:

- Aumento en la pérdida de la memoria
- Toman malas decisiones
- Están fácilmente distraídos
- Decaimiento de la salud
- Desatención de las necesidades médicas
- Nuevos síntomas físicos que pueden estar relacionados al estrés

HOUSTONHEALTH.ORG



Houston Health Department
8000 North Stadium Drive, Houston, TX 77054
(832) 393-5169



- Disminución de la movilidad
- Mala conducción automovilística
- Alteración del sueño o pesadillas
- Aumento en la vulnerabilidad

Durante el periodo agitado de recuperación, sin querer los miembros de la familia de mayor edad pueden pasar desapercibidos. Esté consciente de sus necesidades especiales y haga tiempo para ofrecerles apoyo emocional y ayuda práctica:

- Visite y llame por teléfono frecuentemente a sus seres queridos de mayor edad.
- Escuche lo que les preocupa.
- Ayúdelos a conservar sus rutinas diarias dentro de lo posible.
- Ofrézcales transportación.
- Ayúdelos a hacerles frente a las compañías de seguro.
- Localice la asistencia para la recuperación de desastres para la que ellos pueden calificar.
- Ayúdelos a completar el papeleo y mantenga las citas.
- Sea honesto con ellos; de ser necesario, sugiera alternativas para reconstruir.
- Póngalos en contacto con los servicios sociales para las personas de la tercera edad.
- Ayúdelos a estar involucrados en sus comunidades sociales y de fe.
- Anímelos a reportar a las autoridades el fraude o el abuso

HOUSTONHEALTH.ORG



Houston Health Department
8000 North Stadium Drive, Houston, TX 77054
(832) 393-5169