

Gaceta INAPAM

Número 2. agosto - septiembre 2018

Certifica Inapam especialistas... pág. 11

Consejo Ciudadano
del Inapam pág. 5

Clínica de la
Memoria pág. 12

SEDESOL
SECRETARÍA DE
DESARROLLO SOCIAL



INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS
PERSONAS ADULTAS MAYORES

¡Tengo derecho!

A la Educación.

Artículo 5°, fracción IV
Ley de los Derechos
de las Personas Adultas Mayores



Directorio

Secretaría de Desarrollo Social

Lic. Eviel Pérez Magaña
Secretario de Desarrollo Social

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores

Aracely Escalante Jasso
Directora General

C.P. María Eugenia Corona Muñoz
Directora de Administración y Finanzas

Dr. Sergio Salvador Valdés y Rojas
Director de Atención Geriátrica

Lic. Jorge Luis Castillo Quintal
Director de Programas Estatales

Lic. José Arenas Zamarripa
Subdirector de Comunicación Social

Coordinación
Lic. Tania Lizbeth Torres Vargas
Enlace Técnico del Consejo Ciudadano

Edición
Lic. José Arenas Zamarripa
Lic. Alma Cano Moga

Diseño
Lic. Fátima Reséndiz Vázquez
Mario Alberto González Arias

Contenidos
Lic. José Luis Aparicio Gómez
Estefanía Ocampo Pérez
Lic. Tania Lizbeth Torres Vargas

Consejo Ciudadano del Inapam

María Eugenia Moreno Gómez
Presidenta

Lic. Francisco Villa y Betancourt
Secretario Técnico

Dra. María Cristina Ramos Reyes
Prosecretaria Técnica

Lic. Guillermo Andrés Espinosa Velasco
Vocal

Dr. Ignacio Javier Orozco García
Vocal

Mtra. María del Carmen Mendoza Galicia
Consejera Ciudadana

Dr. Luis Alberto Vargas Guadarrama
Consejero Ciudadano

Ing. Yoloxóchitl Bustamante Díez
Consejera Ciudadana

Lic. María de los Ángeles Moreno Uriegas
Consejera Ciudadana

Dr. Guillermo Eduardo Amaro Rangel
Consejero Ciudadano

Segunda edición 2018
© D. R. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores,
Inapam, Petén núm. 419. Col. Narvarte. Del. Benito Juárez,
C. P. 03020. Ciudad de México.

Prohibida la reproducción parcial o total por cualquier medio,
sin autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Impreso y hecho en México.

Índice

Editorial	3
Mensaje de la directora general	4
Consejo Ciudadano del Inapam	5
El Inapam te acompaña	
Asesoría Jurídica	6
Centros Culturales	8
Presencia del Inapam en la República	
Vinculación Productiva para adultos mayores	10
El adulto mayor en la comunidad	
Modelo de cultura física	11
Modelo de atención Gerontológica	12
Jornada “Cuidando al Cuidador”	14
Institución Invitada	
Cuenta INEA con material pedagógico adecuado para los adultos mayores.....	16
Colaboración Internacional	
La participación del Inapam	18
Acervo bibliográfico para cuidadores en el Inapam	19
Ciudades amigables	20

Tramita tu Tarjeta Inapam
y obtén beneficios y descuentos en servicios como:

Salud

Transporte

Alimentación

Vestido y hogar

Asesorías y Servicios legales

Educación, recreación cultura y deporte

INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES

Editorial



México experimenta un acelerado proceso de envejecimiento. A medida que envejece, aumenta el número de hogares con presencia de personas mayores.

Actualmente hay 13 millones de personas adultas mayores, aproximadamente el 10.5 por ciento de la población, con una esperanza de vida de 75 años. Para 2050, este sector representará el 21.5 por ciento de la población, con 32.4 millones, de acuerdo con el Consejo Nacional de Población.

El Inapam trabaja para consolidar la integración social, según su objetivo general, que consiste en coordinar, promover, apoyar, fomentar, vigilar y evaluar las acciones públicas, estrategias y programas, derivados de la política nacional en favor de este sector, a fin de procurar su desarrollo humano integral.

Con el propósito de difundir nuestras acciones y contribuir a fortalecer una sociedad incluyente, te compartimos nuestra edición número dos de la Gaceta Inapam, una las propuestas del Consejo Ciudadano.

En este número, encontrarás temas de actualidad, como información sobre el testamento, sobre modelos gerontológicos, actividades en los centros culturales, y de otros organismos, como el Consejo de Coordinación Interinstitucional y del INEA, como institución invitada.

Mensaje de la directora general

Aracely Escalante Jasso

Es para mí muy satisfactorio presentarles el número dos de la Gaceta Inapam, misma que ha surgido como parte de las valiosas aportaciones del Consejo Ciudadano del Instituto.

En el Inapam estamos convencidos que, como organismo rector en el tema del envejecimiento, es fundamental compartir las buenas prácticas, servicios y actividades que llevamos a cabo en beneficio de la población adulta mayor.

Es importante reconocer la labor institucional que se realiza, así como informar de las acciones destacadas que se llevan a cabo en las áreas que integran el Instituto.

Con este esfuerzo informativo, queremos llegar a las instituciones que colaboran con nosotros en el Consejo de Coordinación Interinstitucional, para que nos ayuden a difundir la labor del Instituto y a reforzar los beneficios destinados a la población adulta mayor.

En este número les ofrecemos información relevante sobre algunos de los programas del Inapam y, en esta ocasión, tenemos al INEA, como invitado, en un ejercicio de transversalidad institucional.



Consejo Ciudadano del Inapam

El Consejo Ciudadano del Inapam, integrado por diez personas adultas mayores, cinco hombres y cinco mujeres, tiene un papel central en las actividades del Instituto, pues genera propuestas que contribuyen a que el Inapam fortalezca su función rectora.

Gracias a esas propuestas, el Inapam ha posicionado una nueva cultura del envejecimiento, saludable, activo y digno. Trabaja con base en un nuevo significado de la vejez; una nueva imagen de lo que es la persona adulta mayor actual y cómo se ha roto un paradigma negativo que se mantenía acerca de este grupo etario.

Como consecuencia de esta nueva visión, se ha registrado un impulso a la inclusión familiar y social de las personas adultas mayores, lo cual también ha favorecido la relación



intergeneracional entre estas personas y los jóvenes.

Los consejeros ciudadanos del Inapam son, al mismo tiempo, muestra fehaciente de un envejecimiento activo y participativo, lo cual se refleja en cada una de sus propuestas en el seno del propio organismo.

Además, algunos de ellos también participan en el Consejo de Coordinación Interinstitucional del Inapam, donde también aportan propuestas muy valiosas desde la sociedad civil, para el fortalecimiento de los temas de vejez y envejecimiento en todas las instituciones públicas y privadas que participan en ese Consejo.

Esto confirma que sus integrantes se conducen con cabal compromiso y esfuerzo constantes, realizando aportaciones de mejora en las acciones que lleva a cabo el Inapam. Por cierto, sus cargos son honorarios.



Asesoría jurídica gratuita

Promueve el Inapam cultura testamentaria en personas mayores.

México está entre los últimos lugares de los países de la OCDE en materia de cultura testamentaria. Se calcula que entre 17 y el 20 por ciento de los mexicanos elabora testamento, de ahí la importancia de promoverlo.

La elaboración de un testamento también puede ser un acto de amor hacia familiares y amigos, pues el documento evita trámites, gastos y molestias innecesarias a los herederos de una persona. Es un tema para tener en cuenta a todas las edades, pero especialmente en la vejez.

En el marco del Mes del Testamento, por medio del cual los notarios de todo el país promueven el tema y proporcionan diversos descuentos a los interesados en realizar el trámite, la licenciada María Olga Sánchez Pérez, jefa del Departamento de Asesoría Jurídica del Inapam, impartió la plática Aspectos Legales de la Vejez, en las instalaciones del Instituto.

La profesional, quien tiene amplia experiencia en este tema, invitó a los participantes a reflexionar sobre los procesos legales que pueden presentarse en la vejez, con el fin de establecer estrategias apropiadas para abordarlos. El primero de estos fue el testamento.

El testamento “es un acto personalísimo, revocable y libre, por el cual una persona capaz dispone de sus bienes y derechos, y declara o cumple deberes para después de su muerte”, según el Código Civil para el Distrito Federal.

Una persona que hace su testamento ase-



gura sus bienes hasta que muere y deja una herencia a las personas de su elección. Al hacerlo, el notario entrega una copia certificada al testador – explicó la licenciada Sánchez Pérez.

–¿Qué debemos tomar en cuenta al hacer un testamento? –se preguntó. Al hacer un testamento, debemos tomar en cuenta a los herederos, a los sustitutos de los herederos, en caso de que los primeros fallezcan, y a la albacea, quien administrará los bienes que integran la herencia, hasta su adjudicación.

–Cuando se abre el testamento, se le da validez. El costo para abrirlo depende del costo del bien inmueble. Entre más caro el bien inmueble, más altos los gastos que genera el juicio –comentó.

Éste es uno de los servicios que proporciona el Departamento de Asesoría Jurídica del Inapam. Comprende apoyo y asesoría jurídica en materia familiar, civil, de arrendamiento, así como en cualquier otro trámite administrativo para las personas mayores.

Estos servicios están disponibles en las oficinas generales del Inapam, en Puebla núm. 182, esquina con Insurgentes, colonia Roma Norte, delegación Cuauhtémoc.



Más informes en el teléfono
5530 7679
ext. 69501 y 69502,
o por mensaje electrónico a:
asesoriajuridica@inapam.gob.mx



Centros Culturales

Inapam fomenta el desarrollo artístico en los adultos mayores

—Con la pintura, las personas mayores desarrollan muchas habilidades, como paciencia, concentración y perseverancia; mejoran su motricidad e incrementan su autoestima — señaló la maestra de pintura y dibujo, Guadalupe Garduño Marmolejo.

—Además, la pintura ayuda a expresar emociones y a socializar con los demás, señaló la profesora, quien acumula ya 17 años como docente. Actualmente trabaja en el Centro Cultural San Francisco, del Inapam, donde sus alumnos aprenden esas y otras actividades.

El seis de agosto pasado se abrió la exposición de trabajos de profesores y alumnos de ese centro cultural del Inapam. Comprende paisajes, aves, flores, rostros en lápiz, acuarela y óleo; también expresiones que conjugan la satisfacción y la alegría de compartir un espacio maravilloso, donde las personas se relajan y se sienten productivas.

—Para dibujar a lápiz hay que combinar luces, sombras y darle volumen. Los alumnos hacen ejercicios para aprender el claroscuro en objetos. Por ejemplo, si dibujan una luna, de un lado ponen la luz y del otro, la sombra. El claroscuro es la sensación de volumen producido por el juego de luz y de sombra sobre los objetos —explicó la maestra Lupita.

—El lápiz que se usa es el HB, porque es más suave, hasta llegar a los oscuros, como el B3. Más duro cuando empiezas, para que no se marque mucho la raya y más suave cuando tienes más experiencia.



—¿Qué es lo más difícil de dibujar? —se le preguntó.

—Los rostros y las manos. Cuando marcas los ojos y logras ver la mirada desde diferentes puntos, quiere decir que está bien hecho.

—¿Con qué material es más fácil trabajar?

—El óleo, en comparación con la acuarela, es más fácil, pues se puede encimar la pintura. Si se comete un error, puedes poner otro color encima. En cambio, con la acuarela no se puede poner otro color.

—¿Qué les ha dejado la clase de pintura? — preguntamos a algunos alumnos que se acercaron a la exposición.

—Para mí, pintar es como meditar. Uno no se puede distraer, porque pierde la perspectiva —comentó Silvia Fera.

—La actividad de estos talleres ayuda a olvidar problemas de salud, y lo más importante, nos sentimos productivos —agregó Margarita Siller.

—A mí me ha despertado el deseo de dibujar. Hacía mucho que no lo tenía —señaló Roberto Zúñiga.

La experiencia de la maestra Lupita, como la llaman sus alumnos, comenzó con sus clases en el Seguro Social. Posteriormente estudió en Bellas Artes y asistió durante muchos años a clases particulares, con maestros reconocidos.

Los Centros Culturales Inapam son espacios donde se ofrecen diversas opciones de formación y desarrollo humano a personas de 60 años y más. En estos centros se imparte iniciación artística, educación para la salud, lenguas extranjeras, talleres de artesanías, artes plásticas, y computación. El Inapam cuenta con cuatro centros culturales: Alhambra, Aragón, Cuauhtémoc, y San Francisco.



Vinculación productiva para personas adultas mayores

Starbucks e Inapam, juntos por los adultos mayores

En los casi seis años de la actual administración, el Inapam ha vinculado 98 mil 204 personas, con el propósito de fomentar su inclusión social, por medio de su reincorporación laboral y productiva en las empresas, así como en actividades voluntarias que generan un ingreso para estas personas, afirmó Aracely Escalante Jasso, directora general del Inapam

Durante la inauguración de la tienda Starbucks Corporativo Coyoacán, ubicada en Av. Coyoacán No. 1622, colonia Del Valle, atendida en su totalidad por adultos mayores, la funcionaria dijo que ese es uno de los modelos desarrollados por el Instituto, con el ánimo

de empoderar a este sector de la población, y constituye, al mismo tiempo, un esfuerzo de los sectores público y privado, para beneficio de estas personas.

“Esta tienda de Starbucks es una buena práctica y ejemplo para que otras empresas se sumen a este modelo y, juntos podemos crear más oportunidades para las personas adultas mayores que desean continuar una vida productiva, en beneficio propio y de sus familias”, enfatizó.

–Lo importante es sumar más empresas al modelo de vinculación laboral del Inapam, pues de ese modo privilegiamos su condición de sujetos de derecho, lo cual contribuye a dignificar la vejez.

–Inapam está atento a las necesidades y aspiraciones de las personas mayores. Su inserción laboral es una respuesta a éstas.



Modelo de Cultura Física

Certifica Inapam especialistas en cultura física para personas mayores



El Inapam va la vanguardia en la certificación de especialistas en la Cultura Física enfocada a la población adulta mayor, como una de sus opciones de formación y educación que refuerzan la profesionalización de quienes atienden a esta población para que les brinden el mejor trato y las facilidades para la práctica del ejercicio.

En relación con los tres componentes del Modelo de Cultura Física, los expertos de la Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos se sumaron a los especialistas del Inapam para trabajar conjuntamente en la elaboración de los estándares con base en el contenido del propio Modelo.

Los primeros productos de los 11 propuestos, son los Estándares de Competencia, Elaboración de artículos de estudios de investigación sobre actividad física y deporte, Impartición de sesiones de Taichichuan forma 24 para personas adultas mayores e Im-

partición de sesiones de actividad física para personas adultas mayores.

Los estándares publicados y formalizados por el Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales (CONOCER), se han incorporado al Sistema Nacional de Competencias como alternativas que impactan en las actividades de los sectores social, educativo y de gobierno.

Los candidatos para evaluarse y certificarse son quienes de manera autodidacta han adquirido los conocimientos, habilidades y aptitudes para otorgar estos servicios a los mayores de 60 años de edad; también podrán acceder aquellas personas con estudios sin reconocimiento oficial o con preparación académica en el ámbito deportivo.

Acciones como éstas favorecen la inclusión social, la autonomía, el ejercicio de los derechos y la participación en grupos auto-gestivos de las personas adultas mayores.

Modelo de Atención Gerontológica: Clínica de la Memoria

Retrasar el deterioro cognitivo mediante la detección oportuna de Alzheimer

El 21 de septiembre se conmemora el Día Mundial del Alzheimer

La enfermedad de Alzheimer es el tipo más frecuente de demencia en los adultos mayores y afecta las partes del cerebro que controlan el pensamiento, la memoria y el lenguaje. Provoca, asimismo un deterioro en la calidad de vida del enfermo y de su entorno familiar.

El Alzheimer es progresivo y neurodegenerativo, se presenta generalmente después de los 65 años. Sin embargo, se han registrado casos de personas que tienen los primeros síntomas a una edad más temprana.

Ante el aumento de personas adultas mayores con Alzheimer, la Clínica de la Memoria del Inapam ofrece sus servicios a pacientes con deterioro del conocimiento y la demencia ya familiares. Se realizan evaluaciones para el diagnóstico y seguimiento del padecimiento, y de esta manera se previenen daños mayores.

Señales de alerta

Hay 10 señales básicas que son consideradas como los principales síntomas de la enfermedad de Alzheimer. Es recomendable que las personas que presenten varios de estos síntomas acudan al especialista para que sea



él quien realice los exámenes y, en su caso, diagnostique este padecimiento.

Pérdida de la memoria que afecte actividades laborales.

Los olvidos frecuentes o confusiones inexplicables en la casa o en la oficina pueden ser evidencia de que algo anda mal con las funciones del pensamiento.

Dificultad para desarrollar las tareas familiares.

Las personas con Alzheimer pueden preparar sus alimentos y no solamente olvidarse de

servirlos, sino incluso olvidar que ellos mismos los prepararon.

Problemas con el lenguaje

Se pueden olvidar las palabras más simples, aquellas de uso cotidiano, o sustituirlas por palabras incorrectas, provocando que sus frases sean difíciles de entender.

Desorientación en tiempo y espacio

Con mucha frecuencia no recuerdan la fecha y suelen perderse en su propia calle, sin saber dónde están, cómo llegaron a ese lugar y cómo regresar a casa.

Carencia de sano juicio

Una persona con Alzheimer puede vestirse de manera inapropiada, tomar decisiones erróneas, despilfarrar grandes cantidades de dinero.



Presentan problemas con el pensamiento abstracto

Reconocer los números o elaborar cálculos de operaciones básicas –como la suma o la resta, por ejemplo- puede ser imposible.

Perder objetos

Una persona con Alzheimer puede colocar los objetos en lugares inapropiados –como por ejemplo una plancha en el refrigerador o un reloj en la azucarera- y después no comprender cómo llegaron ahí.

Cambios de estado de ánimo o conducta

Tienden a presentar cambios de estado de ánimo con mucha rapidez sin que exista una razón aparente para que este cambio se hubiera presentado.

Cambios de personalidad

Su personalidad cambia repentinamente, de tal forma que una persona que solía ser amable puede convertirse en un sujeto agresivo.

Pérdida de la iniciativa

Suele presentar desinterés o buscar no involucrarse en muchas de las tareas cotidianas.

Clínica de la Memoria

Teléfono 5688 0615
Héroes del 47 núm. 79.
Col. San Mateo.
Delegación Coyoacán.
Ciudad de México.

Jornada “Cuidando al Cuidador”

Es urgente formar más cuidadores y cuidarlos, señala el Inapam

—Lo que ya se perdió en el paciente con deterioro cognitivo, ya se perdió. Pero hay que cuidar y conservar lo que aún queda, con el propósito de que estas personas tengan una vida digna y sean vistos como personas, señaló la doctora Luz Esther Rangel López, coordinadora de la Clínica de la Memoria, del Inapam. En el marco de la jornada para conmemorar el Día Internacional del Alzheimer, con el lema, Cuidando al Cuidador, en la que participaron 10 especialistas sobre diversas disciplinas relacionadas con los temas de vejez y envejecimiento, la doctora Rangel expuso que los cuidadores también son muy importantes, pues los pacientes dependen de ellos, y por eso, es muy importante “cuidar a nuestros cuidadores”. El evento, organizado por el Inapam, se realizó como parte de la conmemoración de la efeméride, el día 21 de septiembre de cada año, con el propósito de llamar la atención sobre el padecimiento y su atención. —¿Quién cuida al que cuida? Llega un momento en el que se colapsa. Según estudios realizados por la Asociación Mexicana de Cuidados Gerontológicos, muchos de los cuidadores son familiares, son mujeres y son jubiladas. Esto indica que aún faltan muchos cuidadores, señaló Daniel de Jesús Uribe González, representante de la ese organismo. —Empezamos a entender los problemas de deterioro cognitivo cuando ya tenemos el problema y debimos empezar antes para pre-



venir y atender con mejor calidad. Por lo tanto, es urgente agilizar la investigación de la enfermedad, y preparar a más expertos en el tema y a cuidadores profesionales, que tengan la capacidad de atender a estas personas con calidad y calidez —alertó. Por su parte, la enfermera geriatra y gericultista, Myriam García González, del Departamento de Enseñanza, Investigación e Información del Inapam, enfatizó que el cuidado debe centrarse en la persona con la enfermedad, no en la enfermedad. —Es decir, debemos enfocarnos en la persona, en sus características, no en la enfermedad. Eso es algo que le sucede a la persona, pero no la define. Cuidar es involucrarnos activamente en el bienestar de alguien; es también una forma de amor. —Además, debemos tener en cuenta los valores de la persona a la que cuidamos y los propios también, esforzarnos para lograr su máximo bienestar, cultivando la fe y la esperanza, pues los pacientes son personas que sienten y también tienen derecho de sentirse tristes o enojados.

Urgió a revalorar la figura del cuidador, para que su labor no lo consuma, pues su importancia es tanta como la del paciente al que cuida; ambos son importantes y, por tanto, deben tener la ayuda, comprensión y voluntad por parte de la familia y de la sociedad, coincidieron durante su exposición Ángel García Leppe y Corina Espinosa Hernández, integrantes de la Clínica de la Memoria, y del Departamento de Enseñanza, Investigación e Información, del Inapam, respectivamente. Señalaron que en la medida en que crezca el número de personas con demencias, especialmente con Alzheimer, serán más necesarios los cuidadores especializados, para atender a ese sector de la población, para procurar mejor calidad de vida para unos y otros.

“Con el tiempo y la madurez descubrirás que tienes una mano para ayudarte a ti y otra para ayudar a los demás”.

Corina Hernández.

Para la psicóloga Griselda Pardavell González, integrante del Departamento de Enseñanza, Investigación e Información del Inapam, “ser cuidador es convivir con la devastación”. —No sólo se es cuidador de la persona, también es necesario ser acompañante y comprender que la persona que está ahí es humano y, por tanto tiene emociones y sentimientos. Si no se puede curar, por lo menos hay que aliviar y consolar —señaló. La clausura del evento estuvo a cargo del Dr. Sergio Salvador Valdés y Rojas, director de Atención Geriátrica, del Inapam, en representación de su titular, Aracely Escalante Jasso.



Cuenta INEA con material pedagógico adecuado para los adultos mayores

El Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), mediante la Dirección Académica, desarrolla la vertiente del Modelo Educación para la Vida y el Trabajo (MEVyT), para la Atención de Personas Adultas Mayores.

Esta oferta educativa está planeada para personas de 60 a 90 años y más, que requieren aprender a leer y escribir, o cursar su primaria y secundaria con un asesor educativo que lo acompañará en todo su proceso en los horarios y días que disponga cada persona.

¿Qué es el MEVyT?

El MEVyT es el modelo pedagógico con el cual el Instituto brinda sus programas de alfabetización, primaria y secundaria por medio de módulos basados en las necesidades de la población objetivo de sus servicios que son jóvenes y adultos de 15 años en adelante.

La oferta educativa del MEVyT es modular y que está dividida en grupos:

1. Básicos: Abordan los contenidos fundamentales de los ejes educativos de Ma

temáticas, Lengua y Comunicación y Ciencias.

2. Diversificados: Responden a las necesidades e intereses de los distintos sectores de la población que se atiende.
3. Alternativos: Favorecen el desarrollo de las competencias con temas específicos de interés para los jóvenes y adultos.

MEVyT para la Atención de Personas Adultas Mayores

La ruta educativa para personas adultas mayores cuenta ya con módulos de atención, los cuales son: La Palabra de la Experiencia; Para empezar, las matemáticas de la experiencia, cuento, calculo y mido; Para ser grandes.

Cada módulo está integrado por diferentes materiales que favorecen el aprendizaje, en formato más cómodo y fácil de visualizar y cuentan con: libros, folletos, revistas, fichas, cuaderno de trabajo o prácticas, antologías, pliegos, manuales, juegos, lápiz, pluma, juego de geometría, calculadora, guía específica del asesor y material de apoyo.

Para el desarrollo de estos materiales el INEA estructuró un Comité Técnico Académi-

co MEVyT Vertiente para la Atención de Personas Adultas Mayores, en el cual participan el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores; el Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México y de la Secretaría de Desarrollo Social (Sedesol), así como del área de Atención a Grupos Vulnerables de la Sedesol y de la Delegación Poniente del Issste en la Ciudad de México.

Para el desarrollo de los materiales específicos para las personas adultas mayores, el INEA realiza una prueba piloto en 18 estados en coordinación con el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (Inapam) y el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), cuyos avances se analizan y trabajan en las reuniones del Comité.

Si usted está interesado en terminar su primaria o secundaria con el INEA o conoce a algún adulto mayor que no sepa leer ni escribir, acérquese al INEA de su localidad o comuníquese al LADA sin costo 01 800 00 60 300 en donde obtendrá mayor información.

Le recordamos que todos los servicios que ofrece el INEA son gratuitos.



La participación del Inapam

Atención a las personas mayores con un enfoque global



Actualmente hay casi 13 millones de personas mayores de 60 años en México, lo cual equivale a un 10 por ciento de la población. Pero según proyecciones del Consejo Nacional de Población (CONAPO), en 2030, esa población llegará a los 20 millones 365 mil 839 personas.

El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (Inapam), como organismo rector de la política pública sobre envejecimiento en México, tiene la responsabilidad de proponer mecanismos de atención que permitan a este sector de la población un envejecimiento sano, activo y digno, con ayuda de las diver-

sas instituciones públicas y privadas del país, así como de la sociedad civil.

Conapo e Inapam coincidieron en que México es un país que experimenta un proceso de envejecimiento acelerado, y para estar en condiciones de atenderlo, es necesario saber quiénes son y dónde están los adultos mayores de 60 años y más, sus características y condiciones de vida.

El trabajo de los dos organismos permitirá tener una radiografía precisa del fenómeno del envejecimiento y sus mecanismos de atención por parte de todas las instituciones involucradas en el problema.

Acervo bibliográfico para cuidadores en el Inapam

Con más de dos mil títulos sobre temas como psicología, geriatría, gerontología y política pública, el Inapam realiza un esfuerzo muy loable para conformar lo que en el futuro será una biblioteca especializada en el tema de vejez y envejecimiento.

—Por ahora lo que tenemos es una Colección Departamental, que comprende materiales de consulta muy diversos, por lo que se cuenta con un acervo audiovisual, con más de 200 ejemplares, juegos didácticos, como rompecabezas para el apoyo de capacitación de personal, entre otros —explicó María Guadalupe Chávez Lazcano, encargada del área.

Agregó que también hay revistas, folletos y tesis, que enriquecen el material de lectura. Además, está el archivo vertical, que consiste en artículos publicados en revistas especializadas, boletín y estadísticas para apoyo documental del personal, especialmente jefes de Departamento.

Otro de los objetivos de ese acervo es cubrir las necesidades del Departamento de Enseñanza, Investigación e Información, del Inapam, explicó.

¿A quién está dirigido el acervo?

—Nuestro acervo, está dirigido principalmente a personas con interés en el cuidado y atención de las personas adultas mayores, está disponible también para todo público y para acceder a él sólo es necesaria una identificación oficial.

—Este esfuerzo comenzó hace más de 28 años con la iniciativa del licenciado Juan Car-

los González Llamas, quien en su momento se desempeñó como subdirector del Departamento de Enseñanza, Investigación e Información —señaló.

Explicó que se hacen préstamos al personal de Inapam por un periodo de 15 días, y el horario de atención es de 8:00 a 15:00 horas, de lunes a viernes.



Ciudades amigables



Diversos especialistas en el tema de vejez y envejecimiento insistieron en que es urgente “avanzar en la reconversión de ciudades y comunidades para favorecer el desarrollo humano de las personas mayores, con una visión de integralidad y con el pleno respeto de sus derechos”.

El Consejo Interinstitucional del Inapam, formado por más de 50 instituciones diversas de los sectores público, privado y de la sociedad civil, se propuso en su primera sesión de 2018, que los adultos mayores y las personas con discapacidad puedan disfrutar de ciudades y comunidades socialmente integradoras, conforme a la atención de las personas adultas mayores, con un enfoque integral.

El objetivo es ir a ciudades focalizadas para adultos mayores que faciliten su vida cotidiana e implanten diseños urbanos que prioricen la proximidad a los bienes y servicios que ofrecen las ciudades.

El Inapam promueve que las instituciones adopten una postura con una adecuada interdependencia de las acciones fundamentadas en la nueva agenda del desarrollo urbano planteada por la ONU -Hábitat 2016-, así como la agenda del Desarrollo Sostenible 2030, y los Derechos Humanos de las Personas Mayores, en congruencia con los medios de protección y garantía de derechos humanos.

Ciudades amigables para las personas adultas mayores



INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS
PERSONAS ADULTAS MAYORES

www.gob.mx/inapam

f Inapam Sedesol @INAPAM inapam_sedesol

Exitoso simulacro por la vida, en el Inapam



Con una actitud seria, solidaria y ordenada, las más de 350 personas que trabajan en el Inapam, desarrollaron con éxito el simulacro de sismo en las oficinas del Instituto, ubicadas en Puebla 182, el 19 de septiembre pasado, como parte de la convocatoria nacional para participar en ese ensayo.

Fue un ejercicio responsable, en el marco del primer aniversario del terremoto que afectó a la Ciudad de México, en 2017. En recuerdo de las víctimas de ese acontecimiento, se guardó un minuto de silencio y posteriormente se procedió al simulacro, el cual se desarrolló en 1:40 minutos.

