

Programa de nutrición para personas mayores

INTRODUCCIÓN

Con el envejecimiento de la población de EE.UU., se está prestando especial atención a la provisión de servicios de salud y otros relacionados a las personas mayores de la comunidad. Dado que una nutrición adecuada es fundamental para la salud, el funcionamiento y la calidad de la vida, es un componente importante de los servicios para personas mayores en el hogar y en la comunidad.

PROGRAMA DE NUTRICIÓN PARA PERSONAS MAYORES

El Programa de nutrición para personas mayores de la AoA (*del inglés, Administration on Aging, Administración de Asuntos sobre la Vejez*) otorga subsidios para financiar servicios de nutrición para las personas mayores en todo el país. El Programa de nutrición para personas mayores, autorizado bajo el Título III (Subsidios para programas del estado y de la comunidad en asuntos sobre la vejez) y bajo el Título VI (Subsidios para nativos norteamericanos) de la OAA (*del inglés, Older Americans Act, Ley de Norteamericanos Mayores*), tiene por objeto mejorar la ingesta dietaria de los participantes y ofrecerles oportunidades de formar nuevas amistades y crear redes informales de apoyo. La intención legislativa es poner servicios en la comunidad a disposición de los adultos mayores que pueden estar en riesgo de perder su independencia.

El Programa de nutrición para personas mayores brinda un servicio de entrega de comidas en el hogar y un servicio de comedores. Estas comidas y otros servicios de nutrición se ofrecen en diversos lugares, como centros para personas mayores, lugares de fe y escuelas, así como en los hogares de adultos mayores confinados a sus hogares. Las comidas servidas como parte del programa deben satisfacer por lo menos un tercio de los requerimientos dietarios recomendados por la FNB (*del inglés, Food and Nutrition Board, Dirección de Alimentación y Nutrición*) del Instituto de Medicina de la Academia Nacional de Ciencias de Estados Unidos, así como las Pautas dietarias para

norteamericanos, emitidas por los Departamentos de Salud y Servicios Humanos y de Agricultura. En la práctica, los tres millones de participantes en el Programa de nutrición para personas mayores están recibiendo un porcentaje estimado entre 40% y 50% de los nutrientes requeridos, a través de las comidas ofrecidas por el Programa.

El Programa de nutrición para personas mayores también ofrece una serie de servicios relacionados a través de los proveedores de servicios de nutrición de la red para la vejez, estimados en 4.000. Hay disponibles programas de exámenes, evaluación, educación y asesoramiento en materia de nutrición, cuyo propósito consiste en ayudar a las personas mayores participantes a satisfacer sus necesidades de salud y nutrición. También incluyen evaluaciones especiales de salud tendientes a detectar enfermedades como la hipertensión y la diabetes.

A través de los servicios adicionales, las personas mayores participantes aprenden a comprar, planificar y preparar comidas nutritivas y económicas, a mejorar su estado de salud y a aumentar su bienestar. Los programas de comedores les brindan a las personas mayores contactos sociales positivos con otras personas de su edad en los lugares en que se prestan servicios de comedor.

Los voluntarios y el personal remunerado que les entregan las comidas a las personas mayores confinadas a sus hogares a menudo pasan algún tiempo con los ancianos, ayudándolos a sentirse menos aislados. También prestan atención al grado de bienestar de las personas mayores confinadas a sus hogares y se los alienta a informar acerca de cualquier problema de salud o de otro tipo que puedan observar durante sus visitas.

Además de proveer servicios de nutrición y otros relacionados, el Programa de nutrición para personas mayores proporciona un vínculo importante con otros servicios necesarios de apoyo en la comunidad y en el hogar, tales como servicios de ama de casa/ayudante para la salud en el hogar, transporte, programas de actividad física y hasta programas de reparaciones y modificaciones en el hogar.

ELEGIBILIDAD

Conforme al Título III (Subsidios para programas del estado y de la comunidad en asuntos sobre la vejez), una persona debe tener 60 años de edad para ser elegible. Si bien no se realiza ninguna evaluación de medios para permitir la participación en el Programa de nutrición para personas mayores, los servicios están orientados hacia aquellas personas mayores que más necesitan económica o socialmente, prestándose especial atención a las personas mayores de zonas rurales y minorías de bajos ingresos.

Además de concentrarse en las personas mayores de bajos ingresos y en otras en riesgo de perder su independencia, el Programa puede proveer servicios a los siguientes individuos:

- sus esposos o esposas de cualquier edad;
- personas discapacitadas menores de 60 años, que residen en viviendas ocupadas principalmente por personas mayores, en las cuales se provee servicio de comedor;
- personas discapacitadas que viven en sus hogares y acompañan a otras personas mayores en las comidas; y
- los voluntarios del servicio de nutrición.

Dado que los indios norteamericanos, los nativos de Alaska y los nativos hawaianos tienden a tener menores expectativas de vida y tasas más altas de enfermedad a edades menores, se les da la opción a las organizaciones tribales, financiadas bajo el Título VI (Subsidios para nativos norteamericanos), de establecer la edad a partir de la cual las personas mayores pueden participar en el programa.

RESULTADOS DEL PROGRAMA

Una nutrición adecuada es esencial para envejecer con salud, para la prevención o demora de enfermedades crónicas y discapacidades relacionadas con enfermedades, para el tratamiento y manejo de enfermedades crónicas y para la calidad de vida en general.

En 2003, la Administración de Asuntos sobre la Vejez financió un Estudio piloto: la primera encuesta nacional realizada entre beneficiarios de servicios bajo el Título III de la Ley de Norteamericanos Mayores (*del inglés, Pilot Study*:

First National Survey of Older Americans Act Title III Service Recipients) que demostró que los servicios proporcionados por la Red Nacional de Servicios para la Vejez:

- son altamente valorados por sus beneficiarios;
- están efectivamente orientados a poblaciones vulnerables;
- y proveen asistencia a individuos y cuidadores, lo que es esencial para permitirles a las personas mayores mantener su independencia y evitar su internación prematura en asilos de ancianos.

Este estudio también comprobó que los Servicios de nutrición proporcionados en el hogar:

- están efectivamente orientados a personas vulnerables, la mayoría de las cuales vive sola o es pobre o casi pobre, tiene más de 75 años de edad y/o dificultades para realizar actividades de la vida diaria (*ADLs, por sus siglas en inglés*), como comer, vestirse o caminar;
- están orientados acertadamente a las personas aisladas socialmente; cerca de la mitad indicó que querría hacer más con respecto a sus actividades sociales. Este porcentaje duplica cómodamente el que corresponde a la población mayor en general;
- y son confiables y de alta calidad, según los perciben quienes los reciben.

Comprobó asimismo que se proveen comidas a aquellos individuos que más las necesitan:

- 73% estaba en situación de alto riesgo nutricional; 25% estaba en situación de riesgo moderado.
- 62% recibía la mitad o más de su ingesta diaria de alimentos a través de las comidas entregadas en su hogar.
- 25% indicó que no siempre tenía suficiente dinero o cupones de alimentos para comprar comida.
- Se comprobó que los servicios están orientados a los beneficiarios más frágiles y con mayores dificultades que la población de 60 años o más en general, lo que sugiere que estos servicios,

provistos bajo la Ley de Norteamericanos Mayores, contribuyen a mantener a individuos en sus hogares.

El estudio comprobó que los Servicios de nutrición en comedores:

- están efectivamente orientados a personas vulnerables, la mayoría de las cuales vive sola o tiene más de 75 años de edad y/o es pobre o casi pobre;
- son altamente valorados por los entrevistados;
- aumentan las oportunidades de socializar.

Se proveen a las personas que los necesitan:

- 43% estaba en situación de alto riesgo nutricional; 48% estaba en situación de moderado riesgo nutricional.
- 58% recibía la mitad o más de su ingesta diaria de alimentos a través de las comidas recibidas en el servicio de comedor.
- 11% indicó que no siempre tiene suficiente dinero o cupones de alimentos para comprar comida.

RECURSOS

Para ubicar recursos adicionales en materia de nutrición, por favor, visite:

<http://www.aoa.gov/eldfam/Nutrition/Nutrition.asp>

Los servicios del Programa de nutrición para personas mayores se proveen a través de las AAA (*del inglés, Area Agencies on Aging, Agencias del Área en Asuntos sobre la Vejez*) o Servicios Tribales para Personas Mayores locales. La AAA local aparece en la sección gubernamental del directorio telefónico, generalmente bajo servicios “para la vejez” o “para personas mayores” (*en inglés, “aging” o “elderly” services*). Las AAA pueden proporcionar información sobre el funcionamiento del Programa de nutrición para personas mayores en su área.

Si no puede ubicar a la AAA o Servicio Tribal para Personas Mayores local, o si desea obtener información sobre las AAA o Servicios Tribales para Personas Mayores de otras zonas del país, por favor, llame al servicio de localización de cuidados para personas mayores (*Eldercare Locator*) de la AoA, llamando al 1 (800) 677-1116. Sería útil que pudiera indicar el domicilio y código postal de la persona mayor a la que está tratando de ayudar.

Para obtener información sobre todos los programas de la AoA y de la Ley de Norteamericanos Mayores, por favor, visite el sitio Web de la AoA en www.aoa.gov.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

La Administración de Asuntos sobre la Vejez reconoce la importancia de poner información a disposición de consumidores, profesionales, investigadores y estudiantes. Nuestro sitio Web proporciona información para y sobre personas mayores, sus familias y los profesionales involucrados en programas y servicios para la vejez. Para obtener más información sobre la Administración de Asuntos sobre la Vejez, póngase en contacto con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., Administration on Aging, Washington, DC 20201, teléfono: (202) 401-4541, fax (202) 357-3560, correo electrónico: aoainfo@aoa.gov, o visite nuestro sitio Web en: www.aoa.gov.