

---

# Se requiere de una comunidad para envejecer de forma segura

---

Recursos para proteger a los adultos mayores de  
maltrato, abandono o explotación financiera

---

La presente Guía de recursos comunitarios fue desarrollada por el Centro ElderSAFE™, un programa de la organización Charles E. Smith Life Communities que enlaza a adultos mayores —y a profesionales, voluntarios y cuidadores que los ayudan— con recursos comunitarios para promover una vida segura y sana.



---

Mayo de 2020

---

# Índice

Centro ElderSAFE™ .....	2
Comprender el maltrato de adultos mayores .....	3
Prevenir el maltrato de adultos mayores .....	4
Abordar maltrato, abandono o explotación financiera .....	8
Recursos para satisfacer necesidades básicas .....	11
Recursos para salud y bienestar mental .....	12
Recursos para grupos específicos .....	15
Índice de recursos.....	17



## **Estimados integrantes y aliados de la comunidad:**

El Centro ElderSAFE™, un programa de la organización Charles E. Smith Life Communities, desarrolló la presente Guía de recursos comunitarios para ayudar a que los adultos mayores envejecan en sus hogares. Esta guía está diseñada para ayudar a los integrantes de la comunidad, así como a profesionales, voluntarios, familiares, cuidadores, líderes culturales y religiosos que los ayudan a que establezcan enlaces más fácilmente con recursos comunitarios esenciales. Cuando los adultos mayores reciben servicios adecuados para satisfacer sus necesidades disfrutan de una mejora en su salud y bienestar general.

Esperamos que comparta esta guía abiertamente, especialmente a través del Village Movement y el Programa Maryland Community for Life. El Village Movement ha desempeñado un papel decisivo en la ayuda a los integrantes de la comunidad para que envejecan en sus hogares al ofrecerles servicios como transporte y ayuda con los quehaceres del hogar y actividades sociales. El Programa Maryland Community for Life ofrece servicios clave que permiten que los adultos mayores sigan siendo independientes en sus propios hogares, estos incluyen transporte, mantenimiento del hogar y remisiones a servicios.

Mientras que el Centro ElderSAFE celebra orgullosamente su quinto año brindando refugios temporales seguros, educación y defensa de los adultos mayores maltratados, abandonados o explotados económicamente, estamos en deuda con la comunidad por confiarnos esta importante misión de ayudar a que los adultos mayores envejecan de manera segura y con dignidad. Mi agradecimiento más sincero a los valiosos integrantes de mi equipo, por un lado, a Sydney Palinkas, Educadora Comunitaria, quien lideró el desarrollo de esta guía y brinda educación comunitaria esencial para proteger a los adultos mayores, y por otro a KerryAnn Aleibar, Gerente del Programa, quien dirige el refugio de nuestros clientes y los servicios básicos de la línea de asistencia telefónica.

Que los próximos cinco años sean igualmente productivos en mejorar la vida de todas las personas que pretendemos atender a medida que respondemos a necesidades esenciales y siempre en aumento para ayudar a que los adultos mayores envejecan en casa de forma segura y saludable.

Saludos cordiales,

Tovah Kasdin  
Director, Centro ElderSAFE

# Centro ElderSAFE™

ElderSAFE se estableció en el año 2014 como un centro de prevención integral contra el maltrato de adultos mayores y de atención médica que atendía a los adultos mayores maltratados, abandonados o explotados económicamente en Maryland, Washington DC y en el norte de Virginia. Un programa que ha recibido premios de la organización Charles E. Smith Life Communities, el ElderSAFE trabaja en estrecha colaboración con aliados comunitarios para desarrollar una respuesta efectiva y firme contra el maltrato de adultos mayores en toda nuestra región.

- **Línea de asistencia telefónica en un idioma comprensible:** ElderSAFE recibe remisiones para refugio temporal y solicitudes de recursos comunitarios.
- **Refugio temporal:** ElderSAFE ofrece refugio temporal seguro, así como servicios médicos, terapéuticos y de asesoría en nuestras residencias de atención a largo plazo y

de vida independiente para aquellos adultos mayores elegibles que hayan sido víctimas de maltrato, abandono o explotación financiera.

- **Educación:** ElderSAFE brinda capacitación gratuita a profesionales multidisciplinarios entre los que están médicos, trabajadores sociales, abogados, personal de emergencia, líderes religiosos e integrantes de la comunidad para que reconozcan y respondan de forma adecuada ante maltrato, abandono y explotación financiera.
- **Defensa:** el Centro ElderSAFE promueve la mejoría de los sistemas y leyes que protegen a los adultos mayores de maltrato, abandono y explotación financiera.

Para hacer una remisión o solicitud de capacitación gratuita, llame a la línea de asistencia telefónica en un idioma comprensible: 301-816-5099 (de lunes a viernes, de 9 a. m. a 5 p. m.)

Para obtener más información acerca del Centro ElderSAFE, visite:

[www.smithlifecommunities.org/care-services/eldersafe-care](http://www.smithlifecommunities.org/care-services/eldersafe-care)

## SERVICIOS DE EMERGENCIA

<b>Departamento de Policía del condado de Montgomery</b>	<a href="http://www.montgomerycountymd.gov/pol">www.montgomerycountymd.gov/pol</a> Si no es una emergencia: 301-279-8000   911
<b>Departamento de Bomberos y Servicios de rescate del condado de Montgomery</b>	<a href="http://www.montgomerycountymd.gov/mcfrs">www.montgomerycountymd.gov/mcfrs</a>   911
<b>Centro de atención de crisis 24 horas del condado de Montgomery</b>	Evaluaciones gratuitas de emergencia para personas que estén en medio de una crisis. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=BHCS/BHCS24hrcrisiscenter-p204.html">www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=BHCS/BHCS24hrcrisiscenter-p204.html</a>   240-777-4000
<b>2-1-1 MARYLAND</b>	Línea directa y gratuita en un idioma comprensible disponible las 24 horas para los residentes de Maryland. Brinda remisiones a recursos como vivienda, salud mental, programas de nutrición y más.   211
<b>Centro de Control de Intoxicaciones del Capitolio Nacional</b>	Línea directa y gratuita disponible las 24 horas para responder preguntas con respecto a la identificación y consumo de medicamentos, comunicarse con la sección de sustancias tóxicas y otras inquietudes. <a href="http://www.poison.org">www.poison.org</a>   1-800-222-1222
<b>Centro Nacional contra Fraudes en Desastres</b>	Una línea directa nacional enfocada en prevención, investigación y procesamiento de conductas criminales relacionadas con desastres naturales y causados por el hombre, así como otras emergencias, tales como la generada por el coronavirus (COVID-19). <a href="http://www.justice.gov/disaster-fraud">www.justice.gov/disaster-fraud</a>   1-866-720-5721

## RECURSOS DE PREVENCIÓN DE SUICIDIOS Y LESIONES AUTOINFLIGIDAS

<b>Línea nacional directa de prevención del suicidio</b>	Ayuda confidencial y gratuita disponible las 24 horas para personas que sufran angustia, y sus seres queridos, que necesiten recursos. <a href="http://www.suicidepreventionlifeline.org">www.suicidepreventionlifeline.org</a>   1-800-273-TALK (1-800-273-8255)
<b>Línea de amistad</b>	Línea gratuita para crisis disponible las 24 horas específicamente para adultos mayores y adultos con discapacidades. También ofrece ayuda emocional en casos que no son una emergencia. <a href="http://www.agesmart.org/friendship-line">www.agesmart.org/friendship-line</a>   1-800-971-0016

# Comprender el maltrato de adultos mayores

## ¿QUÉ ES EL MALTRATO DE ADULTOS MAYORES?

El maltrato de adultos mayores se refiere a vejaciones cometidos contra adultos mayores, lo cual se puede producir en cualquier ambiente, incluidos el hogar, la comunidad o en un centro. Se puede lastimar a adultos mayores y a personas con discapacidades, usualmente denominados "adultos vulnerables", de las siguientes maneras:

- **Maltrato físico:** uso de fuerza física (como el golpear o empujar), lo que puede generar dolor, daños o lesiones físicas, así como el uso inadecuado de medicamentos o sujetadores físicos.
- **Abuso sexual:** cualquier tipo de acto sexual sin consentimiento.
- **Maltrato psicológico:** acto perjudicial que afecta la salud emocional o mental, lo que incluye intimidación, amenazas, humillación, menosprecio o aislamiento.
- **Explotación financiera:** explotación o uso indebido de dinero, propiedades o recursos de un adulto mayor.
- **Abandono:** privación deliberada de la satisfacción de las necesidades básicas, incluidas alimentación, ropa, refugio, medicamentos o higiene personal.
- **Abandono de uno mismo:** incapacidad de satisfacer las necesidades físicas y psicológicas propias, lo que supone un riesgo para la salud y seguridad de la persona.

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CONVERSAR SOBRE EL MALTRATO DE ADULTOS MAYORES?

El maltrato de adultos mayores afecta a cinco millones de personas cada año en los Estados Unidos; sin embargo, este tema no se conversa abiertamente muy a menudo. Muchas de las personas que experimentan maltrato no lo denuncian y no comparten sus experiencias porque se sienten avergonzadas, temerosas o, simplemente, no saben qué hacer ni cómo buscar ayuda. La realidad es que uno de cada 10 adultos mayores sufre maltrato en su hogar, pero solamente se denuncia uno de cada 24 casos.

La explotación financiera es todavía más común, pero se notifica con menos frecuencia; solamente se denuncia uno de cada 44 casos. Los estafadores tratan, con una mayor frecuencia, de explotar a adultos mayores para conseguir acceso a sus finanzas. Esto se puede producir

cuando pretenden que son un amigo "atento", cuidador, pareja romántica o al hacerse pasar por un funcionario del gobierno o de una organización de caridad. En casos de emergencias nacionales, como la pandemia de COVID-19, las estafas se producen porque los timadores se benefician económicamente de los miedos de las personas y las comunidades. En vista de esta situación, es muy probable que existan adultos mayores que vivan en nuestras comunidades que estén sufriendo maltratos y que puedan necesitar ayuda.

## ¿DE QUÉ MODO SE PRODUCE EL MALTRATO DE ADULTOS MAYORES?

El maltrato de adultos mayores usualmente ocurre dentro de una relación en la que se espera que haya confianza. Con frecuencia, las personas que cometen este maltrato son aquellas más cercanas al adulto mayor, tales como un cónyuge o pareja, familiar, amigo, cuidador o persona extraña que establece una relación de confianza.

## ¿CÓMO LOS ADULTOS MAYORES SE VEN AFECTADOS POR ESTE TIPO DE MALTRATO?

El maltrato de adultos mayores afecta su calidad de vida. Los adultos mayores que han experimentado maltrato, abandono o explotación financiera corren un riesgo de trescientos por ciento más alto de sufrir muerte prematura que aquellos que no sufren maltratos. Son tres veces más propensos a ser hospitalizados y cuatro veces más propensos a ingresar en un geriátrico. Esto se debe a los efectos devastadores que tiene el maltrato sobre la salud mental y física de las víctimas.

Las víctimas son más propensas a sufrir:

- Depresión.
- Perturbación del sueño.
- Ansiedad.
- Agudización de condiciones preexistentes.
- Aumento del deterioro mental.
- Aislamiento y soledad.
- Síndrome de Estrés Postraumático.
- Disminución de la autoestima.
- Desnutrición y deshidratación.

# Prevenir el maltrato de adultos mayores

Los adultos mayores que envejecen en sus hogares, especialmente aquellos que viven solos, puede tomar medidas preventivas para protegerse a sí mismos y a aquellos que quieren de daños al reconocer señales de maltrato y al permanecer conectados con recursos de sus comunidades. Todas las personas pueden jugar un papel en la prevención e intervención en casos de maltrato de adultos mayores.

## DISMINUCIÓN DEL AISLAMIENTO SOCIAL:

Relaciones saludables, atender intereses y participación comunitaria son importantes tanto para la salud mental como física. Nuevos estudios han demostrado que la soledad es peor para la salud que fumar o la obesidad.

Estar socialmente aislado puede provocar sentimientos de depresión, ansiedad, pérdida del apetito, alteración del sueño y otros problemas de salud mental física. El aislamiento social también puede aumentar significativamente la vulnerabilidad de una persona a sufrir de maltrato.

Estar conectado con la familia y amigos o con comunidades civiles, religiosas o culturales puede incrementar el sentido de pertenencia y disminuir el sentimiento de soledad. Los adultos mayores pueden participar a través del voluntariado en una villa de su área, centro comunitario o grupo religioso o cultural. Evalúe la posibilidad de contactar a aquellas personas en su comunidad que parezcan estar aisladas. Una simple llamada telefónica o una invitación social pueden marcar una gran diferencia.

## RECURSOS PARA LA SOLEDAD Y EL AISLAMIENTO

<b>Programa Friendly Visitor de EveryMind</b>	Consiste en el ofrecimiento de amistad y apoyo emocional para aquellas personas que están confinadas en sus hogares. EveryMind igualmente ofrece servicios de administración de dinero para personas con discapacidades o enfermedades mentales que no puedan encargarse de sus propias finanzas. <a href="http://www.Every-mind.org">www.Every-mind.org</a>   301-424-0656 ext. 511
<b>Programa de llamadas de supervisión para adultos mayores de Maryland</b>	Un servicio telefónico de supervisión seguro, gratuito y diario. <a href="http://www.aging.maryland.gov/Pages/senior-call-check.aspx">www.aging.maryland.gov/Pages/senior-call-check.aspx</a> 1-866-50-CHECK (1-866-502-0560)

## TRANSPORTE

<b>Programa de servicios de taxi Call-n-Ride</b>	Tasas de servicios de taxi con descuento para cualquier propósito en el condado de Montgomery y otras áreas seleccionadas por motivos médicos. También pueden ayudar con la entrega de comestibles. Elegibilidad: debe tener bajos ingresos, tener al menos 65 años o tener entre 18 y 64 años y tener alguna discapacidad. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/DOT-Transit/seniors.html#Call-n-Ride">www.montgomerycountymd.gov/DOT-Transit/seniors.html#Call-n-Ride</a> 301-948-5409
<b>Connect-A-Ride del Consejo Judío para la Vejez (Jewish Council for the Aging, JCA)</b>	Ayuda gratuita de especialistas certificados en información y movilización para adultos mayores y personas discapacitadas, incluye programaciones, beneficios y requisitos de elegibilidad. <a href="http://www.accessjca.org/connect-a-ride">www.accessjca.org/connect-a-ride</a>   301-738-3252
<b>VillageRides del Consejo Judío para la Vejez (Jewish Council for the Aging, JCA)</b>	Transporte gratuito para consultas médicas, mandados, actividades sociales para adultos mayores y personas adultas con discapacidades. <a href="http://www.accessjca.org/villagerides">www.accessjca.org/villagerides</a>   301-255-4212

## TRANSPORTE (continuación)

<b>Transporte con Acompañamiento Brenner de la Agencia Judía de Servicios Sociales (Jewish Social Service Agency, JSSA)</b>	Traslados gratuitos a consultas médicas www.jssa.org/get-help/seniors/transportation/brenner-transportation-program 301-816-2633
<b>Servicio de transporte MetroAccess</b>	Servicio de transporte para tránsito, compartido y a domicilio para personas cuyas discapacidades no les permiten utilizar el autobús o el metro. www.wmata.com/service/accessibility/metro-access   301-562-5360
<b>Transporte a centros para adultos mayores del condado de Montgomery</b>	Transporte gratuito a centros para adultos mayores del condado de Montgomery y determinados centros comunitarios. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery mayores de 55 años. 240-777-4925
<b>Organización Senior Connection</b>	Servicio de transporte gratuito con compañía a consultas médicas, reuniones sociales y otras actividades. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery mayores de 60 años. www.seniorconnectionmc.org   301-962-0820
<b>Directorio de la red de transporte</b>	Una lista completa de los servicios de transporte público, privado y de organizaciones sin fines de lucro en el área metropolitana de Washington, DC, dirigido expresamente para adultos mayores y personas con discapacidades. www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/ADS/Transportation/Directory.html 240-777-1246
<b>Autoridad de Tránsito del Área Metropolitana de Washington (WMATA)</b>	La Autoridad de Tránsito del Área Metropolitana de Washington (Washington Metropolitan Area Transit Authority, WMATA) ofrece tarifas bajas o servicios gratuitos a adultos mayores o personas adultas con discapacidades. www.wmata.com/fares/reduced.cfm   311

## RECURSOS PARA RECREACIÓN Y EJERCICIO

<b>Programa Senior Fit del sistema de salud Holy Cross Health</b>	Clases de ejercicio gratuitas dictadas por especialistas certificados en el área para adultos mayores de 55 años. Se ofrecen clases en toda el área metropolitana de Washington, DC. www.holycrosshealth.org/senior-fit-and-exercise   301-557-7895
<b>Programas para adultos mayores del Departamento de Recreación del condado de Montgomery</b>	Programas para personas mayores de 55 años para que se mantengan activos y saludables, incluye programas de viaje, servicios de salud y bienestar, así como clases de ejercicios. www.montgomerycountymd.gov/rec/activitiesandprograms/seniors 240-777-6840
<b>Clases de ejercicio especializadas y para la condición física dirigidas a adultos mayores del Suburban Hospital</b>	Programa de ejercicios para adultos mayores de 55 años diseñado para mejorar y mantener equilibrio, fuerza muscular, flexibilidad y fortaleza cardiovascular. Dichas clases se ofrecen el año entero en centros comunitarios y para adultos mayores. Viste el sitio web para consultar el costo del programa. www.hopkinsmedicine.org/suburban_hospital/community_health/programs_services/senior_programs_heartwell.html

## VOLUNTARIADO

<p><b>Centro de Voluntarios para Adultos Mayores del condado de Montgomery</b></p>	<p>Red de voluntarios mayores de 50 años que vincula a voluntarios capacitados que buscan oportunidades con agencias que necesiten de un tipo específico de ayuda. www.montgomerycountymd.gov/senior/volunteer.html   240-777-6840</p>
<p><b>Lifelong Learning Adventure del Sistema de Información y Servicios para Adultos Mayores (Older Adult Service and Information System, OASIS) del área metropolitana de Washington</b></p>	<p>Diversas oportunidades de voluntariado que incluyen programas de asesoría intergeneracional. www.washington-metro.oasisnet.org   301- 469-6800, presione 1, x211</p>

## RECURSOS GENERALES PARA ADULTOS MAYORES

<p><b>Asociación Estadounidense de Jubilados (AARP, American Association for Retired Persons)</b></p>	<p>Recurso nacional para adultos mayores y sus familias que ofrece información sobre fraude, cuidado, jubilación, voluntariado, etc. www.aarp.org   Línea telefónica directa para el fraude: 877-908-3360</p>
<p><b>Centro de recursos de atención médica a domicilio y línea de asistencia telefónica para adultos mayores del Consejo Judío para la Vejez (JCA)</b></p>	<p>Ayuda a conseguir servicios para adultos mayores en el área metropolitana de Washington DC, lo que incluye atención médica a domicilio, vivienda, capacitación para trabajos, transporte, etc. www.accessjca.org   240-290-3311 o 703-425-0999</p>
<p><b>Organización Maryland Community for Life</b></p>	<p>Programa para adultos mayores que envejecen en sus hogares que presta servicios esenciales, tales como mantenimiento del hogar y acceso a la comunidad. www.aging.maryland.gov/Pages/community-for-life.aspx</p>
<p><b>Unidad de Recursos para Envejecimiento y Discapacidad del condado de Montgomery</b></p>	<p>Asistencia para adultos mayores y personas con discapacidades que son víctimas de maltrato, abandono o explotación financiera. También hay recursos disponibles para cuidadores y adultos vulnerables. Personas que tengan alguna preocupación pueden llamar de forma anónima si así lo prefieren. www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/ads/adsadsresourceunit-p179.html 240-777-3000</p>
<p><b>Sitio web diseñado para adultos mayores del condado de Montgomery</b></p>	<p>Conexiones e información acerca de los recursos para adultos mayores en el condado de Montgomery; incluye información sobre empleo, salud, recreación, seguridad, vivienda, ayuda para cuidadores, finanzas, transporte y voluntariado. www.montgomerycountymd.gov/senior</p>
<p><b>Programa de Asistencia Estatal para Seguros de Salud (State Health Insurance Assistance Program, SHIP)</b></p>	<p>Asesoría gratuita para el seguro Medicare y orientación en la afiliación. www.medicareabcd.org   301-255-4250</p>
<p><b>Organización Village Movement</b></p>	<p>Las villas son organizaciones locales dirigidas por voluntarios que ayudan a los integrantes de la comunidad a medida que envejecen en sus hogares. Cada villa es única, lo que refleja el carácter y las necesidades de la comunidad que la crea. Si bien cada villa es diferente, a menudo, ofrecen servicios a sus integrantes, entre los que están servicios de transporte, ayuda con los quehaceres del hogar y actividades sociales. Villas del condado de Montgomery: www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/ADS/Villages/villageslist.html   240-777-1231 Villas del área de Washington, DC: www.wavevillages.org</p>

## CUIDADO - SABER CUÁNDO PEDIR AYUDA

Un cuidador apoya a una persona que no puede atenderse por sí misma. La responsabilidad de dicho cuidador varía según las necesidades de la persona, las cuales pueden ir desde ayuda con los quehaceres pocas horas a la semana a atención médica constante. Los cuidadores pueden ser familiares, cónyuges, parejas, vecinos o profesionales contratados. Algunas personas pueden contar con una combinación de cuidadores pagados y no pagados para atender sus necesidades.

El cuidado es un gran compromiso y con frecuencia no se planifica. Las necesidades de cuidado pueden ser complejas y continuas. Los cuidadores pueden experimentar estrés y dificultades económicas debido al papel que cumplen. Es posible que no tengan suficiente conocimiento,

recursos ni tiempo para brindar el cuidado. Estos factores pueden poner en riesgo a los adultos mayores o vulnerables.

Quizás sea el momento de solicitar ayuda si el papel de la persona como cuidador le ha ocasionado:

- Falta considerable de sueño.
- Cambios en los patrones de alimentación y la salud.
- Estrés, preocupaciones, ansiedad y depresión.
- Problemas financieros/pérdida de ingresos.
- Conflictos en las relaciones.

Si usted o alguna persona que conozca que es cuidador necesitan ayuda, es importante que busquen ayuda.

## RECURSOS PARA CUIDADORES

<b>División del área de la capital nacional de la Asociación de Alzheimer</b>	Ayuda con los problemas de demencia y cuidado, incluidos programas gratuitos de educación, consultas sobre el cuidado y grupos de apoyo. <a href="http://www.alz.org/nca">www.alz.org/nca</a> Línea de asistencia telefónica disponible las 24 horas: 1-800-272-3900
<b>Organización The Arc® del Condado de Montgomery</b>	Atención de relevo gratuito a corto plazo. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery que son los cuidadores principales que no reciben pago y que conviven con el adulto mayor que atiende. <a href="http://www.thearcmontgomerycounty.org">www.thearcmontgomerycounty.org</a>   301-984-5777 ext. 1365
<b>Centro de Recursos para Cuidadores del sistema de salud Holy Cross Health</b>	Apoyo, educación, consejos de envejecimiento saludable para cuidadores. <a href="http://www.holycrosshealth.org/caregivers-resource-center">www.holycrosshealth.org/caregivers-resource-center</a>   301-754-7152
<b>Lifelong Learning Adventure del OASIS del área metropolitana de Washington</b>	Grupos gratuitos de apoyo para personas que padecen una pérdida precoz de la memoria y las parejas que los cuidan. <a href="http://www.washington-metro.oasisnet.org">www.washington-metro.oasisnet.org</a>   301- 469-6800, presione 1, x211
<b>Programa de ayuda para cuidadores del condado de Montgomery</b>	Boletín electrónico mensual y blog de apoyos y recursos de atención. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/senior/caregiver.html">www.montgomerycountymd.gov/senior/caregiver.html</a>
<b>Alianza Nacional para el Cuidado</b>	Conexión con recursos para el cuidado y enfermedades específicas, así como investigación y defensoría. <a href="http://www.caregiving.org/resources">www.caregiving.org/resources</a>
<b>Servicios de relevo del condado de Montgomery</b>	Cuidado de relevo a corto plazo. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery que sean los cuidadores principales de un adulto mayor delicado, un niño o adulto con discapacidad. Las tarifas son proporcionales al ingreso. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=ADS/ADSRespiteCare-p235.html">www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=ADS/ADSRespiteCare-p235.html</a>   301-816-9647
<b>Grupo de apoyo para cuidadores de personas con cáncer del Suburban Hospital</b>	Grupo de apoyo continuo, mensual y gratuito. Contacto: Barbara Doherty por el 301-896-6782 o a través de <a href="mailto:bdoert4@jhmi.edu">bdoert4@jhmi.edu</a>

# Abordar maltrato, abandono o explotación financiera

## RECONOCER EL MALTRATO:

De acuerdo con su papel personal o profesional posiblemente tenga contacto cercano con adultos mayores en su comunidad y tenga la capacidad de detectar situaciones de maltrato más rápidamente que otras personas. Cuando todas las personas saben identificar señales de alerta de maltrato y cómo denunciarlo, los adultos mayores pueden recibir servicios y conseguir un nivel de seguridad más pronto.

Conocer las señales de alerta de maltrato de adultos mayores es indispensable para lograr una intervención temprana. Tenga en cuenta si el adulto mayor o vulnerable:

- Le teme a su cuidador o a alguna persona involucrada en su vida.
- Está aislado o solo, no puede participar en sus actividades sociales regulares o no se le permite interactuar con personas en privado.
- Siente angustia emocional que expresa con llanto, agitación, depresión o ansiedad.
- Presenta una higiene deficiente, perceptible en ropa sucia o por olor corporal desagradable.
- Presenta moretones, quemaduras, cortes o verdugones.
- Está muy inquieto por el dinero, no puede cubrir sus gastos cotidianos o está endeudado y no sabe con seguridad por qué.

## DIFICULTADES PARA CONSEGUIR AYUDA Y DENUNCIAR EL MALTRATO:

El maltrato de adultos mayores es un problema que casi no se denuncia. Uno de los motivos es que los adultos mayores enfrentan dificultades para conseguir ayuda y denunciar el maltrato que experimentan.

- **Posiblemente el adulto mayor no sabe que este tipo de trato puede considerarse maltrato:** muchas personas aprenden acerca de las relaciones a partir de aquellas que experimentan en su familia y comunidades. Desafortunadamente, estas no siempre son modelos saludables o respetuosos. Por ende, puede que el adulto mayor no reconozca estos comportamientos como señales de maltrato.

- **Temor:** el adulto mayor puede temer que existan represalias de la persona que le inflige el maltrato u otros integrantes de la familia.
- **Vergüenza:** desafortunadamente, las víctimas de todas las edades experimentan vergüenza y se sienten estigmatizadas. Esta vergüenza puede ser más significativa en los adultos mayores cuyos hijos adultos o nietos los lastiman.
- **Dependencia:** el adulto mayor puede depender de la persona que lo lastima. Esta última persona puede ser su cuidador principal, así que temen que si denuncian el maltrato perderán la ayuda que reciben.
- **Preocupación por quien los maltrata:** el adulto mayor puede querer que el maltrato cese, pero sigue importándole mucho la persona que lo lastima. Quizás se preocupe porque la persona reciba castigos o que la alejen si la denuncia.
- **Discapacidad cognitiva:** si el adulto mayor tiene una discapacidad cognitiva, es muy probable que no pueda expresar lo que le está ocurriendo. Además, las denuncias de aquellas personas con discapacidades de este tipo pueden ser ignoradas o desestimadas.

## ¿CÓMO PUEDE AYUDAR A DISMINUIR ESTAS DIFICULTADES?

Si tiene motivos para creer que un adulto mayor o vulnerable es víctima de maltrato, abandono o explotación financiera, lo más importante que puede hacer es ser comprensivo y sensible. Tener esta conversación es complicado en ciertas ocasiones. No obstante, si sospecha que un adulto mayor o vulnerable es víctima de maltrato, debe llamar a los Servicios de Protección de Adultos (Adult Protective Services, APS) para comentarles sus inquietudes.

A continuación, se presentan algunos consejos y recomendaciones a tener en cuenta en dicha conversación:

- **Estar en un lugar seguro:** seguridad significa cosas distintas para las personas, pero encuentre un lugar en el que la persona se sienta cómoda. Evite conversar cuando los integrantes de la familia o los cuidadores estén presentes, ya que muy posiblemente el adulto mayor no se sienta cómodo como para notificar el maltrato ante la presencia de otras personas.

- **No emitir juicios:** desafortunadamente, muchas víctimas de maltrato se sienten avergonzadas e incómodas por sus experiencias. Nunca culpe a la persona por las decisiones que ha tomado. Es importante recordar que gran parte del maltrato lo comete un familiar cercano o ser querido. El adulto mayor aún puede amar y preocuparse por la persona que lo lastima. Trate de no emitir juicios o expresar sentimientos sobre la situación.
- **Créale:** cuando alguien comienza a contarle su experiencia, es indispensable que le haga saber que le cree. Muchas víctimas no hacen la denuncia porque temen que no les crean. Además, no desacredite las denuncias de las personas que tienen demencia u otras discapacidades.
- **Recuerde que no existe una manera "correcta" para responder al maltrato:** todas las personas reaccionan de forma diferente a las experiencias traumáticas. Algunas personas lloran, otras están molestas o frustradas. Algunas desean compartir todos los detalles de su experiencia, mientras que otras se callan y retraen.
- **Dígales que el maltrato no es su culpa:** las personas que cometen el maltrato culpan a las víctimas o menosprecian sus experiencias. Es importante decirle a la persona que tiene el derecho de que la traten bien.
- **Recuerde su papel:** su trabajo no es investigar el caso. Si alguna persona comparte información con usted, debe notificarlo a la policía o a los Servicios de Protección de Adultos (APS).

## DENUNCIAS

Debe llamar a los Servicios de Protección de Adultos (APS) si tiene alguna preocupación de que un adulto mayor o vulnerable:

- Ya no puede satisfacer sus propias necesidades físicas o de salud.
- Está sufriendo maltrato, lesiones, abandono o explotación financiera.
- Corre riesgo porque la persona o su cuidador ameritan servicios adicionales.

Quizás haya situaciones en las que se sienta indeciso al momento de hacer una denuncia. Puede que esté preocupado por el bienestar de una persona, pero también puede dudar sobre si debe tomar medidas por temor a poner en riesgo su relación personal. Es importante que sepa que al denunciar no es necesario que diga su nombre, lo puede hacer anónimamente. Los Servicios de Protección de Adultos (APS) siempre mantendrán la confidencialidad de su identidad y nunca dirán quién hizo la denuncia.

## ¿QUÉ ES LO QUE HACEN LOS SERVICIOS DE PROTECCIÓN DE ADULTOS?

Al momento de hacer una remisión a los Servicios de Protección de Adultos (APS), se le preguntará cierta información sobre la persona por quien está preocupado, como información demográfica básica y el motivo de su preocupación. Los Servicios de Protección de Adultos (APS) evaluarán el caso y decidirán cuáles serán los siguientes pasos a seguir para ayudar al adulto mayor o vulnerable. Los Servicios de Protección de Adultos (APS) pueden organizar asesorías, servicios médicos o legales y colocaciones de emergencia.

### Servicios de Protección de Adultos (APS)

<b>El condado de Montgomery</b>	<a href="http://www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/ads/adsadultprotectsvcs-p176.html">www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/ads/adsadultprotectsvcs-p176.html</a> 240-777-3000
<b>Otros condados en Maryland</b>	<a href="http://www.dhs.maryland.gov/office-of-adult-services/adult-protective-services">www.dhs.maryland.gov/office-of-adult-services/adult-protective-services</a> 1-800-332-6347
<b>Washington, DC</b>	<a href="http://dhs.dc.gov/service/adult-protective-services-mandatory-reporters">dhs.dc.gov/service/adult-protective-services-mandatory-reporters</a> 202-541-3950
<b>Norte de Virginia</b>	<a href="http://www.fairfaxcounty.gov/familyservices/older-adults/adult-protective-services">www.fairfaxcounty.gov/familyservices/older-adults/adult-protective-services</a> 703-324-7450

## RECURSOS PARA SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA DOMÉSTICA Y AGRESIÓN SEXUAL

<p><b>Línea Nacional de Atención Directa de la violencia (National Domestic Violence Hotline, NDVH)</b></p>	<p>Línea nacional de atención directa confidencial para personas que experimenten violencia doméstica que ofrece recursos, información y apoyo emocional.  <a href="http://www.thehotline.org">www.thehotline.org</a>                  Línea telefónica de atención directa disponible las 24 horas: 1-800-799-7233</p>
<p><b>Coalición de Maryland contra Agresión Sexual (Maryland Coalition Against Sexual Assault, MCASA)</b></p>	<p>Coalición estatal contra agresión sexual que puede brindar conexiones hacia recursos locales y apoyo.  <a href="http://www.mcasa.org">www.mcasa.org</a>   800-983-7273</p>
<p><b>Red de Maryland contra Violencia Doméstica (Maryland Network Against Domestic Violence, MNADV)</b></p>	<p>Coalición estatal contra violencia doméstica que puede brindar conexiones hacia recursos locales y apoyo.  <a href="http://www.mnadv.org">www.mnadv.org</a>                  De lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. 1-800-MD-HELPS (1-800-694-9511)</p>
<p><b>Centro de Justicia para la Familia del condado de Montgomery</b></p>	<p>Servicios gratuitos para víctimas de violencia doméstica, lo que incluye evaluación inicial de necesidades, ayuda para conseguir una orden de protección, servicios legales, servicios de emergencia, asesoría y servicios de investigación.  <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/fjc">www.montgomerycountymd.gov/fjc</a>   240-773-0444</p>
<p><b>Programa para Personas Maltratadas del condado de Montgomery</b></p>	<p>Servicios sin cita para sobrevivientes de violencia doméstica, incluidos los servicios de ayuda a la víctima y asesoría. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery. Los servicios de asistencia a la víctima son gratuitos. Las tarifas de asesoría son proporcionales al ingreso.  <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/bhcs/bhcsabusedperson-p207.html">www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/bhcs/bhcsabusedperson-p207.html</a>                  240-777-4195</p>
<p><b>Programa de Agresión Social y Asistencia a la Víctima del condado de Montgomery</b></p>	<p>Ayuda para víctimas de agresión sexual y otros crímenes; incluye remisiones, defensoría, asesoría y servicios de compensación. Ofrece grupos de apoyo, incluido un grupo para padres cuyos hijos adultos los maltratan. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery.  <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/bhcs/vasap/vasapindex.html">www.montgomerycountymd.gov/hhs-program/bhcs/vasap/vasapindex.html</a>                  Línea telefónica directa de atención de crisis, disponible las 24 horas: 240-777-4357</p>
<p><b>AYUDA</b></p>	<p>Servicios legales, sociales y de idioma para inmigrantes que experimentan violencia doméstica.  <a href="http://www.ayuda.com">www.ayuda.com</a>   240-594-0600</p>
<p><b>Coalición Judía contra Maltrato Doméstico (Jewish Coalition Against Domestic Abuse, JCADA)</b></p>	<p>Servicios gratuitos para víctimas de trauma y violencia ejercida mediante el ejercicio del poder y control, los cuales incluyen asesoría, servicios legales y representación de las víctimas.  <a href="http://www.jcada.org">www.jcada.org</a>   Línea de asistencia telefónica confidencial gratuita de lunes a viernes:                  1-877-88-JCADA (1-877-885-2232)</p>

# Recursos para satisfacer necesidades básicas

## RECURSOS DE VIVIENDA

<b>Comisión para Oportunidades de Vivienda (Housing Opportunites Commission, HOC) del condado de Montgomery</b>	Viviendas económicas y servicios de apoyo para familias con ingresos moderados o bajos y personas del condado de Montgomery. <a href="http://www.hocmc.org">www.hocmc.org</a>   240-627-9400
<b>Organización sin fines de lucro Housing Unlimited</b>	Viviendas independientes y económicas para adultos que están en recuperación de salud mental. <a href="http://www.housingunlimited.org">www.housingunlimited.org</a>   301-592-9314
<b>Agencia Interfaith Works</b>	Una coalición interreligiosa que atiende a personas en el condado de Montgomery sin vivienda o con bajos ingresos. Entre los programas se encuentra un centro de vestimenta, asistencia de emergencia, servicios de vivienda y servicios vocacionales. <a href="http://www.iworksmc.org">www.iworksmc.org</a>   301-762-8682
<b>Organización Jewish Foundation for Group Homes</b>	Programas sociales y de vivienda para adultos con discapacidades de aprendizaje, desarrollo y de tipo intelectual. <a href="http://www.jfgh.org/social-programs">www.jfgh.org/social-programs</a>   240-283-6000

## NUTRICIÓN Y RECURSOS DE ALIMENTOS

<b>Organización de servicios sociales sin fines de lucro Food and Friends</b>	Comidas, comestibles y asesoría en nutrición para personas con enfermedades complicadas. La elegibilidad se determina enteramente a partir de las condiciones de salud, no existen requisitos de ingreso o cobertura de seguro. <a href="http://www.foodandfriends.org">www.foodandfriends.org</a>   202-269-2277
<b>Centro de Comida Manna</b>	Despensas móviles, alimentos provenientes de granjas directamente al banco de alimentos, educación nutricional y más elementos para personas que experimentan inseguridad alimentaria. <a href="http://www.mannafood.org">www.mannafood.org</a>   301-424-1130
<b>Línea telefónica de atención directa de nutrición para adultos mayores del condado de Montgomery</b>	Información proveniente de un dietista licenciado sobre nutrición, salud, alimentos y preocupaciones sobre la dieta. Línea telefónica de atención directa disponible los miércoles de 9 a 11 a. m. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=ADS/ADSSeniorNutr-p190.html">www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=ADS/ADSSeniorNutr-p190.html</a>   240-777-1100
<b>Programa de Nutrición para Adultos Mayores del condado de Montgomery</b>	Almuerzos calientes en ocho centros para adultos mayores en todo el condado. Se solicitan donaciones, pero no se exigen. También se emiten remisiones para servicios de entrega a domicilio. <a href="http://www.montgomerycountymd.gov/rec/activitiesandprograms/seniors/nutrition.html">www.montgomerycountymd.gov/rec/activitiesandprograms/seniors/nutrition.html</a> 240-777-3810
<b>Organización sin fines de lucro Nourish Now</b>	Banco de alimentos abierto al público. Se exigen citas. <a href="http://www.nourishnow.org">www.nourishnow.org</a>   301-330-0222

# Recursos para salud y bienestar mental

## RECURSOS GENERALES DE SALUD MENTAL

<b>Asesoría en Adventist Health Care</b>	<p>Tratamiento de salud mental que incluye terapia individual y familiar, educación y administración de medicamentos. Comuníquese con su seguro médico para conocer la cobertura individual.</p> <p><a href="http://www.adventisthealthcare.com/services/mental-health/counseling-therapy">www.adventisthealthcare.com/services/mental-health/counseling-therapy</a> 1-800-204-8600</p>
<b>Organización sin fines de lucro Affiliated Santé Group</b>	<p>Servicios gratuitos en inglés y español que incluyen terapia a domicilio, terapia familiar, grupos de apoyo y apoyo de salud mental para cuidadores. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery a partir de los 60 años y que estén confinadas en sus hogares.</p> <p><a href="http://www.thesantegroup.org">www.thesantegroup.org</a>   301-572-6585 ext. 2190</p>
<b>Organización sin fines de lucro Aspire Counseling</b>	<p>Terapia en oficinas y comunidades, así como grupos de apoyo para adultos mayores. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery. Se acepta Medicare. Comuníquese con su seguro médico para conocer su cobertura individual.</p> <p><a href="http://www.we-aspire.org">www.we-aspire.org</a>   301-978-9750</p>
<b>Organización sin fines de lucro EveryMind</b>	<p>Asesoría individual y familiar ofrecida en un entorno comunitario. Elegibilidad: Los clientes deben tener bajos ingresos, no contar con seguro y ser inmigrantes de habla hispana o francesa que viven en el condado de Montgomery. Los servicios también están disponibles para personas con Medicaid.</p> <p><a href="http://www.every-mind.org">www.every-mind.org</a>   301-424-0656</p>
<b>Agencia Judía de Servicios Sociales (JSSA)</b>	<p>Servicios de asesoría en oficinas y a domicilio diseñados para ayudar a adultos mayores a seguir siendo independientes. También se cuenta con gerentes de atención geriátrica para ayudar a adultos mayores y a sus familias con una amplia gama de servicios, entre los que se encuentran gestión de consultas médicas, coordinación de reparaciones domésticas, supervisión de servicios de cuidado del hogar y preocupaciones de seguridad.</p> <p><a href="http://www.jssa.org/get-help/seniors">www.jssa.org/get-help/seniors</a>   301-816-2633</p>
<b>Programa de Pacientes Ambulatorios Mayores del Centro Médico MedStar de Montgomery</b>	<p>Grupo terapéutico y educativo para adultos mayores de 65 años con trastornos del estado de ánimo, de ansiedad y del pensamiento. Comuníquese con su seguro médico para conocer su cobertura individual.</p> <p><a href="http://www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health/treatments">www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health/treatments</a> Línea telefónica de atención de crisis disponible las 24 horas: 301-774-8888 Centro de evaluación: 301-774-8800</p>
<b>Servicios de Comportamiento para Adultos del condado de Montgomery</b>	<p>Programa de salud mental para pacientes ambulatorios que involucra terapia individual y grupal, así como gestión de casos. No se aceptan seguros privados. Se acepta Maryland Medical Assistance, Programa de Atención Primaria a Adultos Mayores (Primary Adult Care Program, PAC) y Medicare. No se rechazarán clientes por no poder cubrir los gastos.</p> <p><a href="http://www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=BHCS/BHCSAdultmentalhealth-p321.html">www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Program.aspx?id=BHCS/BHCSAdultmentalhealth-p321.html</a>   240-777-1770</p>
<b>Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (National Alliance on Mental Illness, NAMI)</b>	<p>Programas de educación y apoyo entre iguales para aquellas personas afectadas por enfermedades mentales graves.</p> <p><a href="http://www.namimd.org">www.namimd.org</a>   1-877-878-2371</p>

## RECURSOS DE SALUD MENTAL (continuación)

<b>On Our Own del Condado de Montgomery, S. A.</b>	Servicios de apoyo entre iguales dirigido a personas que experimentan problemas de salud mental. Se cobra una tarifa anual. <a href="http://www.oomc.org">www.oomc.org</a>   240-683-5555
<b>Organización Pro Bono Counseling Project</b>	Terapia individual, de parejas y familiar para aquellas personas que experimentan estrés, ansiedad, tristeza, duelo, transición, problemas en las relaciones, etc. <a href="http://www.probonocounseling.org">www.probonocounseling.org</a>   410-825-1001

## ¿ESTÁ PREOCUPADO POR SU CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS?

¿Su consumo de sustancias le ha impedido cumplir con sus responsabilidades? ¿Su consumo de sustancias ha provocado problemas en sus relaciones? ¿Está consumiendo alcohol o drogas más frecuentemente para sentirse mejor?

## RECURSOS DE TRATAMIENTO PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS

<b>Alcohólicos Anónimos</b>	Apoyo gratuito y anónimo entre iguales para abordar el consumo de alcohol. <a href="http://www.marylandaa.org">www.marylandaa.org</a>
<b>Organización Adventista de Servicios de Atención Médica</b>	Asesoría para abordar el uso de sustancias y ayuda para encontrar métodos alternativos para afrontarlo. Comuníquese con su seguro médico para conocer su cobertura individual. <a href="http://www.adventisthealthcare.com/services/mental-health/substance-abuse-treatment">www.adventisthealthcare.com/services/mental-health/substance-abuse-treatment</a> 1-800-204-8600
<b>Clínica médica MedStar de Montgomery</b>	Servicios de tratamiento para adicciones ambulatorios y de hospitalización. Comuníquese con su seguro médico para conocer su cobertura individual. <a href="http://www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health">www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health</a> Línea telefónica de atención de crisis disponible las 24 horas: 301-774-8888 Centro de evaluación: 301-774-8800
<b>Narcóticos Anónimos</b>	Apoyo gratuito y anónimo entre iguales para abordar el consumo de sustancias. <a href="http://www.cprna.org/our-areas/info/montgomery-area">www.cprna.org/our-areas/info/montgomery-area</a>

## ¿ESTÁ PREOCUPADO POR SUS APUESTAS?

¿Sus apuestas le están generando problemas financieros? ¿Les ha mentado a sus seres queridos sobre sus apuestas? ¿Las apuestas se han convertido en una forma de calmar los nervios, de sentirse mejor o de reducir la soledad?

## RECURSOS DE TRATAMIENTO PARA PROBLEMAS DE APUESTAS

<b>Apostadores Anónimos</b>	Apoyo gratuito y anónimo entre iguales para atender problemas relacionados con las apuestas <a href="http://www.gamblersanonymous.org/ga">www.gamblersanonymous.org/ga</a>   855-222-5542
<b>Corporación Maryland Council on Problem Gambling</b>	Línea telefónica de asistencia gratuita disponible las 24 horas que brinda apoyo y remisiones. <a href="http://www.mdproblemgambling.com/getting-help">www.mdproblemgambling.com/getting-help</a>   1-800-GAMBLER (1-800-426-2537)

## RECURSOS DE TRATAMIENTO PARA PROBLEMAS DE APUESTAS *(continuación)*

<b>Clínica médica MedStar de Montgomery</b>	Servicios de tratamiento para adicciones ambulatorios y de hospitalización. Comuníquese con su seguro médico para conocer su cobertura individual. <a href="http://www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health">www.medstarmontgomery.org/our-services/behavioral-health</a> Línea telefónica de atención de crisis disponible las 24 horas: 301-774-8888 Centro de evaluación: 301-774-8800
<b>Línea telefónica nacional de asistencia para el problema de apuestas</b>	Línea telefónica de asistencia gratuita disponible las 24 horas para aquellas personas que tengan preocupaciones por sus problemas de apuestas. <a href="http://www.ncpgambling.org/state/maryland">www.ncpgambling.org/state/maryland</a>   1-800-522-4700

## ¿ESTÁ TENIENDO PROBLEMAS POR LA ACUMULACIÓN?

¿Le resulta muy difícil deshacerse de cosas? ¿Le cuesta mantener su casa limpia o segura debido al abarrotamiento de cosas? ¿Ha experimentado problemas sociales o en sus relaciones debido a la acumulación de artículos?

## RECURSOS DE TRATAMIENTO PARA SITUACIONES DE ACUMULACIÓN

<b>Children of Hoarders, S. A.</b>	Organización sin fines de lucro dirigida por hijos de acumuladores para hijos de acumuladores enfocada en concientizar y compartir recursos. <a href="http://www.childrenofhoarders.com">www.childrenofhoarders.com</a>
<b>Acumuladores Anónimos</b>	Apoyo gratuito entre iguales dirigido a personas que luchan con situaciones de acumulación. <a href="http://www.clutterersanonymous.org">www.clutterersanonymous.org</a>   866-402-6685
<b>Grupo de Trabajo para la Acumulación de Gaithersburg</b>	Ayuda y apoyo para personas y sus familias en el manejo de su situación de acumulación y para que estén seguros en casa. <a href="http://www.gaithersburgmd.gov/services/community-services/hoarding-task-force">www.gaithersburgmd.gov/services/community-services/hoarding-task-force</a> 301-258-6395
<b>Lista de recursos para situaciones de acumulación</b>	<a href="http://www.gaithersburgmd.gov/Home/ShowDocument?id=3022">www.gaithersburgmd.gov/Home/ShowDocument?id=3022</a>

## HOSPICIO Y SERVICIOS DE DUELO

<b>Organización sin fines de lucro CaringMatters</b>	Servicios de hospicio no médicos y comunitarios que abarcan relevo, compañía, apoyo emocional, mandados, grupos de apoyo para el duelo y preparación de comidas. Elegibilidad: residentes del condado de Montgomery. <a href="http://www.caringmatters.org">www.caringmatters.org</a>   301-990-0854
<b>Agencia Judía de Servicios Sociales (JSSA)</b>	Servicios de hospicio médicos y comunitarios que incluyen coordinación de atención médica, tratamiento del dolor, asesoría nutricional y apoyo emocional. Se ofrece apoyo para el duelo después de la pérdida de un ser querido. <a href="http://www.jssa.org/get-help/hospice">www.jssa.org/get-help/hospice</a>   301-816-2676
<b>Hospicio de Montgomery</b>	Servicios de hospicio comunitarios y médicos proporcionados en instalaciones. Servicios gratuitos para el duelo dirigidos a residentes del condado de Montgomery, estos incluyen grupos de apoyo y talleres. <a href="http://www.montgomeryhospice.org">www.montgomeryhospice.org</a>   301-921-4400

# Recursos para grupos específicos

## RECURSOS PARA LA COMUNIDAD AFROAMERICANA Y CARIBEÑA

<b>Iniciativa de salud para afroamericanos</b>	Iniciativa para eliminar disparidades en lo que respecta a la salud y mejorar la calidad de vida de afroamericanos o personas con ascendencia africana, haciendo particular énfasis en la salud cardíaca, diabetes, cáncer, enfermedades de transmisión sexual (ETS) o virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y salud mental y bucal. www.aahpmontgomerycounty.org   240-777-1833
<b>Organización sin fines de lucro African and Caribbean Immigration and Social Services (ACISS), S.A.</b>	Servicios migratorios integrales, así como servicios sociales relacionados, dirigidos a inmigrantes desatendidos. www.acissinc.org   240-893-1160
<b>Centro de la Comunidad Etíope en Maryland</b>	Servicios comunitarios para la comunidad etíope, los cuales abarcan empleo, salud y educación. www.ethioccmd.org   240-839-7805

## RECURSOS PARA LA COMUNIDAD ASIATICOAMERICANA

<b>Iniciativa de Salud para asiaticoamericanos</b>	Una iniciativa para mejorar la salud y bienestar de personas asiaticoamericanas, que abarca educación en salud, interpretación para pacientes y recursos de conexión. www.aahiinfo.org   240-777-4517
<b>Proyecto de Recursos contra Violencia Doméstica (Domestic Violence Resource Project, DVRP) para asiáticos e isleños del Pacífico</b>	Servicios gratuitos y confidenciales en más de 20 idiomas asiáticos y de las islas del pacífico para sobrevivientes de violencia doméstica o sexual. www.dvrp.org   Línea telefónica de asistencia: 202-833-2233
<b>Organización ASHA for Women</b>	Empoderamiento y apoyo para mujeres del sur de Asia que experimentan violencia doméstica y maltrato de adultos mayores. www.ashaforwomen.org   Línea telefónica de asistencia para cuidadores: 1-833-999-9080
<b>Asociación de vietnoamericanos</b>	Servicios directos, de educación y representación para la comunidad vietnamita. www.avaus.org   301-588-6862
<b>Asociación de Servicios para Adultos Mayores Chinoamericanos</b>	Servicios y actividades sociales para adultos mayores de la comunidad chinoamericana. www.cassaseniors.org   301-679-3308
<b>Centro de Atención Médica Diurno para Adultos del Centro de Servicios de la Cultura y Comunidad China (Chinese Culture and Community Service Center, CCACC)</b>	Centro de atención médica diurno para adultos que atiende a la comunidad chinoamericana. www.ccaccadulldaycare.org   301-820-7200
<b>Centro de Servicios de la Comunidad Coreana en el área metropolitana de Washington</b>	Servicios para sobrevivientes de violencia doméstica, lo que incluye gestión de casos, asesoría y asistencia legal. También ofrece una academia para adultos mayores que ofrece educación continua para adultos mayores. www.kcscgw.org   Línea telefónica directa de violencia disponible las 24 horas: 1-888-987-4561

## RECURSOS PARA LA COMUNIDAD ASIATICOAMERICANA (continuación)

<b>Sociedad Coreana de Maryland</b>	Servicios directos y programas para la comunidad coreana en Maryland. <a href="http://www.koreanmd.org">www.koreanmd.org</a>   410-772-5393
<b>Servicios para vietnoamericanos</b>	Programas y servicios para la comunidad vietnamita que abarcan programas de visitante amigable para adultos mayores aislados. <a href="http://www.vasusa.org">www.vasusa.org</a>   301-646-5852
<b>Club Vietnamita Artístico y de Alfabetización</b>	Actividades artísticas que trabajan para aceptar la cultura vietnowericana. <a href="http://www.vnlac.org">www.vnlac.org</a>   240-688-2024

## RECURSOS PARA LA COMUNIDAD LATINA

<b>CASA de Maryland</b>	Educación para adultos, servicios de salud, legales y de ciudadanía y educación financiera para la comunidad latina e inmigrante. <a href="http://www.wearecasa.org">www.wearecasa.org</a>
<b>Iniciativa de salud para latinos</b>	Una iniciativa para mejorar la calidad de vida de los latinos que incluye recursos, remisiones y orientadores en atención médica. <a href="http://www.lhiinfo.org/en">www.lhiinfo.org/en</a>   240-777-3221

## RECURSOS VINCULADOS CON RELIGIONES

<b>Sociedad americana musulmana para adultos mayores</b>	Diálogos educativos y comunitarios que promueven la salud y el bienestar de cuidadores y adultos mayores de la comunidad musulmana, incluye también el Programa Comidas Halal sobre Ruedas y el Programa de Embajadores de Extensión para la Salud y Cuidados de Largo Plazo, los cuales se dedican a brindar recursos y servicios esenciales a adultos mayores y cuidadores diversos, aislados y desatendidos. <a href="http://www.amssmd.org">www.amssmd.org</a>
<b>Centro de la Comunidad Musulmana</b>	Servicios de apoyo para la comunidad musulmana que cuenta con un programa para adultos mayores. Ofrece servicios de visitas, cuidados de relevo, asistencia con el transporte, despensa de comida, servicios de remisión y otros servicios. <a href="http://www.mccmd.org">www.mccmd.org</a>   301-384-3454
<b>Organización sin fines de lucro Peaceful Families Project</b>	Educación comunitaria y remisiones a recursos para abordar todas las formas de violencia en familias musulmanas. <a href="http://www.peacefulfamilies.org">www.peacefulfamilies.org</a>   540-324-8818
<b>Sociedad Interreligiosa contra Violencia Doméstica y Maltrato de Adultos Mayores Safe Havens</b>	Organización nacional interreligiosa que brinda recursos y capacitación a profesionales de comunidades religiosas que atienden a sobrevivientes de violencia doméstica y de maltrato de adultos mayores. <a href="http://www.interfaithpartners.org">www.interfaithpartners.org</a>   617-951-3980

## RECURSOS PARA VETERANOS Y SUS FAMILIAS

<b>Programa Heal de la organización Veteranos Americanos (American Veterans, AMVETS)</b>	Recursos gratuitos de salud física y mental, conexiones y apoyo. <a href="http://www.amvets.org/vet-heal">www.amvets.org/vet-heal</a>   Línea telefónica de asistencia gratuita: 1-833-VET-HEAL (1-833-838-4325)
<b>Organización sin fines de lucro/Red de voluntarios Give an Hour®</b>	Servicios gratuitos de asesoría en salud mental para todos los miembros en servicio activo, veteranos y sus seres queridos. <a href="http://www.giveanhour.org">www.giveanhour.org</a>
<b>Centro para Veteranos en Silver Spring</b>	Servicios gratuitos para veteranos que abarcan orientación con los beneficios, remisiones, asistencia con necesidades básicas y asesoría con el Síndrome de Estrés Postraumático (Post-traumatic Stress Disorder, PTSD), consumo de sustancias o problemas en las relaciones. <a href="http://www.vetcenter.va.gov">www.vetcenter.va.gov</a>   301-589-1073
<b>Steven A. Cohen Military Family Clinic de la organización Easterseals</b>	Atención gratuita de salud del comportamiento para veteranos, sus familias y cuidadores. <a href="http://www.easterseals.com/DCMDVA/our-programs/cvn-home.html">www.easterseals.com/DCMDVA/our-programs/cvn-home.html</a>   240-847-7500

## Índice de recursos

Servicios de Protección de Adultos .....	9
Cuidado .....	7
Aspectos culturales y específicos de una religión .....	15
Violencia doméstica y agresión sexual .....	10
Centro ElderSAFE .....	2
Servicios de emergencia .....	2
Apuestas .....	13
Recursos generales para adultos mayores y sus familias .....	6
Acumulación .....	14
Hospicio y servicios de duelo .....	14
Vivienda .....	11
Soledad y aislamiento .....	4
Salud mental .....	12
Nutrición y alimentos .....	11
Recreación y ejercicio .....	5
Tratamiento para el consumo de sustancias .....	13
Prevención de suicidios y lesiones autoinfligidas .....	2
Transporte .....	4
Veteranos y sus familias .....	17
Voluntariado .....	6

---

Gracias por utilizar la presente Guía de recursos comunitarios. Esperamos que les hayan sido útiles. Queremos asegurarnos de que esta información se mantenga actualizada. Envíe un correo electrónico a la dirección [eldersafeinfo@ceslc.org](mailto:eldersafeinfo@ceslc.org) si tiene cualquier actualización o cambio en los recursos mencionados previamente.

Se necesita de una comunidad para cuidar a los adultos mayores de maltrato, abandono y explotación financiera, además cada persona debe cumplir un papel esencial. Lo más importante que hay que recordar es que si usted está preocupado por el bienestar de un adulto mayor o vulnerable debe decirlo tan pronto como sea posible y ponerlos en contacto con los recursos adecuados para que puedan seguir a salvo, saludables y envejeciendo felices en sus hogares.



**Charles E. Smith**  
LIFE COMMUNITIES

6121 Montrose Road  
Rockville, MD 20852