

# Adultos Mayores Demandan Acción en Salud 2016 Toolkit

**ADA**  
*Adultos Mayores Demandan Acción*

**HelpAge International**

*red global*

Age Demands Action is a HelpAge global network campaign

## Introducción

Adultos Mayores Demandan Acción (ADA) es una campaña de movilización e incidencia de organizaciones de base que busca desafiar la discriminación hacia la vejez y promover cambios a favor de los derechos de las personas mayores. En más de 60 países, miles de personas mayores han sido y son el corazón de ADA, como protagonistas del cambio hacia mejores condiciones de vida para el total de población adulta mayor en sus países. Uno de los momentos clave de la campaña ADA en Salud es el 7 de abril, Día Mundial de la Salud. En los últimos tres años hemos visto a miles de personas mayores movilizarse y con su participación este año vamos a impulsar nuevas e intensas acciones en todas las regiones el mundo!

El 7 de abril ofrece a todos los activistas la oportunidad de trabajar juntos a nivel global y regional en temas muy importantes, como el acceso a la salud en el nivel de atención primaria, así como atención preferencial y atención para las enfermedades crónicas y no trasmisibles. Adicionalmente, este año debido a la epidemia para la difusión de la prevención y tratamiento del Zika y Chikungunya.

El presente toolkit proporcionará mensajes clave para crear conciencia sobre el acceso a la salud de las personas mayores, con especial atención al tema del Día Mundial de la Salud de este año: la diabetes.

Tengamos en cuenta que si bien la diabetes puede ser un tema clave para ciertos países; es posible que en otros no. En ese sentido, el tema central de la campaña en cada país dependerá de la situación específica relacionada con la salud de las personas mayores que más les preocupe.



Este Día Mundial de la Salud constituye una oportunidad ideal para incidir en los políticos y responsables de políticas públicas en salud para que asuman medidas y acciones urgentes sobre el tema de la diabetes.

Asimismo, es importante destacar la necesidad de monitorear el progreso de los acuerdos internacionales en salud. En 2018, todos los gobiernos del mundo deberán rendir cuentas ante la ONU sobre los avances en la lucha contra las ENT.

- Puede monitorear el progreso de su país [aquí](#)

A continuación sugerimos algunos mensajes clave para la campaña, así como algunas ideas para presionar a los tomadores de decisión y la participación del público. ¡Les deseamos la mejor de las suertes en sus actividades!

## **Mensajes clave de la campaña Adultos mayores Demandan Acción en Salud 2016**

### **Los adultos mayores demandamos:**

- Una vejez sana y saludable. Acceso universal a la atención primaria en salud
- Prevención y control de la diabetes para todos en todas las edades
- Atención Integral en salud para las personas durante todo el ciclo de vida
- Atención preferencial. El tiempo no espera
- Visibilidad en las estadísticas en salud. Desagregación de datos más allá de 60 años
- Cumplimiento de los compromisos globales sobre ENT con acciones locales

# ¿Cómo podemos incidir y alcanzar mayor impacto como activistas?

## Comparte nuestra hoja informativa

Un folleto informativo desarrollado por el equipo de políticas de salud de HelpAge International estará disponible antes de la campaña ADA Salud. Este material incluirá hechos y estadísticas clave sobre la diabetes y su impacto en las personas mayores. El material puede servir de soporte para los mensajes que se difundan en las reuniones que se lleven a cabo con los Ministros de Salud y otros tomadores de decisión. Se puede proporcionar una copia impresa a las autoridades y preguntar si tomaron en cuenta el riesgo y el impacto de la diabetes en las personas mayores.

## Reunión con autoridades de salud

Como parte de nuestro activismo, es importante solicitar con anticipación y mediante una carta, una cita oficial con tomadores de decisión y autoridades de salud para asegurar que se reconozca la importancia del acceso de las personas mayores a los servicios de salud. Debemos considerar la realidad local para definir el tema central de la campaña, de modo que los actores clave puedan adoptar medidas específicas en el campo de salud a favor de las personas mayores.

## Utilice los recursos

La OMS ha creado perfiles sobre las Enfermedades No Transmisibles (ENT) para cada país, a los que se puede acceder haciendo clic [aquí](#).

Sugerimos dar un vistazo al perfil de su país para disponer de información estadística sobre la diabetes y otras enfermedades no transmisibles.

Los perfiles muestran si un país implementa o no un sistema nacional para responder a las enfermedades no transmisibles, dicha información puede ser utilizada como instrumento de incidencia para la campaña.

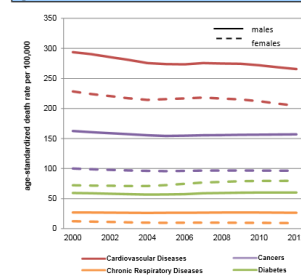
Si usted tiene problemas para acceder al perfil de su país, tienen acceso limitado a internet o necesita más información, por favor escriba a [beth.howgate@helpage.org](mailto:beth.howgate@helpage.org) o [jemma.stovell@helpage.org](mailto:jemma.stovell@helpage.org)

La OMS también ha desarrollado informes de los países de "WHO STEPS", que provee información sobre el número de personas con diabetes tipo 2 (haga clic [aquí](#)). Tenga en cuenta que estos datos sólo desagregan información hasta los 64 años.

### Jamaica

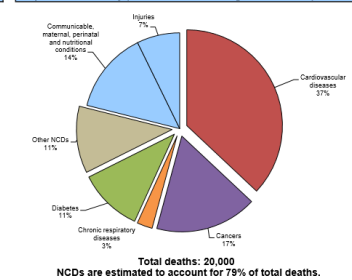
Total population: 2 769 000  
Income Group: Upper middle

#### Age-standardized death rates\*



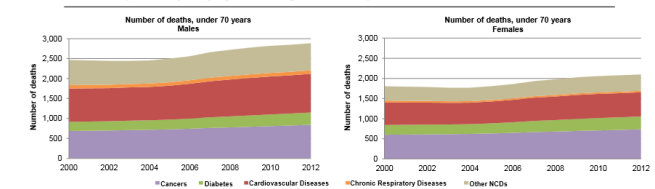
Percentage of population living in urban areas: 52.0%  
Population proportion between ages 30 and 70 years: 40.8%

#### Proportional mortality (% of total deaths, all ages, both sexes)\*



#### Premature mortality due to NCDs\*

The probability of dying between ages 30 and 70 years from the 4 main NCDs is 17%.



## **Convoque a otros**

Una de las cosas más importantes que debe recordar es que la diabetes tipo 2 se puede prevenir con estilos de vida más saludables, realizando ejercicio regular y adoptando una dieta saludable. La actividad física regular y una dieta saludable bajan el nivel de azúcar y sal de nuestro sistema corporal, también pueden ayudar a controlar y reducir los síntomas causados por la diabetes tipo 2.

Cada uno de los activistas de la campaña podemos convertirnos en voceros para la prevención de la diabetes, informando al menos a cinco miembros de nuestras familias y comunidades sobre los riesgos de la diabetes y la manera de prevenirla.

## **Mensajes de los Objetivos de Desarrollo Sostenible**

Ahora que los ODM 2030 han sido adoptados por los Estados miembros, como activistas necesitamos que los gobiernos se comprometan a ponerlos en práctica. Hemos seleccionado el siguiente objetivo para apoyar nuestras acciones de incidencia y recordarles sus compromisos.

### **Meta 3: Asegurar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades**

*Objetivo 3.4 - Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles a través de la prevención y el tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar.*

## **Acciones públicas de sensibilización**

La sensibilización es parte fundamental de la campaña ADA, Adultos mayores Demandan Acción. Además de la reunión de la delegación de personas mayores con actores clave, sugerimos la organización de eventos o ferias de sensibilización pública. Con la idea de informar a más personas acerca de los problemas de salud que afectan a las personas mayores e inspirarlos a sumarse a nuestra campaña.

Sugerimos tomar en cuenta los siguientes aspectos al momento de planificar las actividades de sensibilización:

- Centrarse en organizaciones afines interesadas en participar en el tema, para asegurar una mayor concurrencia.
- Organizar un flash mob o una actividad lúdica y creativa para captar la atención de los medios de comunicación. Por ejemplo, en Kenia realizarán una clase de Zumba con 100 personas mayores activistas.
- Seguir los enlaces de la OMS y compartir los eventos de organizaciones afines a los temas de la salud y/o vejez.
- Contactarse con organizaciones públicas y de la sociedad civil que trabajan en el tema de las ENT, y específicamente de la diabetes.

- Si dispone de material impreso, establezca un punto de información móvil para distribuir folletería con información relativa a la diabetes y las personas mayores.
- Invitar a las autoridades del área para que apoyen nuestra causa y solicitar un pronunciamiento para la prensa.
- Piense en el tiempo. Una demostración de amistad con la intención de crear conciencia podría mejorar sus relaciones con funcionarios de gobierno **y darle más exposición e impacto a la campaña.**
- Lleve banderas, carteles o pancartas con mensajes simples que puedan ser leídos o captados rápidamente por el público y los medios de comunicación.
- Distribuya folletos que identifiquen a su organización y expliquen nuestra causa.
- Designe a uno de los líderes de ADA como portavoz ante los medios de comunicación por si solicitan entrevistas. Que el portavoz conozca la temática para que pueda expresarse con conocimiento de causa.
- Designe a una persona para tomar fotografías y registrar el evento y las actividades más importantes.
- Elabore una nota de prensa.

## Redes sociales y medios de comunicación

Además de la organización de reuniones con los actores clave y/o la organización de los eventos y actividades públicas, es conveniente utilizar las redes sociales y enviar notas de prensa a los medios de comunicación para ampliar el impacto de nuestra campaña de ADA Salud.

Enviaremos un plan medios de comunicación y redes sociales, y un comunicado de prensa días previos a la campaña. Si tiene alguna pregunta puede contactarse con Isabel Rivera [irivera@helpagela.org](mailto:irivera@helpagela.org) o Lisett Larico [llarico@helpagela.org](mailto:llarico@helpagela.org)

## Calendario de campaña

Actividad/Evento	Fecha
Envío y recepción de aplicaciones	12 de febrero
Aprobación de aplicaciones y remisión de fondos	19 al 29 de febrero
Envío de Toolkit para el uso de redes sociales	7 de marzo
Pack de medios enviado a regiones	7 de marzo
Hoja informativa sobre diabetes enviada a regiones	7 de marzo

Planifique sus actividades	¡Ahora!
Carta de solicitud de cita a autoridades y actores clave Otras notas y acciones para la organizaciones de los eventos	22 de febrero al 7 de marzo
Envío de nota de prensa a medios de comunicación a países	14 – 18 de marzo
Reunión con actores clave o antes	7 de abril, Día Mundial de la Salud
Realizar sus actividades de campaña	7 de abril, Día Mundial de la Salud
Formulario de reporte sobre ADA Salud enviado a las regiones desde Londres	25-29 de abril
Recepción de formularios de reporte	13 de mayo

## **Manual de capacitación de la campaña**

Si necesita más información sobre cómo realizar la campaña, puede consultar el manual <http://www.helpage.org/get-involved/campaigns/age-demands-action-campaign-resources/>. Este manual le proporcionará toda la información que necesita para ejecutar una campaña exitosa. Si usted tiene alguna pregunta o necesita ayuda sobre este manual, por favor escriba a [jemma.stovell@helpage.org](mailto:jemma.stovell@helpage.org)

# **¡Buena suerte!**

**Equipo de campañas HelpAge International**

## **Anexos**

### **Datos clave sobre la diabetes de la Organización Mundial de la Salud**

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), la diabetes es la causa directa de aproximadamente 1.5 millones de muertes en 2012, con más del 80% de los casos, que se generan en los países de medianos y bajos ingresos. La OMS también proyecta que para 2030 la diabetes será la séptima causa de mortalidad global.



Se estima que alrededor de 347 millones de personas en el mundo tienen diabetes. Las causas que provocan la diabetes responden a factores genéticos, y principalmente una mala alimentación ligada al sobrepeso/obesidad y la falta de actividad física.

La diabetes es una enfermedad crónica que se manifiesta de dos formas. La diabetes tipo 1 causada

por la producción insuficiente de insulina en el páncreas. La diabetes tipo 2, causada cuando el cuerpo no puede utilizar eficazmente la insulina que produce - esto se llama resistencia a la insulina.

La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre y proporciona la energía necesaria para vivir. Si la insulina no penetra en las células para ser transformada en energía, el azúcar se acumula en la sangre en niveles dañinos para la salud.

La diabetes tipo 2 representa cerca del 90% del total de casos de diabetes, y las personas que lo padecen suelen tener sobrepeso y llevar una vida sedentaria. Adicionalmente, por razones genéticas, las personas de los países del sur de Asia presentan mayor riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Es importante destacar que ambos tipos de diabetes son tratables y la diabetes tipo 2 se puede prevenir. El ejercicio físico y una dieta saludable pueden reducir el riesgo de contraer la diabetes tipo 2.

Para saber más sobre las acciones de la Organización Mundial de la Salud en el Día Mundial de la Salud de este año, visita su página web haciendo clic [aquí](#).