

# El Instituto Nacional de la Personas Adultas Mayores (INAPAM)

Naciones Unidas-CEPAL: Reunión de Expertos “La pandemia por COVID-19,  
protección social y cambio demográfico”

30 de noviembre de 2021

Mesa redonda sobre aprendizajes en el enfrentamiento de la pandemia por  
COVID-19 para proteger la salud y los derechos de las personas mayores

Ana Gamble Sánchez-Gavito

Directora de Gerontología

[a.gamble@inapam.gob.mx](mailto:a.gamble@inapam.gob.mx)



**BIENESTAR**

SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**

INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

- Según el Censo de Población y Vivienda del 2020 en México hay 15,142,976 de personas mayores de 60 años, 8,139,094 mujeres y 7,003,882 hombres.

- Representan el 12% del total de la población

- Con una esperanza de vida al nacer en promedio de 75.2 años

*78.1 para las mujeres y 72.3 para los hombres*

- El 73% son totalmente independientes y más del 80% pueden participar en actividades comunitarias y sociales.



**BIENESTAR**

SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**

INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

**En México se han confirmado al 29 de noviembre del 2021 un total de 3,884,566 casos por COVID-19, de los cuales 609,238 son personas mayores de 60 años**

Total de casos de COVID-19 en Personas Adultas Mayores Noviembre 2021		
Casos por Sexo	Número	Porcentaje
Mujeres	290,301	47.6498
Hombres	318,937	52.3501
Total	<b>609,238</b>	100
Elaboración Propia con datos de: Secretaría de Salud. Disponible en: <a href="https://coronavirus.gob.mx/">https://coronavirus.gob.mx/</a>		



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR

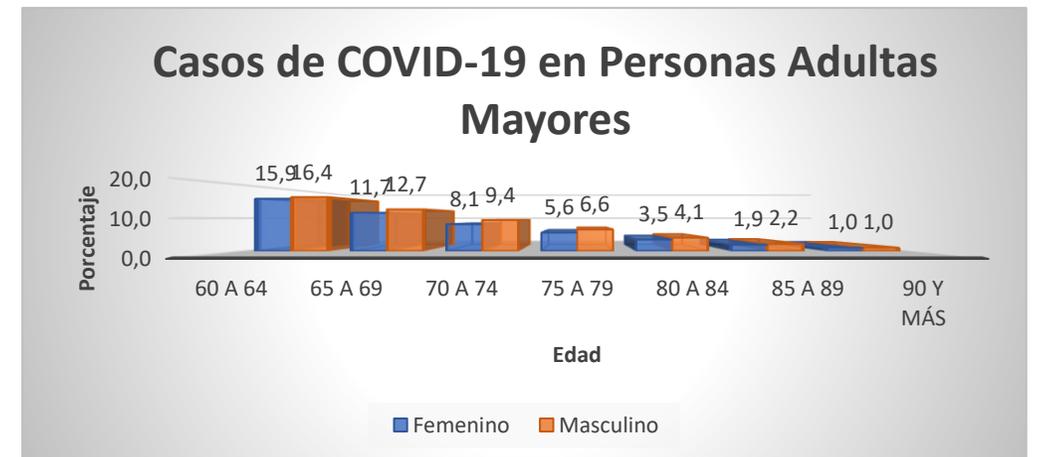


**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

En México se han confirmado al 29 de noviembre del 2021 un total de 3,884,566 casos por COVID-19, de los cuales 609,238 son personas mayores de 60 años

Casos de COVID-19 de Personas Adultas Mayores por quinquenio en México						
	Mujeres		Hombres			
	Casos	Porcentaje	Casos	Porcentaje		
60 a 64	96920	15.90839705	100011	16.41575214		
65 a 69	71045	11.66128836	77342	12.69487458		
70 a 74	49621	8.144764443	57499	9.437855157		
75 a 79	34064	5.591246771	39906	6.550149531		
80 a 84	21135	3.469087614	24679	4.050797882		
85 a 89	11615	1.906479898	13114	2.152524957		
90 y más	5901	0.968586989	6386	1.04819463		
<b>Total</b>	<b>290,301</b>	<b>47.64985113</b>	<b>318,937</b>	<b>52.35014887</b>	<b>609238</b>	<b>100</b>

Elaboración Propia con datos de: Secretaría de Salud. Disponible en: <https://coronavirus.gob.mx/>



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR

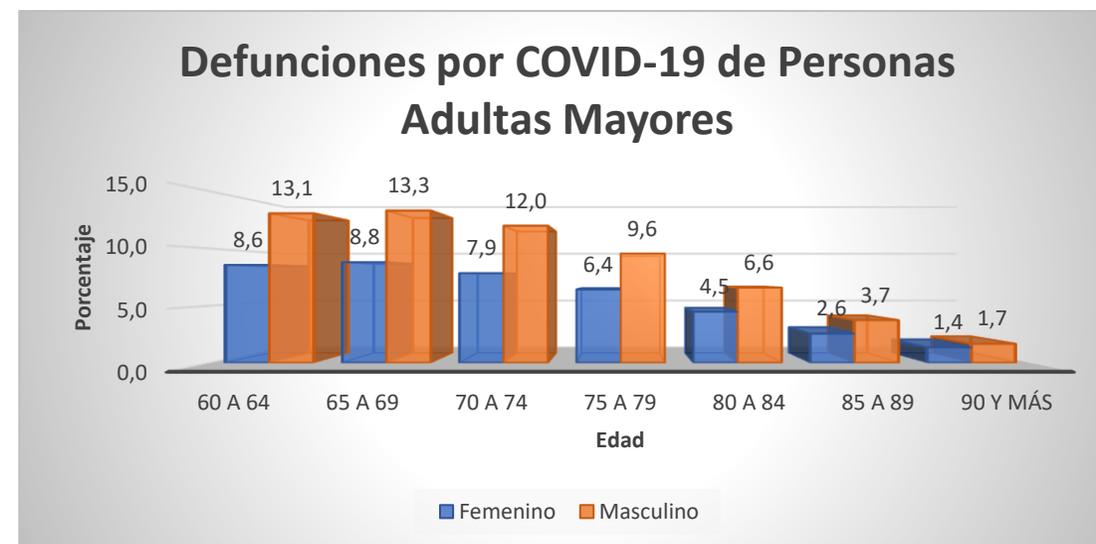


**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

Para la misma fecha han ocurrido 293, 950 defunciones totales por COVID-19, de las cuales 181,166 eran personas mayores

Defunciones por COVID-19 de Personas Adultas Mayores por quinquenio en México						
	Mujeres		Hombres			
	Casos	Porcentaje	Casos	Porcentaje		
<b>60 a 64</b>	15515	8.563968957	23710	13.08744466		
<b>65 a 69</b>	15960	8.809600035	24153	13.33197178		
<b>70 a 74</b>	14235	7.857434618	21755	12.00832386		
<b>75 a 79</b>	11626	6.417318923	17324	9.56250069		
<b>80 a 84</b>	8102	4.472141572	11913	6.575737169		
<b>85 a 89</b>	4637	2.559531038	6768	3.735800316		
<b>90 y más</b>	2454	1.354558802	3014	1.663667576		
<b>Total</b>	72,529	40.03455395	108,637	59.96544605	18116	100

Elaboración Propia con datos de: Secretaría de Salud. Disponible en: <https://coronavirus.gob.mx/>



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

Actualmente se han vacunado un total de 12,444,189 de personas mayores de 60 años



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES

## La Política nacional en favor de las personas adultas mayores

Se enmarca en lo que se  
constituye como el eje  
central de la política social:  
Construir un país con  
bienestar



- **Reconoce** las aportaciones presentes y potenciales de las personas mayores al bienestar común, a la identidad cultural, a la diversidad de sus comunidades y al desarrollo económico, político y social de nuestro país y **el derecho de éstas a una vejez digna.**



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

- **Programa para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores**

- La Pensión de Bienestar para Personas Adultas Mayores es un derecho plasmado en el artículo 4º Constitucional, no contributiva y de carácter universal porque se brinda a todas las personas mayores de 65 años.

- 8.5 millones de personas mayores derechohabientes

- \$3,100.00 pesos cada dos meses

- Con una inversión social de 163 mil millones de pesos



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Políticas para el bienestar de las personas mayores impulsadas por el INAPAM

- Promover y establecer mecanismos de vinculación y coordinación para el fortalecimiento de políticas públicas.
- Generación de una cultura de la vejez y el envejecimiento activo con perspectiva de derechos, interculturalidad, género y no discriminación.
- *Gerontologización* del servicio público federal.
- Incorporación de la perspectiva de vejez y de curso de vida en las políticas públicas.
- Participar en la creación del Sistema Nacional de Cuidados en lo relativo a personas mayores
- Nueva Ley General de protección de los Derechos de las Personas Mayores .
- Armonización de las leyes de los Estados.



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Políticas para el bienestar de las personas mayores impulsadas por el INAPAM

- Impulsar la instalación y sesión de los consejos o comités estatales interinstitucionales de todos los estados, para ello durante 2019 se tuvieron reuniones gobernadores de 20 estados de la república, con los objetivos de:
  - Conocer y compartir las acciones en favor de las personas mayores que se realizan en cada estado,
  - Asegurar que se instalaran y sesionaran los consejos y/o comités de las personas mayores de cada estado.
  - Generar vínculos de comunicación y colaboración
- Instalación del Comité Técnico de Coordinación de la Política Nacional a favor de las Personas Adultas Mayores con la participación de 32 instituciones del gobierno federal.
  - Primera sesión en febrero 2019 y la formación de 5 subcomités que están elaborando el **Programa de trabajo de la política nacional para personas mayores**:
    - ✓ Salud
    - ✓ Igualdad y justicia
    - ✓ Cultura, recreación, esparcimiento, activación física y deporte
    - ✓ Seguridad económica y social
    - ✓ Educación



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Comité Técnico de Coordinación de la Política Nacional a favor de las Personas Adultas Mayores

- El Programa de trabajo de la política nacional para personas mayores y el Subcomité de salud:

### Objetivos:

- ✓ Dar continuidad a las estrategias y líneas de acción sobre el envejecimiento y la salud, la OMS (2019) establece la Década del Envejecimiento Saludable (2020-2030) como una colaboración mundial que busca construir y fortalecer las sinergias existentes entre los distintos sectores de la sociedad para mejorar las condiciones de salud de las personas adultas mayores y aprovechar las oportunidades sociales y económicas que el envejecimiento proporciona.
- ✓ Establecer prioridades y acciones que permitan hacer efectivo el derecho a la salud y el bienestar de las personas adultas mayores en México y considerar la relación que tienen los determinantes sociales, dado que, la salud requiere un abordaje integral y de diferentes frentes.
- ✓ Fortalecer al Sistema Nacional de Salud a través de alianzas con la Secretaría de Bienestar para alcanzar un enfoque integral de la realidad que estaremos viviendo en las próximas décadas.



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Comité Técnico de Coordinación de la Política Nacional a favor de las Personas Adultas Mayores

- El Subcomité de salud:

El programa de trabajo está alineado a:

- Estrategia y plan de acción mundial sobre envejecimiento y salud de la OMS (2016),
- Programa Sectorial de Salud
- Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2019-2024,

La incorporación del Comité Técnico de Coordinación de la Política Nacional a favor de las Personas Adultas Mayores, coordinado por el Instituto Nacional de las personas Adultas Mayores, con la participación de las instituciones de salud:

- Instituto Nacional de Geriátría
- Instituto Mexicano del Seguro Social
- Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado
- Dirección General de Planeación y Desarrollo en Salud
- Consejo Nacional de Cultura Física y Deporte,
- Instituto Nacional de Pueblos Indígenas
- Centro Nacional de Programas Preventivos y Control de Enfermedades, SSA.



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Algunas acciones implementadas ante la pandemia por COVID-19 en México:

1. A su llegada la prioridad del Gobierno de la 4ª Transformación fue incrementar la contratación de personal de salud con prestaciones de ley.
2. Visitar todas las instalaciones médicas –hospitales- que estaban inconclusas para terminarlas y equiparlas

Durante la pandemia:

- Conversión hospitalaria como unidades COVID-19
- Vinculación y colaboración con particulares que prestan servicios de salud y con los que contaban con espacios propicios para la atención.
- Contratación de personal de salud
- Adquisición de ventiladores
- Conferencias vespertinas diarias para informar sobre los datos epidemiológicos y recomendaciones preventivas y de atención



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Actividades implementadas por el INAPAM para la atención de la población adulta mayor con motivo de la pandemia por COVID-19

El INAPAM, ante la contingencia sanitaria ocasionada por la propagación del Coronavirus COVID-19 y en acatamiento a la Jornada Nacional de Sana Distancia, mantuvo una estrecha colaboración con las diferentes instancias de salud y organizaciones sociales para:

- Vigilar que se llevaran a cabo las mejores estrategias para evitar que las personas mayores se contagiaran;
- Así también y como órgano rector insta a la sociedad en su conjunto a abordar los asuntos de la vejez y el envejecimiento desde una perspectiva de derechos humanos y evitar su estigmatización ante este padecimiento o cualquier otra circunstancia



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## COMUNICADO

Ante la situación que se vive a nivel mundial y concretamente en nuestro país por la llegada del nuevo coronavirus (COVID-19), el INAPAM como órgano rector de la política pública hacia las personas mayores y siguiendo los lineamientos que marca la Secretaría de Salud Federal, solicita a todas las instituciones y personal que brindan atención y servicio a las personas mayores tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

- ▶ Debemos mantenernos informados, por medio de las fuentes oficiales para atender con oportunidad las estrategias e indicaciones que establezca la Secretaría de Salud conforme lo vayan requiriendo el desarrollo de cada uno de los distintos escenarios.
- ▶ Tenemos la responsabilidad de mantener informadas de forma clara y precisa a las personas mayores, evitando el pánico que genera la desinformación.
- ▶ No debemos considerar a las personas mayores como el grupo poblacional más expuesto al contagio del nuevo coronavirus (COVID-19), ya que generalmente este grupo se moviliza menos que otros, hace menos traslados largos y asiste menos a lugares altamente concurridos.
- ▶ Entre las personas mayores existen más posibilidades de complicaciones en su salud debido a la presencia de enfermedades crónicas.
- ▶ El contagio hacia las personas mayores proviene fundamentalmente de las personas que los cuidan y/o familiares, es por ello que se deben extremar las medidas de higiene cuando vayan a visitarlos.
- ▶ Se sugiere que las personas mayores no asistan a lugares concurridos, que eviten traslados innecesarios, y durante esta situación permanecer lo más posible en sus hogares, así como evitar acudir a los servicios de salud cuando esto no sea absolutamente necesario, ya que estos espacios podrían representar un mayor riesgo de contagio.
- ▶ Es importante fortalecer las redes de comunicación y de apoyo entre personas mayores y con este grupo poblacional, especialmente cuando estén más aislados en sus hogares.



Las personas mayores al igual que el resto de la población deben llevar a cabo las siguientes medidas de prevención:

- ▶ Saludo a distancia: evitar el saludo de mano, abrazo y beso.
- ▶ Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- ▶ Al toser o estornudar, utilizar el estornudo de etiqueta, que consiste en cubrirse la nariz y boca con el ángulo interno del brazo o un pañuelo desechable que deberá ser depositado en una bolsa de plástico o en el excusado.
- ▶ No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura o arrojar el pañuelo al excusado y después, lavarse las manos.
- ▶ Evitar tocarse la cara, sobre todo nariz, boca y ojos.
- ▶ Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en casas, oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, etc., ventilar y permitir la entrada de luz solar.
- ▶ Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir al médico si se presenta alguno de los síntomas (fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escurrimiento nasal, etc.).
- ▶ Evitar en lo posible el contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.
- ▶ Mantener limpias todas las áreas del hogar o de trabajo.



Mtra. Elsa Julieta Veltes Arévalo  
Directora General del INAPAM



En atención a los lineamientos que marcó la Secretaría de Salud Federal, el **INAPAM**, a través de su **comunicado**, solicitó a todas las instituciones y personal que brinda atención a las personas mayores, a mantenerse informadas a través de fuentes oficiales, a seguir rigurosamente las medidas para la prevención del contagio, así como el fortalecimiento de las redes de comunicación y de apoyo, especialmente para aquellas personas mayores que viven solas.

Dicho comunicado se puede consultar en la siguiente dirección:

[www.gob.mx/inapam/prensa/comunicado-sobre-covid-19](http://www.gob.mx/inapam/prensa/comunicado-sobre-covid-19)

# AVISO

Como parte de las medidas preventivas emitidas por la Secretaría de Salud para hacer frente al COVID-19, el INAPAM suspenderá temporalmente el servicio en:

- Residencias de Día
- Centros Culturales
- Clubes

La vigencia de estas medidas será a partir del lunes 23 de marzo, reanudando actividades hasta nuevo aviso. La información al respecto se dará a conocer en nuestras redes oficiales:

 Inapam  @INAPAM

Agradecemos su comprensión y colaboración ante esta situación.



[gob.mx/inapam](https://gob.mx/inapam)

- Se brindó capacitación y sensibilización a las y los trabajadores del INAPAM para la correcta aplicación del “Protocolo” destacando los riesgos en personas con padecimientos crónicos y en personas mayores y las albergadas
- A partir del 27 de marzo se cerraron las oficinas del INAPAM en todo el país y suspendieron actividades en residencias de día, centros culturales y clubs, así como los servicios de vinculación productiva y de afiliación, no así los albergues, que por ser servicios esenciales, están siendo atendidos por personal que tiene menor riesgo ante la pandemia y reforzados por personal de honorarios, previamente capacitado.
- Se estableció una red de vinculación entre las personas mayores y las responsables de los espacios para mantenerse informadas y poderse auxiliar entre ellas



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

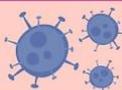
## PROTOCOLO OPERATIVO DE CONTINGENCIA EN CENTROS GERONTOLÓGICOS DE ESTANCIA PERMANENTE POR LA ALERTA EPIDEMIOLÓGICA POR COVID-19

Elaborado por el INAPAM

Es una herramienta que permite brindar protección a las personas mayores y al personal de centros gerontológicos de estancia permanente ya que previene posibles contagios a través de la implementación de medidas de prevención, monitorización, así como el mecanismo de referencia ante la sospecha de COVID-19.

### 1. ASPECTOS IMPORTANTES DEL CORONAVIRUS SARS- Cov- 2

- Transmisión, incubación y supervivencia en superficies.
- Población de riesgo.
- Escenarios de COVID-19. Intervenciones de prevención y control.



### 2. MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA:



- Personas mayores residentes .
- Visitantes: personal de servicios o supervisión.
- Personal que otorga cuidados: cuidadores, enfermería, médico, etc.
- Personal de apoyo: afanadores, cocineros, personal administrativo, etc.
- En el espacio físico de los centros gerontológicos.

### 3. MONITOREO DIARIO DEL PERSONAL DE ATENCIÓN GERONTOLÓGICO

- Toma y registro de signos vitales a personas mayores.
- Aplicación y supervisión de medidas de prevención.
- Valoración médica para identificar caso sospechoso.

### 4. Mecanismo de referencia

- Acciones en caso sospechoso de COVID-19.
- Instituciones de salud para referencia en caso de sospecha de COVID-19 .
- Instituciones de salud de referencia hospitalaria en caso de enfermedad de COVID-19 con síntomas graves.



Documento disponible en:  
[www.gob.mx/inapam/documentos/protocolo-operativo-de-contingencia-en-centros-gerontologicos-de-estancia-permanente-por-la-alerta-epidemiologica-por-covid-19-240831](http://www.gob.mx/inapam/documentos/protocolo-operativo-de-contingencia-en-centros-gerontologicos-de-estancia-permanente-por-la-alerta-epidemiologica-por-covid-19-240831)



BIENESTAR



INAPAM

Se elaboró el “**Protocolo operativo de contingencia en centros gerontológicos de estancia permanente por la alerta epidemiológica por COVID 19**” para instituciones de cuidados prolongados que albergan a personas mayores, en el cual, se consideraron las directrices de la OMS, siendo uno de los primeros en difundirse entre más de 300 instituciones a las que se supervisó durante 2019 en 15 estados de la República Mexicana.

Se mantuvo un vínculo constante con el Instituto Nacional de Geriátría y con la Coordinación de Institutos Nacionales.

**Hoy más que nunca es tiempo de fortalecer las relaciones intergeneracionales.**

Las personas mayores de tu comunidad te necesitan, muestra tu solidaridad con sencillas acciones a distancia como:

- Llamarles por teléfono.
- Escribirles una carta.
- Ofrecer tu ayuda para la realización de pagos o compras.
- Monitorear que se encuentren bien.

Pedirle que te dé el teléfono y los datos de un familiar o de una amistad cercana.

Saber cuál es su condición de salud y de movilidad dentro de su casa, esto es su independencia para realizar actividades cotidianas dentro de su hogar.

Un sencillo gesto puede hacer más llevadera la pandemia para ti y para las personas mayores.

Al ofrecer tu ayuda, fortaleces las relaciones intergeneracionales y refuerzas los círculos de apoyo social.

Todas y todos por el bienestar de las personas mayores.  
**#MéxicoSolidario**

BIENESTAR | INAPAM

Se realizaron y difundieron **materiales** con el objetivo de **sensibilizar a la población en general:**

- “Es tiempo de fortalecer las relaciones intergeneracionales”
- “Importancia de la hidratación en las personas mayores”
- “Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores”
- “La importancia del autocuidado en cuidadoras y cuidadores de personas mayores dependientes”

### Medidas de Prevención Coronavirus (COVID-19)

- Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- Evitar en lo posible contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.
- Al toser o estornudar, utilizar el codo o la manga, que consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.
- No escupe. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Limpieza y desinfectar superficies y objetos de uso común en casas, oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, etc., ventilando y permitiendo la entrada de luz solar.
- Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir al médico si se presenta alguno de los síntomas (Fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escorrimiento nasal, etc.).

**El INAPAM recomienda además:**

- No visitar lugares concurridos si no es necesario.
- Mantenerse en comunicación con familiares, amistades y vecinos(as).
- En la medida de lo posible, evitar el uso de transporte público.

BIENESTAR | INAPAM

### Mitos y realidades del nuevo Coronavirus (COVID 19)

MITOS	REALIDADES
¿Enjuagarse la nariz con solución salina o hacer gárgaras con enjuague bucal, previenen el contagio?	No hay evidencia.
¿El ajo previene la infección?	No hay evidencia.
¿Los antibióticos previenen y curan la infección por coronavirus COVID-19?	No, los antibióticos no sirven para prevención o tratamiento de los virus.
¿Perros y gatos pueden transmitir el coronavirus COVID-19?	No hay evidencia, pero es recomendable lavarse las manos después de acariciarlos.
¿Hay riesgo de contagio al tocar un paquete procedente de China?	No, los coronavirus no sobreviven por mucho tiempo en un objeto.
¿El coronavirus COVID-19 sólo afecta a las personas mayores?	No, pero existen más probabilidades de complicaciones en personas mayores o con enfermedades crónicas.
¿Existen pruebas rápidas para diagnosticar coronavirus?	No, sólo se diagnostica por una prueba llamada PCR.
¿La vacuna de la influenza protege contra el coronavirus COVID-19?	No, sólo sirve contra influenza.

BIENESTAR | INAPAM

## Carteles

- “Medidas de prevención sobre el Coronavirus”
- “Mitos y realidades del nuevo Coronavirus”
- Se realizó un comunicado para las cadenas y tiendas de autoservicio que participan en el *Programa de Personas Empacadoras Voluntarias* en el que se sugirieron alternativas de respeto y protección a las personas mayores en la primera etapa de la pandemia.

### Recomendaciones para personas mayores que viven en hogares intergeneracionales e integrantes de la familia deben salir por diferentes actividades

- Aplicar las medidas higiénicas establecidas al tener contacto con las personas que salen del hogar.
- Mantener sana distancia sin dentro de casa si algún integrante de la familia padece una enfermedad respiratoria que ponga en riesgo a la persona mayor.
- Designar una persona para cuidar el medicamento de la persona mayor en la unidad de salud correspondiente. Mismo caso para el cobro de pensiones.
- Podrá, a quien inicialmente sale del domicilio que se encargue de proveer los bienes a las personas mayores, así como aplicar las medidas de higiene al regresar al hogar.
- Llevar en control farmacológico y de signos vitales de la persona mayor.
- Solicitar apoyo a familiares que se queden en casa para diseñar y realizar actividades físicas y cognitivas.
- Mantener contacto con el resto de familiares y amistades mediante teléfono fijo o móvil o el uso de redes sociales.

BIENESTAR | INAPAM

### Acciones recomendadas para el bienestar de las personas mayores durante la pandemia.

- De ser necesario, enseñarles o apoyarles en el uso de nuevas tecnologías como el teléfono móvil y las aplicaciones.
- Liberar los espacios de objetos que representen un riesgo para las personas mayores al realizar sus actividades.
- Disminuir la exposición a noticias que generen ansiedad.
- Platicar y escuchar a las personas mayores sobre temas que sean de su interés. También pueden platicar sobre sus antepasados rescatando así la historia familiar.
- Hacer uso de las nuevas tecnologías para acceder a actividades o eventos que resulten atractivos.
- Vigilar o monitorear el suministro de medicamentos y toma de signos vitales.
- Mantenerse en contacto permanente con la persona mayor sin importar la distancia, procurando enviar mensajes positivos, a través de videollamadas para que el contacto sea más cercano.

BIENESTAR | INAPAM

En el contexto de la pandemia por COVID-19 se ha tenido un vínculo muy estrecho de colaboración e intercambio de información con los representantes de los estados.

En ese mismo sentido, el INAPAM tiene como atribución crear un registro único y la supervisión de instituciones que brindan servicios a personas mayores en estancia temporal y permanente.

- Se tiene un registro pormenorizado de **535** instituciones.
- Se supervisaron **305** albergues en el 2019, en 15 estados de la república mexicana a través de un instrumento basado en la Norma Oficial Mexicana N031-SSA3-2012.

### Resultados generales:

- Se les entregó un documento con los resultados de la supervisión y las recomendaciones a seguir
- Se estableció un vínculo de colaboración y apoyo
- Se les envió el Protocolo e infografías
- Se brindaron cursos de capacitación virtual para la correcta aplicación de los protocolos
- Desde abril 2020 se tiene comunicación vía telefónica dos veces por semana y a solicitud suya, se les ha vinculado de manera formal con las distintas jurisdicciones sanitarias.

### A partir del 2022 se llevarán a cabo acciones a nivel nacional, estatal y municipal para:

- Fortalecer a las personas mayores para el regreso a su vida activa, laboral y social
- Formar y fortalecer redes de apoyo
- Formación de círculos terapéuticos comunitarios e intergeneracionales de ayuda mutua para aliviar el impacto de esta pandemia



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

Colaboramos con el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SDIF) proporcionándole la base de datos del Registro Único de instituciones que brindan servicios a personas adultas mayores para realizar un censo de personas mayores con el objetivo de planear la vacunación de este grupo de la población en instituciones de larga estancia.

Esta misma información se brindó a las jurisdicciones sanitarias para apoyar en la ubicación de estas instituciones y facilitar la planeación de la vacunación en aquellas personas que tienen una funcionalidad disminuida o nula.



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

En esta nueva realidad es necesario impulsar una sociedad y comunidades amigables con las personas mayores, con una perspectiva de curso de vida y diversidad, que favorezca su participación activa, incorporando la experiencia que nos está dando esta crisis sanitaria.

Una sociedad incluyente basada en principios de:

- ✓ Sin discriminación o estigmatización
- ✓ Valoración de las personas mayores y su contribución actual y potencial a la sociedad
- ✓ Dignidad, independencia, protagonismo y autonomía de las personas mayores
- ✓ Participación, integración e inclusión plena y efectiva en la sociedad
- ✓ Bienestar y cuidado
- ✓ Seguridad física, económica y social
- ✓ Autorrealización
- ✓ Solidaridad
- ✓ Apoyo intergeneracional
- ✓ Buen trato y atención preferente.



**BIENESTAR**

SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**

INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Actividades que realiza el INAPAM:

- Brinda la credencial de afiliación para obtener descuentos en viajes y medicamentos
- Vincula a las personas mayores en actividades productivas
- Colabora en la implementación de la Estrategia Nacional de Lectura en albergues, residencias de día y Centros Culturales, Módulos de afiliación y clubes INAPAM
- Capacita a personas servidoras públicas sobre temas de envejecimiento y vejez
- Promueve la instalación y funcionamiento de consejos o comités estatales interinstitucionales
- Brinda servicios de asesoría jurídica con enfoque gerontológico



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## Cuenta con

- 6 Albergues de estancias permanente
- 6 Residencias día
- 4 Centros culturales
- 1 Centro de Atención Integral –servicios médicos especializados–
- 3,500 clubs en todo el país
- Módulos de atención en las capitales de los estados



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

**Gracias**



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES