

**Plan Integral
para el
Envejecimiento
2025-2030**



Resumen del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030

- 1 Panorama de Durham Aging Initiatives y Aging Well Durham
- 5 Definiciones de tercera edad, lenguaje inclusivo y edadismo
- 8 Cambios demográficos previstos para Durham y los adultos mayores
- 10 La Red de Comunidades y Estados Amigables con los Mayores y el Proceso de Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores
- 12 Marco de habitabilidad de AARP e índices de habitabilidad de la ciudad y el condado de Durham
- 14 Grupos de habitabilidad y proceso de planificación de comunidades adaptadas a las personas mayores del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030
- 16 Visión, misión y problemáticas transversales del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030
- 17 Ámbitos, objetivos, estrategias y agencias líderes del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030
- 29 Glosario de términos utilizados en el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030
- 30 Agradecimientos
- 32 Referencias



Panorama de Durham Aging Initiatives y Aging Well Durham



Comenzando con la formación del Consejo de Coordinación para Adultos Mayores en 1949, durante varias décadas Durham ha desarrollado iniciativas centradas en la comunidad que mejoran la calidad de vida de los adultos envejecientes. Muchos de estos esfuerzos han sido liderados por diversos grupos de voluntarios de la comunidad, junto con representantes de organizaciones sin fines de lucro, coaliciones, organizaciones religiosas, salud pública, atención en salud y los gobiernos de la ciudad y el condado de Durham. También han incluido un convocante neutral que se encarga de varias funciones, incluyendo:

- Reunir a distintos grupos que reflejen los sectores comunitario, cívico y público de Durham.
- Trabajar con los miembros del grupo para definir una misión, una visión y un conjunto de valores colectivos.
- Coordinar la recopilación de información para comprender los desafíos que enfrentan los adultos envejecientes en Durham.
- Identificar recomendaciones estratégicas basadas en activos para abordar los desafíos, incluyendo modelos prometedores utilizados en otras comunidades adaptadas a las personas mayores.
- Crear coaliciones para fortalecer las relaciones existentes y desarrollar nuevas colaboraciones.
- Gestionar el trabajo del grupo para que pase de la planificación a la implementación.
- Comunicarse en nombre del grupo para que las personas de la comunidad de Durham que no participan activamente en el trabajo estén al tanto y puedan involucrarse.

“Keeping in Step: An Action Plan for Durham’s Growing Older Population, 1991” (“Mantener el ritmo: un plan de acción para la población envejeciente de Durham”, o Plan KIS) es uno de los primeros ejemplos de una iniciativa de Durham centrada en los adultos mayores.¹ El proceso de elaboración del Plan KIS se inició en 1990, cuando el condado de Durham, el Departamento de Servicios Sociales y el Consejo de Coordinación para Adultos Mayores formaron un Comité Directivo de 20 personas. El propósito del plan era abordar tres problemas que afectaban negativamente a la salud y el bienestar de los adultos mayores en toda la comunidad.



Photo © Discover Durham



Los problemas identificados fueron:

- Los adultos mayores no podían llegar a sus citas médicas, ir de compras ni participar en actividades recreativas por no poder conducir o no tener transporte confiable y asequible.
- Falta de apoyo social y de viviendas asequibles que permitiesen a los adultos mayores realizar sus actividades cotidianas y mantener su calidad de vida.
- Los adultos mayores utilizaban recursos comunitarios que no satisfacían sus necesidades.²

Además del Comité Directivo, se crearon subcomités para elaborar el Plan KIS de 1991. El plan detallaba cuatro prioridades con acciones específicas para abordar los tres desafíos. Las prioridades eran la información, la coordinación de los cuidados, los servicios directos y la vivienda.³

El plan enumeraba a las organizaciones comunitarias y los departamentos de la ciudad y el condado de Durham responsables de llevar adelante las medidas. El plan también pedía a la Junta de Comisionados del condado de Durham que “autorice al Consejo de Coordinación para Adultos Mayores y al Departamento de Servicios Sociales para nombrar y presidir un comité de supervisión para garantizar la implementación de las estrategias descritas en el informe”.⁴

Desde 1991, Durham ha seguido colaborando para mejorar la coordinación del cuidado, los servicios directos, la vivienda, la entrega de información y otras prioridades para los adultos mayores. Esto incluye la transformación del Consejo de Coordinación para Adultos Mayores en el Centro para la Vida de las Personas Mayores de Durham (en inglés, “Durham Center for Senior Life”).⁵ Los planes estratégicos del condado de Durham han incluido puntos de acción centrados en los adultos envejecientes, incluyendo la Iniciativa de Responsabilidad Basada en Resultados del condado de 2008.⁶ Además, los planes de la ciudad de Durham también han incluido actividades centradas en los adultos mayores que apoyan sus objetivos estratégicos.⁷

Un grupo que ha liderado iniciativas recientes es la **Colaboración para Adultos Mayores de Durham**

(en inglés, “Durham Partnership for Seniors”). Durham Partnership for Seniors era una coalición de proveedores de atención en salud, salud pública y servicios sociales, junto con voluntarios de la comunidad. Esta coalición se centraba en mejorar la vida de los adultos mayores de Durham a través de la defensoría, el fortalecimiento de la colaboración y la identificación de oportunidades para mejorar la calidad de vida. A partir de 2008, la coalición actuó como comité asesor de la Subvención General para Cuidados Domiciliarios y Comunitarios del condado de Durham.⁸



Photo © Discover Durham



Photo © Discover Durham

La Subvención General para Cuidados Domiciliarios y Comunitarios (en inglés, "Home and Community Care Block Grant", o HCCBG) financia servicios en el hogar y basados en la comunidad para adultos mayores de 60 años a través de la Ley de Estadounidenses de Edad Avanzada. El objetivo de la HCCBG es "desarrollar y mejorar sistemas integrales y coordinados de servicios, oportunidades y protecciones comunitarias para los adultos mayores".⁹ La Administración para la Vida Comunitaria (en inglés, "Administration on Community Living") distribuye los fondos de la HCCBG a los estados usando una fórmula basada en el censo.¹⁰ En Carolina del Norte, las juntas de comisionados de los condados aprueban cada año los planes de financiamiento de la HCCBG. Las juntas nombran una agencia líder local que se encarga de gestionar el financiamiento y documentar cómo se gasta.¹¹ Los comisionados del condado también seleccionan un comité asesor independiente que trabaja con la agencia líder para identificar los servicios prioritarios y elaborar un plan de financiamiento para los servicios que recibirán apoyo de la HCCBG.¹² Antes de que Durham Partnership for Seniors fuera el comité asesor independiente de la HCCBG, el Keeping in Step Committee desempeñaba esta función.¹³

La Colaboración organizó las Cumbres de Envejecimiento Saludable de Durham y abogó con éxito para que tanto la ciudad de Durham como el condado de Durham se unieran a la Red de Estados y Comunidades Amigables con los Mayores de AARP el 1 de marzo de 2019. El grupo también lideró el esfuerzo de Durham para crear su primer plan para el envejecimiento como comunidad amigable con los mayores.

Un comité directivo de voluntarios gestionó el proceso de elaboración del Plan para el Envejecimiento 2020 de Durham. De forma similar al Plan KIS de 1991, el grupo que desarrolló el Plan para el Envejecimiento 2020 era diverso e incluía a representantes de organizaciones sin fines de lucro, comunidades religiosas, departamentos del condado de Durham y de la ciudad de Durham, proveedores de servicios sociales, sanitarios y de salud pública, así como adultos mayores y adultos con discapacidades a título personal. El proceso de diseño duró diez meses y contó con un Comité Directivo y cinco grupos de trabajo. El Plan definitivo se elaboró y distribuyó por toda la comunidad durante el invierno de 2020. Debido al COVID-19, la coordinación en toda la comunidad para implementar el Plan para el Envejecimiento 2020 fue suspendido.



CRONOLOGÍA DE INICIATIVAS DE ENVEJECIMIENTO EN DURHAM

- 1949** Se forma el Consejo de Coordinación para los adultos mayores.
- 1990** El condado de Durham, el Departamento de Servicios Sociales y el Consejo de Coordinación para los adultos mayores forman un comité directivo de 20 personas.
- 1991** El comité directivo de 20 personas y los subcomités desarrollan "Keeping in Step" (KIS): un plan de acción para la creciente población mayor de Durham".
- 2006** El Consejo de Coordinación para los adultos mayores se convierte en el Centro de vida para personas mayores de Durham (DCSL). El nuevo edificio de DCSL en 406 Rigsbee Avenue abre sus puertas.
- 2008** La junta del comisionado del condado de Durham designa a la asociación de personas mayores de Durham como un comité independiente del condado para el subsidio en bloque de cuidado en el hogar y comunidad.
- 2015** La asociación de personas mayores de Durham lanza la conexión comunitaria de recursos de Durham para el envejecimiento y las iniciativas amigables con las personas mayores.
- 2015** Se celebra la Primera cumbre de envejecimiento en Durham.
- 2016** Se celebra la segunda cumbre de envejecimiento en Durham.
- 2019** La ciudad de Durham y el Condado de Durham se unen a la red de estados y comunidades amigables con las personas mayores de AARP.
- 2019** Se crea el primer plan de envejecimiento de Durham como una comunidad amigable con las personas mayores. El plan cubre 2020-2025.
- 2020** La asociación de personas mayores de Durham y mas lanzan varias iniciativas para apoyar a los adultos mayores durante los primeros 2 años de la pandemia de COVID-19.
- 2021** Comienzan conversaciones comunitarias sobre cómo avanzar con el Plan de Envejecimiento. El consenso es que el plan debería convertirse en una organización sin fines de lucro independiente llamada Aging Well Durham.
- 2021** Se presentan los artículos de incorporación de Aging Well Durham.
- 2022** La junta directiva de Aging Well Durham aprueba los estatutos de la organización.
- 2022** El condado de Durham y la Ciudad de Durham acuerdan conjuntamente apoyar a Aging Well Durham.
- 2023** Aging Well Durham contrata a sus primeros empleados.
- 2023-2024** Más de diez residentes de la comunidad se unen a los comités temáticos para ayudar a implementar el Plan Integral de Envejecimiento de Durham 2025-2030.



En 2020, los miembros de la Asociación, junto con representantes de nuevas organizaciones sin fines de lucro colaboradoras y de instituciones académicas de Durham, formaron una segunda coalición denominada **Durham Partnership for Seniors and More** (“Colaboración para Adultos Mayores de Durham y Más”). Este grupo se reunía periódicamente para coordinar los esfuerzos de la comunidad en torno a las llamadas telefónicas de reaseguro, el despliegue de voluntarios y el intercambio de información sobre COVID-19. Sus actividades también incluyeron un programa de prevención de COVID-19 para una cohorte multigeneracional y bilingüe de promotores de salud comunitarios. Las actividades de Durham Partnership for Seniors and More tenían un límite de tiempo, ya que el grupo estuvo activo hasta finales de 2020.

En 2021, comenzaron las discusiones a nivel comunitario sobre cómo Durham debía avanzar en los objetivos del Plan para el Envejecimiento 2020. Al igual que la recomendación del Plan KIS 1991 de que Durham necesitaba un equipo especializado para llevar adelante el trabajo, las dos Colaboraciones de Durham para las Personas Mayores coincidieron en que la comunidad necesitaba una organización sin fines de lucro nueva e independiente para gestionar el Plan para el Envejecimiento. Durante varios meses, un grupo de personas comprometidas se reunió para reclutar miembros para la junta directiva. Los voluntarios también consiguieron que el condado y la ciudad de Durham apoyaran y financiaran a la nueva organización sin fines de lucro, **Aging Well Durham** (AWD).

El 9 de septiembre de 2021, se presentaron los estatutos de AWD en la Oficina de la Secretaría de Estado de Carolina del Norte. En enero de 2023, se incorporó la primera empleada de AWD, la directora ejecutiva. En julio de 2023 se contrató al primer Gestor del Programa de Habitabilidad.

Como organización pilar del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham, Aging Well Durham es responsable de cinco objetivos principales:

- Garantizar que el Plan para el Envejecimiento siga siendo relevante para los adultos envejecientes.
- Colaborar activamente con miembros de la comunidad y representantes de los sectores público, cívico y privado para hacer de Durham una ciudad más amigable con los mayores, más habitable y más equitativa.
- Proporcionar asistencia técnica y actuar como coordinador para gestionar la implementación, el seguimiento y la evaluación del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham.
- Mantener una comunicación bidireccional con las organizaciones colaboradoras y los adultos envejecientes a efectos de transparencia y rendición de cuentas.
- Compartir información actualizada sobre las actividades del Plan con la comunidad de Durham y otras audiencias a través de foros públicos y otras actividades participativas.



Photo © Discover Durham

La junta directiva de Aging Well Durham ha asumido ahora la responsabilidad de ser el comité asesor independiente para la Subvención General para Cuidados Domiciliarios y Comunitarios del condado de Durham.

Definiciones de tercera edad, lenguaje inclusivo y edadismo

Se utilizan distintos rangos de edad para determinar la edad adulta avanzada. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades utiliza 65 años o más.¹⁴ El rango de edad de la Organización Mundial de la Salud para la edad adulta avanzada comienza a los 60 años.¹⁵ Para el Plan para el Envejecimiento y el proceso de comunidad amigable con los mayores, Durham ha adoptado la definición de AARP para “adulto mayor” como un individuo que tiene al menos 50 años de edad. El Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 contiene datos de diversas fuentes que utilizan distintos rangos de edad para definir la edad adulta avanzada.

En apoyo del lenguaje inclusivo de edad, el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham utiliza “adultos envejecientes”, “adultos mayores” o “personas mayores”. El lenguaje inclusivo de edad engloba palabras, frases o tonos que no reflejan opiniones sesgadas, estereotipadas ni discriminatorias sobre un determinado grupo de personas.¹⁶ El Plan Integral para el Envejecimiento de Durham utiliza y promueve el lenguaje inclusivo por tres razones principales.

El lenguaje que utilizamos refleja nuestras creencias e influye en nuestras acciones. Se ha demostrado que términos en inglés como “elderly” (“ancianos”), “seniors” (“los mayores”) o “the aged” (las personas de edad) refuerzan los prejuicios negativos sobre los adultos envejecientes.¹⁷ Estas creencias son la base del edadismo o la discriminación contra las personas por su edad. Aunque cualquier persona puede ser víctima del edadismo, esta forma particular de prejuicio afecta a los adultos mayores en una gama más amplia de relaciones sociales que a las personas de otros grupos de edad.¹⁸





El edadismo contra los adultos mayores prevalece en una variedad de entornos comunitarios, incluyendo el lugar de trabajo y la atención de salud.

La Ley de Discriminación en el Empleo por Razón de Edad (ADEA, por sus siglas en inglés) de 1967 protege a las personas de 40 años o más contra la discriminación en cualquier aspecto del empleo.¹⁹ A pesar de la ADEA, los trabajadores mayores siguen denunciando obstáculos relacionados con la edad para obtener un empleo y discriminación basada en la edad cuando están empleados. Casi uno de cada seis adultos mayores que trabajaban o buscaban trabajo en 2022 creía que su edad era una razón importante por la que no se les había contratado para un puesto de trabajo que habían solicitado en los últimos 2 años.²⁰

En el ámbito de la salud, el edadismo empeora los resultados de salud para los adultos mayores con un amplio rango de experiencias. Por un lado, el edadismo contra los adultos mayores reduce su acceso a servicios y recursos como los trasplantes de órganos, el apoyo a la salud mental, la atención de salud sexual y reproductiva y las intervenciones quirúrgicas.²¹ En el otro extremo del rango, los profesionales de salud recetan demasiados medicamentos o medicamentos innecesarios a los adultos mayores en comparación con pacientes de otros grupos de edad con el mismo diagnóstico médico.²²

Los estereotipos negativos sobre el envejecimiento también pueden influir en la forma en que los adultos mayores se perciben a sí mismos y en cómo entienden y gestionan su salud. Los estudios demuestran que asociar el envejecimiento con el declive y la pérdida es un factor que contribuye a que los adultos mayores no adopten conductas preventivas en el tema de la salud.²³ El edadismo internalizado, o cuando una persona mayor tiene una percepción negativa de sí misma sobre el envejecimiento, ha demostrado aumentar el riesgo de desarrollar depresión y de aislarse socialmente. Otros estudios muestran que las personas mayores que han internalizado el edadismo viven en promedio 7.5 años menos que los adultos mayores que tienen actitudes positivas sobre el envejecimiento.²⁴

La segunda razón para el uso de “adultos envejecientes” y “adultos mayores” es la intersección entre el edadismo y el capacitismo. El capacitismo es un “sistema de creencias que considera a las personas con discapacidad como menos dignas de respeto y consideración, menos capaces de contribuir y participar, y con menos valores inherentes que las demás”.²⁵ Al igual que con el edadismo, las personas más jóvenes con discapacidad pueden experimentar el

capacitismo. Pero afecta más a los adultos mayores porque las personas de 60 años o más representan la mayoría de las personas con discapacidad – a nivel mundial²⁶ y en Carolina del Norte.²⁷ El propósito general del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 es mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Esto significa también asegurarse de que los espacios comunitarios, los servicios y las comunicaciones de Durham sean accesibles para todos.

La tercera razón para no utilizar términos que refuerzan prejuicios y estereotipos negativos sobre los adultos mayores es que nuestras percepciones sobre el envejecimiento están cambiando. La forma en que los adultos ven el envejecimiento se está volviendo más optimista y más representativa de la diversidad demográfica y de las experiencias vividas por los adultos mayores. Los datos nacionales revelan que los adultos mayores ven abrumadoramente el envejecimiento como una experiencia positiva con continuas oportunidades de aprendizaje y crecimiento personal.²⁸ La información de la Asociación Americana de Psicología demuestra que, a medida que envejecemos, las personas suelen estar más satisfechas con sus vidas y son más optimistas respecto a envejecer.²⁹





Cambios demográficos previstos – Durham y los adultos mayores

Durham está experimentando un crecimiento significativo del número de adultos de al menos 50 años. Esto se debe a una mayor esperanza de vida gracias a los avances en la atención de salud y al descenso de la tasa de natalidad. En las próximas dos décadas, la proporción de adultos mayores con respecto a la población total seguirá aumentando.

En 2025, la segunda cohorte más numerosa de adultos en Estados Unidos, los “Baby Boomers”, tiene entre 61 y 79 años. El rango de edad para los adultos de la “Generación X” es de 45 a 60 años. La mayor cohorte de edad en los Estados Unidos, los “Millennials”, también se está acercando al estatus de adulto mayor, ya que los miembros de mayor edad tienen 44 años en 2025.

Cuando los últimos Baby Boomers cumplan 60 años en 2030, el número de adultos mayores en Durham habrá crecido de 55,730 individuos a 91,404.³⁰ Esto representa un aumento del 64% en 5 años.³¹ Para 2040, la Oficina de Presupuesto y Gestión Estatal de Carolina del Norte estima que el condado de Durham tendrá más habitantes mayores de 60 años que niños entre 0 y 17 años.³² Para 2042, habrá un aumento del 149% en el número de personas de 85 años o más.³³

El aumento constante de la población de adultos mayores durante las próximas dos décadas tendrá consecuencias económicas y sociales importantes para Durham. El envejecimiento aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como cardiopatías, diabetes y cáncer.³⁴ A medida que las personas envejecemos, también es más probable que desarrollemos discapacidades. En todo el mundo³⁵ y en Carolina del Norte,³⁶ las personas de 60 años o más representan la mayoría de las personas con discapacidad. Se prevé que el número de adultos en Estados Unidos que desarrollarán demencia se duplique para el año 2060, pasando de aproximadamente 514,000 a 1 millón cada año.³⁷ Se espera que la demencia afecte de forma desproporcionada a los adultos mayores negros y a las mujeres negras, con “riesgos a lo largo de la vida que van aproximadamente del 45% al 60% en estas poblaciones”.³⁸

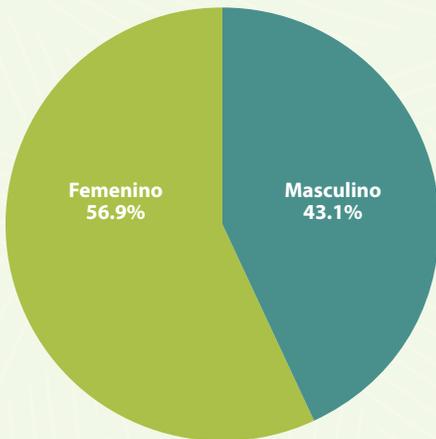
Los datos de la Encuesta de Preferencias Domésticas y Comunitarias 2021 de AARP muestran que el 77% de los adultos mayores desean permanecer en sus hogares a largo plazo.³⁹ Apoyar a las personas y las familias para que envejecen en sus hogares y comunidades será más complejo porque la cantidad de adultos mayores con vivienda propia está disminuyendo a medida que el número de inquilinos de 65 años o más va creciendo de 7.4 millones en 2020 a 12.9 millones en 2040.⁴⁰

La Tabla 1 muestra estimaciones de determinadas características demográficas de los habitantes de Durham de 60 años o más en 2024.

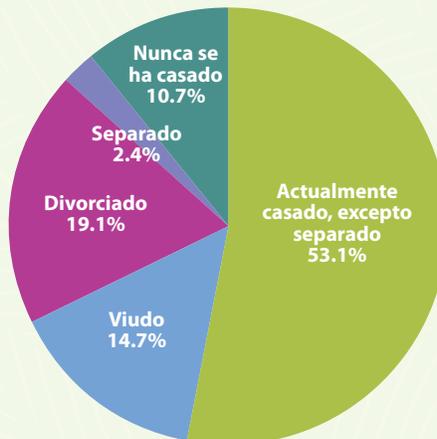


Tabla 1, Características de los habitantes del condado de Durham de 60 años o más, estimación para 2024⁴¹

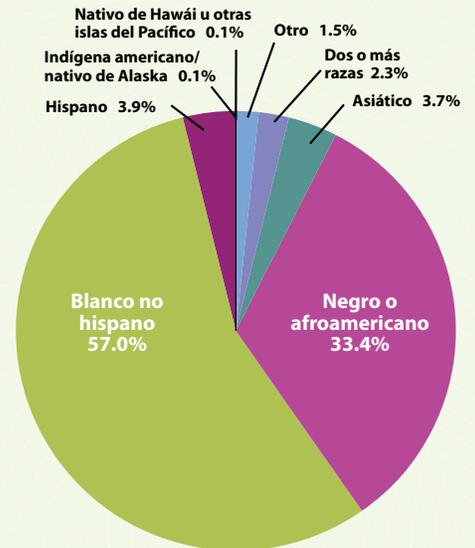
SEXO



ESTADO CIVIL



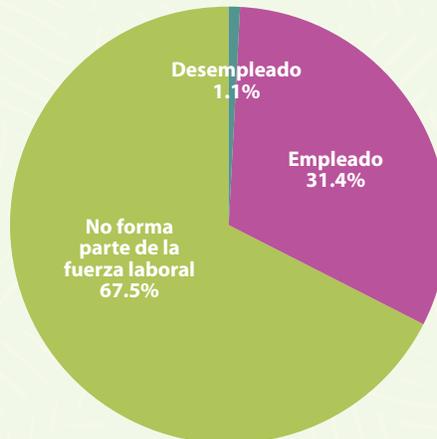
RAZA Y ORIGEN HISPANO O LATINO



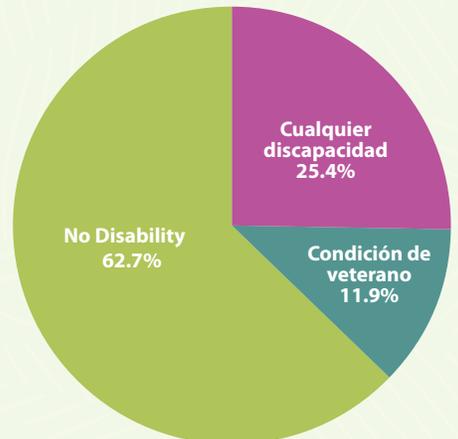
NIVEL DE EDUCACIÓN



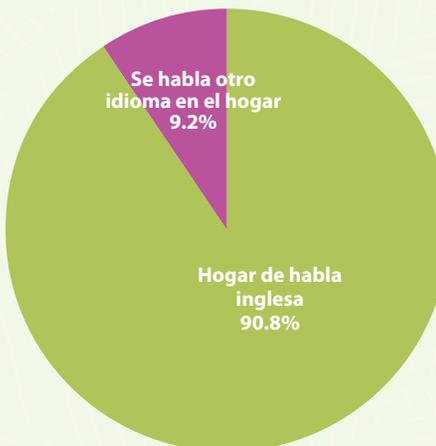
SITUACIÓN LABORAL



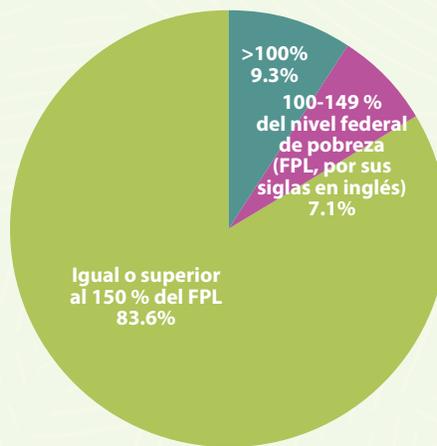
DISCAPACIDAD



IDIOMAS QUE SE HABLAN EN EL HOGAR



SITUACIÓN DE POBREZA EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES



TIPO DE TENENCIA DE LA VIVIENDA





La Tabla 2 muestra el crecimiento global previsto en Durham para todos los rangos de edad. El número de adultos de Durham de entre 60 y 65 años pasará de 61,258 en 2022 a 91,220 en 2042. Además, habrá un aumento del 149% en el número de personas de 85 años o más.

Tabla 2 – Cambio poblacional proyectado, 2022-2042, Condado de Durham⁴²

Edad	2022		2042		Cambio porcentual entre 2022 y 2042
	Nº Condado	% Condado	Nº Condado	% Condado	
Total	334,379		418,972		25%
0-17	75,069	22%	84,300	20%	12%
18-44	140,442	42%	169,143	40%	20%
45-59	57,610	17%	74,309	18%	29%
60+	61,258	18%	91,220	22%	49%
65+	44,884	13%	68,719	16%	53%
85+	4,863	1%	12,103	3%	149%

La Red de Comunidades y Estados Amigables con los Mayores y el Proceso de Comunidades Amigables con los Mayores

Durante las próximas 2 décadas, Durham experimentará cambios sociales y económicos significativos debido a la expansión del número de adultos mayores. Para ayudar a que los adultos mayores puedan tener una vida más larga y saludable, tanto la ciudad como el condado de Durham se han comprometido a convertirse en comunidades más amigables con los mayores uniéndose a la Red de Comunidades y Estados Amigable con los Mayores el 1 de marzo de 2019.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define las comunidades amigables con los adultos mayores como un entorno en el que éstos pueden:

- **Envejecer con seguridad en un lugar.**
- **No sufrir la pobreza.**
- **Seguir desarrollándose a nivel personal.**
- **Contribuir a sus comunidades conservando la autonomía, la salud y la dignidad.⁴³**



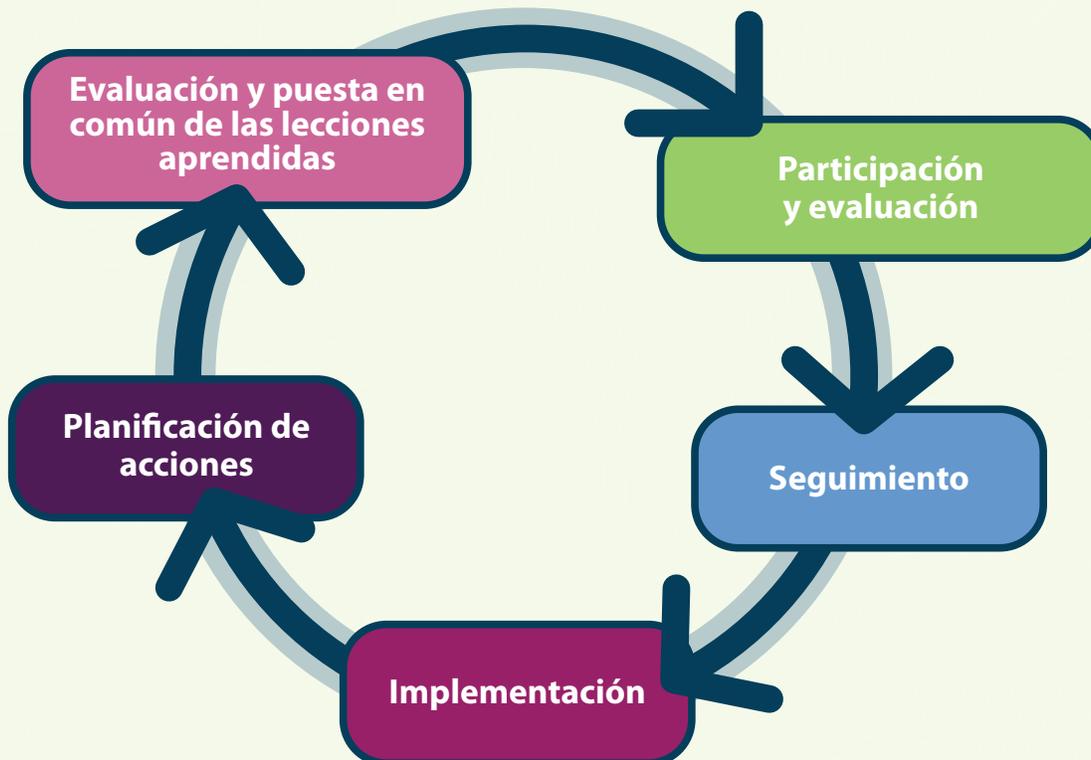
A medida que las comunidades adoptan medidas para ser más amigables con los adultos mayores, ellos se convierten en actores centrales de estas iniciativas.

Más de 1600 ciudades y comunidades de 53 países son miembros de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con los Mayores de la Organización Mundial de la Salud.⁴⁴ En Estados Unidos, AARP es la filial de la Red Mundial. En 2024, Durham era uno de los 14 municipios de Carolina del Norte miembros de la Red de Estados y Comunidades Amigables con los Mayores de AARP.⁴⁵ En mayo de 2023, Carolina del Norte se convirtió en el duodécimo estado en unirse a la Red.⁴⁶

Para inscribirse en la Red de Estados y Comunidades Amigables con los Mayores es necesario presentar una solicitud de membresía y cartas de compromiso de las autoridades electas del municipio.⁴⁷ Las cartas representan el compromiso de las autoridades electas de colaborar activamente con los representantes de la comunidad para hacer que su ciudad, pueblo, condado o estado sea más amigable con los mayores. Los miembros de la red también se embarcan en un proceso comunitario y amigable con los mayores de 5 años que incluye 7 pasos:

- **AÑO 1** - establecer una vía para que los adultos mayores participen activamente en todo el proceso y realizar una evaluación de las necesidades de la comunidad.
- **AÑO 2** - elaboración y difusión pública de un plan de acción amigable con los mayores que aborde las necesidades identificadas en la evaluación.
- **AÑOS 3-4** - implementación y seguimiento de las actividades del plan.
- **AÑO 5** - completar una evaluación independiente de las actividades del plan y del impacto general del proceso comunitario amigable con los mayores. Las comunidades también presentan un informe de avance y comparten soluciones y lecciones aprendidas con otros miembros de la Red.⁴⁸

Ciclo quinquenal del proceso de comunidades adaptadas a las personas mayores

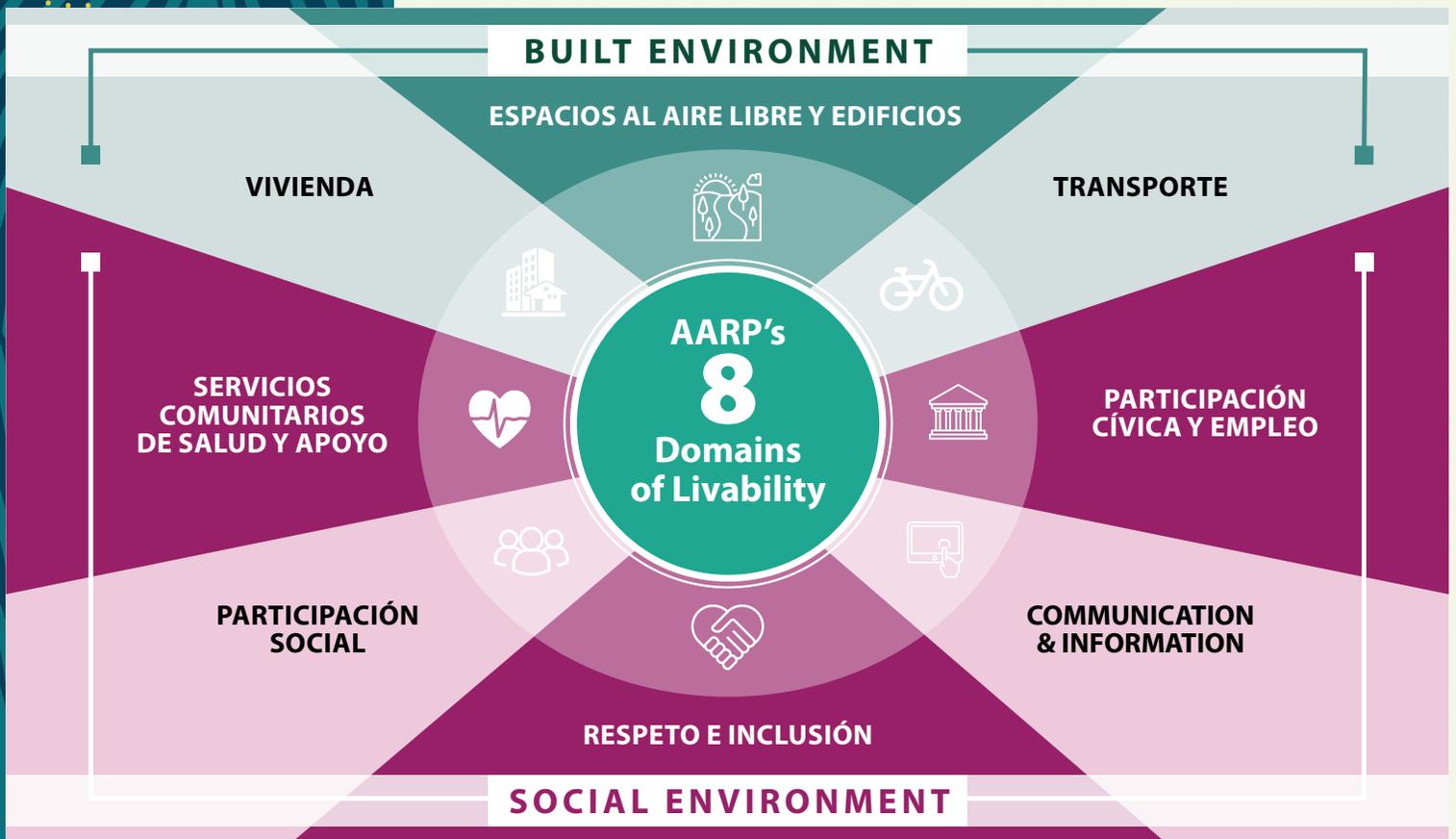




Marco de habitabilidad de AARP e índices de habitabilidad de la ciudad y el condado de Durham

Los miembros de la Red de Estados y Comunidades Amigables con los Mayores de AARP utilizan el marco de habitabilidad para organizar los procesos y planes de acción amigables con los mayores de sus comunidades. El marco tiene 8 ámbitos que representan la habitabilidad o calidad de vida de una comunidad.⁴⁹

La habitabilidad abarca el entorno construido: vivienda, espacios al aire libre, edificios y transporte multimodal.⁵⁰ También incluye factores sociales y económicos como el compromiso cívico, el empleo, la participación social, el apoyo comunitario, el respeto y la inclusión.⁵¹ Las comunidades con mayores niveles de habitabilidad son más amigables con los mayores.



AARP elabora un índice de habitabilidad para municipios de todo Estados Unidos. El índice utiliza 7 categorías para evaluar la habitabilidad general de una comunidad en una escala de 0 a 100.⁵² Las localidades que obtienen puntuaciones más altas en el índice se consideran más habitables y amigables con los mayores. El índice también agrupa a las comunidades por tamaño de población:

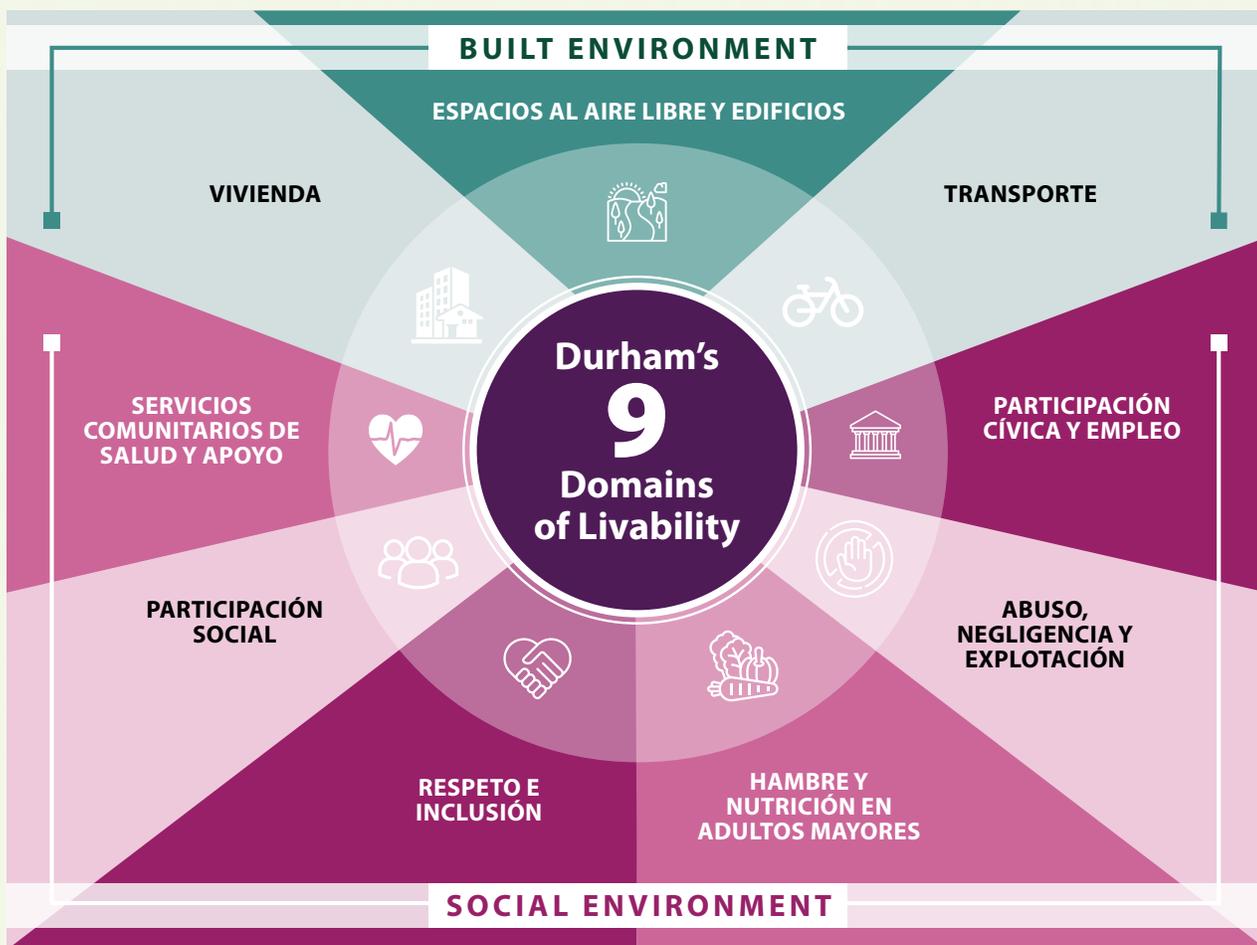
- **Muy grandes** – comunidades con más de 500,000 habitantes
- **Grande** – 100,000-499,999 habitantes
- **Mediana** – 25,000-99,999 habitantes
- **Pequeña** – 5,000-24,999 habitantes⁵³

Las puntuaciones de las categorías se basan en diversos indicadores de los ámbitos de la habitabilidad. La Red de Estados y Comunidades Amigables con los Mayores también utiliza datos sobre políticas locales y estatales adaptadas a las personas mayores para determinar las puntuaciones de habitabilidad.⁵⁴ En 2024, las localidades más habitables de Estados Unidos por categoría de población y sus puntuaciones en el índice son:

- **Muy grande** – San Francisco, California (66)
- **Grande** – Arlington, Virginia (67)
- **Mediana** – Cliffside Park, Nueva Jersey (68)
- **Pequeña** – Great Neck Plaza, Nueva York (73).

El índice clasifica a la ciudad y al condado de Durham dentro de las comunidades grandes. En 2024, las puntuaciones de habitabilidad de la ciudad y el condado de Durham eran de 60⁵⁵ y 61 respectivamente.⁵⁶ Las puntuaciones más bajas de la ciudad y el condado corresponden a los vecindarios y las más altas a la participación (ciudad) y el medio ambiente (condado).

El Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 tiene 9 ámbitos de habitabilidad. Éstos son:



El Plan para el Envejecimiento 2020 tenía nueve ámbitos, ya que “Hambre y nutrición para los adultos mayores” estaba agrupado junto con “Servicios comunitarios de salud y apoyo”. En el Plan 2020 también hay un ámbito de “Comunicación e intercambio de información”.



Grupos de habitabilidad y proceso de planificación de comunidades adaptadas a las personas mayores del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030

En la primavera de 2023, los grupos de habitabilidad comenzaron a desarrollar definiciones, objetivos y estrategias para los ámbitos del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025. A lo largo de 2023 y 2024, el proceso de diseño fue dinámico, ya que los grupos de habitabilidad perfeccionaron los borradores de los objetivos y estrategias del plan para reflejar el conocimiento de los miembros sobre las prioridades emergentes identificadas por los adultos envejecientes en Durham. El proceso de diseño también incluyó "puntos de chequeo" sobre otros tres planes que están relacionados con el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030:

- El Plan Integral de Durham adoptado por la ciudad y el condado de Durham en octubre de 2023⁵⁷,
- "A Place to Thrive. Creating Opportunities to Age Well in North Carolina,⁵⁸" 2023 del North Carolina Institute of Medicine,
- "All Ages All Stages North Carolina - Multisector Plan for Aging"⁵⁹ 2024

El propósito de los puntos de chequeo era conocer los tres planes y alinearlos con el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030. Las actividades de chequeo incluyeron:

- Revisión de los planes por el personal de Aging Well Durham.
- Reuniones entre el personal de Aging Well Durham y representantes de los convocantes de los planes.
- Invitar a representantes de las organizaciones convocantes a reunirse con los grupos de habitabilidad y hacer presentaciones en las reuniones comunitarias trimestrales organizadas por Aging Well Durham.
- Actualizar el borrador de los objetivos, las estrategias y el texto del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 para alinearlos con los otros tres planes.

Además, el personal de Aging Well Durham participó en los grupos de trabajo "All Ages All Stages NC".

El resultado general deseado del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 es mejorar la habitabilidad y la adecuación de Durham a las necesidades de las personas mayores. Aunque los objetivos y estrategias propuestos en el Plan se crearon desde las perspectivas del envejecimiento y la capacidad, los cambios positivos que se espera que aporten están pensados para beneficiar a las personas de todas las edades y capacidades que viven en Durham.

No solo necesitamos voluntarios jóvenes que nos ayuden, sino que nosotros, las personas mayores, aunque nos falte algo de fuerza física, hemos acumulado experiencias en la vida que podemos aportar. Podemos devolver nuestro conocimiento, nuestras experiencias y nuestro tiempo. Creo que lo que más tenemos ahora es tiempo. Estamos muy dispuestos a hacer cosas, lo cual me parece estupendo.

- Participante en la sesión de escucha: adultos mayores que hablan chino



Los grupos de habitabilidad utilizaron las siguientes definiciones durante el proceso de diseño del plan:



DEFINICIONES DE LOS ÁMBITOS

- son el estado ideal o la visión de los grupos de habitabilidad para los adultos mayores en una Durham amigable con los mayores dentro del contexto del ámbito particular.



OBJETIVOS

- representan los resultados que trabajaremos para alcanzar en los próximos 5 años.



ESTRATEGIAS

- en qué centrará Durham sus actividades para apoyar los objetivos.

Las agencias líderes que aparecen en el Plan tienen programas o actividades que apoyan los objetivos del plan. Las agencias líderes crearon el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 participando en al menos un grupo de habitabilidad o proporcionando información a través de la comunicación con Aging Well Durham. Las listas actuales de agencias líderes se actualizarán continuamente con la incorporación de nuevos colaboradores en los próximos 5 años. En otoño de 2024, los grupos de habitabilidad identificaron posibles indicadores de éxito. Se desarrollará un marco de evaluación para el Plan para el Envejecimiento utilizando estos indicadores.

El proceso de diseño de 2023-2024 no incluyó la elaboración de objetivos SMART (acrónimo en inglés de: Específicos, Medibles, Alcanzables, Relevantes, y Con un plazo de tiempo). Los objetivos SMART se desarrollarán en 2025 antes de que comiencen las actividades de implementación. Se utilizarán para seguir los avances del plan.

Además del trabajo del grupo de habitabilidad para crear el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030, Aging Well Durham organizó **una serie de 8 sesiones de escucha** en la primavera de 2024 con adultos envejecientes. Las sesiones de escucha tenían tres objetivos principales:

1. Establecer relaciones entre Aging Well Durham, los adultos mayores y los adultos con discapacidad.
2. Aprender sobre lo que funciona bien para los adultos envejecientes y lo que creen que debería hacerse para mejorar las condiciones de la comunidad en Durham.
3. Recopilar información para ayudar a dar forma a la implementación del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030.

Los miembros de la comunidad que participaron en las sesiones de escucha fueron:

- Adultos discapacitados (mayores de 18 años),
- Cuidadores familiares que hablan inglés
- Cuidadores familiares que hablan español
- Adultos mayores que hablan español
- Adultos mayores que hablan criollo haitiano
- Adultos mayores que hablan chino mandarín
- Adultos mayores que viven en el norte del condado de Durham
- Adultos mayores que viven en los vecindarios de West End-Lakewood.

En total, 79 adultos envejecientes participaron en las sesiones de escucha. *Se publicará un resumen inicial de las conclusiones de las sesiones y una infografía en el sitio web de Aging Well Durham: www.agingwelldurham.org*



Me gusta el clima. Me gusta Carolina del Norte. Algo que ha mejorado en los últimos años y por lo que estoy muy agradecido... Ha habido un acceso mucho mejor a la salud mental en Durham. Realmente ha mejorado desde el COVID: la conectividad. Me siento mucho más cómodo participando con la gente desde mi casa y con mi gato. Puedo recibir mi terapia aquí, porque físicamente no puedo subirme al autobús. Creo que Durham hizo un muy buen trabajo con el COVID. De verdad lo creo.

- Participante en la sesión de escucha:
adultos con discapacidades



Visión, misión y problemáticas transversales del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030

Un Consejo de Coordinación formado por representantes de los grupos de habitabilidad se reunió dos veces en 2024 para redactar una declaración de visión y misión e identificar valores y problemáticas transversales para el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030. El Consejo de Coordinación comenzó revisando la misión, la visión, los valores y las problemáticas transversales del Plan para el Envejecimiento de Durham 2020 y posteriormente actualizó estos elementos específicos.

Declaración de Visión para el Plan Integral para el Envejecimiento en Durham

2025-2030 – Durham es una comunidad próspera, vibrante, diversa e inclusiva que respeta y valora a los adultos envejecientes de todas las razas, origen étnico, capacidades y estatus socioeconómico. Ofrece abundantes oportunidades para que todos los habitantes participen, vivan, trabajen, practiquen su religión, aprendan y jueguen con dignidad construyendo un sentido de pertenencia.

Declaración de Misión para el Plan Integral para el Envejecimiento en Durham

2025-2030 – Durham celebrará el envejecimiento, además de satisfacer las necesidades y vincular las fortalezas de todos los vecinos hacia el objetivo de construir una comunidad segura, asequible, accesible y conectada a través de su Plan Integral para el Envejecimiento.

Valores del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030

Participación, Equidad, Dignidad, Integridad, Respeto, Pertenencia, Compasión, Autodeterminación, Centrado en las Personas, Inclusión, Salud y Bienestar, Seguridad, Felicidad.

Su propósito es asegurar que el Plan Integral para el Envejecimiento de Durham refleje la diversidad de adultos mayores en Durham, sus experiencias vividas y la consideración de los activos y necesidades de Durham. Los temas transversales del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 son:

- **Accesibilidad en todas sus formas**
- **Comunicación, incluyendo la alfabetización digital**
- **Seguridad ciudadana**
- **Resiliencia climática**
- **Demencia**
- **Oportunidades y espacios intergeneracionales**
- **Equidad racial**
- **Orientación sexual e identidad de género**
- **Apoyo social**
- **Estatus socioeconómico.**

Los temas transversales también representan el compromiso de Aging Well Durham de colaborar continuamente con los adultos envejecientes más afectados por las desigualdades sociales.

Una es cuánto valoro la biblioteca pública. Es una biblioteca pública realmente muy buena. Y cuando puedo tomar el autobús para ir a la biblioteca pública, todos son muy amables. He visto que los pasajeros y los conductores son personas muy amables.

- Participante en la sesión de escucha: adultos con discapacidades

Definiciones de ámbitos, objetivos, estrategias y agencias líderes del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030

ABUSO, NEGLIGENCIA Y EXPLOTACIÓN

- **DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:** En una Durham amigable con los mayores, los adultos envejecientes están libres de toda forma de abuso, negligencia y explotación, incluyendo las barreras sistémicas.
- **OBJETIVO 1:** Fortalecer la capacidad de la comunidad para reconocer y denunciar los abusos, la negligencia y la explotación de los adultos mayores y los adultos con discapacidades.
- ESTRATEGIA 1:** Aumentar el conocimiento público del Programa de Servicios de Protección de Adultos de Carolina del Norte.
- ESTRATEGIA 2:** Educar a la comunidad sobre la obligación legal de reportar incidentes de abuso, negligencia o explotación de adultos envejecientes.
- ESTRATEGIA 3:** Seguir promoviendo y mejorando la comunicación, colaboración y coordinación interinstitucional entre las organizaciones que prestan servicios a los adultos envejecientes.

Agencias líderes: Equipo Multidisciplinario de Protección de Adultos del condado de Durham

PARTICIPACIÓN CÍVICA Y EMPLEO

- **DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:** Un Durham amigable con los mayores proporciona vías seguras para que los adultos mayores puedan, si así lo desean, trabajar remuneradamente y ofrecer voluntariamente sus habilidades mientras participan en la vida cívica.
- **OBJETIVO 1:** Establecer y mantener una red clara y accesible de información sobre oportunidades de voluntariado y empleo.
- ESTRATEGIA 1:** Inventariar las oportunidades de voluntariado y empleo existentes para los adultos mayores.
- ESTRATEGIA 2:** Identificar y reclutar organizaciones colaboradoras que tengan capacidad para organizar una red de información sobre oportunidades de voluntariado y empleo.
- ESTRATEGIA 3:** Aumentar el conocimiento sobre las organizaciones existentes que ofrecen oportunidades de voluntariado y empleo para los adultos mayores.
- **OBJETIVO 2:** Aumentar el conocimiento sobre las oportunidades de participación cívica y empleo para los adultos envejecientes mediante la creación de colaboraciones inclusivas.
- ESTRATEGIA 1:** Identificar las empresas y organizaciones existentes que ofrecen oportunidades de voluntariado y empleo para adultos envejecientes.
- ESTRATEGIA 2:** Identificar y ampliar las oportunidades de formación para adultos envejecientes.
- ESTRATEGIA 3:** Organizar talleres sobre nuevas oportunidades de empleo, como el teletrabajo, el emprendimiento y la transición a segundas y terceras carreras.
- ESTRATEGIA 4:** Facilitar la participación de los adultos envejecientes en todos los aspectos de los sectores público, privado y cívico.

El boca a boca me trajo clientes. Nunca hago publicidad. Me siento apoyado al 110%. Y, a partir de las conversaciones que llevan a lo que haces, si tienes hijos, obtienes información. Y Durham ofrece eso.

- Participante en la sesión de escucha: adultos mayores que hablan criollo haitiano



La gente habla más aquí, se comunica, se acerca a los demás. ...ya sabes, estando en una gran ciudad, a veces es difícil acercarse a la gente, tal vez sea porque hay demasiada gente allí. Pero aquí es más fácil conectar con las personas.

- Participante en la sesión de escucha: adultos mayores que viven en el norte de Durham



OBJETIVO 3:

Crear conciencia en la comunidad sobre el valor de los adultos envejecientes en el empleo, el voluntariado y la participación cívica.

ESTRATEGIA 1:

Reformular el envejecimiento y los mensajes en torno al valor de los adultos mayores en el empleo y el voluntariado.

ESTRATEGIA 2:

Aumentar el número de empleos, voluntariado y oportunidades de participación cívica para los adultos envejecientes.



OBJETIVO 4:

Promover la participación electoral y la participación cívica equitativas en todo Durham.

ESTRATEGIA 1:

Colaborar con los grupos electorales no partidistas existentes para aumentar el conocimiento entre los adultos envejecientes sobre los requisitos para votar, los lugares de votación, los periodos de votación y los plazos.

ESTRATEGIA 2:

Animar a los adultos envejecientes de grupos demográficos infrarrepresentados a presentarse a cargos políticos.

ESTRATEGIA 3:

Coordinar el transporte de los adultos envejecientes a los lugares de votación.

ESTRATEGIA 4:

Garantizar que todos los lugares de votación sean accesibles, lo cual incluye tener paradas de transporte público.

Agencias líderes: AARP NC, Durham CAN, Durham County Board of Elections, Durham Technical Community College, City of Durham - Technology Solutions Department, Digital Durham, El Centro Hispano, League of Women Voters of Orange, Durham, Chatham Counties, Kramden Institute, The National Caucus & Center for Black Aging, Inc, Triangle Nonprofit & Volunteer Leadership Center- RSVP, North Carolina Senior Tar Heel Legislators, You Can Vote

SERVICIOS COMUNITARIOS DE SALUD Y APOYO



DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:

Un Durham amigable con los mayores proporciona una oportunidad justa y equitativa de alcanzar el bienestar para todos los adultos envejecientes.



OBJETIVO 1:

Mejorar la coordinación entre las organizaciones comunitarias, gubernamentales y de atención médica para lograr resultados óptimos o los mejores resultados posibles en salud para los adultos envejecientes.

ESTRATEGIA 1:

Identificar estrategias innovadoras para mejorar la colaboración.

ESTRATEGIA 2:

Promover la inversión en una plataforma compartida de cara al consumidor para facilitar la coordinación de los servicios y la navegación.

ESTRATEGIA 3:

Abogar por un reembolso justo de los servicios sociales y de salud.



Photo © Discover Durham



OBJETIVO 2: Mejorar el acceso a los servicios de salud para lograr una salud y una funcionalidad óptimas.

ESTRATEGIA 1: Mejorar la alfabetización organizativa para involucrar eficazmente a los adultos mayores de poblaciones históricamente marginadas (HMP, por sus siglas en inglés).

ESTRATEGIA 2: Invertir recursos y ahorros en la comunidad y en las organizaciones comunitarias que trabajan con adultos envejecientes.

ESTRATEGIA 3: Invertir en programas comunitarios que sean confiables para los adultos envejecientes de Durham.



OBJETIVO 3: Mejorar el apoyo y la respuesta de la comunidad para garantizar la seguridad pública de todos los adultos envejecientes en caso de emergencias y crisis.

ESTRATEGIA 1: Utilizar y promover prácticas y modelos basados en evidencia para reducir los daños causados a los adultos mayores por las emergencias y crisis.

ESTRATEGIA 2: Mejorar la coordinación del apoyo gubernamental y comunitario durante las emergencias y crisis.

ESTRATEGIA 3: Invertir en actividades de construcción de coaliciones para la preparación y respuesta ante emergencias/crisis, incluyendo el apoyo a las convocatorias comunitarias.

ESTRATEGIA 4: Aumentar el uso de Alert Durham.

ESTRATEGIA 5: Utilizar diversos enfoques de comunicación para difundir información, con un énfasis especial en llegar a los adultos envejecientes que están socialmente aislados o que hablan idiomas diferentes al inglés.



OBJETIVO 4: Desarrollar la capacidad de la mano de obra remunerada y voluntaria para mejorar la salud de los adultos mayores.

ESTRATEGIA 1: Invertir y ampliar la formación, el alcance de la práctica, el pago, los beneficios y la valoración del personal de atención directa.

ESTRATEGIA 2: Proporcionar información a nivel comunitario sobre la contratación de trabajadores de atención directa.

ESTRATEGIA 3: Ampliar la fuerza laboral de salud comunitaria para aumentar el número de adultos mayores que trabajan como promotores de salud comunitaria (CHW, por sus siglas en inglés) y el número de CHW que trabajan con adultos mayores de HMP.

ESTRATEGIA 4: Mejorar la educación y la comunicación entre los equipos de cuidado para atender eficazmente a los adultos envejecientes.



OBJETIVO 5: Valorar a los colaboradores de cuidado familiar y fomentar los cuidados autodirigidos.

ESTRATEGIA 1: Apoyar a los colaboradores de cuidado, abogando por cambios políticos que les reconozcan y compensen.

ESTRATEGIA 2: Proporcionar recursos de colaboradores de cuidado que sean adecuados para todos los niveles socioeconómicos, niveles de alfabetización e idiomas que se hablan en Durham.





Photo © Discover Durham



Photo © Discover Durham



OBJETIVO 6:

Apoyar a los adultos envejecientes y a sus familias a prepararse para tomar decisiones sobre los objetivos de su cuidado, incluyendo el cuidado al final de la vida.

ESTRATEGIA 1:

Proporcionar recursos comunitarios, incluyendo espacios, que faciliten los objetivos de los cuidados y la planificación de los cuidados al final de la vida.

ESTRATEGIA 2:

Mejorar la capacidad de los equipos de cuidado para comunicarse con los adultos mayores y sus familias sobre los objetivos de cuidado mediante políticas y el desarrollo del personal.

ESTRATEGIA 3:

Involucrar a las comunidades utilizando modelos y comportamientos que reflejen las diferencias culturales y los valores sobre los objetivos del cuidado.

Agencias líderes: AARP NC, Central Pines Regional Council - Area Agency on Aging, Diaper Bank of North Carolina, Duke University Health System, Durham Center for Senior Life, Durham County Community Paramedics, Durham County Office of Emergency Services, Durham County Department of Social Services, Durham County Department of Public Health, Durham Men's Health Council County Paramedics, Durham Technical Community College, El Centro Hispano, Jewish for Good, Local Direct Care Workforce Agencies, North Carolina Central University, North Carolina Community Health Worker Association, Partnership for a Healthy Durham, Project Access of Durham County, Senior CommUnity Care of North Carolina - PACE, Senior PharmAssist

VIVIENDA



DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:

En un Durham amigable con los mayores, los adultos envejecientes tienen muchas opciones de vivienda asequible, segura, orientada a la comunidad y accesible, con recursos que apoyan su permanencia en el hogar.



OBJETIVO 1:

Los adultos mayores y los adultos mayores con discapacidades participan de forma equitativa y son co-creadores de las políticas de vivienda de Durham.

ESTRATEGIA 1:

Garantizar que se consulte a los adultos envejecientes sobre los proyectos públicos antes de que se finalicen las decisiones y los planes.

ESTRATEGIA 2:

Crear intervenciones de seguridad comunitaria junto a los miembros de la comunidad de Durham que están en mayor riesgo de sufrir daños: jóvenes, adultos mayores, personas que regresan a casa después de ser encarceladas y personas mayores con discapacidades.

**OBJETIVO 2:**

Movilizar para apoyar una vivienda segura y justa y para aumentar la oferta y el acceso a la vivienda y a los servicios de apoyo para adultos envejecientes con discapacidades en Durham.

ESTRATEGIA 1:

Aumentar el conocimiento sobre los derechos de los inquilinos y residentes en materia de vivienda en Durham.

ESTRATEGIA 2:

Aumentar la oferta y el acceso a viviendas de apoyo permanente y servicios de apoyo para adultos mayores con ingresos limitados, que regresan a casa tras haber sido encarcelados o que tienen discapacidades.

ESTRATEGIA 3:

Invertir a largo plazo en la salud pública, los servicios sociales y los trabajadores de atención directa de primera línea de Durham.

**OBJETIVO 3:**

Utilizar políticas y modelos innovadores para ayudar a los adultos envejecientes propietarios de sus viviendas a envejecer en ellas y con dignidad.

ESTRATEGIA 1:

Apoyar a las organizaciones sin fines de lucro existentes y crear otras nuevas para proporcionar viviendas construidas recientemente que sean amigables para los mayores y para todas las capacidades.

ESTRATEGIA 2:

Proporcionar financiamiento público para implementar modelos como Community Aging in Place Advancing Better Living for Elders (“La Comunidad Envejeciendo en el Lugar Avanzando por una Mejor Vida para las Personas Mayores”, o CAPABLE por sus siglas en inglés), que apoyan proactivamente a los adultos envejecientes para que permanezcan en sus hogares y comunidades.

ESTRATEGIA 3:

Ampliar la elegibilidad y simplificar el proceso de solicitud para los programas de ayuda a propietarios de viviendas con bajos ingresos del condado de Durham y de ayuda fiscal a personas mayores o discapacitadas de Carolina del Norte.

ESTRATEGIA 4:

Promover entre los propietarios de viviendas los programas existentes de climatización, reparación de viviendas, hogares saludables y modificación de viviendas.

ESTRATEGIA 5:

Aumentar el acceso a opciones de financiamiento que no aumentan la deuda de las familias que luchan por permanecer en sus hogares.

Me gusta el hecho de que haya diferentes estilos de vivienda, simplemente todos los diferentes vecindarios que puedo ver. Sí. Me gusta que tengamos excelentes instituciones de educación superior. Tenemos varias. Lo sé porque ofrecen oportunidades para continuar el aprendizaje a lo largo de la vida. Sí. Me gusta que haya muchas actividades en las artes y la cultura.

- Participante en la sesión de escucha: cuidador familiar



Photo © Discover Durham



OBJETIVO 4:

Utilizar políticas y modelos innovadores que ayuden a los adultos envejecientes que alquilan sus viviendas a envejecer en ellas y con dignidad.

ESTRATEGIA 1:

Identificar y preservar las viviendas de bajos ingresos en Durham que tienen opciones de asequibilidad que expiran.

ESTRATEGIA 2:

Proporcionar financiamiento público para implementar modelos como Community Aging in Place Advancing Better Living for Elders (“La Comunidad Envejeciendo en el Lugar Avanzando por una Mejor Vida para las Personas Mayores”, o CAPABLE por sus siglas en inglés), que apoyan proactivamente a los adultos envejecientes para que permanezcan en sus hogares y comunidades.

ESTRATEGIA 3:

Crear y mantener un programa de asistencia para el alquiler, apoyado conjuntamente por los gobiernos de la ciudad y el condado de Durham.

ESTRATEGIA 4:

Promover entre los propietarios e inquilinos de viviendas de alquiler los programas existentes de climatización, reparación y modificación de viviendas.

Agencias líderes: Central Pines Regional Council, City of Durham Neighborhood Improvement Services, Coalition for Fair Housing and Transit, Durham CAN, Durham City and Durham County Government, Durham City-County Planning, Durham County Department of Social Services, Durham Housing Authority, Legal Aid of North Carolina, Partnership for a Healthy Durham - Health and Housing Committee

Tienes que tener cuatro o cinco personas en una casa... solo para pagar la renta que están pidiendo. Creo que deberían tener algún otro tipo de alojamiento o vales o algún tipo de apoyo para la salud mental. Aquí hay muchas familias. La vivienda para ellas es terrible.

- Participante en la sesión de escucha: cuidador familiar

HAMBRE Y NUTRICIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES



DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:

Un Durham amigable con los mayores tiene un sistema alimentario adecuado para la región que aborda activamente las circunstancias y desafíos particulares que enfrentan los adultos mayores para satisfacer sus necesidades nutricionales.



OBJETIVO 1:

Garantizar un acceso fiable a alimentos apropiados para la región y adaptados a las necesidades y preferencias individuales.

ESTRATEGIA 1:

Fortalecer las colaboraciones existentes entre los diversos sectores del sistema alimentario local para distribuir alimentos apropiados para la región.

ESTRATEGIA 2:

Identificar oportunidades para nuevas colaboraciones entre diversos sectores del sistema alimentario local, incluyendo a los miembros de la comunidad.

ESTRATEGIA 3:

Ofrecer demostraciones de cocina y educación nutricional para promover la preparación de comidas y alimentos adecuados desde el punto de vista regional y cultural.





OBJETIVO 2: Proporcionar apoyo a la inscripción y retención de beneficios para maximizar los recursos financieros.

ESTRATEGIA 1: Apoyar las redes entre pares para compartir información sobre inscripción y beneficios.

ESTRATEGIA 2: Aumentar la inversión local para eliminar las listas de espera de los servicios sociales y cerrar las brechas.

ESTRATEGIA 3: Aumentar las oportunidades de inscripción en eventos comunitarios.



OBJETIVO 3: Ayudar a ampliar la capacidad de los centros de comidas colectivas existentes, como el Centro para la Vida de las Personas Mayores de Durham (DCSL, por sus siglas en inglés).

ESTRATEGIA 1: Aumentar la capacidad organizativa para eliminar las listas de espera.

ESTRATEGIA 2: Mejorar los servicios de transporte a todos los sitios de comidas colectivas, incluyendo el transporte “hasta la puerta” a la ubicación principal de DCSL.

ESTRATEGIA 3: Aumentar la cantidad de adultos mayores que acceden a comidas colectivas en el Centro de Adultos Mayores de Little River.



Photo © Discover Durham



Photo © Discover Durham



OBJETIVO 4:

Aumentar las oportunidades de participar en comidas colectivas.

ESTRATEGIA 1:

Identificar posibles nuevos lugares de comidas colectivas.

ESTRATEGIA 2:

Proporcionar financiamiento sostenible y apoyo en especie para la infraestructura de comidas colectivas.

ESTRATEGIA 3:

Desarrollar nuevas opciones de transporte que faciliten el acceso a las comidas colectivas.



OBJETIVO 5:

Apoyar el transporte y las oportunidades de entrega para que los adultos mayores consigan alimentos.

ESTRATEGIA 1:

Fortalecer la coordinación y la comunicación entre las organizaciones que distribuyen alimentos en Durham.

ESTRATEGIA 2:

Crear centros alimentarios en los vecindarios junto con los adultos envejecientes.

ESTRATEGIA 3:

Promover la ayuda mutua y el voluntariado para aumentar las entregas.

ESTRATEGIA 4:

Coordinarse con los productores directos y los servicios de reparto.

Agencias líderes: Benefits Enrollment Center, Black Farmers Market, Durham Center for Senior Life, Durham County Cooperative Extension, Durham County Department of Social Services, Durham Farmers Market, Durham Food Security Network, End Hunger Durham, Feed My Sheep, Golden Life Partnership, Jewish for Good, Meals on Wheels of Durham, Root Causes

ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS



DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:

Los espacios al aire libre están disponibles en todo Durham y satisfacen las necesidades de todos los usuarios. Las áreas verdes son abundantes, accesibles, están bien mantenidas, son bellas y seguras para todos. Los edificios son accesibles y seguros.



OBJETIVO 1:

Evaluar y mejorar los actuales espacios al aire libre para maximizar su belleza, uso y acceso para todas las edades y capacidades.

ESTRATEGIA 1:

Encuestar a los miembros de la comunidad sobre los espacios al aire libre de Durham para comprender y priorizar mejor dónde se necesitan mejoras. Buscar la interacción con los adultos envejecientes que actualmente carecen de acceso a espacios al aire libre bien mantenidos, bellos, acogedores y seguros.



Photo © Discover Durham

ESTRATEGIA 2: Donde no existan, construir aceras adicionales en las comunidades de Durham. Garantizar que las aceras existentes estén bien mantenidas y que cumplan con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA, por sus siglas en inglés).

ESTRATEGIA 3: Aumentar el número de pasos peatonales y ciclovías que cumplan las normas de accesibilidad y seguridad de la ADA.

» **OBJETIVO 2:** Colaborar con socios públicos y privados para apoyar el acceso inclusivo a los espacios al aire libre y los edificios.

ESTRATEGIA 1: Crear principios subyacentes para definir cómo debe ser el "acceso inclusivo" en Durham.

ESTRATEGIA 2: Convocar a un grupo de trabajo de usuarios previstos para definir lugares prioritarios donde ubicar nuevos espacios al aire libre que sean inclusivos e intergeneracionales.

ESTRATEGIA 3: Mejorar la seguridad al aire libre utilizando el envejecimiento y la accesibilidad como marcos de diseño.

ESTRATEGIA 4: Aumentar la cantidad de baños públicos limpios, bien mantenidos y accesibles.

» **OBJETIVO 3:** Fomentar el uso saludable de los espacios al aire libre por parte de adultos envejecientes y personas de todas las edades.

ESTRATEGIA 1: Proporcionar oportunidades y promover comportamientos agradables y saludables en Durham.

ESTRATEGIA 2: Proporcionar medios tanto tradicionales como innovadores para monitorear e informar sobre los problemas de mantenimiento, las preocupaciones de seguridad y las condiciones de los espacios al aire libre y los edificios públicos.

Agencias líderes: Parques y recreación de Durham



He estado aquí 30 años. Soy de Nueva York. En el 92, ni siquiera podía encontrar un bagel. No me gusta cómo se retrata a Durham, fuera de Durham, de manera negativa. Me gusta que Durham sea el desvalido luchador, de clase media, todos juntos en esto. Y espero que no cambie con los apartamentos de lujo de un millón de dólares.

- Participante en la sesión de escucha:
cuidador familiar



RESPECTO E INCLUSIÓN



DEFINICIÓN DE DOMINIO:

En un Durham amigable con los mayores, los adultos envejecientes son respetados y el envejecimiento en sí no se considera una barrera para participar en todas las actividades.



OBJETIVO 1:

Crear conciencia en la comunidad sobre el valor de los adultos envejecientes.

ESTRATEGIA 1:

Utilizar los marcos “Amigable con los Mayores” y “Salud en todas las políticas” para desarrollar e implementar ideas en Durham.

ESTRATEGIA 2:

Promover una visibilidad positiva de los adultos envejecientes en los medios de comunicación.

ESTRATEGIA 3:

Promover y apoyar las oportunidades inclusivas e intergeneracionales existentes.



OBJETIVO 2:

Mejorar el bienestar de las personas con demencia mediante una colaboración multisectorial de apoyo y servicios que incluya a toda la comunidad.

ESTRATEGIA 1:

Promover el compromiso de la comunidad para apoyar el tema de la demencia como prioridad de salud pública.

ESTRATEGIA 2:

Mejorar las capacidades en el tema de la demencia de las partes interesadas multisectoriales que prestan servicios y apoyo a las personas que viven con demencia.

ESTRATEGIA 3:

Planificar y entregar capacitación e información accesibles a toda la comunidad y a la colaboración multisectorial.

Agencias líderes: Dementia Inclusive Inc., Jewish for Good

PARTICIPACIÓN SOCIAL



DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:

En una Durham amigable con los mayores, la participación social es esencial para mejorar la salud individual y comunitaria. La participación social significa conectar a las personas allí donde se encuentran y respetar su derecho a la autodeterminación.



OBJETIVO 1:

Ampliar las oportunidades para que las personas se relacionen en torno a intereses comunes, cultivando al mismo tiempo un sentimiento de pertenencia.

ESTRATEGIA 1:

Apoyar la ampliación de los programas existentes que llegan a los adultos envejecientes confinados a sus hogares o en riesgo de sufrir aislamiento social.



ESTRATEGIA 2:

Promover las oportunidades sociales existentes para los adultos mayores, incluyendo detalles sobre la accesibilidad de las instalaciones y las opciones de transporte.

ESTRATEGIA 3:

Garantizar que las oportunidades de participación social sean inclusivas e intergeneracionales.



Agencias líderes: Digital Durham, Durham Center for Senior Life, Durham County Public Library, Durham Cooperative Extension, Durham Men's Health Council, Durham Parks and Recreation, Jewish for Good, Partnership for a Healthy Durham, Triangle Nonprofit and Volunteer Leadership Center

TRANSPORTE

**DEFINICIÓN DEL ÁMBITO:**

Hay transporte disponible en todo Durham. Es asequible y seguro para peatones, ciclistas y conductores. El transporte satisface las necesidades de todos los usuarios.

**OBJETIVO 1:**

Reducir las barreras a opciones de transporte asequibles, seguras, equitativas y accesibles.

ESTRATEGIA 1:

Evaluar el sistema de transporte actual con la participación de los adultos envejecientes.

ESTRATEGIA 2:

Promover los métodos actuales para recibir las opiniones de la comunidad y desarrollar mecanismos innovadores para difundirlas y garantizar la rendición de cuentas.

ESTRATEGIA 3:

Aumentar el acceso a diversas opciones de transporte, en particular para los miembros de la comunidad que tienen barreras financieras y de accesibilidad. Esto incluye el transporte público y los programas de transporte compartido.

ESTRATEGIA 4:

Garantizar un amplio acceso al transporte regional.

ESTRATEGIA 5:

Aumentar a través del transporte el acceso a la atención médica, los servicios sociales y las oportunidades de ocio, ampliando los programas innovadores como el GoDurham Senior Shuttle.

**OBJETIVO 2:**

Promover y proporcionar un transporte público accesible, limpio y seguro.

ESTRATEGIA 1:

Garantizar que la información sobre cómo acceder a las opciones de transporte en Durham esté actualizada y sea de fácil acceso, incluyendo mapas en papel y digitales en todos los idiomas que se hablan en Durham.

ESTRATEGIA 2:

Apoyar a los pasajeros con necesidades de accesibilidad. Esto incluye el conocimiento sobre la seguridad, la sensibilidad y el comportamiento apropiado en el autobús, tanto para pasajeros como para conductores.

ESTRATEGIA 3:

Distribuir uniformemente y evaluar las infraestructuras de tránsito como paradas de autobús, bancos e iluminación, para fomentar la seguridad y la comodidad.

Creo que el problema es que probablemente no están prestando atención a cuántas personas viven en el norte de Durham en este momento. Y darse cuenta de que no hay suficiente variedad en cuanto a compras y cosas así... Es cuando empiezas a pensarlo. Especialmente cuando pasas esa última tienda de comestibles, frente al río Eno. No hay otra.

- Participante en la sesión de escucha: adultos mayores que viven en el norte de Durham



OBJETIVO 3:

Diseñar un sistema de transporte flexible que permita a la población envejeciente de Durham desplazarse a pie y en bicicleta de forma segura.

ESTRATEGIA 1:

Diseñar las infraestructuras desde la perspectiva del envejecimiento, como aceras bien mantenidas, ciclovías protegidas, pasos peatonales, áreas de descanso con bancos, iluminación, almacenamiento de bicicletas y mejora de la legibilidad y visibilidad de los letreros.

ESTRATEGIA 2:

Apoyar los programas de seguridad para peatones y ciclistas proporcionando información sobre cómo caminar y andar en bicicleta de forma segura en Durham, incluyendo mapas de zonas de bajo tráfico y senderos para caminar.



OBJETIVO 4:

Crear un sistema que apoye a los conductores envejecientes y facilite su transición desde su vehículo personal hacia otras opciones de transporte.

ESTRATEGIA 1:

Facilitar y hacer más asequible los cursos de manejo para adultos mayores.

ESTRATEGIA 2:

Aumentar la educación específica sobre los distintos sistemas de transporte público (locales y regionales) que están disponibles y cómo los adultos mayores pueden acceder a ellos.

ESTRATEGIA 3:

Proporcionar educación y recursos que apoyen a los miembros de la familia, colaboradores de cuidado y cuidadores para que tengan conversaciones sobre cuándo un adulto mayor debe dejar de conducir.



OBJETIVO 5:

Proporcionar medios tradicionales e innovadores para supervisar e informar sobre los problemas de mantenimiento, los problemas de seguridad y el estado de los sistemas de transporte de Durham.

ESTRATEGIA 1:

Difundir los mecanismos actuales para reportar.

ESTRATEGIA 2:

Convocar un grupo intergeneracional representativo de la comunidad para desarrollar mecanismos innovadores para reportar.

Agencias líderes: AARP North Carolina, Bike Durham, City of Durham Transportation Department, Durham Center for Senior Life, End Hunger Durham, Golden Life Partnership, Partnership for a Healthy Durham, Vision Zero Coalition



Photo © Discover Durham

Hay adultos mayores que cuidan a sus padres, pero necesitan un respiro. Necesitan descanso y tiempo para recargar energías.

- Participante en la sesión de escucha: adultos mayores que hablan criollo haitiano

GLOSARIO DE TÉRMINOS UTILIZADOS EN EL PLAN INTEGRAL PARA EL ENVEJECIMIENTO DE DURHAM 2025-2030

Los grupos de habitabilidad 2025-2030 definieron algunos de los términos utilizados en el Plan. Los grupos también adoptaron definiciones utilizadas por otras organizaciones que tienen misiones similares a las del Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030. Las fuentes de las definiciones adoptadas se encuentran en la sección de Referencias del plan.

Vivienda asequible: Vivienda asequible significa que los hogares de Durham gastan menos del 30% de sus ingresos brutos mensuales en vivienda. El grupo Housing Livability reconoce que la asequibilidad es algo personal. Invitaremos continuamente a los miembros de la comunidad de Durham a actualizar esta definición.

Crisis comunitarias: Consideran un amplio conjunto de acontecimientos que repercuten negativamente en la salud y el bienestar de los adultos mayores de Durham. Estos eventos pueden ocurrir periódicamente o ser continuos. Algunos ejemplos de crisis comunitarias que afectan a los adultos envejecientes más que a otros grupos son: calor extremo,⁶⁰ aislamiento social,⁶¹ pandemias de salud pública,⁶² prescripción, sobredosis intencional y no intencional.⁶³

Vivienda justa: La Ley Federal de Vivienda Justa y la Ordenanza de Vivienda Justa de la ciudad de Durham “prohíben la discriminación en la vivienda por motivos de raza, color, origen nacional, religión, sexo (género), hándicap (discapacidad), situación familiar, situación militar, peinados protegidos, orientación sexual e identidad sexual. Es ilegal discriminar en la venta o alquiler de propiedades, coaccionar o interferir en la vivienda, o entregar condiciones de vivienda menos favorables basándose en la pertenencia de un inquilino a una o más de las clases “protegidas” mencionadas. También es ilegal acosar sexualmente a un inquilino o cometer otros actos de acoso que generen un entorno hostil”.⁶⁴

Objetivos del cuidado de salud (GOC, por sus siglas en inglés): Son las intenciones principales del cuidado de salud de una persona. Los equipos de salud deben comprender y respetar los valores, las prioridades de salud y las preferencias de la persona en cuanto a procedimientos, medicación, terapias y lugares preferidos para recibir atención médica.

Poblaciones Históricamente Marginadas (HMP, por sus siglas en inglés): Una población a la que se le ha negado histórica y sistemáticamente el acceso a servicios, recursos y relaciones de poder, lo que ha dado lugar a malos resultados en todo el espectro. Las HMP “suelen identificarse en función de su raza, etnicidad, situación socioeconómica, geografía, religión, lengua, identidad de género y condición de discapacidad”.⁶⁵

Inclusión: Que todo el mundo tenga un acceso justo a los recursos. Tener oportunidad de acceder a todos los recursos, especialmente para los grupos que suelen quedar excluidos. Todos son acogidos como miembros de la comunidad y se benefician de ello.

Lenguaje inclusivo: Lenguaje que evita el uso de ciertas expresiones o palabras que podrían considerarse excluyentes para determinados grupos de personas.⁶⁶

Desigualdades sociales: son el resultado de políticas y prácticas que crean una distribución desigual del dinero, el poder y los recursos entre las comunidades en función de la raza, la clase, el sexo, el lugar y otros factores.⁶⁷

Desigualdades sistémicas/estructurales: “Privilegio creado y reforzado institucionalmente para algunos grupos de personas y falta de privilegio y acceso a los recursos para otros (por ejemplo, en la legislación, las políticas, las prácticas empresariales, el acceso a la educación, la atención médica, la banca y la vivienda)”.⁶⁸



Photo © Discover Durham



Plan Integral para el Envejecimiento de Durham 2025-2030 Agradecimientos – Anexo

AGING WELL DURHAM – JUNTA DIRECTIVA 2023-2025

Elijah Bazemore – jubilado, Oficina del Sheriff del condado de Durham

Janet Bettger – Investigadora sobre los servicios de salud

Joyce Briggs – jubilada, Autoridad de Vivienda de Durham

Nathan Boucher – Políticas Públicas de la Universidad de Duke y Administración de Veteranos de Durham

Cherise Harrington – North Carolina Central University

Joe Harvard – clérigo jubilado, Primera Iglesia Presbiteriana

Jill Madsen – Jewish for Good

Jason Peace – Meals on Wheels Durham

Seanyea Rains Lewis – Centro Durham para la Vida de los Adultos Mayores

Pilar Rocha Goldberg – El Centro Hispano

Kim Shaw – Centro de Liderazgo de Voluntarios y Organizaciones Sin Fines de Lucro del Triángulo

Tammie Tate – Departamento de Servicios Sociales del condado de Durham

Gina Upchurch – Senior PharmAssist

Sally Wilson – Project Access del condado de Durham

PERSONAL DE AGING WELL DURHAM

Shelisa Howard-Martínez – Directora ejecutiva

Vanessa Real Williams – Coordinadora del Programa de Habitabilidad (2023-2024)

PLAN INTEGRAL PARA EL ENVEJECIMIENTO DE DURHAM 2025-2030 – CONSEJO DE COORDINACIÓN

Chris Abrons – Mercado Agrícola de Durham

Teah Bayless, DO – Medicina Familiar y Salud Comunitaria de Duke

Sammetta Cutler – Seguridad Ciudadana de Durham

Denise Ferrada – El Centro Hispano

Melissa Gordon-Pitts – Hospital Universitario de Duke

Denene Hinton – Alliance Health

Kenneth Johnson – Legisladores principales de los Tar Heels

Kimberly Monroe – Oficina de Salud Comunitaria de Duke Health

Olivia Moreno – El Centro Hispano

Debbie Royster – Duke Well

Crystal Taylor – Get Happy y Mercado Agrícola Negro de Durham

PLAN INTEGRAL PARA EL ENVEJECIMIENTO DE DURHAM 2025-2030 – MIEMBROS DEL GRUPO DE HABITABILIDAD

Grupo de habitabilidad sobre participación cívica y empleo

Brenda Cogdell – Caucus Nacional y Centro sobre el Envejecimiento Negro

Sarah Cline – Centro de Liderazgo de Voluntarios y Organizaciones Sin Fines de Lucro del Triángulo – RSVP

Denise Ferrada – El Centro Hispano

Donna Frederick – Voluntaria de la comunidad

Diane Hundley – Instituto Osher de Aprendizaje a lo Largo de la Vida (OLLI, por sus siglas en inglés) de la Universidad de Duke

Kenneth Johnson – Delegado sénior de la Asamblea Legislativa de los Tar Heels

George A. Long Sr. – Voluntario de la Comunidad

Katie McNeirney – Instituto Kramden

Ari Medoff – Arosa Care

Caitlin Metzguer – You Can Vote

Olivia Moreno – El Centro Hispano

Crystal Taylor – Get Happy y Mercado Agrícola Negro de Durham

Deborah Williamson – Liga de Mujeres Votantes de los condados de Orange, Durham y Chatham

Servicios Comunitarios de Salud y Apoyo

Destiny Alston – Senior CommUnity Care de Carolina del Norte – PACE

Ayomide Bankole, PhD, RN – Escuela de Enfermería de la Universidad de Duke

Teah Bayless, DO – Medicina Familiar y Salud Comunitaria de Duke

Dr. DeLon Canterbury – GeriatRx, Inc.

Sammetta Cutler – Departamento de Seguridad de la ciudad de Durham

Elvert Dorsey – Consejo de Salud Masculina de Durham

Howard Eisenson, MD – Centro de Salud Comunitaria Lincoln y Departamento de Medicina Comunitaria y Familiar, División de Salud Comunitaria de Duke – Just for Us

Jenisha Henneghan – Directora de la Agencia del Área sobre Envejecimiento – Consejo Regional de Central Pines

Kisha High – Senior CommUnity Care de Carolina del Norte – PACE

Jinizha Johnson – Gestión de Emergencias del Condado de Durham

Madison Lewis – Banco de Pañales de Carolina del Norte

Jennifer Link – Consejo Regional de Central Pines

Marjorie Lipscomb – Voluntaria de la Comunidad

Corey Morris – Departamento de Salud Pública de Durham

Ruth Phillips – Coalición Comunitaria por la Salud

Angel Romero Ruiz – Oficina de Gestión de la Salud Poblacional de Duke

Meghan Russ – Departamento de Servicios Sociales del condado de Durham

Elizabeth Schroeder – Gestión de Emergencias del condado de Durham

James Tabron – Consejo de Salud Masculina de Durham

Tammie Tate – Departamento de Servicios Sociales del condado de Durham

Capt. Helen Tripp – Paramédicos Comunitarios del condado de Durham

Gina Upchurch – Senior PharmAssist

Sally Wilson – Project Access del condado de Durham

Vivienda

Nathan Boucher – Escuela de Política Pública Sanford de la Universidad de Duke

Reggie Chandler – Autoridad de Vivienda de Durham

James Davis – Servicios de Mejora de Vecindarios de la ciudad de Durham

Helen Featherson – Voluntaria de la comunidad

Joi Gardner – Voluntaria de la comunidad

Bobby Harrington – Restorative Transitions

Sherry Harris – Autoridad de Vivienda de Durham

Sara Landis – Restorative Transitions

George A. Long Sr. – Voluntario de la Comunidad

Laura Martin – Aging Family Solutions

Kimberly Monroe – Oficina de Salud Comunitaria de Duke Health

Katrina Nesmith – Senior PharmAssist

Ruth Phillips – Coalición Comunitaria por la Salud

Anna Marie Pittman – Voluntaria de la comunidad

Charlene Reiss – Colaboración por un Durham Saludable, Comité de Salud y Vivienda

Debbie Royster – DukeWell

Jim Svara – Coalición por la Vivienda y el Tránsito Justos

Sally Wilson – Project Access del condado de Durham

Hambre y nutrición en adultos mayores

Chris Abrons – Voluntario de la Comunidad y Mercado Agrícola de Durham

Rev. Tanya Best – Voluntaria de la comunidad

Jacquelyn Blackwell – Feed My Sheep y Golden Life Partnership

Nathan Boucher – Escuela de Política Pública Sanford de la Universidad de Duke

Scott Brummel – Oficina de Salud Comunitaria de Duke Health

Anne Burgess – Voluntaria de la comunidad

Niya Carrington – Centro Durham para la Vida de los Adultos Mayores

Danielle Corcione – Meals on Wheels Durham

Raina Goldstein Bunnag – Extensión Cooperativa del condado de Durham

Kate Hanson – Meals4Families

Krista Kicsak – Colaboración por un Durham Saludable

Liliana Marin – Asociación Americana del Corazón

Leslie McClellan – Extensión Cooperativa de Durham

Olivia Moreno – El Centro Hispano

Mary Oxendine – Extensión Cooperativa del condado de Durham

Sarah Packard – Voluntaria de la comunidad

Seanyea Rains Lewis – Centro Durham para la Vida de los Adultos Mayores

Diana M Ramirez – El Centro Hispano

David Regan – Medicina Familiar y Salud Comunitaria de Duke

Carmelita Spicer – Coalición de Salud Comunitaria

Crystal Taylor – Get Happy y Mercado Agrícola Negro de Durham

Adam Velez – Senior PharmAssist

Jasmine Westbrooks – EatWell Exchange

Respeto e inclusión / Participación social / Abuso, negligencia y explotación

Chris Abrons – Voluntario comunitario y Mercado Agrícola de Durham

Teah Bayless, DO – Departamento de Medicine Comunitaria y Familiar, División de Salud Comunitaria de Duke – Just For Us

Amanda Borer – Voluntaria de la comunidad

Anne Burgess – Voluntaria de la comunidad

Dr. DeLon Canterbury – GeriatRx, Inc.

Melissa Gordon-Pitts – Hospital Universitario de Duke

Kisha High – Senior Community Care de Carolina del Norte – PACE

Denene Hinton – Alliance Health

Carmelita Karhoff – Dementia Inclusive Inc.

Louise Koslofsky – Voluntaria de la comunidad

John Margolis – Departamento de Servicios Sociales del condado de Durham

Olivia Moreno – El Centro Hispano

Rosalyn Pettyford – Voluntaria de la comunidad

Crystal Taylor – Get Happy y Mercado Agrícola Negro de Durham

PLAN INTEGRAL PARA EL ENVEJECIMIENTO DE DURHAM 2025-2030

Shelisa Howard-Martínez – Facilitadora del diseño y redactora principal del plan

Joi Gardner – Correctora del plan

Heather Dreps – Diseñadora gráfica del plan

Waleska Amaya – Coordinador comunitario



tilde Language Justice Collective – Traducción escrita del Plan

REFERENCIAS

- 1 Joan Pelletier. Correo electrónico a Shelisa Howard-Martinez. 3 de septiembre de 2024.
- 2 “Keeping in Step: An Action Plan for Durham’s Growing Older Population, 1991.” Coordinating Council for Senior Centers, Durham, NC.
- 3 “Keeping in Step: An Action Plan for Durham’s Growing Older Population, 1991.” Coordinating Council for Senior Centers, Durham, NC.
- 4 “Keeping in Step: An Action Plan for Durham’s Growing Older Population, 1991.” Coordinating Council for Senior Centers, Durham, NC.
- 5 Pellettier, Joan. Entrevista. 12 de diciembre de 2024.
- 6 Warren, Mary. Entrevista. 13 de diciembre de 2024.

7 City of Durham. *Strategic Plan Report 2021*. City of Durham, www.durhamnc.gov/DocumentCenter/View/46059/FY-2021-Strategic-Plan-Report.

8 Warren, Mary. Entrevista. 13 de diciembre de 2024.

9 North Carolina Department of Health and Human Services. “Home and Community Care Block Grant Procedures Manual for Community Service Providers.” *NC DHHS*, www.ncdhhs.gov/home-and-community-care-block-grant-procedures-manual-community-service-providers.

10 North Carolina Department of Health and Human Services. “Home and Community Care Block Grant Procedures Manual for Community Service Providers.” *NC DHHS*, www.ncdhhs.gov/home-and-community-care-block-grant-procedures-manual-community-service-providers.

11 North Carolina Department of Health and Human Services. “Home and Community Care Block Grant Procedures Manual for Community Service Providers.” *NC DHHS*, www.ncdhhs.gov/home-and-community-care-block-grant-procedures-manual-community-service-providers.

- 12 North Carolina Department of Health and Human Services. "Home and Community Care Block Grant Procedures Manual for Community Service Providers." *NC DHHS*, www.ncdhhs.gov/home-and-community-care-block-grant-procedures-manual-community-service-providers.
- 13 Warren, Mary. Entrevista. 13 de diciembre de 2024.
- 14 Centers for Disease Control and Prevention. *Healthy Aging at Any Age*. U.S. Department of Health and Human Services, <https://www.cdc.gov/healthy-aging/about/index.html>.
- 15 World Health Organization. *Ageing*. https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1.
- 16 Calanan, Renee M., et al. "CDC's Guiding Principles to Promote an Equity-Centered Approach to Public Health Communication Tools for Public Health Practice." *Preventing Chronic Disease*, vol. 20, 6 July 2023, doi:10.5888/pcd20.230028.
- 17 Trucil, D. E., et al. "When It Comes to Older Adults, Language Matters and Is Changing: American Geriatrics Society Update on Reframing Aging Style Changes." *Journal of the American Geriatrics Society*, vol. 69, 2021, pp. 265-267, doi:10.1111/jgs.16848.
- 18 Trucil, D. E., et al. "When It Comes to Older Adults, Language Matters and Is Changing: American Geriatrics Society Update on Reframing Aging Style Changes." *Journal of the American Geriatrics Society*, vol. 69, 2021, pp. 265-267, doi:10.1111/jgs.16848.
- 19 U.S. Equal Employment Opportunity Commission. "Age Discrimination." *EEOC*, www.eeoc.gov/age-discrimination#:~:text=Age%20discrimination%20involves%20treating%20an,remarks%20about%20a%20person's%20age.
- 20 AARP. *Age Discrimination Among Workers Age 50-Plus*. AARP Research, www.aarp.org/research/topics/economics/info-2022/workforce-trends-older-adults-age-discrimination.html.
- 21 Araújo, P. O., et al. "Ageism Directed to Older Adults in Health Services: A Scoping Review." *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, vol. 31, 6 Oct. 2023, doi:10.1590/1518-8345.6727.4019.
- 22 Gholamzadeh, S., et al. "Age Discrimination Perceived by Hospitalized Older Adult Patients in Iran: A Qualitative Study." *Health Promotion Perspectives*, vol. 12, no. 1, 29 May 2022, pp. 45-55, doi:10.34172/hpp.2022.07.
- 23 Diehl, Manfred, et al. "Optimizing Aging: A Call for a New Narrative." *American Psychologist*, vol. 75, no. 4, May-June 2020, pp. 577-589, doi:10.1037/amp0000606.
- 24 World Health Organization. "Discrimination and Negative Attitudes about Ageing Are Bad for Your Health." *WHO*, www.who.int/news/item/29-09-2016-discrimination-and-negative-attitudes-about-ageing-are-bad-for-your-health#:~:text=Older%20people%20who%20feel%20they%20are%20a,years%20less%20than%20people%20with%20positive%20attitudes.
- 25 Gutterman, Alan S. "On Ableism, Ageism, and the Intersections between Them." *Generations Journal - American Society on Aging*, 6 Dec. 2023, <https://generations.asaging.org/ableism-ageism-and-intersections-between-them#:~:text=Catalina%20Devandas%2DAguilar%2C%20who%20from,7>.
- 26 United Nations Department of Economic and Social Affairs - Social Inclusion. "Aging and Disability." *United Nations*, <https://social.desa.un.org/issues/disability/disability-issues/ageing-and-disability#:~:text=Currently%2C%20it%20is%20estimated%20that,to%20reach%20nearly%202.1%20billion>.
- 27 North Carolina Office of State Human Resources. "Employment First." *North Carolina Office of State Human Resources*, <https://oshr.nc.gov/state-employee-resources/diversity-inclusion/resources/employment-first#:~:text=More%20than%201.3%20million%20North,of%20North%20Carolinians%20without%20disabilities>.
- 28 AARP. *Language of Aging 2021*. AARP Research, www.aarp.org/content/dam/aarp/research/surveys_statistics/life-leisure/2021/language-aging.doi.10.26419-2Fres.00466.001.pdf.
- 29 American Psychological Association. *Older Adults' Health and Age-Related Changes: Reality versus Myth*. APA, www.apa.org/pi/aging/resources/guides/myth-reality.pdf.
- 30 El aumento constante del número de adultos mayores en las próximas dos décadas tendrá importantes repercusiones económicas y sociales para Durham. *Population Estimates and Projections*. 2019.
- 31 North Carolina Office of State Budget and Management. *Population Estimates and Projections*. 2019.
- 32 NC Office of State Budget and Management *Standard Population Estimates, Vintage 2020*; Population Projections, Vintage 2040. www.osbm.nc.gov/facts-figures/population-demographics.
- 33 North Carolina Department of Health and Human Services. *2022 North Carolina Aging Profiles*. NC DHHS, www.ncdhhs.gov/documents/2022-north-carolina-aging-profiles.
- 34 Sun, X., and X. Li. "Editorial: Aging and Chronic Disease: Public Health Challenge and Education Reform." *Frontiers in Public Health*, vol. 11, 9 May 2023, doi:10.3389/fpubh.2023.1175898.
- 35 United Nations Department of Economic and Social Affairs - Social Inclusion. "Aging and Disability." *United Nations*, <https://social.desa.un.org/issues/disability/disability-issues/ageing-and-disability#:~:text=Currently%2C%20it%20is%20estimated%20that,to%20reach%20nearly%202.1%20billion>
- 36 North Carolina Office of State Human Resources. "Employment First." *North Carolina Office of State Human Resources*, <https://oshr.nc.gov/state-employee-resources/diversity-inclusion/resources/employment-first#:~:text=More%20than%201.3%20million%20North,of%20North%20Carolinians%20without%20disabilities>.
- 37 Fang, M., J. Hu, J. Weiss, et al. "Lifetime Risk and Projected Burden of Dementia." *Nature Medicine*, 2025, doi:10.1038/s41591-024-03340-9.
- 38 Fang, M., J. Hu, J. Weiss, et al. "Lifetime Risk and Projected Burden of Dementia." *Nature Medicine*, 2025, doi:10.1038/s41591-024-03340-9.
- 39 AARP. "Where We Live, Where We Age: Trends in Home and Community Preferences - 2021 Home and Community Preferences Survey: A National Survey of Adults Age 18 Plus." *AARP*, www.aarp.org/pri/topics/livable-communities/housing/2021-home-community-preferences/.
- 40 AARP. "Despite Pandemic, Percentage of Older Adults Who Want to Age In-Place Stays Steady." *AARP*, www.aarp.org/home-family/your-home/info-2021/home-and-community-preferences-survey.html#:~:text=Nearly%20half%20of%20%EF%BB%BFthose,To%20save%20money%20(48%20percent).
- 41 United States Census Bureau. *Selected Population Profile in the United States: 2022 ACS 5-Year Estimates Data Profile*. 2022, <https://data.census.gov/table/ACSST5Y2022.S0102?q=Durham%20County,%20North%20Carolina>. Consultado el 20 de noviembre de 2024.
- 42 North Carolina Department of Health and Human Services. *2022 North Carolina Aging Profiles*. NC DHHS, www.ncdhhs.gov/documents/2022-north-carolina-aging-profiles.
- 43 World Health Organization. *Age-Friendly World*. WHO, extranet.who.int/agefriendlyworld/about-us/.
- 44 World Health Organization. "About the Global Network for Age-Friendly Cities and Communities." *Age-Friendly World*, extranet.who.int/agefriendlyworld/who-network/.

- 45 AARP. "Making North Carolina Communities Age-Friendly." *AARP*, <https://states.aarp.org/north-carolina/age-friendly>.
- 46 North Carolina Department of Health and Human Services. *NC's Multisector Plan for Aging*. NC DHHS, www.ncdhhs.gov/imstillhere.
- 47 AARP. "Introducing the AARP Age-Friendly Network of Communities and States." *AARP Livable Communities*, 2014, www.aarp.org/livable-communities/network-age-friendly-communities/info-2014/an-introduction.html.
- 48 AARP. "Introducing the AARP Age-Friendly Network of Communities and States." *AARP Livable Communities*, 2014, www.aarp.org/livable-communities/network-age-friendly-communities/info-2014/an-introduction.html.
- 49 Partners for Livable Communities. "What Is Livability?" *Partners for Livable Communities*, livable.nonprofitsoapbox.com/about-us/what-is-livability#:~:text=Livability%20is%20the%20sum%20of,8%20Principles%20of%20Livability.
- 50 Partners for Livable Communities. "What Is Livability?" *Partners for Livable Communities*, livable.nonprofitsoapbox.com/about-us/what-is-livability#:~:text=Livability%20is%20the%20sum%20of,8%20Principles%20of%20Livability.
- 51 Partners for Livable Communities. "What Is Livability?" *Partners for Livable Communities*, livable.nonprofitsoapbox.com/about-us/what-is-livability#:~:text=Livability%20is%20the%20sum%20of,8%20Principles%20of%20Livability.
- 52 AARP. "How Livable Is Your Community." *AARP Livability Index*, livabilityindex.aarp.org/.
- 53 AARP. "How Livable Is Your Community." *AARP Livability Index*, livabilityindex.aarp.org/.
- 54 AARP. *Index Methods and Sources*. <https://livabilityindex.aarp.org/methods-sources>. Consultado el 20 de diciembre de 2024.
- 55 AARP. *Durham, North Carolina*. <https://livabilityindex.aarp.org/search/Durham,%20North%20Carolina,%20United%20States>. Consultado el 20 de octubre de 2024.
- 56 AARP, *Durham County, North Carolina*. <https://livabilityindex.aarp.org/search/Durham%20County,%20North%20Carolina,%20United%20States>. Consultado el 20 de octubre de 2024.
- 57 City of Durham. *2023 Comprehensive Plan*. City of Durham, www.durhamnc.gov/346/Comprehensive-Plan.
- 58 North Carolina Institute of Medicine. *A Place to Thrive: Creating Opportunities to Age Well in North Carolina*. North Carolina Institute of Medicine, 2023.
- 59 North Carolina Department of Health and Human Services. *NC's Multisector Plan for Aging*. <https://www.ncdhhs.gov/imstillhere>.
- 60 Centers for Disease Control and Prevention. "Heat and Older Adults (Aged 65+)." *Centers for Disease Control and Prevention*, <https://www.cdc.gov/heat-health/risk-factors/heat-and-older-adults-aged-65.html#:~:text=What%20increases%20risk,control%20its%20temperature%20or%20sweat>.
- 61 Gerlach, LB, et al. "Social Isolation and Loneliness in Older Adults." *JAMA*, vol. 331, no. 23, 2024, p. 2058. doi:10.1001/jama.2024.3456.
- 62 Lekamwasam, R., and S. Lekamwasam. "Effects of COVID-19 Pandemic on Health and Wellbeing of Older People: A Comprehensive Review." *Annals of Geriatric Medicine and Research*, vol. 24, no. 3, Sept. 2020, pp. 166-172. doi:10.4235/agmr.20.0027. Epub 6 July 2020. PMID: 32752587; PMCID: PMC7533189.
- 63 Humphreys, K., and C.L. Shover. "Twenty-Year Trends in Drug Overdose Fatalities Among Older Adults in the US." *JAMA Psychiatry*, vol. 80, no. 5, 2023, pp. 518-520. doi:10.1001/jamapsychiatry.2022.5159.
- 64 City of Durham Neighborhood Improvement Services. "Fair Housing." *City of Durham*, www.durhamnc.gov/4811/FairHousing#:~:text=If%20you%20or%20someone%20you,for%20information%20about%20fair%20housing.
- 65 North Carolina Department of Health and Human Services. "Historically Marginalized Populations Toolkit for Healthcare Systems and Providers." *NC DHHS*, covid19.ncdhhs.gov/historically-marginalized-populations-engagement-toolkit/open.
- 66 Collins English Dictionary — Complete & Unabridged. Digital Edition, HarperCollins, 2012.
- 67 American Public Health Association. "Social Justice and Health." *APHA*, www.apha.org/what-is-public-health/generation-public-health/our-work/social-justice.
- 68 Porter, Sha-shonda, et al. "Tackling Systemic and Structural Inequities in Higher Ed IT: A Primer on Beginnings." *EDUCAUSE Review*, Apr. 2023, er.educause.edu/articles/2023/4/tackling-systemic-and-structural-inequities-in-higher-ed-it-a-primer-on-beginnings.



Aging Well Durham

1209 North Elizabeth Street
Durham, NC 27701

www.agingwelldurham.org