



**RECOMENDACIONES PARA
LA DESESCALADA DE LAS PERSONAS MAYORES
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA (SEGG)**

1. No limitar horarios para la salida de las personas mayores (que decidan el mejor momento, según su situación personal y condiciones de entorno).
2. Dar al mes 30 mascarillas quirúrgicas a las personas mayores de 70 años. Quienes las buscarían con su tarjeta sanitaria en las farmacias.
3. Dar al mes un bote de gel hidroalcohólico a las personas mayores de 70 años. Quienes lo buscarían con su tarjeta sanitaria en las farmacias.
4. Hacer campaña de sensibilización y apoyo intergeneracional con las personas mayores, como elemento de integración social y de detección de alertas.
5. Reactivar los servicios de atención a domicilio, comidas a domicilio y, a medida que se vaya controlando la epidemia, de los centros de día.
6. Impulsar un nuevo servicio de fisioterapia y terapia ocupacional a domicilio, para las personas mayores, que hayan presentado caídas o un deterioro funcional durante la fase de confinamiento y que previamente caminaban solos o con apoyo de bastón o andador.
7. Impulsar un nuevo servicio de psicología a domicilio para aquellas personas mayores que presenten alteraciones del estado de ánimo como consecuencia de la situación de confinamiento o que estén viviendo un proceso de duelo por el fallecimiento de familiares o allegados durante la crisis sanitaria, así como para la valoración e intervención en procesos de deterioro cognitivo que hayan podido agravarse durante estos meses ante la situación de aislamiento y el cierre de recursos como los centros de día y centros de estimulación.
8. Impulsar un nuevo servicio de apoyo psicológico para los cuidadores de personas mayores, especialmente para los cuidadores de aquellos que están cuidando a personas con demencia.
9. En general, a las personas mayores no les gusta identificarse como personas diferentes al resto de la sociedad porque no lo son y no aconsejamos que haya elementos que así los diferencien, como vagones separados en el transporte público o mesas separadas en restaurantes. De hecho, este tipo de medidas (a veces realizadas con la mejor intención) podrían ser consideradas discriminatorias y edadistas.
10. En el caso de las personas mayores con múltiples enfermedades y fragilidad y dependencia, y para las personas con demencia y sus cuidadores sí que es necesario:
 - a. Aconsejar a los supermercados y tiendas y establecimientos privados que no hagan esperar durante mucho tiempo el turno, estableciendo cajeros rápidos y atención por parte de los empleados.
 - b. Adoptar medidas similares para evitar esperas en las administraciones públicas, estimulando el contacto telemático.
 - c. Potenciar las entregas a domicilio de las compras realizadas por estas personas.
 - d. Identificar claramente en el transporte público la preferencia de asiento de estas personas.

Madrid, 20 de mayo de 2020