

# Información de Salud para las Personas de la Tercera Edad

## El crimen y las personas de la tercera edad

*Lucía está preocupada. Ella ha vivido en el mismo vecindario durante 50 años, pero las cosas parecen estar cambiando. La semana pasada su amiga Rosa caminaba hacia la tienda cuando un joven se acercó corriendo y le arrancó la cartera del hombro. Dos semanas atrás, José, el vecino de arriba, dijo que había puesto sus bolsas de víveres en la acera mientras esperaba el bus y de pronto alguien tomó las bolsas y salió corriendo.*

*A Lucía le causa tristeza pensar que a lo mejor tendrá que mudarse. Se pregunta, ¿Es que acaso*

*ya no existen lugares seguros para las personas mayores?*

Para las personas de la tercera edad y sus familias, el crimen es un tema de preocupación. Aunque las personas mayores tienen menos probabilidades de ser víctimas de un crimen que los adolescentes y los adultos jóvenes, el número de crímenes contra personas de la tercera edad es difícil de ignorar. A menudo se le da una gran divulgación. Cada año, más de dos millones de personas de la tercera edad son víctimas del crimen.

Las personas de la tercera edad muchas veces están sujetas a asaltos, robos de carteras o billeteras y robos de autos, o fraudes por reparaciones en la casa, como por ejemplo cobrar el costo de la reparación antes de hacerla y no volver más. También tienen más probabilidades que los jóvenes de tener que enfrentar atacantes desconocidos. Durante un crimen, una persona mayor tiene más probabilidades de ser seriamente lastimada que una persona más joven.

Pero aunque existen riesgos, no permita que el temor al crimen le impida disfrutar de la vida. Sea cuidadoso y esté consciente de sus alrededores. A continuación le presentamos un resumen general con algunos de los temas que más preocupan a las personas mayores.

Estos son consejos prácticos y de sentido común, que le pueden ayudar a

combatir el crimen y a proteger su seguridad. Al final de este folleto encontrará una lista de recursos con información adicional que le puede ayudar.

## Combata el crimen

Hay muchas cosas que usted puede hacer para mantenerse seguro, proteger su dinero y sus propiedades. Esta guía de lo que debe y no debe hacer le servirá para empezar:

### *Manténgase seguro en casa*

- ◆ Asegúrese que sus cerraduras, puertas y ventanas sean fuertes y que no puedan romperse fácilmente. Un buen sistema de alarma puede ser útil.
- ◆ Marque sus propiedades de valor grabándoles un número de identificación tal como el de su licencia de conducir. Haga una lista de sus pertenencias de valor—usted inclusive puede tomar fotografías de los artículos más valiosos. Guarde la información en un lugar seguro.

- ◆ No abra la puerta sin antes fijarse por la mirilla (también llamada ojo visor u ojo mágico) o por una ventana segura para ver quién está ahí. Si no conoce a la persona, antes de abrir pídale que le muestre prueba de que él o ella es quien dice ser. Recuerde, usted no tiene que abrir la puerta si se siente incómodo.
- ◆ No mantenga grandes cantidades de dinero en casa.
- ◆ Conozca a sus vecinos. Inscríbase en el programa de vigilancia de su vecindario (en inglés, *Neighborhood Watch program*).

### *Manténgase alerta al estar en la calle*

- ◆ Procure mantenerse alerta. Camine con un amigo. Manténgase alejado de lugares poco seguros como estacionamientos oscuros o callejones. Si maneja, no abra la puerta o baje los vidrios del carro a extraños. Estacionese en lugares bien iluminados.
- ◆ Haga arreglos para que le depositen directamente en su cuenta bancaria la pensión mensual o los cheques del Seguro Social. Procure no tener la misma rutina de horas y días para ir al banco.
- ◆ No lleve consigo mucho dinero en efectivo. Coloque su monedero, dinero o tarjetas de crédito en un

bolsillo interior. Lleve su cartera cerca del cuerpo, con la tira sobre los hombros y cruzando el pecho. No le haga resistencia a un ladrón—entréguele el dinero de inmediato.

- ◆ No mantenga su chequera y las tarjetas de crédito juntas. Un ladrón que roba ambas cosas puede usar la tarjeta de crédito para falsificar su firma en los cheques.

## Proteja su dinero y su propiedad

Las personas de la tercera edad pueden ser víctimas de fraudes tales como jugadas engañosas, estafas de seguros, estafas por reparaciones en la casa y/o fraudes por teléfono o Internet. Aun las amistades o familiares en quienes confía pueden robarle dinero o propiedades a una persona mayor. Confíe en sus instintos. Los siguientes consejos pueden ayudarle:

*Sea inteligente con su dinero*

- ◆ No tema colgarle el teléfono a un vendedor telefónico. Recuerde que siempre puede decir no a cualquier oferta. Usted no está siendo descortés—ise está cuidando a sí mismo!
- ◆ No dé ninguna información personal por teléfono, como el número de su tarjeta de crédito o

de su cuenta bancaria, o de seguro social, a menos que usted haya hecho la llamada. Tenga cuidado al devolver una llamada de ventas.

- ◆ No retire dinero de su cuenta bancaria si un extraño se lo pide. En una estafa común, un ladrón se hace pasar por un empleado del banco y le pide que retire dinero para determinar si la cajera que atiende en la ventanilla está haciendo bien su trabajo. Cuando la cajera le entrega el dinero, el ladrón se lo roba. Los bancos no le hacen este tipo de pruebas a sus empleados.
- ◆ No se deje engañar con ofertas que parecen “demasiado buenas para ser ciertas”. Usualmente, son estafas. Tenga cuidado con las ofertas que piden grandes sumas de dinero por adelantado y prometen éxito. Usted puede verificar con el *Better Business Bureau* de su localidad (organización nacional que regula la ética de los negocios e informa a los consumidores para protegerlos de estafas) para averiguar si la compañía es de confianza.
- ◆ No se confíe al contratar a personas que van de puerta en puerta buscando trabajos de reparación en las casas. Puede que le cobren de más. Procure verificar las referencias de éstas personas.

Siempre ponga por escrito los detalles del trabajo que usted desea que realicen. Nunca pague el trabajo completo por adelantado.

## Evite el robo de identidad

¿Cómo puede alguien robarle la identidad? Si alguien usa su nombre, número de Seguro Social o tarjeta de crédito sin su permiso—eso se llama robo de identidad y es un crimen serio. Protéjase:

- ◆ Mantenga la información de su cuenta corriente privada—guarde todos los cheques nuevos y cobrados en un lugar seguro; reporte el robo de cualquier cheque inmediatamente; verifique cuidadosamente su estado bancario mensual.
- ◆ No dé ninguna información personal por teléfono a menos que usted haya hecho la llamada y conozca a la persona con la que está hablando.
- ◆ Rompa en pedazos o triture todo documento que contenga información personal suya.
- ◆ Si usted hace compras por Internet, tenga mucho cuidado. Los sitios de Internet sin seguridad pueden no proteger la información de su tarjeta de crédito o cuenta bancaria.

Busque información que indique que el sitio tiene un “servidor seguro” antes de comprar cualquier cosa por Internet.

## El abuso de personas mayores

Es difícil de creer, pero el abuso de personas mayores puede ocurrir en cualquier parte, tanto en el hogar con familiares o amigos, o en un hogar de ancianos con los profesionales que las cuidan. Muchas personas no creen que abusar de las personas de la tercera edad es un crimen, pero sí lo es. Además del daño físico, el abuso también incluye aprovecharse de las finanzas, desatención, abuso sexual o abandono de una persona de edad avanzada. La mayoría de los abusos incluyen amenazas verbales o palabras que hieren. Sólo en raras ocasiones involucran el uso de armas o causan lesiones físicas más allá de pequeñas cortadas y moretones. Si conoce a alguien que está sufriendo de abuso, o si usted necesita ayuda, recuerde:

- ◆ Usted puede ayudarse a sí mismo y a otros, reportando los crímenes *cuando* ocurren. Si usted no reporta un crimen, por vergüenza o miedo, el criminal sigue libre. En la mayoría de los estados, reportar casos de abuso es una

responsabilidad, tanto moral como legal.

- ◆ Contacte a los programas de Servicio de Protección para Adultos (en inglés, *Adult Protective Service programs*) locales o estatales para recibir ayuda. Encontrará los nombres algunas organizaciones de este tipo al final de este folleto.
- ◆ Si lo han lastimado, acuda a un médico lo antes posible. Aunque usted no note nada malo, siempre existe la posibilidad de un daño interno.
- ◆ Contacte a un abogado. Este profesional le asistirá con cualquiera acción legal que se tenga que tomar.
- ◆ Planifique para su propio futuro. Gestione un poder legal para asuntos de salud, también conocido como voluntad en vida (*advance directive*) o haga un testamento en vida (*living will*), para que su familia conozca sus deseos para el futuro.

## Otros recursos útiles

Existen muchas organizaciones que tienen información más detallada sobre la prevención del crimen o protección. Verifique con los siguientes grupos para recibir

consejos que le ayuden a sentirse más protegido.

### **National Organization for Victim Assistance (NOVA) (Organización Nacional de Asistencia para las Víctimas)**

1730 Park Road, NW  
Washington, DC 20010  
1-800-TRY-NOVA (24 horas)  
[www.trynova.org](http://www.trynova.org) (en inglés)

### **AARP**

600 E Street, NW  
Washington, DC 20049  
202-434-2222  
[www.aarp.org/consumerprotect-wise/](http://www.aarp.org/consumerprotect-wise/)  
(en inglés)

### **The Council of Better Business Bureaus (CBBB)**

4200 Wilson Boulevard, Suite 800  
Arlington, VA 22203-1838  
703-276-0100  
[www.bbb.org](http://www.bbb.org) (en inglés)

### **Federal Trade Comisión (FTC) (Comisión Federal de Comercio)**

600 Pennsylvania Avenue, NW  
Washington, DC 20580  
1-800-FTC-HELP (1-800-382-4387)  
[www.ftc.gov](http://www.ftc.gov)

Pida el folleto en inglés *When Bad Things Happen to Your Good Name*  
(*Cuando le ocurren cosas malas a su buen nombre*)

**National Domestic Violence  
Hotline (NDVH)  
(Línea Nacional para la  
Violencia Doméstica)**

24 horas al día, 365 días al año  
PO Box 161810  
Austin, TX 78716  
1-800-799-SAFE (1-800-799-233)  
1-800-787-3224 (TTY)  
[www.ndvh.org](http://www.ndvh.org)

**National Center on Elder  
Abuse (NCEA)  
(Centro Nacional sobre el  
Abuso de Personas Mayores)**

1201 15th Street, NW  
Suite 350  
Washington, DC 20005  
202-898-2586  
[www.elderabusecenter.org](http://www.elderabusecenter.org)

Para más información gratis  
sobre la salud y el envejecimiento,  
contacte a:

**National Institute on Aging  
Information Center  
(Centro de Información del Instituto  
Nacional Sobre el Envejecimiento)**

PO Box 8057  
Gaithersburg, MD 20898-8057  
1-800-222-2225  
1-800-222-4225 (TTY)  
[www.nia.nih.gov](http://www.nia.nih.gov)



**National Institute on Aging**

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento  
Departamento de Salud y Servicios Humanos  
de los Estados Unidos  
Servicio de Salud Pública  
Institutos Nacionales de Salud  
Febrero 2004