

# ¡Se parte del Envejecimiento Saludable!

Accede al Plan Decenal de Envejecimiento Saludable para Puerto Rico:

escanea el código



## Síguenos

f X @ @  
@desaludpr



www.salud.pr.gov



# Plan Decenal de Envejecimiento Saludable para Puerto Rico

Secretaría Auxiliar de Servicios para la Salud Integral  
División de Salud Integral y Bienestar Comunitario

Publicidad subvencionada con los fondos del Preventive Health and Health Services Block Grant (Bloque de Preventiva) Award No. 1 NB01TO000023-01-00  
©2024 Derechos reservados.

Revisado: abril 2024

DEPARTAMENTO DE SALUD



DEPARTAMENTO DE SALUD



## El envejecimiento como oportunidad

- ✓ El envejecimiento, abre la posibilidad de **seguir haciendo lo que amamos y ser quienes somos**.
- ✓ Sin el apoyo adecuado, el envejecimiento puede traer limitaciones, como: deterioro en la salud, vulnerabilidad y soledad.
- ✓ Un **entorno seguro**, afectuoso y de apoyo **puede convertir** el envejecimiento en una **oportunidad** de:
  - ser saludable,
  - vivir plenamente,
  - aceptar el cambio,
  - seguir aprendiendo y desarrollándose
- ✓ Creemos que **todas** las personas tienen el **derecho** a prosperar en **cualquier edad**.



## Plan Decenal de Envejecimiento Saludable (PDES)

- ✓ El PDES propone un Puerto Rico en el cual todas las personas puedan vivir una **vida larga y saludable**, en donde todos puedan **hacer las cosas que valoran** durante el **mayor tiempo** posible.
- ✓ El PDES representa la acción colaborativa con diferentes actores y sectores para **fomentar un envejecimiento saludable**, y **mejorar el bienestar de las personas mayores**, uniendo los esfuerzos para que los adultos mayores puedan:
  - satisfacer sus necesidades básicas
  - aprender, crecer y tomar decisiones
  - movilizarse con seguridad
  - construir y mantener relaciones
  - contribuir a las familias, a las comunidades y la sociedad

¡Un Puerto Rico que envejece saludablemente nos representa a todos ahora y en el futuro!

## Acciones para atender a las personas mayores

- ✓ Para **agregar años a la vida** de las personas, y **transformar el envejecimiento** de la población en una oportunidad para la sociedad, las principales áreas de acción del plan están enfocadas en:
  - combatir la **discriminación por edad**,
  - brindar **atención integral**,
  - fomentar **entornos saludables** con las personas mayores; y
  - fortalecer la **atención a largo plazo** para quienes la necesitan.
- ✓ En Puerto Rico estamos convirtiendo la urgencia en acción, para atender las necesidades y derechos de las personas mayores, y hacer **cambios transformadores**.

