

**¡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

✓ **Teléfono**

787-765-2929,
extensiones 4538, 4107

✓ **Correo Electrónico**

envejecimiento.saludable@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



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**.

