

GUÍA DE MARZO 2026

# RECURSOS COMUNITARIOS PARA ADULTOS MAYORES





# Un resumen de servicios y oportunidades en Florida Central

*¡Bienvenidos a Recursos Comunitarios para Adultos Mayores!*  
**Este directorio de recursos ofrece un resumen de la red de servicios para adultos mayores en Florida Central.**

## Este incluye:

- Agencias gubernamentales locales, estatales y federales enfocadas en el servicio a los
- adultos mayores locales
- Descripciones e información de contacto para muchas de las organizaciones sin fines de lucro más grandes
- Definiciones de los distintos tipos de negocios con fines de lucro que ofrecen servicios de apoyo y vivienda residencial asistida
- Recursos para mantenerse activo y envejecer con salud

Lo animamos a que comience su viaje leyendo la Parte 1: Resumen de la Red de Servicios para Personas Mayores. La Oficina sobre el Envejecimiento del Condado de Orange y nuestro equipo de Embajadores Mayores esperan que este directorio de recursos de Recursos Comunitarios para Adultos Mayores les resulte útil!

El folleto de Recursos Comunitarios para Adultos Mayores es distribuido por los voluntarios de la iniciativa Embajadores Mayores del Condado de Orange y el personal de la Office on Aging. La iniciativa Embajador Mayor es un programa GRATUITO de alcance comunitario que promueve el conocimiento de servicios y oportunidades para personas mayores en Florida Central, ofreciendo presentaciones educativas gratuitas a vecindarios, comunidades religiosas y otras organizaciones, y participando en ferias de salud locales.

**Invita a un Embajador Mayor a su próximo evento —  
¡como orador o como vendedor!**



**Comisión sobre el Envejecimiento del Condado de Orange**

Teléfono: 407-836-7446

Correo electrónico: [officeonaging@ocfl.net](mailto:officeonaging@ocfl.net)

Web: [www.ocfl.net/seniors](http://www.ocfl.net/seniors)



# TABLA DE CONTENIDO

---

<b>PARTE 1: Resumen de la red de servicios para adultos mayores</b>	<b>5</b>
Conectando con los servicios en tres pasos	6
Investigando empresas y servicios utilizando Florida Health Finder	7
Encontrando servicios para adultos mayores fuera de Florida Central	9
Actividades de la vida diaria y actividades instrumentales de la vida diaria	9
<hr/>	
<b>PARTE 2: Servicios de apoyo y recursos para adultos mayores</b>	<b>10</b>
Programas estatales SIN criterio de elegibilidad	10
Programas estatales CON criterio de elegibilidad	11
Centros diarios para adultos	14
Otros servicios sin fines de lucro para adultos mayores	15
Quién es quién en la red de servicios con fines de lucro	15
<hr/>	
<b>PARTE 3: Servicios, programas y apoyo de salud</b>	<b>19</b>
La enfermedad de Alzheimer y otras demencias	20
Cuidados y servicios para enfermos terminales	24
Medicare, Medicaid y el Mercado de Seguros de Salud	25
<hr/>	
<b>PARTE 4: Servicios y recursos de apoyo comunitario</b>	<b>28</b>
Recursos residenciales y de vivienda	29
Recursos de transportación	30
Recursos legales	31
Tutela (Tribunales de Florida)	32
Abuso y explotación de adultos mayores	33
<hr/>	
<b>PARTE 5: Recursos para el envejecimiento activo</b>	<b>34</b>
Centros para de adultos mayores	35
Oportunidades de voluntariado y capacitación laboral	36
Oportunidades de aprendizaje continuo	39
<hr/>	
<b>PARTE 6: Recursos gubernamentales y comunitarios adicionales</b>	<b>40</b>
Recursos del Gobierno del Condado de Orange	41
Programas del Estado de Florida	44
Programas del Gobierno Federal	45
Programas de recursos comunitarios estatales y nacionales	46
<hr/>	
<b>PARTE 7: Apéndices</b>	<b>47</b>
Siglas comunes	48
Servicios y programas de acceso frecuente	48

---

Este documento es solo para información general de recursos y no garantiza ni respalda a los proveedores de servicios, programas o atención. Se aconseja a los usuarios que consulten e investiguen a fondo las agencias. Este documento debe usarse como una guía de los tipos de servicios disponibles solo en el Condado de Orange.

# PARTE 1 | Resumen de la red de servicios para adultos mayores

## CONECTANDO CON LOS SERVICIOS EN TRES PASOS

### PASO 1 Llame a una línea de ayuda para información y referido

Las líneas de ayuda de información y referido ofrecen información de contacto para organizaciones que pueden proporcionar servicios de apoyo.

- Las líneas de ayuda están atendidas por especialistas capacitados y bilingües con acceso a una base de datos de recursos.
- Por lo general, las consultas se pueden realizar por teléfono, correo electrónico y, en ocasiones, en línea.
- Las agencias de información y referido generalmente no brindan servicios ni asistencia directos.

### CONSEJOS importantes

- Escriba sus preguntas antes de llamar. Deje espacio entre preguntas para anotar las respuestas.
- Mantenga un cuaderno para anotar la información, incluyendo los contactos de la agencia, los servicios ofrecidos y los requisitos de elegibilidad. Utilice este cuaderno para dar seguimiento a las acciones que ha tomado.
- Pregunte siempre si hay otros programas o servicios que podrían ser útiles. (Por ejemplo, si llama porque su automóvil necesita ser reparado, también podría beneficiarse de un programa que lo ayude a pagar facturas atrasadas de servicios).

Agencia	Descripción	Información de contacto
Línea de ayuda para adultos mayores	<p><b>Servicios para adultos mayores y discapacitados Edad 18+</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condados de Orange, Seminole, Osceola y Brevard</li> <li>• Información: Amplia gama de servicios para adultos mayores, incluso cuidados en el hogar, recursos de salud, asistencia con servicios públicos, recursos alimentarios.</li> <li>• Realiza evaluación inicial para muchos servicios subsidiados estatales y federalmente para adultos mayores.</li> <li>• Se les puede pedir a las personas que llaman que respondan a preguntas sobre “actividades de la vida diaria”. (Véase Página 7 para definiciones.)</li> <li>• Administrado localmente por Senior Resource Alliance y a nivel estatal por el Departamento de Asuntos de Adultos Mayores</li> </ul>	<p><b>Senior Resource Alliance</b> 407-514-1800 M–F 8 a.m. – 5 p.m. <a href="http://www.seniorresourcealliance.org">www.seniorresourcealliance.org</a></p> <p><b>Estatal</b> 800-963-5337 <a href="https://elderaffairs.org/programs-services/elderhelpline-1-800-963-5337/">https://elderaffairs.org/programs-services/elderhelpline-1-800-963-5337/</a></p>
Línea de ayuda de recursos comunitarios 211	<p><b>Recursos comunitarios para individuos de todas las edades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parte de un sistema casi nacional por medio de United Way.</li> <li>• Información: Amplia gama de recursos comunitarios (p.ej., vivienda, bancos de alimentos, albergues, asesoramiento de crédito.)</li> </ul>	<p>Marque 211 or 407-839-4357 (Atendido 24/7) <a href="http://www.hfuw.org/get-help/211-help/">www.hfuw.org/get-help/211-help/</a></p>
Líneas de ayuda del gobierno	<p><b>Principalmente recursos del gobierno del condado para individuos de todas las edades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condados de Orange y Seminole tienen líneas 311 centralizadas que no son de emergencia.</li> <li>• Información: Conecta a residentes y personas que llaman con servicios y programas dentro de su organización gubernamental.</li> </ul>	<p><b>Condado de Orange</b> Marque 311 o 407-836-3111 M–F 7 a.m.–9 p.m., S–S 9 a.m.–5 p.m., <a href="http://ocfl.net/home/311Helpinfo.aspx">ocfl.net/home/311Helpinfo.aspx</a></p> <p><b>Condado de Seminole</b> Marque 311 o 407-665-0000 (M–F 8 a.m. – 5 p.m.) <a href="http://www.seminolecountyfl.gov">www.seminolecountyfl.gov</a></p> <p><b>Condado de Osceola</b> 407-742-2275 <a href="http://www.osceola.org">www.osceola.org</a></p>

# Conectando con los servicios en tres pasos (cont.)

## PASO 2 Identificar otros servicios gubernamentales y sin fines de lucro

El PASO 2 comienza con la comunicación con agencias gubernamentales y sin fines de lucro que fueron identificadas por cada una de las líneas de información y referido enumeradas en el PASO 1.

- Cada programa o agencia puede tener un criterio de elegibilidad diferente.
- Muchos programas financiados por el gobierno federal o estatal tienen pautas de ingresos que están vinculadas a las “pautas federales de pobreza”.
- Estas pautas federales de pobreza se basan en el tamaño del hogar y se actualizan al menos una vez al año. Se pueden ubicar las pautas federales actuales de pobreza en <https://aspe.hhs.gov/povertyguidelines>.
- Los programas que utilizan criterios de ingresos a menudo basan los umbrales de ingresos en un “porcentaje” del nivel federal de pobreza, es decir, los servicios pueden estar limitados a personas que se encuentran en o por debajo del 100%, 150% o 200% de las pautas federales de pobreza.
- Otros criterios de elegibilidad comunes incluyen límites de activos, requisitos de edad o límites en habilidades funcionales.
- Beneficios para veteranos: el Departamento de Asuntos de Veteranos de Estados Unidos tiene su propia red de servicios de apoyo para veteranos y/o sus dependientes. (Ver página 45)

## PASO 3 Identificar los servicios de apoyo basado en tarifas

**Una creciente red de empresas basadas en honorarios complementa la red de proveedores de servicios gubernamentales y sin fines de lucro subsidiados.**

- La Agencia de Florida para la Administración de la Atención Médica (AHCA) regula la mayoría de los negocios basados en honorarios, incluyendo las instalaciones de vida asistida, las agencias de acompañantes en el hogar y las agencias de salud en el hogar.
- AHCA opera Florida Health Finder — <https://quality.healthfinder.fl.gov> — una herramienta
- basada en la web que permite al público investigar negocios y profesiones con licencia de AHCA. Las instrucciones generales sobre cómo utilizar el sitio web Florida Health Finder se ofrece en la página siguiente.

Además de los negocios regulados por la AHCA, existen otros tipos de negocios basados en honorarios que brindan servicios de apoyo a los adultos mayores. Muchas de estas empresas tienen un capítulo o asociación de servicio nacional que otorga licencias a los miembros o al que las empresas pueden unirse. Este documento define varios tipos de industrias de servicios basados en honorarios e identifica cómo conectarse con empresas que brindan estos servicios en Florida Central.

### Una nota acerca de la pérdida de la memoria

La enfermedad de Alzheimer es uno de varios tipos de demencia. Sin embargo, la demencia no es la causa principal de todos los tipos de pérdida de memoria. Existen numerosas condiciones de salud que pueden imitar los síntomas de la demencia, por lo que se recomienda una evaluación completa si existe una preocupación por la demencia.

Consulte las páginas 18-22 para obtener más información sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, así como la información de contacto de las organizaciones sin fines de lucro específicas para la demencia y las Clínicas de Trastornos de la Memoria financiadas por el estado que pueden realizar evaluaciones completas de la memoria para ayudar a diagnosticar las causas probables de la pérdida de memoria de una persona.

## Agencia para la Administración de Cuidados de Salud (AHCA)

Este documento hace referencia frecuente al sitio web de Florida Health Finder — <https://quality.healthfinder.fl.gov>. Este sitio web fue creado por la Agencia para la Administración de Cuidados de Salud de Florida (AHCA) para proporcionar acceso fácil a la información sobre el cuidado de la salud. Provee a los individuos con las herramientas para investigar y evaluar a profesionales y empresas médicas reguladas por AHCA. El sitio web también tiene herramientas de comparación de calidad, bases de datos de proveedores y, cuando están disponibles, enlaces a informes de deficiencias y citas para instalaciones o negocios específicos. También se proporciona información de salud sobre condiciones médicas.

**NOTA:** AHCA fue establecida por los Estatutos de Florida, Capítulo 20, como la principal entidad de planificación y política de salud para Florida. Responsabilidades clave de AHCA son otorgar licencias a los centros y proveedores de atención médica, compartir datos estatales de atención médica y supervisar el programa estatal de Medicaid.

## CÓMO USAR FLORIDA HEALTH FINDER

**PASO 1** Visite <https://quality.healthfinder.fl.gov> para investigar la base de datos de empresas reguladas por AHCA.

**PASO 2** Seleccione su opción de búsqueda

### Opción 1: Botón de “Buscar por tipo de instalación/localidad (busca el botón azul en la página inicial de AHCA)

- Buscable – Campo requerido — Debe seleccionar el primer campo “tipo de instalación/ proveedor” de un cuadro desplegable.
- Opción de búsqueda — Los usuarios pueden refinar su búsqueda ingresando información en uno o más campos, incluyendo el nombre de la instalación, dirección, código postal, ciudad o ubicación del condado. SUGERENCIA: comience su consulta haciendo una búsqueda amplia, por condado, y luego agregue capas adicionales según desee para limitar sus resultados.

#### Ejemplos de datos:

- Instalaciones residenciales: hogares de cuidado en familia para adultos, centros de vida asistida y centros geriátricos.
- Servicios comunitarios: centros de cuidado diurno de adultos, agencias de cuidados de salud en el hogar y servicios de acompañantes y asistencia en el hogar.
- Proveedores de salud: proveedores de cuidados paliativos y hospitales.

### Opción 2: Botón de “Comparar” — (busque el botón rojo en la página inicial de AHCA)

- The El botón de Comparar brinda una opción rápida para comparar distintos negocios dentro de industrias selectas tales como de vivienda asistida o centros geriátricos.

#### Ejemplos de herramientas de comparación:

- Residencial F Instalaciones residenciales: centros de vida asistida y centros geriátricos.
- Servicios comunitarios: agencias de cuidados de salud en el hogar.
- Proveedores de salud: planes de salud, proveedores de cuidados paliativos y hospitales.
- Boleta de calificaciones del plan de salud de Medicaid.

## Consejos importantes

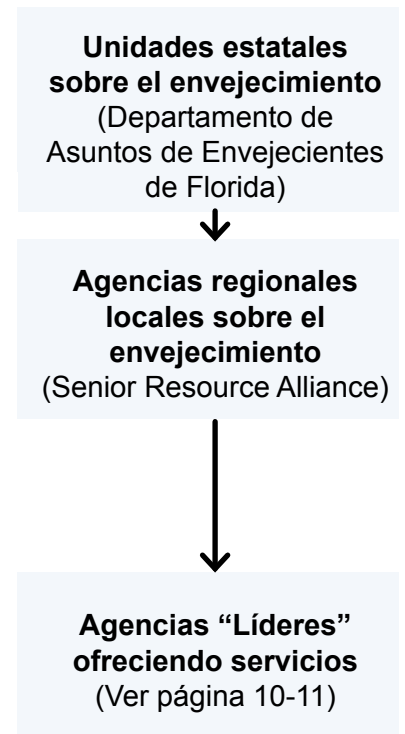
- Ambas opciones de búsqueda (opción 1 y opción 2) brindan acceso a datos sobre centros de vida asistida, centros geriátricos, agencias de cuidados de salud en el hogar, proveedores de cuidados paliativos y hospitales.
- La información sobre cada tipo de servicio puede incluir enlaces a informes de inspección, detalles de inspección y cualquier acción legal tomada contra un negocio en particular. actions taken against a particular. business.
- AHCA proporciona una clasificación de “estrellas” para los centros geriátricos y tiene un enlace a la base de datos Federal Nursing Home Compare que también incluye un sistema de clasificación por estrellas.
- AHCA también proporciona una lista de guías para el consumidor para diferentes tipos de negocios de salud, incluyendo guías para el consumidor para cuidados a largo plazo, centros geriátricos en Florida, una guía para el paciente sobre la estadía en el hospital y más.

## Encontrando servicios para adultos mayores fuera de Florida Central

### Estructura del financiamiento federal y estatal para

Aprender cómo se financian y estructuran los servicios para personas mayores puede ayudar a las personas a navegar a través de la red de servicios para personas mayores de Florida Central, así como a encontrar servicios en otras comunidades de los E.E.U.U

<b>FEDERAL</b>	Los fondos de la Ley Estadounidense para Personas Mayores están bajo la Administración de Vida Comunitaria de E.E.U.U.
<b>ESTATAL</b>	Existen 57 Unidades Estatales de Envejecimiento en los E.E.U.U. <ul style="list-style-type: none"> <li>• En Florida, el Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida administra la Línea de Ayuda para Adultos Mayores y ofrece programas de apoyo a adultos de 60 años o más al igual que servicios limitados a adultos discapacitados de 18 años o más.</li> </ul>
<b>LOCAL</b>	Existen 655 Agencias Locales sobre Envejecimiento en los Estados Unidos que ayudan en la planificación de programas para adultos mayores. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Senior Resource Alliance (SR) es la Agencia Local sobre el Envejecimiento para los condados de Orange, Osceola, Seminole y Brevard. SRA administra la Línea Local de Ayuda a Adultos Mayores y realiza la evaluación inicial para muchos de los servicios de apoyo subsidiado para adultos mayores. Las personas necesitarán responder a preguntas sobre su capacidad para realizar actividades del diario vivir y actividades instrumentales de la vida diaria. (Ver la tabla a continuación.)</li> </ul>





## Encontrando servicios fuera de Florida

- Una búsqueda en el internet utilizando el término “Agencia Local sobre el Envejecimiento” más una ciudad o el condado le proveerá información de contacto para la Agencia Local sobre el Envejecimiento de esa comunidad y su Línea de Ayuda para Adultos Mayores.
- Este sistema nacional de Líneas de Ayuda para Adultos Mayores puede conecta a las personas con una red de programas federales y estatales subsidiados, organizaciones locales sin fines lucrativos, servicios gubernamentales locales y organizaciones sin fines de lucro nacionales. La mayoría de las líneas de ayuda pueden referir a las personas que llaman a la red de servicios con fines de lucro basados en honorarios.

## Actividades de la vida diaria y actividades instrumentales de la vida diaria

Los profesionales de servicios para adultos mayores evalúan la necesidad de servicios de una persona en función de los desafíos que tiene para realizar las actividades de la vida diaria y las actividades instrumentales de la vida diaria. Es útil tener estas definiciones a mano cuando se solicita asistencia.

### Actividades de la vida diaria (ADL)

1. Higiene personal — baños, aseo y cuidado oral.
2. Vestir — la habilidad de tomar decisiones apropiadas sobre la ropa y vestirse solo.
3. Comer — la habilidad para alimentarse solo (no la habilidad de preparar comida.)
4. Mantener la continencia: la capacidad cognitiva y física para usar el baño.
5. Transferir — moverse uno mismo de estar sentado a estar de pie y entrar y salir de la cama.
6. Caminar — capacidad para caminar dentro de su entorno familiar, puede ser con un dispositivo de asistencia.

### Actividades instrumentales de la vida diaria (IADL)

1. Habilidades básicas de comunicación — como usar un teléfono normal, teléfono celular, correo electrónico o internet.
2. Transporte — ya sea conduciendo uno mismo, organizando viajes o utilizando el transporte público.
3. Preparación de comidas — planificación, preparación, almacenamiento de comidas y capacidad para utilizar de forma segura el equipo de cocina. Shopping – ability to make appropriate food and clothing purchase decisions.
4. Compras — capacidad para tomar decisiones adecuadas de compra de alimentos y ropa.
5. Tareas domésticas — capacidad para lavar la ropa, lavar platos y mantener un hogar higiénico.
6. Manejo de los medicamentos — tomar las dosis precisas en los momentos adecuados, administrar los reabastecimientos y evitar conflictos con los medicamentos.
7. Administrar las finanzas personales — mantener presupuestos, emitir cheques, pagar facturas evitar estafas.

## PARTE 2 | Servicios de apoyo y recursos para adultos mayores

### El Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida

El Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida (DOEA) es la agencia principal del estado para la administración de servicios de apoyo para adultos mayores dentro del estado. El DOEA canaliza los fondos para muchos de los servicios directos subsidiados a través de las once Agencias Locales sobre el Envejecimiento.

**Esta red de servicios está dividido en programas sin criterio de elegibilidad (vea a continuación) y programas con criterio de elegibilidad.**

El sitio web de DOEA <http://elderaffairs.state.fl.us> cuenta con una abundancia de información para el público en general

- Una pestaña con el directorio de recursos permite que las personas investiguen acerca de servicios por tema y por condado.
- Otros documentos de recursos en línea incluyen a la Guía para Floridanos Mayores, el boletín Elder Update y la Guía de Recursos para el Consumidor. Estos documentos proporcionan información detallada acerca de los programas y servicios administrados por el DOEA.

Programa estatales SIN criterio de elegibilidad		
Agencia	Descripción	Información de Contacto
<b>Servicios de Protección para Adulto</b> (Línea de ayuda contra el abuso de adultos mayores)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Protégé a adultos vulnerables de las incidencias de abuso, negligencia, autonegligencia o explotación.</li> <li>• Programa de colaboración con el Departamento de Niños y Familias (DCF) y la red de envejecimiento en Florida</li> </ul>	800-96-ABUSE 800-962-2873 <a href="http://www.myflfamilies.com/services/abuse/abuse-hotline">www.myflfamilies.com/services/abuse/abuse-hotline</a>
<b>Programa Ombudsman de cuidado a largo plazo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Defensores a favor de residentes en centros de cuidado a largo plazo.</li> <li>• Identifica, investiga y resuelve quejas hechas por, o en nombre de, residentes de centros geriátricos, centros de vida asistida y hogares de cuidado en familia.</li> </ul>	850-414-2323 o 888-831-0404 <a href="http://www.ombudsman.elderaffairs.org">www.ombudsman.elderaffairs.org</a>
<b>Atendiendo a las necesidades de seguros de salud para adultos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona materiales educativos y asesoramiento gratis e imparcial sobre seguros a adultos mayores sobre Medicare, Medicaid, programas programas de medicamentos recetados, planificación a largo plazo y seguros.</li> </ul>	407-514-1800 Statewide - 800-96-Elder (800-963-5337) <a href="http://www.floridashine.org">www.floridashine.org</a>
<b>Senior Resource Alliance (SRA)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Funciona como la Agencia Local sobre el Envejecimiento en los condados de Orange, Osceola, Seminole y Brevard.</li> <li>• Mantiene el Centro de Recursos para Envejecimiento y Discapacidades y la Línea de Ayuda para Adultos Mayores — las cuales ofrecen información y referido sobre servicios para adultos mayores y discapacitados.</li> <li>• Conduce evaluaciones iniciales para muchos servicios estatales y federales subsidiados para adultos mayores.</li> </ul>	407-514-1800 Statewide - 800-96-Elder (800-963-5337) <a href="http://www.seniorresourcealliance.org">www.seniorresourcealliance.org</a>

# Programas estatales CON criterio de elegibilidad

## Estructura de los programas de criterios de elegibilidad

El Departamento de Asuntos de Envejecientes es responsable de la supervisión y coordinación de servicios subsidiados para personas mayores de 60 años.

- Los servicios subsidiados suelen tener criterios de ingreso, bienes y/o salud.
- En los condados de Orange, Osceola, Seminole y Brevard, la Línea de Ayuda para Adultos Mayores de Senior Resource Alliance (407-514-1800) es el punto principal de entrada a esta red subsidiada de servicios. Las personas necesitarán responder a preguntas relativas a su habilidad de ejecutar actividades del diario vivir y actividades instrumentales del diario vivir. (Vea las definiciones en la página 7)
- Las personas necesitarán informar acerca de sus ingresos y bienes.

## Red subsidiada de servicios

- En este documento, la red subsidiada de servicios para servicios para adultos mayores está organizada por quienes prestan el servicio directo.
- Esta página enumera los servicios coordinados a través del DOEA y Senior Resource Alliance.
- Las páginas 10-11 enumera los servicios subsidiados contratados y proporcionados por organizaciones sin fines lucrativos locales en los condados de Orange, Osceola y Seminole.

## CONSEJOS importantes

- Tenga una idea general del ingreso y los bienes de la persona antes de llamar.
- Si hay una lista de espera para los servicios, pregunte cuándo pueda abrirse la lista nuevamente, o si existen otros programas que puedan ayudar mientras tanto.
- En vez de preguntar acerca de un programa específico, haga preguntas abiertas ya que pueden haber otros programas que puedan ayudar a abordar sus necesidades.

Programas estatales		
Programas	Descripción	Información de Contacto
<b>Evaluación global y revisión de servicios a largo plazo (CARES)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Determina la elegibilidad médica de las personas que solicitan servicios para asilo de ancianos de Medicaid y las personas que solicitan servicios de exención de Medicaid para el hogar y en comunidad. (Mayores de 60 años)</li></ul>	407-540-3865 o 800-96-ELDER (800-963-5337) <a href="https://elderaffairs.org/programs-services/">https://elderaffairs.org/programs-services/</a>
<b>Programa de Asistencia de Emergencia para Energía del Hogar para Adulto Mayores (EHEAP)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Proporciona asistencia a hogares de bajos ingresos para pagar su cuenta de calefacción o aire acondicionado cuando hay una crisis de energía en el hogar (Mayores de 60 años)</li><li>• Vea la página 41 para información sobre asistencia adicional de servicios públicos.</li></ul>	407-658-1818 ext. 1022 Estatad - 800-96-Elder (800-963-5337) <a href="https://elderaffairs.org/programs-services/housingoptions/eheap/">https://elderaffairs.org/programs-services/housingoptions/eheap/</a>
<b>State Medicaid Managed Care Long-Term Care (SMMC LTC)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brinda a los beneficiarios de Medicaid asistencia en su hogar, en la comunidad o en instalaciones de vida asistida.</li><li>• Los beneficiarios elegibles de Medicaid (mayores de 18 años) son evaluados a través del programa CARES para determinar si están a nivel de atención en un hogar de ancianos y cumplen con uno o más criterios clínicos.</li></ul>	407-514-1800 Estatad - 800-96-Elder (800-963-5337) <a href="https://elderaffairs.org/programs-services/">https://elderaffairs.org/programs-services/</a>

## Programas estatales CON criterio de elegibilidad (Cont.)

### Programas contratados a través de organizaciones sin fines de lucro locales

- Comuníquese con la Línea de Ayuda a Adultos Mayores para una evaluación para saber si califica para estos servicios. Llame al **407-514-1800**.
- También puede comunicarse con la agencia proveedora para más información sobre el programa.
- Seniors First: **407-292-0177** or [www.seniorsfirstinc.org](http://www.seniorsfirstinc.org)
- Share the Care: **407-423-5311** or [www.helpforcaregivers.org](http://www.helpforcaregivers.org)
- Meals on Wheels, Etc. of Seminole County: **407-333-8877** or [www.mealsetc.org](http://www.mealsetc.org)
- Osceola Council on Aging: **407-846-8532** or [www.osceolagenerations.org](http://www.osceolagenerations.org)

Programas	Descripción	Proveedor
<b>Servicios diurnos para adultos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona programas de actividades estructuradas diseñadas para ofrecer un entorno seguro para los adultos que han sido diagnosticados con demencia o Alzheimer y que no pueden quedarse solos en casa.</li> <li>• Los servicios diurnos para adultos no financiados por el Departamento de Asuntos de Adultos Mayores de Florida también pueden servir a personas que tienen una discapacidad o afección médica. (Mayor de 18 años)</li> <li>• Puede encontrar más información sobre programas diurnos de adultos en la página 12.</li> </ul>	<p>Orange: Share the Care                      Seminole: Share the Care                      Osceola: Osceola Council on Aging</p>
<b>Cuidado comunitario para adultos mayores (CCE)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona servicios en el hogar que permiten a las personas mayores con discapacidades funcionales vivir en el ambiente menos restrictivo adecuado a sus necesidades.</li> <li>• Los servicios se basan en las necesidades del cliente y pueden incluir la administración de casos, asistencia con tareas domésticas, asistencia con las compras, servicios domésticos, transporte y comidas a domicilio. (Mayor de 60 años)</li> </ul>	<p>Orange: Seniors First, Inc.                      Seminole: Seniors First, Inc.                      Osceola: Osceola Council on Aging</p>
<b>Comidas Colectivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona servicios de alimentación y nutrición en un entorno grupal, como un centro para personas mayores.</li> <li>• Los servicios adicionales pueden incluir actividades de participación social y presentaciones educativas.</li> <li>• Puede haber transportación limitada disponible. (Mayor de 60 años)</li> </ul>	<p>Orange: Seniors First, Inc.                      Seminole: Meals on Wheels Etc.                      Osceola: Osceola Council on Aging</p>
<b>Cuidado en el hogar para adultos mayores (HCE)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona servicios de apoyo y un pequeño estipendio a los adultos mayores que viven en sus hogares como alternativa a la atención institucional o en un hogar de ancianos.</li> <li>• Los pagos básicos ayudan con los costos de alimentos, ropa y médicos, mientras que los pagos especiales ayudan con los servicios médicos necesarios. (Mayor de 60 años)</li> </ul>	<p>Orange: Seniors First, Inc.                      Seminole: Meals on Wheels Etc.                      Osceola: Osceola Council on Aging</p>
<b>Meals on Wheels</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona comidas nutritivas a domicilio gratuitas o de bajo costo a las residencias de personas mayores confinadas en sus hogares. (Mayor de 60 años)</li> </ul>	<p>Orange: Seniors First, Inc.                      Seminole: Meals on Wheels Etc.                      Osceola: Osceola Council on Aging</p>
<b>Respite for Elders Living in Everyday Families (RELIEF)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece un descanso muy necesario a familiares y seres queridos que brindan atención constante a un anciano frágil y a quienes padecen la enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas. (Mayor de 18 años, viviendo con demencia)</li> </ul>	<p>Florida Department of Elder Affairs  <b>1-800-963-5337</b></p>

## Programas estatales CON criterio de elegibilidad (Cont.)

### Información de contacto del proveedor

En Florida Central, cuatro agencias ofrecen servicios estatales y federales subsidiados en los condados de Orange, Osceola y Seminole. (Vea la página anterior para un resumen de estos servicios.) Además de estos servicios contratados indicados a continuación, estas organizaciones sin fines de lucro ofrecen una variedad de otros servicios de apoyo a adultos mayores.

Agencia Líder	Lista de Servicios
<p><b>Seniors First</b></p> <p>407-292-0177  <a href="http://www.seniorsfirstinc.org">www.seniorsfirstinc.org</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agencia principal para los programas subsidiados:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comidas colectivas (Orange)</li> <li>• Meals on Wheels (Orange)</li> <li>• Cuidado Comunitario para el Adulto Mayor (Orange, Seminole)</li> <li>• Cuidados en el Hogar para Adultos Mayores (Orange, Seminole)</li> </ul> </li> <li>• El Banco de Equipo Médico Stepping Stone proporciona equipos médicos nuevos y renovados de forma gratuita o a un costo nominal. Acepta donaciones de equipos médicos.</li> <li>• Tutor público en los condados de Orange y Seminole. Brinda clases de capacitación para tutores a las personas que han sido designadas como tutores de una persona en su custodia. (Tutores no profesionales)</li> <li>• Disponibilidad de administración de casos basada en tarifas, servicios domésticos, asistencia de cuidado personal y servicios de acompañantes.</li> <li>• Proporcionan servicios de transporte limitados a los restaurantes del vecindario. Opera el servicio Senior Tran Shuttle de la ciudad de Orlando en apartamentos específicos para personas mayores.</li> </ul>
<p><b>Share the Care</b></p> <p>407-423-5311  <a href="http://www.helpforcaregivers.org">www.helpforcaregivers.org</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agencia proveedora de servicios diurnos subsidiados para adultos (Orange, Seminole)</li> <li>• Disponibilidad de grupos de apoyo y asesoramiento para cuidadores.</li> <li>• Caregiver Central es una herramienta de autoevaluación para identificar recursos para mejorar su experiencia de cuidado.</li> </ul>
<p><b>Meals on Wheels, Etc. of Seminole County</b></p> <p>407-333-8877  <a href="http://www.mealsetc.org">www.mealsetc.org</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agencia proveedora de los programas subsidiados:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comidas Colectivas (Seminole)</li> <li>• Meals on Wheels (Seminole)</li> </ul> </li> <li>• Asistencia para mejoras en el hogar y ayuda con la limpieza del jardín, pintura exterior, reparaciones menores e instalación de dispositivos de seguridad.</li> <li>• Servicios de transporte limitados a cenas, compras y citas médicas en el vecindario.</li> </ul>
<p><b>Osceola Council on Aging</b></p> <p>407-846-8532  <a href="http://www.osceolagenerations.org">www.osceolagenerations.org</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agencia Líder de la red subsidiada de servicios para personas mayores. (Osceola)               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Programas de servicios diurnos para adultos, Meals on Wheels, Comidas Colectivas, Cuidado comunitario para Adultos Mayores y Cuidado en el Hogar para Adultos Mayores</li> </ul> </li> <li>• Administra comunidades de apartamentos que brindan viviendas asequibles para personas mayores con ingresos elegibles.</li> <li>• Disponibilidad de administración de casos basado en tarifas, servicios domésticos, asistencia de cuidado personal y de acompañantes.</li> <li>• Tutela pública en el condado de Osceola.</li> <li>• Reparaciones del hogar para mejorar la seguridad de las viviendas que son propiedad y están ocupadas por ancianos, familias discapacitadas y de bajos ingresos.</li> <li>• Transporte limitado a restaurantes del vecindario. Transporte de compras está disponible por una tarifa nominal.</li> </ul>

# Centros diarios para adultos

## Información General

Los centros diarios para adultos ofrecen un ambiente seguro para adultos con demencia o un impedimento funcional, como ELA, que no pueden permanecer solos en casa sin la supervisión de un cuidador.

- Ofrecen actividades y programas estructurados diseñados para involucrar y apoyar a los participantes.
- El horario de atención suele ser el horario habitual de los días laborables; sin embargo, algunos proveedores pueden ofrecer horarios extendidos o los fines de semana. Los centros diarios para adultos no funcionan las 24 horas del día.
- Pueden ofrecer servicios en un horario de medio día, día completo o semana completa.
- Los precios varían y van desde el subsidio total (por las agencias líderes enumeradas en la página 11) hasta una escala móvil de tarifas hasta el costo total. Las actividades y la programación varían significativamente de un centro a otro.
- El costo promedio de los servicios diurnos para adultos en el área de Orlando en 2024 fue de \$100/día según la “Encuesta sobre el costo de la atención” de Genworth.

## Servicios típicos en Centros diarios para Adultos

- Actividades sociales
- Alimentos y meriendas
- Cuidado personal
- Actividades terapéuticas
- Transportación
- Otras actividades (p.ej., servicios de salón de belleza, cuidado de podiatría, grupos de apoyo y excursiones)

Los centros diarios para adultos pueden ser operados en base a un modelo de negocios sin fines de lucro o con fines lucrativos, sin embargo, todos los proveedores deben tener licencia del AHCA.

- Encontrará información disponible sobre centros diarios para adulto con licencia en el sitio web de Florida Health Finder — <https://quality.healthfinder.fl.gov>. (Vea la página 5 para conocer más acerca de cómo usar Florida Health Finder)
- La Asociación de Cuidado Diurno para Adultos de Florida también puede ofrecer información sobre el cuidado diurno de adultos en Florida en el 877-745-1440 o [www.fadsafl.org](http://www.fadsafl.org).

## Centros diarios sin fines lucrativos para adultos\*

**\*Nota:** Esta lista de centros diarios para adultos solo incluye los centros que operan bajo el modelo sin fines de lucro. Existen más de una docena de centros diarios para adultos en Florida Central. Una lista completa de los centros de cuidado diurno está disponible en Florida Health Finder — <https://quality.healthfinder.fl.gov>.

Agencia	Lugar(es)	Información de contacto
<b>Easterseals Day Break at the Miller Center</b>	Winter Park – 32792 Orlando – 32826	407-629-4565 (Winter Park) 407-629-7881 (Orlando) <a href="http://www.easterseals.com">www.easterseals.com</a>
<b>Osceola Council on Aging</b>	Kissimmee – 34744	407-846-8532 <a href="http://www.osceolagenerations.org">www.osceolagenerations.org</a>
<b>Share the Care</b>	Altamonte Springs – 32701 Orlando – 32804 Orlando – 32806 Winter Garden – 34787 Winter Springs – 32708	407-423-5311 <a href="http://www.helpforcaregivers.org">www.helpforcaregivers.org</a>

## Otros servicios si fines de lucro para adultos mayores

Florida Central tiene una sólida de organizaciones sin fines de lucro que apoya a los adultos mayores y sus familias. Este documento se enfoca en las organizaciones más grandes sin fines de lucro de servicios para personas mayores y no pretende ser un directorio inclusivo de todos los proveedores de servicios en Florida Central.

- Comuníquese con las líneas de ayuda en la página 3 para obtener información sobre otras agencias sin fines de lucro que brindan servicios en Florida Central.
- Las tarifas, si las hay, varían según el programa.
- Los criterios de elegibilidad pueden variar según el programa y/o agencia.

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>Caridades Católicas de la Florida Central</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mission Markets y las entregas de alimentos brindan acceso a productos frescos y alimentos básicos.</li> <li>• Ofrece servicios de salud mental, ayuda legal, servicios de inmigración y reubicación, ayuda financiera limitada, así como información y referencias.</li> </ul>	407-658-1818 <a href="http://www.cficc.org">www.cficc.org</a>
<b>Centro para Vida Independiente de Florida Central</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoya a las personas que viven con discapacidades.</li> <li>• Los programas incluyen capacitación laboral, vivienda, servicios de salud mental, accesibilidad, servicios para sordos, envejecimiento en el lugar, así como información y referencias.</li> </ul>	407-623-1070 <a href="http://www.cilorlando.org">www.cilorlando.org</a>
<b>Consejo del Juego Compulsivo de Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuenta con una línea de ayuda confidencial las 24 horas para brindar asistencia a jugadores con problemas, sus familias y otras personas que se han visto afectadas negativamente.</li> <li>• Ofrece recursos educativos y kits de herramientas.</li> </ul>	888-236-4848 <a href="http://www.gamblinghelp.org">www.gamblinghelp.org</a>
<b>Lighthouse Central Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece apoyo a personas que viven con impedimentos visuales.</li> <li>• La programación para adultos incluye capacitación en habilidades para la vida independiente, capacitación en orientación y movilidad, tecnología accesible y braille.</li> </ul>	407-898-2483 <a href="http://www.lighthousecfl.org">www.lighthousecfl.org</a>
<b>Neighbors Network</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoya a los adultos mayores que quieren envejecer en el hogar que aman ayudándolos con servicios, desde tareas pequeñas hasta tareas complejas.</li> <li>• Sirve a las comunidades de Winter Park, Maitland, Altamonte Springs y Eatonville. Se requiere membresía.</li> </ul>	321-209-2775 <a href="http://www.neighborsnetworkfl.org">www.neighborsnetworkfl.org</a>
<b>Jewish Family Services</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera una despensa de alimentos de emergencia y ofrece consejería de salud mental y servicios de estabilización familiar.</li> <li>• Transporte a citas médicas para adultos mayores o discapacitados a través del programa Conductores Independientes Confiables para Adultos Mayores.</li> </ul>	407-644-7593 <a href="http://www.jfsorlando.org">www.jfsorlando.org</a>
<b>Jewish Pavilion</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece actividades sociales a residentes independientes, de vida asistida y en centros de enfermería especializada.</li> <li>• Mantiene el Servicio de Asistencia para Adultos Mayores de Orlando que brinda referencias a la red de personas mayores.</li> </ul>	407-678-9363 <a href="http://www.jewishpavilion.org">www.jewishpavilion.org</a>
<b>Rebuilding Together Central Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reparar y rehabilitan hogares para ancianos de bajos ingresos, veteranos, familias con niños y adultos discapacitados que son dueños de sus hogares, pero no pueden mantenerlos.</li> </ul>	407-898-3777 <a href="http://www.rebuildingtogethercfl.org">www.rebuildingtogethercfl.org</a>

# Quién es quién en la red de servicios con fines de lucro

## Información General

La red sin fines de lucro de servicios para adultos mayores se complementa con una extensa red de empresas con fines de lucro que ofrecen servicios de apoyo a los adultos mayores.

- **Con licencia de AHCA** — incluye servicios de apoyo tradicionales, como servicios domésticos y de compañía. El sitio web de Florida Health Finder — <https://quality.healthfinder.fl.gov> — permite a las personas investigar las empresas con licencia en el estado de Florida. Consulte la página 5 para obtener consejos sobre cómo utilizar Florida Health Finder.
- **Sin licencia de AHCA** — incluye una variedad de otros modelos comerciales, como gerentes de mudanzas para personas mayores o consultores de vida para adultos mayores.

Las agencias de información y referidos que figuran en página 3 pueden ofrecer información de contacto para algunas de las empresas con fines de lucro que ofrecen programas de apoyo a los adultos mayores. Además, muchas de las organizaciones sin fines de lucro locales también pueden recomendar compañías específicas.

## CONSEJOS importantes

- Escriba sus preguntas antes de llamar. Deje suficiente espacio entre las preguntas para anotar las respuestas.
- Mantenga un cuaderno para anotar la información, incluyendo contactos de agencias, servicios ofrecidos y requisitos de elegibilidad. Utilice este cuaderno para dar seguimiento a los pasos de acción que ha tomado.

### Con licencia de la Agencia para la Administración de Cuidados de Salud (AHCA)

- **Las Agencias de Salud en el Hogar** proporcionan cuidado brindan atención médica especializada o paraprofesional a las personas en un ambiente no hospitalario, como el hogar de una persona o un centro de vida asistida.
  - Las agencias que brindan atención especializada, ordenada por un médico, generalmente están certificadas por Medicare y brindan:
    - Terapia física, ocupacional, respiratoria y del habla, así como atención de enfermería, servicios médicos sociales y apoyo nutricional. Es posible que se proporcionen ayudantes de salud en el hogar a corto plazo. Los servicios son supervisados por una enfermera titulada. El pago puede ser cubierto por Medicare o el seguro si una persona
    - tiene necesidades de atención especializada y el médico le da una receta para estos servicios de salud en el hogar. La receta cubre un período de tiempo designado y no es indefinido.
- Las agencias no especializadas brindan servicios de asistentes de salud en el hogar, y servicios domésticos y de acompañantes que generalmente no están cubiertos por Medicare o un seguro privado. Las personas también pueden optar por pagar de forma privada los servicios de atención médica domiciliaria cuando los servicios no están cubiertos por el seguro. Esto se conoce como “atención domiciliaria privada”.
- **Los servicios domésticos y de acompañantes** brindan servicios de acompañantes no calificados en un ambiente no hospitalario.
  - Los servicios incluyen limpieza, preparación de comidas, compras, tareas del hogar y compañía.
  - Se puede ofrecer transporte a la cita de un cliente u otras salidas utilizando el vehículo del cliente.
  - Por ley, los asistentes de servicios domésticos y acompañantes no pueden dispensar medicamentos, ni pueden proporcionar cuidados personales prácticos, como ayuda para bañarse o ir al baño.
  - Los servicios suelen ser de pago privado.
  - Si bien la mayoría de las empresas tienen licencia a través de AHCA, las personas que brindan servicios por su cuenta, sin otros empleados, no están obligadas a tener una licencia.
  - El costo promedio de los servicios de ama de casa y acompañantes en el área de Orlando en 2024 fue de \$33/hora según la “Encuesta sobre el costo de la atención” de Genworth.
- **Los registros de enfermería** actúan como intermediarios entre los pacientes individuales y las enfermeras, asistentes de enfermería, asistentes de salud en el hogar, acompañantes y amas de casa para los servicios en el hogar del paciente.
  - Cada trabajador de la salud individual es un contratista independiente y no es un empleado directo del registro de enfermeras.
  - Los servicios suelen ser de pago privado.



# Quién es quién en la red de servicios con fines de lucro (Cont.)

(No regulado por AHCA)

## Información General

Esta es una lista de muchos tipos comunes de negocios con fines de lucro que operan dentro de la red de servicios para adultos mayores. No se pretende que sea una lista exhaustiva. En muchos casos existe una asociación nacional o un proceso de certificación; sin embargo, no todos los proveedores habrán elegido unirse a estas organizaciones nacionales.

**Los Profesionales de Cuidado de Vida para el Envejecimiento (Administradores de Cuidados)** organizan, supervisan o coordinan servicios de cuidados a largo plazo para adultos frágiles.

- Un “administrador de atención” también puede evaluar las necesidades de un paciente y desarrollar un plan de atención, sujeto a la aprobación del médico del paciente.
- Los proveedores pueden optar por obtener la certificación a través de la Asociación Nacional de Cuidado de Vida para el Envejecimiento. Para obtener una lista de empresas certificadas, visite [www.aginglifecare.org](http://www.aginglifecare.org).

**Los Especialistas Certificados en Envejecimiento en el Propio Ambiente (CAPS)** evalúan los hogares para identificar modificaciones que pueden mejorar la capacidad de una persona para envejecer en el lugar.

- Las modificaciones comunes incluyen mayor iluminación, pisos antideslizantes, ensanchamiento de puertas para acceso en silla de ruedas y modificaciones en el baño. Las recomendaciones para la prevención de caídas también pueden incluir rediseños simples de decoración, incluyendo la eliminación de tapetes..
- La Asociación Nacional de Constructores de Viviendas administra el proceso de certificación de CAPS y se puede encontrar un directorio de profesionales de CAPS en, [www.nahb.org/nahb-community/nahb-directories](http://www.nahb.org/nahb-community/nahb-directories).

**Los Defensores de Pacientes Certificados** apoyan a las personas mediante el diagnóstico y el tratamiento de enfermedades mejorando la comunicación con los proveedores de atención médica.

- Los servicios profesionales pueden incluir la coordinación con los proveedores de servicios médicos y de salud y la revisión de los costos y las opciones del tratamiento médico. Los defensores también pueden conectar a los clientes con los servicios de apoyo de la comunidad.
- Los profesionales pueden optar por certificarse a través de la Junta de Certificación de Defensores de Pacientes. Para obtener una lista de profesionales acreditados, visite ([www.nedalliance.org](http://www.nedalliance.org)).

**Las Doulas del Final de la Vida** brindan apoyo y comodidad a las personas al final de la vida.

- Los profesionales pueden ayudar con la coordinación de la atención, el cuidado de relevo, la creación de proyectos heredados para conmemorar la vida de las personas, la planificación de vigilias y la administración de técnicas reconfortantes.
- Hay varias organizaciones de acreditación, incluyendo la Asociación Internacional de Doula del Final de Vida ([www.inelda.org](http://www.inelda.org)) y la Nacional Asociación Doula del Fin de la Vida ([www.nedalliance.org](http://www.nedalliance.org)).

## Quién es quién en la red de servicios con fines de lucro (Cont.)

### (No regulado por AHCA)

**Los Asesores de Vida de Adultos Mayores** ayudan a las familias a navegar a través del proceso de elegir la residencia independiente, de vida asistida o de cuidado de memoria para su ser querido.

- Los servicios pueden incluir consultas de atención, visitas guiadas y apoyo transitorio. Los servicios son gratuitos para las familias, ya que los consultores reciben una comisión del negocio residencial seleccionado.
- No existe una asociación nacional de asesores de vida para adultos mayores.

**Los Administradores de mudanzas senior y especializados** ayudan a los adultos mayores con los aspectos físicos, logísticos y emocionales de la reubicación.

- Los servicios a menudo incluyen ayudar a las personas a organizar y planificar una mudanza, seleccionar artículos para llevar a la nueva casa e identificar qué se debe vender, donar, desechar o regalar a otros.
- Los proveedores pueden optar por acreditarse a través de la Asociación Nacional de Administradores de Mudanzas para Adultos Mayores. Para obtener una lista de profesionales acreditados, visite [www.nasmm.org](http://www.nasmm.org).

**Los Especialistas en Bienes Raíces para Adultos Mayores** son agentes inmobiliarios con licencia que han obtenido una certificación adicional que les brinda capacitación sobre las necesidades inmobiliarias de los adultos mayores de 50 años.

- Los agentes inmobiliarios están entrenados en reducción de espacio de vivienda, envejecimiento en el propio ambiente y en la selección de una comunidad de retirados.
- Esta certificación es a través de la Asociación Nacional de Agentes Inmobiliarios y se puede encontrar una lista de especialistas certificados en <https://sres.realtor>.

# PARTE 3 | Servicios, programas y apoyo de salud

## La enfermedad de alzheimer y otras demencias

### Qué es demencia

Demencia es un término general que describe una disminución de las capacidades cognitivas lo suficientemente grave como para afectar las actividades diarias de una persona. La demencia es un trastorno neurológico progresivo y degenerativo causado por daño a las células nerviosas o neuronas del cerebro. La demencia no es parte del envejecimiento normal..

- La enfermedad de Alzheimer representa del 60 al 80 por ciento de los casos de demencia, pero hay muchos tipos, cada uno con síntomas diferentes. Otros tipos de demencia incluyen demencias vasculares, demencia con cuerpos de Lewy y demencia frontotemporal. Ciertas enfermedades, como la de Parkinson, pueden tener demencias asociadas. Las personas pueden tener más de un tipo de demencia.
- La demencia es más común después de los 65 años y su prevalencia aumenta con la edad. Sin embargo, la demencia de inicio temprano puede afectar a personas de 30, 40, 50 y 60 años.

### Síntomas generales

- Aunque la pérdida de memoria que altera la vida diaria es común, no siempre es un síntoma temprano de demencia. Otros síntomas pueden incluir:

- Cambios en la planificación y resolución de problemas
- Dificultad para completar tareas familiares
- Nuevos problemas con palabras, ya sea al hablar o al escribir
- Confusión con tiempo y lugar

- Cambios en el humor o personalidad
- Dificultad con imágenes visuales o relaciones espaciales
- Perdersse en lugares familiares
- Retiro del trabajo o actividades sociales

### Lo que crees que es demencia puede ser otra cosa

No asuma automáticamente que los síntomas que está sufriendo son causados por la enfermedad de Alzheimer u otra forma de demencia. Numerosas condiciones médicas pueden tener síntomas similares. Si los síntomas de una persona son causados por una afección de salud subyacente, los síntomas pueden disminuir o desaparecer una vez que se trata la afección médica subyacente. Algunas de las afecciones médicas que con mayor frecuencia presentan síntomas que se asemejan a la demencia se enumeran a continuación.

- Infecciones del tracto urinario
- Delirio
- Depresión/Ansiedad
- Deficiencias vitamínicas
- Medicamentos
- Tumores cerebrales
- Uso de sustancias / alcohol

- Accidente cerebrovascular/hematomas subdurales
- Hidrocefalia (agua en el cerebro)
- Enfermedad tiroidea, renal o hepática
- Apnea del sueño
- Enfermedad de Lyme
- Lesión cerebral traumática
- Convulsiones

Debido a que otras afecciones médicas pueden imitar los síntomas de la demencia, es importante obtener una evaluación médica. Hay dos tipos de evaluaciones:

- **Evaluación integral:** una evaluación completa del estado físico, cognitivo y emocional de una persona para determinar la causa de los síntomas de presentación, es decir, debido a condiciones médicas subyacentes, demencia o una combinación de los dos.
- **Examen de la memoria:** una herramienta de evaluación rápida que evalúa la cognición de una persona, incluida la memoria, pero no evalúa ninguna condición de salud subyacente.

# La enfermedad de alzheimer y otras demencias (Cont.)

## Clínicas de trastornos de la memoria

Se necesita una evaluación integral para adultos que experimentan los signos y síntomas de la demencia a fin de determinar si estos síntomas son causados por otra afección médica subyacente o se deben a la demencia. En Florida, hay 17 clínicas de trastornos de la memoria designadas por el estado que ofrecen evaluaciones integrales para adultos que experimentan las señales y síntomas de la demencia. Estos programas de diagnóstico en profundidad emplean equipos multidisciplinarios, incluyendo neurólogos, médicos y trabajadores sociales para evaluar y desarrollar planes de atención para los pacientes en colaboración con su médico de atención primaria. Las clínicas de trastornos de la memoria también apoyan a los pacientes y sus seres queridos a través de educación, servicios de referencia e investigación relacionada con los servicios.

- **AdventHealth El Programa de Mentes en Maduración:** 407-392-9237
- **Orlando Health Centro para el Envejecimiento:** 321-841-9700
- **Health First Clínica de Trastornos de la Memoria:** 321-434-7612

Las Clínicas de Trastornos de la Memoria de AdventHealth y Orlando Health sirven a los condados de Orange y Seminole así como también a los condados de Lake, Polk, Sumter y Hernando. El condado de Osceola es atendido por La Clínica de Trastornos de la Memoria Health First localizada en Melbourne, Florida. Los pacientes pueden solicitar una evaluación en la clínica de trastornos de la memoria que les resulte más conveniente, independientemente del condado de residencia.

AdventHealth también opera el Centro para el Envejecimiento y el Bienestar, donde los geriatras acreditados y los becarios de medicina geriátrica ofrecen evaluaciones geriátricas integrales con un equipo interdisciplinario de profesionales médicos, trabajadores sociales y servicios de capellán. Comuníquese al 407-646-7070. Las evaluaciones integrales de la memoria también pueden ser realizadas por neurólogos con licencia con experiencia en el diagnóstico de demencia.

## CONSEJOS importantes

- Estas evaluaciones suelen estar cubiertas por el seguro. Pregunte si su seguro cubre la evaluación antes de su cita.
- Pregunte con anticipación qué debe hacer para prepararse para la evaluación, incluyendo la información que debe traer. Un familiar, amigo o cuidador debe acompañarlo, ya que es útil contar con otra persona que pueda escuchar y tomar notas..
- Es importante compartir su historia de lo que le ha funcionado y lo que no.

## Información adicionales

Tres tipos principales de la Enfermedad de Alzheimer y un subtipo

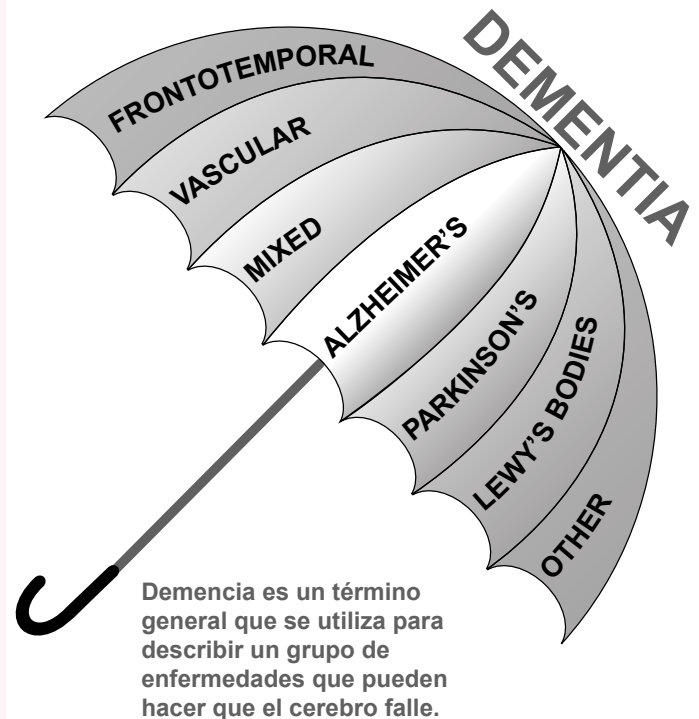
- Inicio precoz — Los síntomas aparecen entre los 30 y 64 años.
- Enfermedad clásica de Alzheimer — Los síntomas aparecen entre los 65 y 83.
- Inicio tardío — Los síntomas aparecen a los 84 años o más.
- Subtipo sin compromiso del hipocampo — Mientras que la enfermedad de Alzheimer típica afecta al hipocampo (el centro de memoria del cerebro), el subtipo sin compromiso del hipocampo afecta principalmente a la corteza cerebral, un área responsable de los pensamientos y las acciones. Por lo tanto, los “síntomas” de una persona pueden ser diferentes.

# La enfermedad de alzheimer y otras demencias (Cont.)

## Beneficios de un diagnóstico temprano

Cuando alguien tiene pérdida de memoria u otros síntomas de demencia, es importante realizar una evaluación para determinar la causa subyacente probable de estos problemas. Aunque las personas a veces retrasan la programación de una cita por una variedad de razones, hay muchos beneficios en realizar una evaluación integral cuando se notan los problemas por primera vez:

- Los síntomas preocupantes pueden ser simplemente un reflejo de los cambios asociados con el envejecimiento normal. Esto puede proporcionar una gran tranquilidad y puede proporcionar una “línea de base” para la comparación si aparecen síntomas preocupantes en el futuro.
- Los síntomas que se presentan pueden ser en realidad síntomas de otras condiciones. Si se identifican y tratan estas otras condiciones, los síntomas preocupantes pueden desaparecer.



Mientras más temprano el diagnóstico, mayor es la oportunidad para que la persona viviendo con demencia pueda planificar activamente su futuro. Los beneficios pueden incluir:

- Educación sobre el estilo de vida — las personas que viven con demencia y sus cuidadores y participantes en el cuidado pueden comprender y adaptarse mejor a medida que ocurren los cambios.
- Educación sobre oportunidades de diagnóstico e investigación — los médicos y proveedores pueden orientar mejor la educación sobre los posibles síntomas futuros y la progresión de la enfermedad a la persona que vive con demencia y sus cuidadores. Los médicos pueden utilizar tratamientos disponibles que pueden retrasar la progresión de la enfermedad o brindar la oportunidad de participar en ensayos clínicos que pueden tratar o retrasar la progresión de la demencia identificada. Los médicos también conocen mejor qué medicamentos recetar o evitar.
- Planificación de la atención — se pueden mantener conversaciones con familiares y amigos sobre las preferencias relacionadas con la atención. Las instrucciones anticipadas se pueden completar o actualizar teniendo en cuenta el diagnóstico.

# La enfermedad de alzheimer y otras demencias (Cont.)

## Organizaciones específicas de la demencia

### CONSEJOS importantes

- Las agencias ofrecen programas educativos y grupos de apoyo que pueden ayudar a las familias a comprender mejor la enfermedad y aprender estrategias para brindar la mejor atención a las personas que viven con demencia.
- Las agencias pueden ponerlo en contacto con profesionales de la salud y organizaciones que apoyan a las personas con demencia y sus proveedores de atención.
- Las agencias también pueden conectarlo con las últimas investigaciones sobre ensayos clínicos, programación local para apoyar e involucrar a las personas que viven con demencia.

#### **Alzheimer's Association** 800-272-3900 or [www.alz.org/cnfl](http://www.alz.org/cnfl)

- El capítulo del Centro y Norte de Florida sirve a 43 condados de Florida.
- Brinda apoyo a las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, incluyendo personas que viven con la enfermedad, los cuidadores y los profesionales de la salud.
- Avanza la investigación hacia métodos de tratamiento, prevención y, en última instancia, cura.
- Aboga a nivel estatal y federal por las necesidades y derechos de quienes enfrentan la enfermedad de Alzheimer.
- Ofrece una amplia gama de programas educativos y de apoyo para personas que viven con demencia y sus familias. La programación incluye grupos de apoyo, clases de hábitos saludables, planificación de cuidados y un plan de estudios universitario para cuidadores.
- Ofrece entrenamiento para el cumplimiento de la ley y primeros auxilios.
- Los recursos en línea incluyen una biblioteca de videos y una biblioteca de investigación.

#### **Alzheimer's & Dementia Resource Center (ADRC)** 407-436-7750 or [www.adrccares.org](http://www.adrccares.org)

- Organización sin fines de lucro local que sirve a los condados de Orange y Seminole. Todos los servicios son gratuitos.
- Proporciona a los proveedores de atención (cuidadores) y a las personas que viven con Alzheimer u otras demencias, recursos educativos para el desarrollo de habilidades, orientación práctica para la planificación y apoyo emocional. Esto incluye programación para personas en las primeras etapas de la demencia.
- Ofrece talleres y series de capacitación para enseñar a los proveedores de cuidados la importancia y los métodos de cuidar de sí mismos. Se ofrecen grupos de apoyo en los condados de Orange y Seminole.
- Ofrece información y capacitación con base científica sobre cómo reducir el riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.
- Brinda capacitación a empresas, profesionales de la salud y agentes del orden u otros socorristas que deseen aumentar su comprensión de la demencia y su habilidad para abordar las necesidades de las personas que viven con Alzheimer u otras formas de demencia.
- Administra el estudio de investigación Post Mortem del Florida State Brain Bank en el centro y norte de Florida.

# La enfermedad de alzheimer y otras demencias (Cont.)

## Programas estatales específicos a la demencia

### Banco de Cerebros de Florida

- Estudio de investigación post mortem financiado por el estado con sede en el Centro Médico Mount Sinai en Miami.
- Dedicado a coordinar las donaciones de cerebros para promover un conocimiento científico continuo de las enfermedades relacionadas con la demencia y, en última instancia, curar la enfermedad de Alzheimer y otras demencias relacionadas.
- Las familias reciben asesoramiento personalizado y un informe neuropatológico que proporciona un diagnóstico definitivo, la única forma de saber con precisión si su ser querido tenía la enfermedad de Alzheimer u otro tipo de demencia.
- Los participantes deben cumplir con los criterios de inscripción y completar la inscripción antes de la muerte.
- En Florida Central, el Banco de Cerebros de Florida está coordinado por el Centro de Recursos para Alzheimer y Demencia — 407-436-7755 o [www.adrccares.org](http://www.adrccares.org).

### Alertas de Plata

- Respuesta coordinada entre las fuerzas del orden público estatales y locales y el público para localizar a una persona de 60 años o más con deterioro irreversible de las facultades intelectuales (incluyendo la demencia) que ha desaparecido mientras conducía un vehículo motorizado con un número de placa identificado.
- También se puede utilizar para localizar a adultos menores de 60 años si no tienen la capacidad de dar su consentimiento.
- La Alerta de Plata es iniciada por la agencia local de seguridad pública. Como parte de la respuesta, se puede utilizar un mensaje dinámico en el sistema de señalización de emergencia en la carretera en los esfuerzos por localizar a la persona desaparecida.

### Información y estadísticas adicionales

- La enfermedad de Alzheimer afecta a más de 5.8 millones de estadounidenses mayores de 65 años. Se estima que el número de adultos mayores que viven con Alzheimer aumentará a 8.4 millones en 2030, 11.6 millones en 2040 y 13.8 millones en 2050.<sup>1</sup>
- La enfermedad de Alzheimer es una enfermedad lenta y progresiva, con personas que viven, en promedio, de tres a once años después de recibir un diagnóstico. Algunas personas pueden vivir 20 años o más.
- Si bien las enfermedades cardíacas disminuyeron un 7.8 por ciento entre 2000 y 2018, las muertes por enfermedad de Alzheimer aumentaron un 146 por ciento.<sup>1</sup>

### Prevención de estilo de vida

- Investigaciones realizadas en el Programa de Salud Cerebral y Prevención de Alzheimer del Centro Médico de la Universidad de Loma Linda indican que las personas pueden adoptar cambios en el estilo de vida que pueden prevenir o retrasar la progresión del deterioro cognitivo, así como mejorar la calidad de vida de las personas que viven con demencia. Estos factores de estilo de vida incluyen:<sup>2</sup>
- Nutrición — comer una dieta rica en nutrientes y basada en plantas
- Ejercicio — mover el cuerpo un mínimo de 22 minutos al día
- La reducción del estrés es fundamental
- El sueño reparador es fundamental
- Involucrar al cerebro — y usar su cerebro de nuevas maneras
- Otros estudios han encontrado que no fumar y no beber en exceso son otros factores importantes.

**Source:** <sup>1</sup>Alzheimer's Association, [www.alz.org](http://www.alz.org) <sup>2</sup>Sherzai, Drs. Dean and Ayesha. (2017). The Alzheimer's Solution. HarperOne.

# Cuidados y servicios para enfermos terminales

## ¿Qué es el hospicio?

El hospicio brinda atención de apoyo para personas que enfrentan enfermedades terminales, con una esperanza de vida de seis meses o menos, que ya no desean buscar una cura para su enfermedad. Para inscribirse en un hospicio, los pacientes deben recibir una remisión médica. Los pacientes o sustitutos de atención médica pueden optar por interrumpir los servicios de cuidados paliativos en cualquier momento.

- El hospicio brinda cuidados paliativos y alivio de los síntomas, el dolor y el estrés que pueden ocurrir al final de la vida tanto para el paciente como para sus seres queridos.
- Los cuidados paliativos son una opción de atención médica para cualquier persona que viva con una enfermedad crónica, no solo para aquellos inscritos en un hospicio. Un equipo interdisciplinario se enfoca en mejorar la calidad de vida de una persona, mientras reduce los síntomas y el estrés asociados con enfermedades crónicas. Puede proporcionarse como el objetivo principal de la atención o puede ser parte de un enfoque de tratamiento curativo.
- El cuidado de hospicio se puede brindar en cualquier entorno: en el hogar, en un centro de vida asistida, en un centro de cuidados de enfermería o en un hospital.
- Seguro: Medicaid, Medicare y la mayoría de los seguros privados cubren el servicio de cuidados paliativos.

## Niveles de cuidado

Existen cuatro niveles de cuidados paliativos que están definidos por ley. El nivel de atención que recibe un paciente se basa en sus necesidades médicas identificadas por el equipo de cuidados paliativos y el médico tratante. Los servicios de cuidados paliativos no suelen incluir servicios no médicos como el baño, la incontinencia y el reposicionamiento. Tampoco cubre la preparación de comidas, hacer encargos y compañía.

<b>1</b>	<b>Cuidados de rutina en el hogar</b> puede incluir, entre otros, servicios médicos de rutina, servicios de ayuda médica domiciliaria intermitentes, terapia física y/o ocupacional, suministros médicos y medicamentos.
<b>2</b>	<b>Cuidados continuos en el hogar</b> está disponible durante tiempos de crisis cuando se necesita atención continua durante al menos ocho horas en un período de 24 horas para controlar los síntomas médicos agudos.
<b>3</b>	<b>Atención hospitalaria</b> se proporciona cuando los síntomas de una crisis médica no se pueden controlar en la residencia principal del paciente. La atención para pacientes hospitalizados se puede brindar en un hospital, un hogar de ancianos o una casa de cuidados paliativos para pacientes hospitalizados.
<b>4</b>	<b>Cuidado de relevo</b> se puede ofrecer si el cuidador principal de un paciente no puede satisfacer sus necesidades debido al estrés del cuidador u otras circunstancias atenuantes. El cuidado de relevo implica admitir temporalmente a un paciente en un entorno hospitalario para brindar a la familia un relevo o descanso necesario.

## Equipo de cuidados paliativos

El equipo de cuidados paliativos generalmente está formado por un médico, una enfermera, un trabajador social médico, un capellán, un asistente de atención domiciliaria, un terapeuta y un consejero de duelo. La mayoría de las organizaciones de cuidados paliativos también utilizan una red de voluntarios para ayudar a apoyar a los pacientes y sus seres queridos.

## Selección de un proveedor de cuidados paliativos

En Florida, la Agencia para la Administración de Cuidados de Salud otorga licencias y regula a los proveedores de cuidados paliativos. Para ver una lista actualizada de proveedores con licencia, visite <https://quality.healthfinder.fl.gov> y vaya a “hospicio” debajo del encabezado “comparar”. Los hospicios pueden funcionar como una organización sin fines de lucro.

Para obtener más información sobre el concepto de hospicio, cuándo considerar los servicios de hospicio y los tipos de servicios prestados, comuníquese con Florida Hospice and Palliative Care Association al 800-282-6560 o visite [www.floridahospices.org](http://www.floridahospices.org). Medicare, Medicaid y el Mercado de Seguros de salud



# Medicare, Medicaid y el Mercado de Seguros de salud

## Medicare

Medicare es un programa federal. Es el programa de seguro médico del gobierno de los EE. UU. para personas mayores de 65 años que hayan trabajado durante al menos 10 años en un empleo cubierto por Medicare y que sean ciudadanos o residentes permanentes de los Estados Unidos. Las personas menores de 65 años que reciben el Seguro por Discapacidad del Seguro Social o que tienen una enfermedad renal en etapa terminal también pueden ser elegibles para Medicare. Medicare Original (Partes A y B) no cubre la atención dental o de la vista. Medicare no cubre la atención en un hogar de atención familiar, un centro de vida asistida o el cuidado a largo plazo en un centro de enfermería, pero cubre la atención especializada a corto plazo en centros de enfermería si se cumplen ciertos requisitos.

<b>Medicare Parte A (Seguro de hospitalización)</b>	Cubre estadías en el hospital para pacientes hospitalizados y cuidados paliativos. También puede incluir visitas limitadas de atención médica domiciliaria y estadías limitadas en un centro de rehabilitación o enfermería especializada. La mayoría de las personas no pagan una prima por la Parte A porque ellos o su cónyuge ya la pagaron a través de sus impuestos sobre la nómina mientras trabajaban.
<b>Medicare Parte B (Seguro médico)</b>	Cubre visitas al médico, servicios para pacientes ambulatorios, muchos servicios preventivos, algunas visitas de atención médica a domicilio y equipo médico duradero. La Parte B ayuda a pagar estos servicios y suministros cubiertos cuando son médicamente necesarios.
<b>Medicare Supplement Insurance (Cobertura de Medigap)</b>	Se puede comprar un seguro privado opcional para sufragar los gastos de bolsillo de las Partes A y B de Medicare. La mayoría de las personas pagan una prima por estos planes opcionales y usted debe inscribirse en la Parte B para ser elegible. Si se inscribe durante su período de inscripción inicial de Medicare, los planes deben aceptar su solicitud. Si solicita la cobertura de Medigap en una fecha posterior, puede ser descalificado debido a una cobertura preexistente o podría estar sujeto a primas más altas.
<b>Medicare Parte C (Planes de Medicare Advantage)</b>	Esta es la opción para seleccionar un plan de seguro privado aprobado por Medicare. Debe estar inscrito en Medicare Partes A y B para seleccionar un plan Medicare Advantage. Las empresas ofrecen planes de salud como una organización para el mantenimiento de la salud (HMO) o una organización de proveedores preferidos (PPO) y planes para necesidades especiales (SNP). Los planes de la Parte C deben ser tan ricos como el Medicare Original. Cada plan es diferente y puede ofrecer servicios suplementarios como beneficios dentales, de la vista y/o beneficios no médicos limitados.
<b>Medicare Part D (Cobertura de medicamentos recetados)</b>	Cubre medicamentos recetados para pacientes ambulatorios a través de planes privados contratados con Medicare. Algunas personas pagan una prima mensual por la Parte D. Las personas que no seleccionan un plan de la Parte D durante su período inicial de inscripción en Medicare pueden estar sujetas a primas más altas.

## Información de contacto para Medicare

- En línea por [www.Medicare.gov](http://www.Medicare.gov) o llame al 800-Medicare (**800-633-4227**)
- Los voluntarios de Florida SHINE responden a preguntas sobre Medicare y ofrecen información imparcial sobre las distintas opciones de planes. En el área local, llame a la Línea de Ayuda de Adultos Mayores al **407-514-1800**. A nivel estatal, visite [www.floridashine.org](http://www.floridashine.org) o llame al **800-96-Elder (800-963-5337)**.

# Medicare, Medicaid y el Mercado de Seguros de salud (Cont.)

## Fechas y recordatorios importantes de Medicare

- Siempre verifique estas fechas con Medicare.gov o su proveedor.
- Revise los beneficios de su plan cada año. Los beneficios del plan pueden cambiar a partir del 1 de enero. Los cambios pueden incluir aumentos en las primas y/o pagos compartidos, cambios en la cobertura de medicamentos, cambios en los médicos y centros de salud dentro de la red y/o cambios a los beneficios auxiliares no requeridos por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid

### NOTA

Medicare, Medicaid y la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio son productos complicados en el cuidado de la salud. Se le anima a visitar los recursos en línea que figuran en estas páginas y hacer preguntas.

<b>Octubre 1</b>	Los planes Original Medicare y Medicare Advantage publican información sobre los beneficios del plan para el próximo año. Este es el momento de revisar los beneficios de su plan.
<b>Octubre 1</b>	Comienza el período de inscripción anual de Medicare. Puede cambiar su plan actual completando y enviando una solicitud para un nuevo plan para el próximo año del plan.
<b>Diciembre 7</b>	El período de inscripción anual de Medicare finaliza oficialmente para el próximo año del plan.
<b>Enero 1</b>	Los planes de Medicare entran en vigencia para el nuevo año del plan.
<b>Enero 1 a Marzo 31</b>	Este es el período de cancelación de la inscripción del plan Medicare Advantage -el momento en el que los planes Medicare Advantage se pueden cancelar y el titular de la póliza puede elegir un plan Medicare Advantage diferente o regresar a Medicare Original. Si elige regresar a Original Medicare, podrá inscribirse en un plan de medicamentos recetados de Medicare (Plan Parte D).

## Medicaid

Medicaid es administrado por los estados dentro de las pautas generales establecidas por el gobierno federal. El programa también se financia en forma conjunta a niveles estatales y federales. Debido a que los estados pueden optar por brindar cobertura o programas ampliados de Medicaid, los beneficios de Medicaid pueden variar según el estado.

Medicaid brinda cobertura médica a personas y familias de bajos ingresos que califiquen y de todas las edades. En Florida, la inscripción a Medicaid generalmente es administrada por el Departamento de Niños y Familias de Florida (DCF) y las solicitudes se envían a través del portal ACCESS Florida por <https://myaccess.myflfamilies.com>. El programa de Medicaid para personas de bajos ingresos que menores de 65 años o están discapacitadas se llama Seguro Social o Medicaid relacionado con SSI. Los residentes de Florida que son elegibles para SSI a través de la Administración del Seguro Social son automáticamente elegibles para la cobertura de Medicaid. No es necesario presentar una solicitud ante el DCF a menos que se necesiten los servicios de un hogar geriátrico..

## Fechas importantes para recordar

El “período de cambio” para los beneficiarios de Medicaid se basa en su inscripción original en el programa de Medicaid. Los afiliados recibirán un aviso antes de su período de cambio. Las preguntas relacionadas con estas fechas deben dirigirse a su agente de inscripción o llamando a la Línea de Ayuda para Adultos Mayores operada por Senior Resource Alliance al **407-514-1800**.

# Medicare, Medicaid y el Mercado de Seguros de salud (Cont.)

## Información de contacto para Medicaid

- En Florida — En línea por <https://quality.healthfinder.fl.gov/medicaid/florida-medicaid-general> o llamando al **866-762-2237**
- A nivel nacional — En línea por [www.medicaid.gov](http://www.medicaid.gov).

## Doble elegibilidad de Medicaid/Medicare

“Los beneficiarios con doble elegibilidad” están inscritos tanto en Medicare como en Medicaid. Por lo general, las personas con doble elegibilidad están inscritas en Medicare Parte A y/o Parte B y obtienen todos los beneficios de Medicaid y/o asistencia con las primas de Medicare o los costos compartidos a través del programa de Ahorros de Medicare.

## Mercado de Seguros de Salud

La Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio de 2010 estableció el mercado de seguros de salud como la plataforma para ofrecer planes de seguros de salud a adultos, familias y pequeñas empresas. Operado por el gobierno federal, este mercado ofrece servicios de inscripción y compra de planes de salud a través de sitios web, centros de llamadas y asistencia en persona. NOTA: Las personas con cobertura de Medicare o Medicaid no son elegibles para comprar un plan de salud o dental en el Mercado de Seguros de Salud. Para conocer más acerca del Mercado de Seguros de Salud, visite [www.healthcare.gov](http://www.healthcare.gov) o llame al **800-318-2596**. Los navegadores de Florida Central que trabajan para la Red de Acceso al Cuidado Primario, una organización local sin fines lucrativos pueden ofrecer asistencia. Visite [www.CoveringCFL.net](http://www.CoveringCFL.net) o llamar **877-564-5031**.

<b>FECHAS IMPORTANTES PARA RECORDAR</b>	<b>Noviembre 1</b>	Comienza la inscripción para el plan del próximo año
	<b>Diciembre 1</b>	Finaliza la inscripción abierta para el plan del próximo año
	<b>Diciembre 31</b>	Finaliza la cobertura para el plan del mercado del año actual
	<b>Enero 1</b>	Comienza la cobertura para el nuevo año

# PARTE 4 | Servicios y recursos de apoyo comunitario

## RECURSOS RESIDENCIALES Y DE VIVIENDA

### Opciones de vivienda independiente

Las opciones de vivienda independiente para personas mayores pueden incluir complejos de apartamentos tradicionales o comunidades residenciales que se han construido para satisfacer las necesidades de los adultos mayores. En algunos casos, estas comunidades pueden proporcionar servicios comunitarios limitados, como programas de actividades, servicios de transporte y comidas para los residentes.

- **Alquileres:** Las opciones de vivienda incluyen unidades de alquiler de mercado, así como apartamentos subsidiados que se ofrecen a un alquiler que está por debajo del precio del mercado o como un alquiler de tarifa variable que se basa en los ingresos de una persona.
- **Directrices de elegibilidad:** muchas opciones de vivienda para personas mayores tienen directrices de elegibilidad. Las opciones de vivienda subsidiada para personas mayores suelen tener directrices de edad e ingresos. Pregunte siempre por estas directrices.
- **Restricciones de edad:** la mayoría de las opciones de vivienda para personas mayores tienen una restricción de edad. Siempre pregunte si esta restricción de edad está vinculada a las aprobaciones gubernamentales. Si no es así, existe la posibilidad de que los propietarios opten por cambiar las restricciones voluntarias de edad que han establecido.
- **Listas de espera:** muchos de los complejos de viviendas asequibles tienen largas listas de espera y cada lista de espera es administrada por separado por el propietario del apartamento. Las personas interesadas en vivir en estos complejos de viviendas asequibles deben considerar agregar sus nombres a las listas de espera en varios complejos de apartamentos.

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>Florida Housing Search</b>	Este sitio web de viviendas en todo el estado permite a los usuarios buscar y ubicar las opciones de viviendas asequibles que mejor se adapten a sus necesidades individuales. También se proporcionan herramientas útiles y recursos para inquilinos. El sitio web está respaldado por un centro de llamadas gratuito.	877-428-8844 <a href="http://www.floridahousingsearch.org">www.floridahousingsearch.org</a>
<b>Vivienda HUD subsidiada para adultos mayores</b>	El sitio web del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos (HUD) ofrece información sobre opciones de vivienda subsidiadas financiadas por HUD. El requisito de edad mínima para la mayoría de las unidades de vivienda para personas mayores financiadas por HUD es de 62 años, aunque algunas unidades se construyeron bajo un programa de HUD diferente donde la edad mínima es de 55 años.	800-225-5342 <a href="http://www.hud.gov">www.hud.gov</a> – busque “información para ciudadanos mayores ”

### Autoridades locales de vivienda en Florida Central

- Orange County Housing & Community Development: **407-836-5150**
- Orange County Office of Tenant Services: **407-836-7368**
- Orlando Housing Authority: **407-895-3300**
- Winter Park Housing Authority: **407-645-2869**
- Seminole County Housing Authority: **407-365-3621**
- Sanford Housing Authority: **407-323-3150**
- Osceola County Housing Office: **407-742-8400**

# Recursos residencial y de vivienda (Cont.)

## Opciones de Vivienda Residencial Asistida

### Hogares de cuidado familiar para adultos

- Viviendas privadas para hasta cinco adultos mayores o adultos con discapacidades; el propietario vive en el lugar.
- Proporcionan alojamiento, comidas, cuidado personal, asistencia con medicamentos, supervisión, monitoreo de la salud, transporte y actividades sociales.
- Generalmente de pago privado; pueden aceptar seguros de cuidado a largo plazo o el beneficio de VA Aid & Attendance.

### Instalaciones de vida asistida (ALF)

- Vivienda a tiempo completo para personas que necesitan ayuda con las actividades diarias, pero no requieren atención de enfermería las 24 horas.
- Los servicios incluyen alojamiento, comidas, cuidado personal, manejo de medicamentos, supervisión, monitoreo de la salud, servicios limitados de transporte, limpieza del hogar y actividades sociales. Los servicios públicos y el cable suelen estar incluidos en el costo.
- Pueden obtener licencias especializadas adicionales de AHCA para proporcionar servicios limitados de salud mental o de enfermería.
- Varían en tamaño y diseño; algunas ofrecen apartamentos y cuidado de memoria seguro para personas que viven con demencia.
- Principalmente de pago privado; pueden aceptar seguros de cuidado a largo plazo, VA Aid & Attendance o suplementos estatales a través del Departamento de Niños y Familias de Florida.
- Costo medio en Orlando (2020): \$3,700 al mes, según la Encuesta de Costos de Atención de Genworth.
- Reguladas por AHCA.

### Centros de enfermería especializada (SNF)

- Proporcionan atención de enfermería las 24 horas, comidas, cuidado personal, supervisión, monitoreo de la salud y terapias de rehabilitación. Medicare puede proporcionar el pago de cuidado de rehabilitación a corto plazo en un SNF si se cumplen ciertos criterios.
- Atienden a personas con necesidades físicas o cognitivas significativas; pueden ofrecer cuidado de memoria seguro.
- La rehabilitación a corto plazo puede estar cubierta por Medicare; la atención a largo plazo se cubre mediante Medicaid (si es elegible), seguros de cuidado a largo plazo o pago privado.
- Costo medio en Orlando (2020): \$9,125 al mes (habitación semiprivada) y \$9,703 al mes (habitación privada), según la Encuesta de Costos de Atención de Genworth.
- Licenciadas por AHCA.

### Comunidades de retiro de cuidado continuo (CCRC)

- Comunidades residenciales privadas que ofrecen vida independiente, vida asistida y atención de enfermería en un solo campus.
- Generalmente de pago privado, con cuota de entrada y pagos mensuales.
- Los residentes suelen comenzar en vida independiente y hacen la transición a medida que aumentan sus necesidades de cuidado.
- Los componentes de vida asistida y enfermería están regulados por AHCA; la vida independiente no lo está.

# Recursos de transportación

## LYNX — Proveedor de transportación regional

- Área de servicio: Condados de Orange, Osceola y Seminole.
- Servicio de autobús: Servicios tradicionales de autobuses de ruta fija a través de autobuses que son accesibles según la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA). Los pases de autobús tienen descuento para personas mayores de 65 años y clientes con discapacidades.
- Servicio de paratransito: ACCESS LYNX ofrece viajes compartidos “puerta a puerta” que no siguen rutas o horarios fijos. Este sistema recoge a las personas en su lugar de origen y las lleva a su destino. Las personas deben completar una solicitud y cumplir con las pautas de elegibilidad de los programas ADA y para personas en desventaja en el transporte. (Los viajes de Medicaid los proporciona el proveedor de Medicaid, no Lynx).
- LYNX también opera el LYMMO en el centro de Orlando, SunRail y varios servicios
- NeighborLink en comunidades específicas.
- Comuníquese con LYNX por [www.golynx.com](http://www.golynx.com) or **407-841-5969**.
- Comuníquese con ACCESS LYNX por **407-423-8747**.

## Otras opciones de transportación

- **Beneficiarios de Medicaid:** En Florida, los proveedores de Medicaid cubren los servicios de transporte que no son de emergencia para los clientes que no tienen otro medio de transporte a sus citas y servicios cubiertos por Medicaid. Los beneficiarios de Medicaid deben comunicarse con su proveedor de Medicaid o un asesor de opciones en el “Área 7” de Florida Central en **877-711-3662**.
- **Sociedad Americana del Cáncer:** El programa Road to Recovery ofrece transporte gratuito limitado a pacientes con cáncer que necesitan transporte hacia y desde sus citas médicas relacionadas con el cáncer. Comuníquese con la Sociedad Americana del Cáncer al **800-227-2345**.
- **Departamento de Asuntos de Veteranos de los Estados Unidos:** Los Servicios de transporte para veteranos brindan a los veteranos que califiquen servicios de transporte gratuitos limitados hacia y desde sus centros médicos de VA participantes. Comuníquese con el Centro Médico de VA de Orlando al **407-631-1000**.

### Otras Opciones

Comuníquese con las líneas de ayuda en la página 3 para ver si hay servicios de transporte adicionales disponibles. Algunos programas sin fines de lucro, como el programa de comidas colectivas o los centros diarios para adultos, ofrecen transporte limitado hacia y desde sus servicios. Algunas organizaciones con fines de lucro, como las agencias de servicio doméstico y acompañantes, también pueden proporcionar transporte limitado para sus clientes.

## Sitio web de Safe Mobility for Life

El sitio web de Safe Mobility for Life — [www.safemobilityfl.com](http://www.safemobilityfl.com) — proporciona información centralizada sobre recursos de transporte para adultos mayores. Este sitio web es mantenido por el Departamento de Transportación de Florida. La información del sitio web incluye:

- **Usuarios de la carretera de edad avanzada:** Información sobre evaluaciones de conductores, licencias de conducir en Florida y bienestar de los conductores. Puede descargar una copia en pdf de la Guía de Florida para una Movilidad Segura de por Vida.
- **Envejeciendo en su ambiente:** Información 511 para viajeros. Información sobre el diseño del transporte sobre cómo mejorar la experiencia de conducción para los usuarios de la carretera que envejecen.
- **Sección de vehículos:** Información sobre equipos adaptativos, especialistas en rehabilitación de conductores y nuevas tecnologías. Información del evento CarFit donde los usuarios de la carretera de edad avanzada pueden obtener información sobre cómo mejorar el ajuste de su vehículo para su seguridad y comodidad.
- **Sección de recursos:** Información para familias y cuidadores sobre demencia, proveedores de atención médica y recursos de seguridad pública.
- **Sección Find a Ride:** Una base de datos en línea donde los usuarios pueden ingresar su origen y destino y obtener una lista de proveedores de transporte basados en tarifas que brindan servicios en esa área. Esta base de datos tiene su propio sitio web — [www.findarideflorida.org](http://www.findarideflorida.org).

# Recursos legales

## Derecho de Adultos Mayores

- El Derecho de Adultos Mayores es un área de la ley que se enfoca en ayudar a las personas a preservar su independencia, seguridad financiera y dignidad cuando la edad o la discapacidad las afectan. Los abogados de Derechos de Adultos Mayores también se especializan en ayudar a los miembros de la familia a resolver estos problemas y resolver la herencia después de que muere su ser querido.
- Este campo del derecho incluye planificación patrimonial (testamentos, fideicomisos, testamentos en vida, poder notarial duradero y sustitutos de atención médica), sucesiones, administración de fideicomisos, planificación de Medicaid, planificación de VA, seguridad social y beneficios y apelaciones por discapacidad, planificación de jubilación y tutela.
- Los abogados pueden optar por obtener una certificación adicional en derecho de adultos mayores, aunque esta designación no es necesaria para ejercer en esta área del derecho. Los abogados que han obtenido la designación de abogado certificado en derecho de adultos mayores han pasado pruebas específicas en las diferentes áreas temáticas dentro de este campo.
- Una lista de abogados certificados en derecho de adultos mayores está disponible en el sitio web del Colegio de Abogados de Florida: [www.floridabar.org](http://www.floridabar.org). Además, la mayoría de los colegios de abogados locales tienen una lista de abogados que se especializan en el campo del derecho de adultos mayores.

## Opciones y servicios legales a bajo costo

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>Sociedades de Ayuda Legal de los condados de Orange, Osceola y Seminole</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda servicios legales gratuitos o de costo reducido para residentes de bajos ingresos. Requisitos de elegibilidad por ingresos.</li> <li>• Cada colegio de abogados mantiene una lista de abogados que están certificados en derecho de adultos mayores..</li> </ul>	Orange County - 407-841-8310 <a href="http://www.legalaidocba.org">www.legalaidocba.org</a> Osceola County <a href="https://osceolabar.org/laso/">https://osceolabar.org/laso/</a> Seminole County - 407-834-1660 <a href="http://www.scbalas.com">www.scbalas.com</a>
<b>Servicios Legales Comunitarios de Florida Central</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda asistencia legal gratuita para residentes de ingresos bajos a moderados en 12 condados de Florida Central, incluyendo los condados de Orange, Seminole y Osceola.</li> </ul>	800-405-1417 <a href="http://www.clsmf.org">www.clsmf.org</a>
<b>Oficina del Procurador General</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Protege a los ciudadanos en casos de fraude a Medicaid.</li> <li>• Defiende al estado en casos de litigio civil y representa al pueblo de Florida cuando los criminales apelan sus condenas en los tribunales estatales y federales.</li> <li>• Supervisa el programa Adultos Mayores vs. Crimen y protege a los consumidores de Florida de varios tipos de fraude.</li> </ul>	866-966-7226 (Línea de Fraudes) 800-321-5366 (Ley del Limón) <a href="http://myfloridalegal.com">http://myfloridalegal.com</a>  Seniors vs. Crime 800-203-3099 <a href="http://www.seniorsvscrime.com">www.seniorsvscrime.com</a>
<b>Línea de Ayuda Legal para Adultos Mayores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda asesoramiento legal gratuito y algunos servicios por teléfono a residentes elegibles de Florida mayores de 60 años sobre asuntos legales civiles (no penales).</li> <li>• Programa del Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida.</li> </ul>	888-895-7873 <a href="http://law.elderaffairs.org/legalservices/florida-senior-legalhelpline/">law.elderaffairs.org/legalservices/florida-senior-legalhelpline/</a>

# Tutela (Tribunales de Florida)

## Información General

La tutela es el proceso legal mediante el cual los tribunales toman la determinación legal de restringir la capacidad de una persona para administrar sus propios asuntos. El término legal para esta persona es “el pupilo”. Durante esta determinación legal, el tribunal designa a un “tutor” o persona para actuar en nombre de la persona y / o propiedad del pupilo. Los tutores pueden ser un familiar calificado, un tutor privado o un tutor público. La tutela solo se justifica cuando el tribunal determina que una alternativa menos restrictiva, como un poder notarial duradero, fideicomiso, sustituto o apoderado de atención médica u otra forma de directiva previa a la necesidad, es apropiada y está disponible.

## La Ley de Florida que rige el proceso de tutela

El Capítulo 744 de los Estatutos de Florida establece las leyes y el gobierno del proceso de tutela en Florida, incluyendo el proceso legal para hacer una adjudicación de incapacidad y el nombramiento de tutores. Explica los tipos de tutela, los poderes y deberes de los tutores y la supervisión de este proceso.

- **Congelación temporal de activos:** —detalla cómo las familias, los cuidadores o sus representantes legales pueden solicitar a los tribunales que congelen temporalmente los activos de un adulto vulnerable para evitar que los explotadores vacíen el banco u otras cuentas financieras. La orden judicial es de naturaleza temporal y prevé una audiencia completa y el debido proceso para todas las partes dentro de los 15 días posteriores a la entrada de la congelación temporal inicial, o la corte puede extender la congelación si es necesario.

## Información de contacto

**Recursos Locales** — En Florida, el proceso de tutela lo administra el sistema de tribunales de circuito.

- El Tribunal del Noveno Circuito Judicial sirve a los ciudadanos de los condados de Orange y Osceola. Llame al **407-836-6058**.
- El Tribunal del Decimooctavo Circuito Judicial sirve a los ciudadanos de los condados de Brevard y Seminole. Llame al **407-665-4330**.

**Regulación y supervisión** — La Oficina Estatal de Tutores Públicos y Profesionales dentro del Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida es responsable de la supervisión del proceso de tutela pública y profesional.

- **Responsabilidades primarias:**
- Supervisa las 17 oficinas locales de tutela pública en Florida que manejan los casos de personas que el tribunal ha determinado que necesitan un tutor y que no tienen ingresos o activos adecuados para pagar un tutor privado, y no hay familiares o amigos dispuestos a servir. Licenses and regulates all public and professional guardians in Florida.
- Expide licencia y regula a todos los tutores públicos y profesionales en Florida.
- Recibe quejas contra tutores públicos y profesionales, investiga estas quejas y, de considerarse apropiado, sanciona a los tutores que infringen las leyes de Florida.
- Contacto: Llame al **850-414-2381** o visite <https://elderaffairs.org/about-us/doea-forms/>

## ¡Reporte Obligatorio!

La ley de Florida exige que cualquiera que sospeche que un adulto vulnerable ha sido abusado, descuidado o explotado presente un informe. Para reportar casos sospechosos de abuso, contacta la Línea de Ayuda para el Abuso de Ancianos. Los informes son anónimos.

- Llamar — **800-96-ABUSE (800-962-2873)**
- Visita — [www.myflfamilies.com/services/abuse/abuse-hotline](http://www.myflfamilies.com/services/abuse/abuse-hotline)



# Abuso y explotación de adultos mayores

## Información General

El abuso de personas mayores es cualquier acto intencional u omisión por parte de un cuidador o persona de confianza que cause o pueda causar daño a un adulto vulnerable. En Florida, un adulto vulnerable es una persona mayor de 60 años, o un adulto discapacitado mayor de 18 años, con limitaciones físicas o mentales que afectan su vida diaria. La ley también permite reportar la negligencia personal cuando el adulto no puede cuidar de su propia salud física o mental.

### Leyes de Florida:

- El Capítulo 825 de los Estatutos de Florida regula el abuso, la negligencia y la explotación de personas mayores y adultos discapacitados.
- Estatutos de Florida, Capítulo 415 regula los servicios de protección para adultos y la investigación de abuso, negligencia y explotación.

### Señales de advertencia:

- Cambios de comportamiento o actitud.
- Depresión repentina.
- Comunicación incómoda, tensa o restringida entre la persona mayor y su cuidador.
- Da pistas sobre el abuso o habla abiertamente sobre ello, bromea sobre ello e incluso se lo toma a la ligera.
- Cuidador incapaz de manejar el estrés.
- Abuso de sustancias con el cuidador o sí mismo.

## Tipos de abuso

### Abuso físico/sexual

- Daño físico o abuso sexual de un adulto vulnerable.
- Las señales de advertencia incluyen arañazos, cortes, verdugones, moretones, quemaduras, huesos rotos, llagas o úlceras por decúbito inexplicables. Las enfermedades de transmisión sexual inexplicables son otro signo.

### Abuso psicológico/emocional

- Abuso verbal o mental de un adulto vulnerable.
- Las señales de advertencia incluyen aislar a un adulto vulnerable, agresión verbal, comportamientos degradantes o controladores o estar demasiado preocupado por manejar los activos de un adulto mayor.

### Negligencia

- Fracaso u omisión por parte del cuidador de brindar el cuidado, la supervisión y los servicios necesarios para mantener la salud física y mental de un adulto vulnerable.
- Las señales de advertencia incluyen falta de higiene básica, alimentación adecuada, pérdida de peso inexplicable y/o atención médica. Los hogares sin instalaciones adecuadas, en mal estado o con riesgos de seguridad son otros ejemplos de negligencia. Los signos físicos de negligencia pueden incluir úlceras por presión o úlceras por presión no tratadas. Un adulto vulnerable confinado en una cama y dejado sin atención o una persona que vive con demencia sin supervisión son otras formas de negligencia.

### Autonegligencia

- Fracaso u omisión por parte del adulto vulnerable (no causado por un cuidador) para brindar el cuidado, supervisión y servicios necesarios para mantener su propia salud física y mental.
- Señales de advertencia: Véase negligencia.

### Abuso/explotación financiera

- Ocurre cuando una persona que se encuentra en una posición de confianza con un adulto vulnerable y luego, a sabiendas (mediante engaño o intimidación) obtiene o usa (o se esfuerza por obtener o usar) los fondos, activos o propiedad de un adulto vulnerable con la intención de privar temporalmente o permanentemente al adulto vulnerable de su uso o fondos.
- Ejemplos: hacer que el anciano vulnerable firme documentos legales o transfiera propiedad cuando la persona no puede comprender el significado de la transacción. También puede ser cuando un adulto vulnerable “voluntariamente” da un reembolso financiero inusualmente excesivo o regalos a cambio de la atención y el acompañamiento necesarios. Otras formas de abuso o explotación financiera ocurren cuando un cuidador tiene el control de los activos de un adulto vulnerable pero no satisface las necesidades de la persona.

# PARTE 5 | Recursos para el envejecimiento activo

## Definición

La Organización Mundial de la Salud define el envejecimiento saludable como “el proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez.” Se trata de mantenerse activo e involucrado.

El envejecimiento activo es más que mantenerse saludable, comer bien y hacer ejercicio físico. Se trata de tener la capacidad de participar en las actividades que valora, ya sea actividad física, actividades creativas o actividades sociales. La investigación documenta de manera constante y continua la importancia de llevar una vida con propósito en cada etapa de la vida.

### Esta sección de envejecimiento activo cubre:

- Actividades en un centro para personas mayores en Florida Central
- Oportunidades de voluntariado y empleo dirigidas a adultos mayores
- Educación continua en Florida Central y en línea

Estos recursos son solo una pequeña selección de las oportunidades de envejecimiento activo que existen. Las líneas de ayuda en la página 3 pueden conectarlo con más oportunidades tanto en Florida Central como más allá. Las agencias enumeradas en este documento de recursos también pueden tener oportunidades de envejecimiento activo, incluyendo la necesidad de voluntarios.

Al comenzar un estilo de vida más saludable y activo, comience con una reflexión sobre las actividades que disfruta, las habilidades que desea compartir o perfeccionar y las actividades que te da su sentido de propósito. ¡Personalice su plan de envejecimiento saludable a lo que le da poder a USTED!

## Centros para adultos mayores

Todos los días, más de un millón de adultos mayores en los Estados Unidos visitan un centro local para personas mayores para mantenerse activos a través del ejercicio, las artes, los juegos y los eventos sociales. Las actividades comunes en los centros para adultos mayores de Florida Central son clases de ejercicio o equipo, mesas de billar, programación de artes y manualidades, clubes de juegos de cartas o de mesa, así como clases educativas. La programación se proporciona de forma gratuita o por un cargo nominal. Si bien la mayoría de los centros son administrados por un gobierno local, personas que no son residentes del municipio o condado a menudo pueden asistir.

Cada centro para adultos mayores en Florida Central tiene una red diferente de programación y una sensación y un ambiente únicos. Cada centro acoge a los visitantes. Tómese el tiempo para recorrer varios centros para adultos mayores para que pueda descubrir qué centro ofrece programación que se adapte a sus intereses y necesidades. Mientras esté en cada centro, solicite un calendario de eventos para el mes actual.

### Centros comunitarios

La programación para personas mayores se puede encontrar en muchos de los centros comunitarios en Florida Central. Estos centros comunitarios sirven a residentes de todas las edades. Además de la programación dedicada a las personas mayores, a menudo hay programas y servicios para jóvenes que ayudan a las personas necesitadas.

<b>East Orange:</b> 407-254-9610 12050 E Colonial Dr Orlando, FL 32826	<b>Multicultural:</b> 407-836-8404 7149 W Colonial Dr Orlando, FL 32818
<b>Hal P. Marston:</b> 407-836-8484 3933 W.D. Judge Dr Orlando, FL 32808	<b>Pine Hills:</b> 407-254-9100 6408 Jennings Rd Orlando, FL 32818
<b>Holden Heights:</b> 407-836-6777 1201 20th St Orlando, FL 32805	<b>Taft:</b> 407-254-1950 9450 S Orange Ave Orlando, FL 32824
<b>John H. Bridges:</b> 407-254-9449 445 W. 13th St Apopka, FL 32703	<b>Tangelo Park:</b> 407-254-9279 5160 Pueblo St Orlando, FL 32824
<b>Maxey:</b> 407-254-1970 830 Klondike Rd Winter Garden, FL 34787	<b>Orange County Senior Center:</b> 407-836-7446 7149 W Colonial Dr Orlando, FL 32818

# Centros para adultos mayores (Cont.)

## Parques y Recreación

Gestionando 114 parques e instalaciones en 15,000 acres, el departamento ofrece 7 centros de recreación con gimnasios, 2 centros para personas mayores, 56.7 millas de senderos, 14 parques para perros, más de 18 canchas de pickleball, 11 rampas para botes, 1 piscina y 6 áreas de juegos de agua, promoviendo un estilo de vida al aire libre para todas las edades.

Visita [www.orangecountyfl.net/CultureParks/SeniorCenters.aspx](http://www.orangecountyfl.net/CultureParks/SeniorCenters.aspx) o llama 407-836-6200

**Marks Street Sr. Rec. Complex:**  
407-254-1066  
99 E Marks St. Orlando, FL 32803

**Renaissance Sr. Center:**  
407-254-9070  
3800 S Econlockhatchee Trl Orlando, 32829

## En el condado de Orange

**Beardall Sr. Center:**  
407-246-4440  
800 Delaney Ave. Orlando, FL 32801

**Maitland Sr. Center:**  
407-875-2849  
345 S Maitland Ave. Maitland, FL 32751

**Claudia Allen Sr. Center:** 407-246-4461  
1840 Mable Butler Ave Orlando, FL 32805

**Orange County Senior Center:** 407-836-7446  
7149 W Colonial Dr Orlando, FL 32818

**Fran Carlton Center:**  
407-703-1784  
11 N Forest Ave. Apopka, FL 32703

**Thomas Ison Center:**  
407-592-4498  
1701 Adair St Ocoee, FL 34761

**Jessie Brock Comm/Sr. Center:**  
407-656-4155  
310 N Dillard St. Winter Garden, FL 34787

**Winter Park Comm Center:** 407-599-3275  
721 W New England Ave Winter Park, 32789

## En el condado de Seminole

**Casselberry Rec Center:**  
407-262-7700 ext. 1575  
200 Triplet Lake Casselberry, FL 32707

**Westmonte Rec Center:**  
407-571-8740  
624 Bills Ln Altamonte Springs, FL 32814

**Lake Mary Sr. Center:**  
4407-585-1466  
911 Wallace Ct Lake Mary, FL 32746

**Winter Springs Sr. Center:**  
407-327-6554  
400 N Edgemon Ave Winter Springs, 32708

**Sanford Sr. Center:**  
407-688-5129  
401 E Seminole Blvd Sanford, FL 32771

## En el condado de Osceola

**Osceola Council on Aging:**  
407-846-8532  
700 Generation Pt Kissimmee, FL 34744

*“Es esencial seguir moviéndose, aprendiendo y evolucionando mientras esté aquí y este mundo siga girando.” — Rasheed Ogunlaru*

# Oportunidades de voluntario y capacitación laboral

## Voluntario

¡Considere ser voluntario! El voluntariado puede ayudarlo a aumentar la autoestima y la felicidad, reducir el estrés e incluso puede contribuir a una vida más larga. ¡El voluntariado también ayuda a construir una Florida Central más fuerte. Muchas organizaciones sin fines de lucro locales dependen de voluntarios para brindar servicios de apoyo a los residentes de Florida Central. Hay una oportunidad de voluntariado para todos, ya sea un evento único o un compromiso continuo con un programa local. Por lo general, no se requiere experiencia; su tiempo y entusiasmo son a menudo todo lo que necesita para comenzar a marcar la diferencia. Si no puede encontrar una oportunidad que se ajuste a sus intereses, considere sus propios talentos y presente una oportunidad de voluntariado a un proveedor de servicios para personas mayores. **¡Solo tiene que preguntar!**

### ¡Volunteers for Community Impact (Voluntarios para el Impacto Comunitario) es un gran lugar para comenzar!

- Volunteers for Community Impact es una organización local sin fines de lucro que une a las personas con una variedad de oportunidades de voluntariado.
  - Volunteers for Community Impact es una organización local sin fines de lucro que une a las personas con una variedad de oportunidades de voluntariado.
  - Administra dos programas federales de voluntariado para adultos mayores de 55 años en Florida Central.
  - El Programa de Abuelos de Crianza brinda a las personas mayores con ingresos elegibles un pequeño estipendio para trabajar como voluntarios en agencias anfitrionas que apoyan a jóvenes desfavorecidos.
  - Los voluntarios de RSVP prestan servicios en docenas de lugares que tratan con la inseguridad alimentaria, fomentan el rendimiento de los estudiantes y ayudan a las familias sin hogar, veteranos y militares.
  - Los voluntarios del Programa de Compañeros Mayores brindan servicios de apoyo individualizados para ayudar a los adultos mayores con necesidades especiales a mantener su dignidad e independencia.
  - Llame al 407-298-4180 o visite [www.vcifl.org](http://www.vcifl.org).

## Otras oportunidades de voluntariado

Florida Central tiene muchos otros programas de voluntariado. Casi todas las agencias gubernamentales y sin fines de lucro enumeradas en este documento dan la bienvenida a los voluntarios. Varios programas como Meals on Wheels, Neighbors Network, SHINE y el programa Ombudsman de Cuidado a Largo Plazo dependen en gran medida de voluntarios para brindar servicios a los ancianos necesitados.

Se pueden descubrir oportunidades adicionales de voluntariado comunicándose con las líneas de ayuda en la página 3. También hay varios servicios de búsqueda de voluntarios en línea que permiten a las organizaciones locales enumerar sus oportunidades. Dos de los portales de voluntarios en línea más grandes se enumeran a continuación. Una búsqueda en línea proporcionará una lista de otras plataformas.

- [Volunteerflorida.org](http://Volunteerflorida.org) — Plataforma oficial de voluntarios de Florida.
- [Volunteermatch.org](http://Volunteermatch.org) — La plataforma más grande de la nación.

*“La mejor forma de encontrarse a sí mismo es perderse en el servicio de los demás”.*  
— Mahatma Gandhi

# Oportunidades de voluntario y capacitación laboral (Cont.)

## Formación laboral

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>Goodwill Industries</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuda a las personas en sus esfuerzos por asegurar un empleo.</li> <li>• Los programas de habilidades laborales incluyen evaluaciones vocacionales, servicios de colocación directa, servicios de desarrollo de empleados y capacitación en habilidades informáticas.</li> </ul>	407-857-0659 <a href="http://www.goodwillcfl.org">www.goodwillcfl.org</a>
<b>Programa de empleo de servicio comunitario para adultos mayores (SCSEP)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda capacitación laboral y desarrollo profesional a personas de bajos ingresos mayores de 55 años que están desempleadas.</li> <li>• Existen requisitos de elegibilidad, incluyendo edad e ingresos.</li> <li>• Los participantes inscritos en el programa reciben un estipendio y están asociados con una empresa local como “personal de apoyo” para desarrollar y mejorar sus habilidades mientras buscan un empleo permanente.</li> <li>• A nivel local, el programa es administrado por la Fundación AARP.</li> </ul>	AARP Foundation 407-852-1608 <a href="http://www.aarp.org/states/fl/">http://www.aarp.org/states/fl/</a>

## Oportunidades de aprendizaje continuo

Hoy en día, existe una lista cada vez más grande de oportunidades para aprender algo nuevo. El aprendizaje continuo viene en todas las formas y tamaños, ya sea que es un experto en su campo y solo quiera perfeccionar sus habilidades, o sea un novato que desee aprender una nueva habilidad. Una gran cantidad de clases educativas formales y a su propio ritmo para adaptarse a sus intereses y niveles de habilidad están disponibles en Florida Central y en línea. A continuación se enumeran varias oportunidades. Para descubrir más oportunidades de aprendizaje para toda una vida, llame a las líneas de ayuda de la página 3, pregunte a sus amigos o pregunte a su bibliotecario local.

Mantenerse mentalmente activo y comprometido es importante para su bienestar a cualquier edad y es un componente clave para un envejecimiento saludable. Las oportunidades de aprendizaje continuo de Florida Central son ilimitadas y es posible que descubra que el aprendizaje es más encantador la segunda vez.

## Aprendizaje para toda la vida en Florida Central

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>Life @ UCF (Instituto de aprendizaje para adultos mayores)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La organización sin fines de lucro coordina experiencias de aprendizaje sin crédito impartidas por profesores y profesionales talentosos de la UCF, que comparten sus conocimientos y pasiones en presentaciones semanales.</li> <li>• Se requiere membresía anual y cubre todos los seminarios. Edad 50+.</li> <li>• Los beneficios adicionales incluyen una calcomanía especial de estacionamiento, privilegios de biblioteca, entrada gratuita a eventos deportivos y boletos a precio reducido para eventos musicales y teatrales.</li> </ul>	407-823-5433 <a href="http://www.life.ucf.edu">www.life.ucf.edu</a>
<b>Celebration Lifelong Learning</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece clases de aprendizaje sin créditos sobre artes, cultura, ciencia, tecnología, salud y enriquecimiento personal.</li> <li>• Se requiere una membresía. Luego, los miembros se inscriben y pagan por las clases de interés.</li> </ul>	321-595-5905 <a href="http://www.celebrationlifelong.org">www.celebrationlifelong.org</a>

# Oportunidades de voluntario y capacitación laboral (Cont.)

## Programas de exención de cuotas de matrícula en universidades del estado

### Programas de Exención de Matrícula en Colegios Estatales

Por ley, cada una de las universidades y colegios estatales de Florida exime de matrícula y cuotas a los residentes de Florida mayores de 60 años. Estas exenciones permiten a los residentes auditar las clases universitarias, si hay espacio disponible. Las horas de crédito no se pueden aplicar a un título para clases auditadas. Cada universidad y colegio estatal mantiene su propio programa.

- **Universidad de Central Florida** – [www.registrar.ucf.edu/senior-citizen-audit-request](http://www.registrar.ucf.edu/senior-citizen-audit-request) or **407-823-3100**
- **Seminole State College** – [www.seminolestate.edu/catalog/studentinfo/registration/seniorcitizens](http://www.seminolestate.edu/catalog/studentinfo/registration/seniorcitizens) or **407-708-2050**
- **Valencia College** – <https://valenciacollege.edu/admissions/admissions-records/registrationdetails.php> or **407-582-6688** or **407-582-6755**

## Programas universitarios y educativos en línea

Cientos de universidades en todo el país y el mundo, incluyendo las universidades Ivy League, ofrecen cursos o conferencias gratuitas para el público en general. Los temas abarcan desde la informática, las matemáticas, las ciencias sociales, la salud y la medicina y el desarrollo empresarial hasta el enriquecimiento personal y las artes. Las clases son a su propio ritmo, sin crédito (no aplican para un título) y no incluyen el acceso al profesional que presenta el material. Una búsqueda en Google de “universidades con cursos gratuitos en línea” generará una lista de opciones disponibles.

Además de los programas formales que se ofrecen en las universidades, también hay una variedad de seminarios en línea basados en conferencias. Algunos de los programas más conocidos incluyen Khan Academy y Ted Talks.

## Clases de entrenamiento en computadoras en Florida Central

### Renaissance Senior Center

- Los voluntarios ofrecen un programa de capacitación en computación para adultos mayores de 50 años en el Renaissance Senior Center.
- La atención se centra en los conceptos básicos de la computadora y se les puede pedir a los asistentes que traigan sus propios dispositivos.
- Llame al **407-254-9070**.

### Clases de computación en las bibliotecas

- Muchos de los sistemas de bibliotecas ofrecen capacitación en computación gratis o a bajo costo a los titulares de tarjetas de la biblioteca.
- Las clases van desde la enseñanza de habilidades informáticas básicas hasta la programación informática.
- El Sistema de Bibliotecas del Condado de Orange también mantiene el Centro Melrose en la Biblioteca del Centro de Orlando. El centro ofrece clases y capacitación en tecnología, estudios de producción de video y audio, así como laboratorios de fabricación y simulación.
- Comuníquese con su biblioteca local para conocer la programación disponible.

# Oportunidades de aprendizaje continuo (Cont.)

## Otras oportunidades de aprendizaje continuo

Florida Central es el hogar de una serie de otras oportunidades de aprendizaje de por vida. Si hay otro tema que le interesa, considere la posibilidad de comunicarse con otras organizaciones que tengan una sólida experiencia en la provisión de aprendizaje educativo.

<b>Organizaciones sin fines de lucro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Muchas organizaciones sin fines de lucro ofrecen seminarios y clases en su área temática.</li><li>• Por ejemplo, la Asociación de Alzheimer Association (<b>800-272-3900</b>) y el Centro de Recursos para Alzheimer &amp; Demencia (<b>407-436-7750</b>) ofrecen seminarios sobre alimentación saludable y otras estrategias para mejorar la salud del cerebro.</li></ul>
<b>Bibliotecas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Las bibliotecas locales suelen presentar seminarios y clases regulares dirigidos a los intereses de los adultos mayores.</li><li>• Por ejemplo, el Sistema de Bibliotecas del Condado de Orange presenta la serie mensual LIFE Information for Elders (LIFE), ofrece clases de costura y cocina y brinda acceso a oportunidades de aprendizaje en línea.</li></ul>
<b>Gobiernos Locales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Los gobiernos municipales, del condado y del estado ofrecen una amplia gama de capacitaciones a los residentes locales.</li><li>• Muchas agencias gubernamentales ofrecen academias ciudadanas sobre temas tales como operaciones del gobierno local u operaciones policiales.</li><li>• Cada condado de los Estados Unidos tiene una agencia de Extensión Cooperativa que ofrece clases educativas basadas en investigaciones.</li></ul>
<b>Compañías de Seguros de Salud</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Su compañía de seguro médico puede ofrecer clases gratuitas, patrocinar un salón comunitario para actividades o financiar programas de ejercicio como Silver Sneakers.</li></ul>
<b>Comunidades de fe</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Many faith communities have an active aging group that is open to the community. Muchas comunidades religiosas tienen un grupo de ancianos activos abierto a la comunidad.</li><li>• Las actividades que ofrece cada comunidad religiosa son diferentes, pero pueden incluir clases de ejercicios, seminarios educativos y viajes de aventuras.</li></ul>

### RECURSOS DEL GOBIERNO DEL CONDADO DE ORANGE

#### Oficina sobre el Envejecimiento del Condado de Orange

La Oficina sobre el Envejecimiento del Condado de Orange produce documentos educativos para ayudar a los adultos mayores locales y sus familias a conectarse con los recursos locales y las oportunidades de alcance. Este documento de Recursos Comunitarios para Adultos Mayores fue elaborado por la Oficina sobre el Envejecimiento. La OOA también produce varios otros documentos de recursos.

Visite [www.ocfl.net/seniors](http://www.ocfl.net/seniors).

- **El boletín electrónico de OOA** ofrece actualizaciones mensuales sobre los programas de Florida Central, eventos importantes e investigaciones nacionales sobre el envejecimiento.
- **Reuniones de Colaboración Comunitaria** están abiertas a todas las organizaciones que atienden a adultos mayores. Únase a nosotros para escuchar a los oradores invitados, compartir sus eventos y programas, y participar en discusiones significativas sobre temas clave relacionados con el envejecimiento.
- **LIFE Información para Adultos Mayores** ofrece seminarios educativos mensuales y trimestrales con ponentes expertos que comparten información y recursos valiosos sobre una variedad de temas relacionados con el envejecimiento.
  - ◇ Serie Downtown es nuestro programa mensual que se lleva a cabo en la Biblioteca del Centro de Orlando.
  - ◇ Serie Branching Out invita a los residentes a unirse trimestralmente en bibliotecas de todo el condado.
  - ◇ Serie Branching Out en Español ofrece un seminario trimestral completamente en español.
  - ◇ LIFE en la Pantalla Grande presenta un breve seminario seguido de una película relacionada.
- **Entrenamiento de sensibilidad de adultos mayores** se ofrece a grupos comunitarios y empresas locales. Esta clase “práctica” de 90 minutos permite a los asistentes experimentar los desafíos visuales, de audio y de movimiento que pueden ocurrir a medida que uno envejece.
- **El Programa de Embajadores Mayores** es un esfuerzo de divulgación voluntaria para aumentar la conciencia sobre los servicios y oportunidades para personas mayores en el centro de Florida.

#### Otros programas adicionales del Condado de Orange

Este documento enumera solo una pequeña muestra de los programas y servicios en el Condado de Orange. Comuníquese con la línea de ayuda del Condado de Orange para descubrir servicios adicionales. Se anima a los residentes de los condados de Seminole y Osceola a ponerse en contacto con sus líneas de ayuda para descubrir los programas del gobierno local en sus comunidades. Consulte la página 3 para conocer las líneas de ayuda de los condados de Orange, Seminole y Osceola .



# Recursos del gobierno del condado de Orange (Cont.)

## Programa educativos (cont.)

Servicios	Descripción	Información de contacto
<b>Extensión Cooperativa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enseña acciones saludables para envejecer bien, incluida la nutrición para personas mayores, comidas saludables para uno o dos, comportamientos para reducir las enfermedades crónicas, jardinería apropiada a Florida, finanzas y presupuesto, así como mantener un hogar seguro y saludable para personas mayores en su propio entorno.</li> <li>Una asociación educativa entre la Universidad de Florida IFAS y el Condado de Orange.</li> </ul>	407-254-9200 <a href="http://orange.ifas.ufl.edu">http://orange.ifas.ufl.edu</a>
<b>Family Self-Sufficiency Program</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ofrece asistencia con la orientación profesional, la elaboración de presupuestos, la educación básica para adultos, la capacitación laboral, la vivienda, la colocación laboral, el transporte y otros servicios.</li> <li>Ofrece referencias a muchas organizaciones, servicios y programas basados en la comunidad.</li> </ul>	407-836-9333 <a href="http://www.orangecountyfl.net/CommunityFamilyServices/EmploymentAssistance.aspx">www.orangecountyfl.net/CommunityFamilyServices/EmploymentAssistance.aspx</a>
<b>Academia de adultos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Educa a las personas mayores sobre cómo reducir sus posibilidades de ser víctimas de fraude en esta clase de seis semanas ofrecida por la Oficina del Sheriff del Condado de Orange.</li> </ul>	407-254-7375 o 407-254-7000 <a href="http://www.ocso.com">www.ocso.com</a>

## Programas de servicios de apoyo

Servicios	Descripción	Información de contacto
<b>Programa de asistencia en crisis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proporciona asistencia financiera por una sola vez a los ciudadanos del Condado de Orange que están atravesando una crisis temporal para pagar su hipoteca, alquiler o servicios públicos.</li> <li>Las familias deben poder demostrar estabilidad financiera una vez que se les proporcione asistencia.</li> </ul>	407-836-6500
<b>Programa de recursos para la familia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brinda administración de casos y asistencia financiera a personas de bajos ingresos con problemas relacionados con la salud que pueden resultar en una discapacidad temporal o permanente.</li> <li>Las personas deben poder demostrar estabilidad financiera una vez que se les brinda asistencia.</li> </ul>	407-836-8466 o 407-836-6534
<b>Financiamiento del Condado de Orange para agencias sin fines de lucro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Financia servicios sin fines de lucro para personas mayores que incluyen, entre otros, programas de recreación, comidas</li> <li>nutricionalmente balanceadas y artes y manualidades.</li> </ul>	407-836-7610
<b>Servicios de Salud PCAN (Red de acceso a Atención Primaria)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brinda servicios de atención médica a los residentes del Condado de Orange con poco o ningún seguro.</li> <li>Los servicios varían según la ubicación y pueden incluir pediatría, atención primaria para adultos, atención especializada, odontología, laboratorio, clínica oftalmológica o farmacia.</li> </ul>	407-836-PCAN (7226) <a href="http://www.pcanorangecounty.com">www.pcanorangecounty.com</a>

# Recursos del gobierno del condado de Orange (Cont.)

## Programas de apoyo a la vivienda

Servicios	Descripción	Información de contacto
<b>Programas de rehabilitación de viviendas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayuda a los propietarios de viviendas de muy bajos ingresos a corregir las violaciones del código y las condiciones de deterioro.</li> <li>Requiere que los propietarios hayan tenido posesión y vivido en la casa un mínimo de un año.</li> </ul>	407-836-5150
<b>Exención contributiva sobre la propiedad primaria a adultos mayores con ingreso limitado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ofrece exenciones de impuestos a la propiedad a propietarios calificados.</li> <li>Los programas de exención de impuestos ofrecidos por los Programas del Tasador de Propiedades del Condado de Orange incluyen personas mayores de ingresos limitados, veteranos, discapacitados, así como exenciones para viudas y viudos.</li> </ul>	407-836-5044 <a href="http://www.ocpaf.org">www.ocpaf.org</a>
<b>Programa de eficiencia climática para adultos mayores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proporciona a los propietarios de viviendas de bajos ingresos que reúnan los requisitos de 60 años o más con reemplazo a las unidades de calefacción y aire acondicionado (HVAC) o actualizaciones del sistema.</li> </ul>	407-836-0918
<b>Línea de Ayuda Legal para Adultos Mayores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brinda asesoramiento legal gratuito y algunos servicios por teléfono a residentes elegibles de Florida mayores de 60 años sobre asuntos legales civiles (no penales).</li> <li>Programa del Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida.</li> </ul>	LIHEAP/LIHWAP: 407-836-7429 EHEAP: 407-658-1818 Ext. 1022

## Programas adicionales

Servicios	Descripción	Información de contacto
<b>Asistencia por discapacidad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brinda información sobre servicios para discapacitados a nivel local, estatal y federal.</li> <li>El enfoque está en la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA).</li> </ul>	407-836-6568 <a href="https://www.ocfl.net/FamiliesHealthSocialSvcs/DisabilityServicesReferrals.aspx">https://www.ocfl.net/FamiliesHealthSocialSvcs/DisabilityServicesReferrals.aspx</a>
<b>Refugio en casos de desastre para población con necesidades especiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ofrece refugios para necesidades especiales durante emergencias declaradas para personas que necesitan asistencia durante evacuaciones o albergue.</li> <li>Se anima a las personas que necesiten ayuda a registrarse en el registro de necesidades especiales durante todo el año.</li> </ul>	Call 311 o 407-836-3111 <a href="http://www.ocfl.net/ems">www.ocfl.net/ems</a>
<b>Fraude al consumidor</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Investiga las quejas de los consumidores que ocurrieron en el Condado de Orange en los últimos dos años y ayuda a resolver las disputas.</li> <li>Ofrece seminarios educativos gratuitos sobre cómo protegerse contra estafas y prácticas comerciales engañosas.</li> </ul>	407-836-3111 <a href="https://www.ocfl.net/NeighborsHousing/ConsumerProtection.aspx">https://www.ocfl.net/NeighborsHousing/ConsumerProtection.aspx</a>
<b>Fraude de propiedad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Al registrarse para recibir una alerta de fraude a la propiedad, los propietarios serán notificados si algún documento con su nombre está registrado en los Registros Oficiales del Condado de Orange.</li> <li>Los propietarios deben registrarse para este servicio gratuito con el Contralor del Condado de Orange.</li> </ul>	<a href="https://pfa.fidlar.com/FLOrange/">https://pfa.fidlar.com/FLOrange/</a>

# Recursos del gobierno del condado de Orange (Cont.)

## Programas adicionales (cont.)

Agency	Description	Contact Info
<b>Centro de Empoderamiento Financiero</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece sesiones de asesoramiento financiero uno a uno con un asesor financiero profesional.</li> <li>• Las sesiones se centran en la elaboración de presupuestos, aumentar el ahorro, reducir deudas, establecer y mejorar la puntuación crediticia y más.</li> </ul>	407-648-4567, opt. 3 <a href="https://habitorlando.org/FEC/">https://habitorlando.org/FEC/</a>
<b>Recuperando el Condado de Orange</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El programa ayuda a los ciudadanos del Condado de Orange y sus municipios a reparar, reconstruir o reemplazar viviendas elegibles con daños restantes del huracán Ian.</li> </ul>	321-329-5350 <a href="https://orangecountyrecovers.com">https://orangecountyrecovers.com</a>
<b>Seguridad para personas mayores (Triad)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alienta a los residentes y empresas a participar en el programa local Triad, enfocado en la reducción de victimización de las personas mayores.</li> <li>• Programa de la Oficina del Sheriff del Condado de Orange.</li> </ul>	407-254-7375 o 407-254-7000 <a href="http://www.ocso.com">www.ocso.com</a>
<b>Supervisor de Elecciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los votantes, incluyendo a los adultos mayores, tienen la opción de solicitar una boleta de voto por correo en línea, por teléfono o por escrito.</li> <li>• Todos los sitios de votación temprana y las urnas son accesibles. Los votantes pueden traer a alguien para ayudarles o pedir ayuda a un trabajador electoral.</li> <li>• El sistema ExpressVote está disponible para votantes con discapacidades.</li> <li>• El personal también lleva a cabo votaciones supervisadas en instalaciones de vida asistida para ayudar a los residentes a votar.</li> </ul>	407-836-2070 <a href="http://www.ocfelections.com">www.ocfelections.com</a>
<b>Servicios de Veteranos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda asistencia a todos los miembros actuales o anteriores de las fuerzas armadas de los Estados Unidos, sus cónyuges y sus dependientes en la preparación de reclamos de compensación, hospitalización, capacitación vocacional y otros beneficios.</li> </ul>	407-836-8990

# Programas del estado de Florida

Agencia	Descripción	Información de contacto
<b>ACCESS Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actúa como el punto de entrada para la determinación de elegibilidad y la administración continua de casos para asistencia pública, asistencia alimentaria, asistencia monetaria temporal y servicios de Medicaid dentro de Florida.</li> <li>Las pautas de elegibilidad y los servicios varían según el programa.</li> </ul>	407-317-7000 850-300-4323 <a href="http://www.myflorida.com/accessflorida">www.myflorida.com/accessflorida</a>
<b>AHCA (Agencia para la Administración de Cuidados de Salud)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Administra el programa Medicaid en Florida (ver Página 25.)</li> <li>Autoriza y regula las instalaciones de atención médica.</li> <li>Consulte Florida Medicaid para obtener más información.</li> <li>Mantiene una base de datos de búsqueda de información sobre las instalaciones de atención médica que regula, incluyendo los hogares geriátricos especializados, las instalaciones de vida asistida y los hogares para grupos familiares.</li> <li>Mantiene una línea directa para informar inquietudes sobre el cuidado de los residentes o el funcionamiento de un hogar geriátrico, un centro de vida asistida o un hogar de cuidado familiar para adultos.</li> </ul>	888-419-3456 <a href="http://ahca.myflorida.com">http://ahca.myflorida.com</a> <a href="http://ahca.myflorida.com/complaint-hotline">Complaint Hotline</a>  Línea directa de quejas 888-419-3456 <a href="http://apps.ahca.myflorida.com/hcfc/">http://apps.ahca.myflorida.com/hcfc/</a>
<b>Atención comunitaria para adultos discapacitados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Este programa del Departamento de Niños y Familias ayuda a los adultos (de 18 a 59 años) que tienen una discapacidad física o mental permanente que restringe su capacidad para realizar una o más actividades de la vida diaria.</li> <li>Los criterios de elegibilidad y servicios varían.</li> </ul>	407-317-7000 <a href="http://www.myflfamilies.com/service-programs/community-based-care/">www.myflfamilies.com/service-programs/community-based-care/</a>
<b>Elder Care Florida — recurso en línea</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Este recurso en línea brinda orientación sobre las opciones de atención a largo plazo.</li> <li>Patrocinado por la Asociación de Cuidados de Salud de Florida.</li> </ul>	850-224-3907 <a href="http://www.fhca.org">www.fhca.org</a>
<b>División de Servicios para Ciegos de Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayuda a las personas ciegas y con discapacidad visual a lograr sus objetivos y a vivir sus vidas con la mayor independencia y autodirección posible.</li> </ul>	407-245-0700 Sirve a los condados de Lake, Orange, Osceola, Seminole y Sumter <a href="https://dbs.fldoe.org">https://dbs.fldoe.org</a>
<b>Programa de Asistencia Línea Vital</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayuda con el suministro de un servicio telefónico asequible a clientes de bajos ingresos en Florida.</li> <li>Pautas de elegibilidad.</li> <li>Programa de la Comisión de Servicios Públicos.</li> </ul>	800-342-3552 <a href="https://www.psc.state.fl.us/lifeline-assistance-program">https://www.psc.state.fl.us/lifeline-assistance-program</a>
<b>Asuntos de Veteranos de Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayuda a los veteranos de Florida, sus familias y sobrevivientes a mejorar su salud y bienestar económico a través de información sobre beneficios de calidad, defensa, educación y servicios de salud a largo plazo.</li> <li>Las pautas de elegibilidad varían.</li> </ul>	1-844-693-5838 or dial 211 <a href="http://www.floridavets.org">www.floridavets.org</a>

# Programas del gobierno federal

## Sitio web USA.gov

USA.gov es el portal web oficial del gobierno federal de los Estados Unidos. Es un esfuerzo interagencial diseñado para brindarle al público una manera eficiente de encontrar información sobre programas y servicios federales. El sitio web USA.gov ofrece resúmenes de información. También permite al público conectarse a los sitios web específicos de cada programa federal, así como a algunos recursos del gobierno estatal. Además de buscar en el sitio web USA.gov, las personas pueden hablar con un agente de USA.gov en vivo o solicitar un chat. Puede comunicarse con USA.gov en [www.usa.gov](http://www.usa.gov) o llamando al **844-USA-GOV1 (844-872-4681)**.

Otras Agencias	Descripción	Información de contacto
<b>Administración para la vida comunitaria (ACL)</b>	<p>Ofrece recursos web que incluyen:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eldercare Locator conecta a las personas con servicios para adultos mayores y sus familias.</li> <li>2. El sitio web de Elder Justice incluye un centro de recursos, el Centro Nacional sobre el Abuso de Adultos Mayores, el Centro Nacional de Leyes y Derechos de Adultos Mayores, el Centro de Recursos del Ombudsman de Atención a Largo Plazo y el Centro Nacional de Recursos sobre la Mujer y la Planificación del Retiro.</li> <li>3. El sitio web de atención a largo plazo ofrece un resumen sobre la planificación y las opciones de atención a largo plazo.</li> <li>4. El sitio web de Older Indians proporciona un foro para una mayor comunicación entre los programas del Título VI.</li> </ol>	<p><a href="http://www.acl.gov">www.acl.gov</a> o 800-677-1116</p> <p><a href="https://eldercare.acl.gov/">https://eldercare.acl.gov/</a></p> <p><a href="https://elderjustice.acl.gov/">https://elderjustice.acl.gov/</a></p> <p><a href="https://acl.gov/ltc">https://acl.gov/ltc</a></p> <p><a href="https://olderindians.acl.gov/">https://olderindians.acl.gov/</a></p>
<b>Foro federal interagencial sobre estadísticas relacionadas con el envejecimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conecta a los lectores con estadísticas e informes relacionados con el envejecimiento publicados por diferentes agencias federales.</li> </ul>	<p><a href="https://agingstats.gov">https://agingstats.gov</a></p>
<b>Institutos Nacionales de Salud (NIH)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provides information about health conditions, clinical trials and health education from the largest biomedical research agency in the world.</li> <li>• MedlinePlus is a web portal to access NIH resources and research.</li> </ul>	<p><a href="http://www.nih.gov">www.nih.gov</a></p> <p><a href="https://medlineplus.gov/">https://medlineplus.gov/</a></p>
<b>Instituto Nacional sobre el Envejecimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece liderazgo en la investigación sobre el envejecimiento, la capacitación, la difusión de información de salud y otros programas relevantes para el envejecimiento y los adultos mayores.</li> </ul>	<p>800-222-2225</p> <p><a href="http://www.nia.nih.gov">www.nia.nih.gov</a></p>
<b>Administración del Seguro Social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda beneficios de jubilación, discapacidad y sobrevivientes a personas calificadas.</li> <li>• El portal en línea permite a las personas solicitar beneficios o verificar el estado de su solicitud en línea.</li> <li>• Brinda ayuda adicional para los medicamentos recetados de Medicare a los beneficiarios de Medicare que califiquen.</li> </ul>	<p>800-772-1213</p> <p><a href="http://www.ssa.gov">www.ssa.gov</a></p>

## Programas del gobierno federal (Cont.)

Otras Agencias	Descripción	Información de contacto
<b>Asuntos de Veteranos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece una amplia gama de beneficios, que incluyen discapacidad, educación y capacitación, rehabilitación vocacional y empleo, garantía de préstamo hipotecario,</li> <li>• beneficios para dependientes y sobrevivientes, tratamiento médico, seguro de vida y beneficios de entierro para veteranos y dependientes elegibles.</li> <li>• Las pautas de elegibilidad y los servicios varían según el programa.</li> </ul>	800-698-2411 o marque 988 y presione 2 <a href="http://www.va.gov">www.va.gov</a>

## Programas de recursos comunitarios estatales y nacionales

### Información General

Existen numerosas organizaciones sin fines de lucro que brindan recursos informativos a los adultos mayores. La lista a continuación incluye varias de las organizaciones sin fines de lucro más grandes y conocidas que se centran en los recursos y la información para personas mayores. Se pueden encontrar recursos adicionales sin fines de lucro comunicándose con las líneas de ayuda en la página 3 o realizando una búsqueda en línea.

Agency	Description	Contact Info
<b>AARP</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece una cantidad significativa de investigación e información sobre temas relacionados con el envejecimiento en temas tales como cuidado, comunidades habitables, empleo, jubilación y salud.</li> <li>• Ofrece clases de seguridad para conductores para ayudarlo a actualizar sus habilidades de conducción.</li> <li>• Ofrece asistencia gratuita y servicios de preparación de impuestos a contribuyentes de ingresos bajos y medios.</li> <li>• Administra un centro de llamadas de lucha contra el fraude que ofrece servicios de asesoramiento, apoyo y referencia entre pares a las víctimas de fraude.</li> <li>• Administra un programa de oradores voluntarios que brinda información sobre cuestiones legislativas, reforma de la atención médica, seguridad financiera, así como programas y servicios de AARP.</li> </ul>	888-687-2277 <a href="http://www.aarp.org">www.aarp.org</a>
<b>Red de Apoyo al Delito Cibernético</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporciona educación sobre seguridad cibernética.</li> <li>• Ofrece un acceso local único para conectarse con organizaciones que pueden ayudar con casos sospechosos de delito cibernético.</li> <li>• Ofrece orientación para prevenir la revictimización.</li> </ul>	Marque 211 o 407-839-4357 <a href="https://fightcybercrime.org">https://fightcybercrime.org</a>
<b>Alianza de Cuidadores Familiares</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera un centro nacional de cuidados. El sitio web contiene una gran cantidad de información, educación, servicios, investigación y defensa sobre el servicio de cuidados.</li> </ul>	800-445-8106 <a href="http://www.caregiver.org">www.caregiver.org</a>
<b>Consejo de Envejecimiento de la Florida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asociación estatal que representa a muchas organizaciones de envejecimiento y muchas disciplinas.</li> </ul>	850-222-8877 <a href="http://www.fcoa.org">www.fcoa.org</a>
<b>Consejo Nacional sobre el Envejecimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuda a las personas mayores a mantenerse saludables e independientes, encontrar trabajo y aumentar el acceso a beneficios y programas.</li> </ul>	571-527-3900 <a href="http://www.ncoa.org">www.ncoa.org</a>
<b>SAGE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La organización más grande y antigua dedicada a mejorar la vida de adultos mayores lesbianas, gays, bisexuales y transgénero (LGBT).</li> </ul>	212-741-2247 <a href="http://www.sageusa.org">www.sageusa.org</a>

SIGLAS COMUNES	
Siglas	Descripción
<b>AAA Area</b>	Agencias Locales sobre Envejecimiento
<b>AD</b>	Enfermedad de Alzheimer
<b>ADI</b>	Iniciativa de la Enfermedad de Alzheimer
<b>ADLs</b>	Actividades de la Vida Diaria
<b>ADRC</b>	Alzheimer's and Dementia Resource Center
<b>ADRC</b>	Centro de Recursos para Envejecimiento y Discapacidad
<b>AHCA</b>	Agencia para la Administración de Cuidados de Salud
<b>ALF</b>	Instalación de Vida Asistida
<b>APS</b>	Servicios de Protección para Adultos (en DCF)
<b>CAP</b>	Programa de Asistencia en Crisis
<b>CARES</b>	Servicios integrales de evaluación y revisión
<b>CCE</b>	Cuidado Comunitario para Adultos Mayores
<b>CM</b>	Administrador de Casos
<b>DCF</b>	Departamento de Niños y Familias de Florida
<b>DOEA</b>	Departamento de Asuntos de Envejecientes de Florida
<b>EHEAP</b>	Programa de Asistencia de Emergencia para Energía del Hogar para Adulto Mayores
<b>HCE</b>	Cuidado en el Hogar para Adultos Mayores
<b>HUD</b>	Vivienda y Desarrollo Urbano
<b>I &amp; R</b>	Servicios de Información y Referido
<b>IADLs</b>	Actividades Instrumentales de la Vida Diaria
<b>LIHEAP</b>	Programa de Asistencia de Energía para Hogares de Bajos Ingresos
<b>LIHWAP</b>	Programa de Asistencia de Agua para Hogares de Bajos Ingresos
<b>LTC</b>	Cuidado a Largo Plazo
<b>MDC</b>	Clínica de Trastornos de la Memoria
<b>MMA</b>	Programa de Asistencia Médica Administrada
<b>OAA</b>	Ley de estadounidenses de edad avanzada
<b>PCAN</b>	Red de Acceso a la Atención Primaria (SOLO Condado de Orange)
<b>RELIEF</b>	Relevo para Adultos Mayores que viven en Familias Cotidianas
<b>SHINE</b>	Atendiendo a las necesidades de seguros de salud para adultos
<b>SNF</b>	Centro de enfermería especializada
<b>SRA</b>	Alianza de Recursos para Adultos Mayores (Agencia Local sobre el Envejecimiento)

# Servicios y programas de acceso frecuente

<b>LÍNEAS DE AYUDA</b>	
<b>Línea de ayuda de recursos comunitarios 211</b> (Vivienda, bancos de alimentos, capacitación laboral, servicios para personas sin hogar, cuidados en crisis, etc.)	<b>211</b>
<b>Líneas de ayuda del gobierno</b> (Llamadas no de emergencia, animales, señales de tránsito, baches, reparación de aceras, etc.)	<b>Orange - 311 Seminole - 311 Osceola - 407-742-2275</b>
<b>Línea de ayuda para adultos mayores</b> (Cuidados paliativos, cuidados en el hogar, cuidado diurno para adultos, demencia, recursos de cuidados de salud, etc.)	<b>407-514-1800</b>
<b>PROGRAMAS Y SERVICIOS</b>	
<b>Asociación de Alzheimer</b>	<b>800-272-3900</b>
<b>Centro de Recursos para Alzheimer y Demencia</b>	<b>407-436-7750</b>
<b>Servicios de Protección a Adultos</b> (Abuso de Adultos Mayores)	<b>800-962-2873</b>
<b>CARES</b> (Servicios Integrales de Evaluación y Revisión para Servicios de Cuidado a Largo Plazo)	<b>407-540-3865</b>
<b>CCE</b> (Cuidado Comunitario para Adultos Mayores)	<b>407-514-1800</b>
<b>EHEAP</b> (Programa de Asistencia de Emergencia para Energía del Hogar para Adultos Mayores)	<b>407-658-1818 ext. 1022</b>
<b>LIHEAP</b> (Programa de Asistencia de Energía para Hogares de Bajos Ingresos)	<b>407-836-7429</b>
<b>SHINE</b> (Elder Insurance)	<b>407-514-1800</b>
<b>HUD</b> (Subsidized Housing for the Elderly)	<b>800-225-5342</b>
<b>Asociación de Cuidados Terminales y Paliativos de Florida Fraud</b>	<b>800-282-6560</b>
<b>Fraud</b> (Procurador General de Florida)	<b>866-966-7226</b>
<b>Sociedad de Ayuda Legal</b> (Condado de Orange)	<b>407-841-8310</b>
<b>Línea de Ayuda Legal para Adultos Mayores</b>	<b>888-895-7873</b>
<b>ACCESS Lynx</b> (puerta a puerta)	<b>407-423-8747</b>
<b>Office on Disability</b>	<b>407-836-6568</b>
<p><b>Sitios web importantes</b> La Agencia de Florida para la Administración del Cuidado de la Salud otorga licencias para muchos tipos de servicios en Florida, incluyendo las agencias de salud en el hogar, servicios de ayuda para el hogar, vida asistida, hogares geriátricos y guarderías para adultos. Visite <a href="https://quality.healthfinder.fl.gov">https://quality.healthfinder.fl.gov</a>.</p>	



**ORANGE COUNTY FLORIDA**  
Community Action

**Este folleto fue compilado**

**por la Comisión sobre el Envejecimiento del Condado de Orange**

Correo electrónico: [OfficeonAging@ocfl.net](mailto:OfficeonAging@ocfl.net) | Web: [www.ocfl.net/seniors](http://www.ocfl.net/seniors) | Teléfono: **407-836-7446**