



# El Centinela de las Personas de la Tercera Edad

Una publicación de la Junta de Comisionados del Condado de Hillsborough:  
Jim Norman, Ken Hagan, Brian Blair, Rose V. Ferlita,  
Al Higginbotham, Mark Sharpe, Kevin White



octubre del 2007, Vol. 4 Edición 4

## Seguridad contra depredadores sexuales

Los comisionados del Condado de Hillsborough aprobaron la Ordenanza número 07-12 el pasado 14 de abril del 2007, que prohíbe a depredadores sexuales a vivir a no menos de 1000 pies de una comunidad de personas de la tercera edad. La misma fue aprobada ante la preocupación de los Comisionados por el aumento de incidentes de este tipo en Florida y en toda la nación, donde depredadores sexuales registrados habían cometido actos violentos contra personas de la tercera edad. Estos depredadores sexuales muchas veces vivían en las mismas comunidades que las personas mayores. La ordenanza requiere que los depredadores sexuales que trabajan en hogares de cuidado y facilidades de cuidado prolongado, deben informar de su status a la gerencia de estas facilidades. Los que no cumplen con esto puede resultar en una multa de hasta \$500, 60 días de cárcel o una combinación de ambos. Los depredadores que ya viven dentro o cerca de una "Zona de seguridad de personas de la tercera edad" se les permitirá continuar viviendo allí, pero será responsabilidad de la gerencia el tomar las precauciones de alertar al resto de la comunidad de los peligros potenciales que esta situación acarrea. Una ordenanza similar para establecer las "zonas de seguridad para niños" fue aprobada por los Comisionados en marzo pasado. La misma prohíbe que unos 120 depredadores sexuales se mantengan a no menos de 300 pies de parques, bibliotecas y otros.

### COMO SOLICITAR PARA SER DESIGNADO COMO UNA "ZONA DE SEGURIDAD"

Las comunidades cuyos residentes están limitados a personas mayores de 55 años o más, deben llenar una solicitud con el Departamento para Personas de la Tercera Edad del Condado de Hillsborough para ser considerados y recibir esta designación.

Nos place anunciar que John Knox Village es la primera comunidad en recibir esta designación.

Para más información, llame a Chris Schad al **(813) 272-6480**.



### En esta edición

- Ayuda legal 2
- CMS Bus Tour 2
- Abuso a los ancianos 3
- Esterilización de animales 3
- Manténgase hidratado 4

### ¡Visite nuestra página de Internet!

En nuestra página de Internet, puede aprender más sobre nuestros programas y servicios. Vea nuestro calendario de actividades, fotos, y otra información importante y recursos disponibles a personas de la tercera edad. Visitenos en: [www.hillsboroughcounty.org/aging](http://www.hillsboroughcounty.org/aging).



**¡Muéstranos tus pasos de baile!** El tema de este año es "Dancing Through the Decades." Se invita a todos a vestir con ropa de su década favorita y los que estén preparados para cantar karaoke y cantos entre grupos.

**Disfrute de comida, entretenimiento y premios. Departamento de Servicios a las Personas de la Tercera Edad**

**Festival Anual de Otoño**  
**8 de noviembre de 2007, 9 a.m. - 2 p.m.**  
**University Area Community Center**  
**14013 22nd St. N. in Tampa**  
**Reservar antes noviembre 1: (813) 272-5160.**

Gracias a nuestros auspiciadores:  
 Departamento de Parques, Recreación y Conservación del Condado de Hillsborough; University Area Community Development Corporation; y Senior Connection.

## Ayuda legal gratis para personas de la Tercera Edad

Bay Area Legal Services es una organización sin fines de lucro que ofrece consejería y representación legal a clientes elegibles. El programa de defensa de personas de la tercera edad, los abogados y paralegales de Bay Area Legal Services consultan, recomiendan y asisten a personas de la tercera edad en áreas de ley civil.

El programa de defensa incluye asistencia en las siguientes áreas: ley de familia, conservación del hogar, protección del consumidor, derechos de salud, derechos individuales y otros. Los servicios son libres de cargos para las personas de la tercera edad.

Bay Area Legal Services puede designar un sustituto en cuestiones de salud. Alguien de su confianza que pueda tomar decisiones sobre su salud cuando ya usted no pueda. Si la persona que usted cuida está incapacitado, usted cualifica como intermediario. Bay Area Legal Services puede ayudarlo con un affidavit que establezca el poder a la persona encargada. Pueden proveer ayuda y asistencia con otros asuntos relacionados a la persona que cuida de la persona mayor incapacitada, así como las personas adultas que cuidan de menores de edad.

Son elegibles las personas mayores de 60 años, residentes del Condado de Hillsborough y que sea ciudadano o residente legal de los Estados Unidos o elegibles. Visitas al hogar pueden programarse si usted tiene necesidades especiales que así lo requieran o si está incapacitado. Bay Area Legal Services también ofrece servicio de intérprete a solicitantes y clientes.

A través del servicio telefónico centralizado de Bay Area Legal Services, las personas pueden recibir asesoramiento, y referidos para la obtención de servicios extendidos. Muchas veces, preguntas legales pueden ser contestadas por teléfono. Otro programa de Bay Area Legal Services es el llamado Florida Senior Legal Helpline, un teléfono de ayuda gratuita y referidos a residentes de Florida, mayores de 60 años que viven fuera de los Condados de Hillsborough, Manatee, Pasco, Pinellas y Sarasota. Así estos pueden obtener información legal sin salir de su casa.



**LLame a Bay Area  
Legal Services  
(813) 232-1343  
o visite  
[www.bals.org](http://www.bals.org)**

### Ayuda con:

- Ley de familia
- Conservación del hogar
- Protección al consumidor
- Derechos de salud
- Derechos individuales



## El autobús de CMS Medicare de gira...

El autobús del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS) y el Centro de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) está visitando unos 48 estados para promover el diálogo con la comunidad concerniente a la salud preventiva y la revisión periódica. La gira se llama "A Healthier US Starts Here!" La oficina móvil se detuvo en el Westshore Senior Center el pasado 25 de julio. Dignatarios federales y locales que incluyen a Ana M. Viamonte Ros, MD, MPH, Cirujano General y Secretaria de Salud del Estado de Florida, hablaron ante una

concurencia de más de 100 personas de la tercera edad y les motivó que fueran ellos los primeros en abogar por su salud. Los oradores enfatizaron la importancia de que todas sus preguntas sean contestadas cuando visitan al médico y compran un medicamento en la farmacia. Para más información sobre la cobertura de Medicare, sus beneficios u la calidad del cuidado visite la página de Internet, [www.Medicare.gov](http://www.Medicare.gov) o llame al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227).

## Programa de esterilización de \$10 del Condado de Hillsborough

La eutanasia es la causa principal de muerte entre animales de compañía, reclamando más vidas que el cancer, la rabia, leucemia felina y parásitos combinados. La única forma de terminar esto es esterilizando perros y gatos antes de que estos contribuyan al problema. Esterilizando sus mascotas es parte de la tarea de un dueño de mascota razonable. Una mascota esterilizada está más saludable, se comporta mejor y nunca podrá producir animales no deseados.

Los Comisionados del Condado de Hillsborough han iniciado un programa de reembolso de esterilización para ayudar a residentes de bajos ingresos a que puedan esterilizar sus mascotas. Los residentes elegibles recibirán un vale para poder esterilizar a su gato o perro. Deben llamar a un veterinario participante para programar la cirugía. En el momento de la cirugía, el solicitante debe presentar el vale y pagar \$10 de cuota administrativa por cada animal. El pago incluye el costo de esterilizar a un perro o gato y una vacuna contra la rabia y una placa de identificación si el animal no está vacunado.

La Coalición de Animales de Tampa es una organización sin fines de lucro creada en el año 2001 con el propósito de ofrecer programas de esterilización para solucionar el problema de la sobrepoblación de animales. Su clínica está localizada en el 1719 W. Lemon St. en Tampa, y honran el vale que emite el Condado de Hillsborough sin cargos adicionales. En adición a la esterilización, vacuna e identificación, el copago de los \$10 incluye un examen físico, sedantes y anestesia, medicamentos para el dolor y hospitalización por una noche. Para solicitar una cita, llame a la clínica al (813) 250-3900 o visite [www.actampa.org](http://www.actampa.org).

Para más información sobre el programa de vales del Condado de Hillsborough, ver un listado de veterinarios participantes o para recibir una solicitud, llame al (813) 744-5660 o visite la página [www.hillsboroughcounty.org/animalservices](http://www.hillsboroughcounty.org/animalservices).



## Un trago sobre hidratación

Tomar suficientes líquidos y mantenerse hidratado es muy importante, sobretodo cuando vamos avanzando de edad. Más de la mitad del peso humano es agua. El agua trae nutrientes a nuestras células y remueve desperdicios. Los líquidos ayudan a mantener la temperatura del cuerpo, previene la deshidratación, protege los órganos y ayuda en la digestión.

Los líquidos más importantes que debemos tomar son: agua, jugos de frutas y vegetales, leche, sopas y café o té descafeinado. Debe limitar la ingesta de alcohol o cafeína porque estos son diuréticos, que causan pérdida de agua en su cuerpo. Al envejecer, el cuerpo necesita unos 8 vasos de líquidos al día. la



cantidad de líquidos que su cuerpo necesita depende de su peso, nivel de actividad, condición de salud, medicamentos que está tomando y la cantidad de fibra que ingiere. Consulte con su médico o profesional de la salud con relación a la ingesta óptima de líquidos para usted. Siga estos consejos para tomar más agua. Tome una taza de agua cuando se levante por la mañana, una taza media hora antes de comer, Tome un vaso lleno de agua con sus medicamentos (asegúrese de verificar primero con su médico o farmacéutico). Tome una taza de agua después de pasar tiempo fuera de la casa. Llene una botella con agua y llévela consigo todo el día.



Hillsborough County  
Florida  
Departamento de Servicios a Personas  
de la Tercera Edad  
601 E. Kennedy Blvd., 25th Floor  
Tampa, FL 33602  
Tel: 813-272-6630  
Fax: 813-276-6862  
[www.hillsboroughcounty.org/aging](http://www.hillsboroughcounty.org/aging)

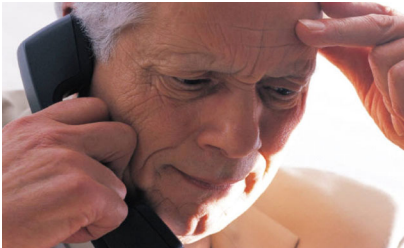
PRSRT STD  
U.S. POSTAGE  
PAID  
TAMPA, FL  
PERMIT No. 295

## ***El Centinela de las Personas de la Tercera Edad***

Bart Banks, Director Interino

Le invitamos a que nos envíe sus comentarios y cartas al editor.

### **Protegiendo a las personas mayores: Como reportar abuso a personas de la tercera edad**



Las leyes de Florida que cualquier persona que sepa o sospeche que un adulto vulnerable esta siendo **abusado, abandonado o explotado** deben reportar lo que saben de inmediato a la **Línea de Abuso de Florida** llamando gratuitamente al **1-800-96-ABUSE (1-800-962-2873)**. Se reciben llamadas las 24 horas, siete días a la semana. El consejero de la Línea de Abuso debe informar a la persona que llama que una investigación será realizada por los Servicios de Protección de Adultos del Estado de Florida.

*Personas vulnerables son adultos* mayores de 18 años que, debido a su edad o incapacidad no pueden cuidar de si mismos o protegerse.

*Abandono* puede ser auto-abandono o abandono por parte de alguien que cuida de esa persona. Esta persona puede ser un familiar, un trabajador, empleado de un programa o facilidad que ofrece cuidado u otra persona.

*Explotación* significa que una persona de confianza, a conciencia, mediante engaño o intimidación, obtiene y/o usa, la vulnerabilidad de una persona para obtener fondos o propiedades. Esto incluye el utilizar de forma indebida los fondos de la persona vulnerable que se requieren para las necesidades personales del mismo.

*Abuso* puede ser físico, mental, emocional o sexual.