

# PERSONAS ADULTAS MAYORES Y LA PANDEMIA EN ARGENTINA

SECRETARÍA DE PERSONAS ADULTAS MAYORES

ACTUALIZADO AL 07/08/2020

Medidas en relación al coronavirus que involucran a la población mayor en el país



Asamblea  
Permanente  
por los  
Derechos  
Humanos

### **AYUDAS ECONOMICAS PARA JUBILADOS Y PENSIONADOS**

El gobierno dispuso la devolución del 15% del valor de las compras hechas con tarjeta de débito por todos aquellos jubilados y pensionados que cobren el haber mínimo y por los beneficiarios de la Asignación Universal por Hijo, Asignación Universal por Embarazo y pensiones no contributivas.

La devolución se realizará a través de la cuenta bancaria en la cual se recibe habitualmente el beneficio de la Anses en las 24 horas siguientes a la realización de la compra y tendrá un tope de \$700 por mes.

De esta manera, por caso, una compra de \$1.000 hecha con tarjeta de débito recibirá una devolución de \$150 que se irán acumulando con las sucesivas compras a lo largo del mes hasta llegar al techo de \$700. El reintegro se producirá para todas las compras, en cualquier comercio abonadas con la tarjeta de débito vinculada a la cuenta en que se recibe cada mes el pago de la Anses.

La medida entrará en vigencia el próximo 1° de marzo y podrá ser utilizada por 7,1 millones de personas. En caso de ser utilizada en su totalidad, esos \$700 representarán para el beneficiario un aumento del 4,5% en el caso de la jubilación mínima y del 22,5% en el de la AUH.

## *Aumento ambulatorio a partir del mes de junio*

<https://www.infobae.com/economia/2020/05/27/el-gobierno-oficializo-el-aumento-del-612-para-todos-los-jubilados-y-las-auh-a-partir-de-junio/>

### *Bono extraordinario*

Quienes cobran la mínima recibirán “un bono extraordinario de 3000 pesos”, que se cobrara en el mes de abril para aquellos que cobren 15.892 pesos, o la diferencia del cálculo hasta llegar a los 18.892 pesos.

Ejemplo: si se cobran 16.000 pesos el bono será de 2.892 pesos.

### *Créditos de ANSES*

-Cómo acceder al crédito

Los créditos de ANSES, son préstamos que se debitan directamente de la prestación. Es decir que el monto de la cuota es descontado directamente de la liquidación de la prestación ANSES de cada beneficiario.

Tienen como objetivo poner al alcance de los beneficiarios de la Seguridad Social préstamos personales más accesibles y convenientes que los ofrecidos por el sector privado.

Anteriormente, los préstamos eran ofrecidos bajo el nombre de ARGENTA. Esta denominación dejó de utilizarse desde principios de la nueva gestión de gobierno.

-¿Quiénes pueden solicitar préstamos en ANSES en 2020?

Estos créditos de ANSES están dirigidos en el 2020 a:

- Jubilados y pensionados del Sistema Integrado Previsional Argentino.
- Titulares de Pensiones no contributivas.
- Titulares de Pensión universal para el adulto mayor.
- Titulares del Sistema único de asignaciones familiares (rangos 1 y 2).
- Titulares de la Asignación universal por hijo.

Los beneficiarios deben ser mayores de 18 años y menores de 90 años al momento de concluir el crédito (menos de 75 años para créditos AUH y SUAF)

Asimismo, para acceder al programa, es condición y requisito residir legalmente dentro del territorio argentino.

-¿De cuánto son los préstamos ANSES en 2020?

Los préstamos ANSES van desde los 5.000 hasta los 200.000 pesos, en planes de 12, 24, 48 y 60 cuotas. En todos los casos, la cuota no podrá superar el 20% de los ingresos netos mensuales del beneficiario.

- Jubilados y Pensionados: hasta \$200.000 en hasta 60 cuotas. CFTEA máximo 39,49%.
- Titulares de Pensiones No Contributivas y madres de 7 hijos: hasta \$70.000 en hasta 60 cuotas. CFTEA máximo de 35,04%.

- Titulares de Pensión universal para el adulto mayor: hasta \$70.000 en hasta 60 cuotas. CFTEA máximo 39,49%.
- Titulares del Sistema único de asignaciones familiares (rangos 1 y 2): hasta \$12.000 en hasta 36 cuotas. CFTEA máximo 39,85%.
- Titulares de la Asignación Universal por Hijo: hasta \$12.000 en hasta 36 cuotas. CFTEA máximo 39,85%

-¿Cómo lo solicito?

De acuerdo a tu condición frente a ANSES, podrás solicitar tu crédito de manera presencial o vía internet.

– Jubilados y Pensionados:

Si sos jubilado o pensionado, deberás solicitar tu crédito Argenta de manera presencial.

El primer paso del trámite es pedir un turno a través del sistema de turnos online ó telefónicamente, llamando a la línea gratuita 130.

El día del turno, deberás presentarte en la oficina de ANSES seleccionada con original y fotocopia de tu DNI. Como excepción, aquellas personas mayores de 75 años al 31/12/2014 podrán llevar cualquier documento válido que acredite identidad, siempre que se encuentre en buenas condiciones.

Luego, tendrás que elegir el monto del préstamo teniendo en cuenta que la cuota del mismo no puede superar el 30% tu ingreso neto mensual. Finalmente, deberás firmar el formulario de solicitud del mismo.

Una vez aprobado tu crédito, el monto será acreditado en la misma cuenta de la Seguridad Social en la que habitualmente recibís la jubilación o pensión, dentro de los 5 días hábiles subsiguientes.

Fuente: <http://anses.gob.ar/creditos-anses>

### *Atención ANSES*

En acuerdo con el Banco Central todos los trámites podrán ser realizados por los apoderados, incluyendo el cobro de haberes, con la sola acreditación de su condición, así como también la fe de vida se realizará por declaración jurada en vez de huella digital.

### *Comedores*

Se reforzará la asistencia a comedores escolares y comunitarios y a merenderos, que incluyen iglesias y organizaciones sociales. Ese "refuerzo adicional" en la "asistencia alimentaria" considerará "las particularidades de cada provincia y se implementará desde ahora mediante "un mecanismo de viandas, para evitar el traslado de personas.

INFOBAE ECONOMICO 16/04/20

### *Pago de tarjetas de crédito*

Se podrá pagar el consumo del mes de marzo al finalizar el periodo de la cuarentena, si no se paga el monto total, la parte adeudada se financiará a una tasa máxima del 49%.

Clarín.com 31/03/20

## *Atención horario bancario*

Solo los jubilados/pensionados serán atendidos por ventanilla. El horario de atención en CABA Y GBA será de 10 a 17hs, previamente se solicitará un turno por vía web según terminación del documento de identidad. Ese turno permitirá la circulación en la vía pública.

Comunicación Estratégica.gob.ar 15/04/20

## **Argentina.gob.ar - , MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN – Nuevo Coronavirus COVID19**

Considerando el diferente impacto en la dinámica de transmisión del virus, la diversidad geográfica, socioeconómica y demográfica, a través del Decreto 605/2020 y hasta el 16 de agosto de 2020 se establece un abordaje en materia epidemiológica que contempla las distintas realidades del país:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>

- *Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio*

El aislamiento social, preventivo y obligatorio es una medida excepcional que el Gobierno nacional adopta en un contexto crítico.

Con el fin de proteger la salud pública frente a la propagación del nuevo coronavirus, se dispuso que todas las personas que habitan, o se encuentren temporalmente, en las jurisdicciones donde rige esta normativa deberán permanecer en sus domicilios habituales, solo pudiendo realizar desplazamientos mínimos e indispensables para aprovisionarse de artículos de limpieza, medicamentos y alimentos.

Las autoridades provinciales y locales podrán solicitar excepciones al aislamiento al personal afectado a determinadas actividades y servicios,



o a las personas que habiten en áreas geográficas específicas y delimitadas a partir del cumplimiento de una serie de requisitos, así como de la estricta aplicación de los protocolos sanitarios correspondientes.

En caso de detectar situaciones de riesgo de propagación del virus SARS-CoV-2, y con la finalidad de prevenir su propagación para proteger la salud pública de la población, los gobernadores estarán facultados para disponer el aislamiento preventivo respecto de personas que ingresen a la provincia provenientes de otras jurisdicciones, previa intervención de la autoridad sanitaria provincial y por un plazo máximo de catorce días.

Las excepciones otorgadas podrán dejarse sin efecto de forma total o parcial de acuerdo a las disposiciones de las autoridades sanitarias.

**Reduciendo el contacto, se reducirán las posibilidades de contagio.**

- *¿Por qué debemos cumplir con el aislamiento?*

El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud declaró al brote del nuevo coronavirus (COVID-19) como una pandemia y, a raíz de ello, nuestro país amplió la Emergencia Sanitaria y le brindó al Ministerio de Salud la facultad para tomar todas las medidas necesarias a fin de minimizar el contagio y fortalecer la capacidad de respuesta del sistema sanitario.

En este marco, atendiendo a las recomendaciones de los organismos internacionales especializados y de los expertos locales, y a la luz de la experiencia de otros países, se determinó que la mejor forma que tenemos

para enfrentar la propagación del virus y así cuidar de la salud de todos y todas es el aislamiento.

- ¿Qué se puede hacer y qué no?
- ❖ Marco general: Actividades con protocolos

Solo podrán realizarse actividades económicas, industriales, comerciales o de servicios, en tanto posean un protocolo de funcionamiento aprobado por la autoridad sanitaria provincial, que contemple la totalidad de las recomendaciones e instrucciones de la autoridad sanitaria nacional y restrinja el uso de las superficies cerradas hasta un máximo del 50% de su capacidad.

Las autoridades provinciales podrán reglamentar días y horas para la realización de determinadas actividades y establecer requisitos adicionales para su realización, con la finalidad de prevenir la circulación del virus.

- ❖ **Ámbito laboral**

Queda prohibido la reunión de personas para momentos de descanso, esparcimiento, comidas, o cualquier otra actividad, que se realice en espacios cerrados sin el estricto cumplimiento de la distancia social de dos metros entre los y las concurrentes y sin ventilación adecuada del ambiente. La parte empleadora deberá adecuar los turnos de descanso, los espacios y los controles necesarios para dar cumplimiento a lo aquí establecido.

## ❖ Actividades deportivas y artísticas

Solo podrán realizarse actividades deportivas y artísticas en tanto se dé cumplimiento a las reglas de conducta generales y siempre que no impliquen una concurrencia superior a 10 personas.

Para mantener el distanciamiento social en lugares cerrados, se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a una persona cada 2 metros cuadrados de espacio circulable; para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados.

La autoridad provincial dictará los protocolos pertinentes para la realización de estas actividades atendiendo a los requisitos mínimos establecidos y a las recomendaciones e instrucciones del Ministerio de Salud de la Nación, pudiendo establecer horarios, días determinados y requisitos adicionales para su realización, con la finalidad de prevenir la circulación del virus.

## ❖ Actividades prohibidas

- Realización de eventos en espacios públicos o privados, sociales, culturales, recreativos, religiosos y de cualquier otra índole con concurrencia mayor a 10 personas.
- Eventos sociales o familiares en espacios cerrados y en los domicilios de las personas, en todos los casos y cualquiera sea el número de concurrentes, salvo el grupo conviviente.

- Práctica de cualquier deporte en la que participen más de 10 personas o que no permita mantener el distanciamiento mínimo de 2 metros entre los participantes.
- Cines, teatros, clubes, centros culturales.
- Servicio público de transporte de pasajeros interurbano, interjurisdiccional e internacional, salvo para los casos expresamente autorizados.
- Turismo.

#### ❖ Circulación interjurisdiccional

Queda prohibida la circulación de las personas alcanzadas por la medida de distanciamiento social, preventivo y obligatorio por fuera del límite del departamento o partido donde residan, salvo que posean el Certificado Único Habilitante para Circulación - Emergencia COVID-19 que los habilite a tal efecto. Las autoridades provinciales podrán dictar normas reglamentarias para limitar la circulación por horarios o por zonas

#### • *Distanciamiento Social, Preventivo y Obligatorio.*

El objetivo del distanciamiento social, preventivo y obligatorio será la recuperación del mayor grado de normalidad posible en cuanto al funcionamiento económico y social, pero con todos los cuidados y resguardos necesarios, y sosteniendo un constante monitoreo de la evolución epidemiológica para garantizar un control efectivo de la situación.

Regirá el distanciamiento social, preventivo y obligatorio en los aglomerados urbanos y en los partidos y departamentos de las provincias

argentinas en tanto estos verifiquen en forma positiva los siguientes parámetros epidemiológicos y sanitarios:

- El sistema de salud debe contar con capacidad suficiente y adecuada para dar respuesta a la demanda sanitaria.
- El aglomerado urbano, departamento o partido no debe estar definido por la autoridad sanitaria nacional como aquellos que poseen "transmisión comunitaria" del virus SARS-CoV-2.
- Que el tiempo de duplicación de casos confirmados de COVID-19 no sea inferior a quince (15) días. No será necesario cumplimentar este requisito si, por la escasa o nula cantidad de casos, no puede realizarse el mencionado cálculo.

#### ✓ Reglas de conducta generales

Durante la vigencia del distanciamiento social, preventivo y obligatorio, las personas deberán mantener entre ellas una distancia mínima de dos metros, utilizar tapabocas en espacios compartidos, higienizarse asiduamente las manos, toser en el pliegue del codo, desinfectar las superficies, ventilar los ambientes y dar estricto cumplimiento a los protocolos de actividades y a las recomendaciones e instrucciones de las autoridades sanitarias provinciales y nacional.

**FASES DE ADMINISTRACIÓN DEL AISLAMIENTO**  
<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/aislamiento/fases>

<b>FASES</b>	<b>1. Aislamiento estricto</b>	<b>2. Aislamiento administrativo</b>	<b>3. Segmentación geográfica</b>	<b>4. Reapertura progresiva</b>	<b>5. Nueva normalidad</b>
<b>Autorizados</b>	<i>Sólo servicios esenciales</i>	Nuevas autorizaciones	Excepciones provinciales	Excepciones provinciales	Con hábitos de higiene Y cuidados sostenidos
<b>Prohibiciones</b>	Todo el resto	Prohibiciones nacionales	Prohibiciones nacionales	Prohibiciones nacionales	
<b>Movilidad de la población</b>	Hasta el 10%	Hasta el 25%	Hasta el 50%	Hasta el 75%	
<b>Tiempo de duplicación de los casos</b>	Menos de 5 días	5 a 15 días	15 a 25 días	Más de 25 días	Más del 75%
<b>Geográfico</b>	Homogéneo	Excepciones nacionales	Segmentación por criterio epidemiológico	Restricciones locales	Homogéneo

## **PAMI – Atención en tiempo de COVID\_19 – CABA**

- *Urgencias y emergencias:*

Recordar tener a mano siempre número de afiliado, dirección y teléfono.

Marcar 138 OPCIÓN 9 CORONAVIRUS

Para usar la aplicación de PAMI se puede descargar de acá:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.org.pami.app>

- *Coronavirus: Protocolo, Recomendaciones, Cuidados:*

<https://www.pami.org.ar/saberesprevenir>

Si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Más de 37.5 grados de fiebre y/o tos
  - Más de 37.5 grados de fiebre y/o dolor de garganta
  - Más de 37.5 grados de fiebre y/o dificultad para respirar
  - Más de 37.5 grados de fiebre y/o malestar general
  - Más de 37.5 grados de fiebre y/o pérdida del olfato / gusto
  - Y estuvo fuera del país, en contacto con un caso confirmado o tiene historial de viaje o residencia en zonas de transmisión local, comunitaria o por conglomerados, de Covid-19 en Argentina
  - No se automedique, consulte inmediatamente al sistema de salud.
- **RECOMENDACIONES PARA LAS PERSONAS MAYORES**
    - Cumplir con el aislamiento social, preventivo y obligatorio decretado por las Autoridades Nacionales.

- Evitar transitar en la vía pública, salvo para hacer compras imprescindibles (alimentos, medicación y artículos de limpieza) o por cuestiones de salud.
- Consultar inmediatamente ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria), no subestimar ninguna manifestación clínica y realizar inmediatamente la consulta médica telefónica de acuerdo a las recomendaciones sugeridas en la zona de residencia.
- No automedicarse.
- Evitar todo tipo de contacto físico como besos, abrazos o saludos con las manos.
- Evitar viajes, en caso de ser posible.
- Evitar el contacto cercano con personas que sufren infecciones respiratorias agudas.
- Recibir la vacuna antigripal y el esquema secuencial contra el neumococo según recomendaciones nacionales.
- Reforzar las acciones de prevención de infecciones respiratorias:
  - Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o usar desinfectante con base de alcohol, sin olvidar lavarse las muñecas y entre los dedos.
  - Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar. Se desaconseja el uso de pañuelos de tela.
  - Evitar llevarse las manos a la cara, especialmente no tocarse la nariz, la boca y/o los ojos.



- Ventilar los ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas.
- Desinfectar las superficies y los objetos de uso frecuente y compartido. Para evitar la propagación, es recomendable desinfectar las superficies de mayor contacto: teléfonos, celulares, mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc. La desinfección debe ser diaria y puede realizarse diluyendo en 1 botella de 1 litro una tapita de lavandina.

- *Protocolo Sanitario:*

PAMI creó una comisión de expertos y activó protocolos sanitarios con el fin de monitorear la marcha de la enfermedad y cuidar la salud de lxs afiliadxs.

<https://www.pami.org.ar/saberesprevenir>

Afiliados: [https://www.pami.org.ar/pdf/personas\\_afiliadas.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/personas_afiliadas.pdf)

Área de Sociales: <https://www.pami.org.ar/pdf/sociales.pdf>

Residencias de personas mayores y centros de día:

[https://www.pami.org.ar/pdf/residencias\\_y centros\\_de\\_dia.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/residencias_y centros_de_dia.pdf)

Personas Trabajadoras:

[https://www.pami.org.ar/pdf/personas\\_trabajadoras.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/personas_trabajadoras.pdf)

PAMI escucha: [https://www.pami.org.ar/pdf/pami\\_escucha.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/pami_escucha.pdf)

Agencias de PAMI: <https://www.pami.org.ar/pdf/agencias.pdf>

Médicxs de cabecera: <https://www.pami.org.ar/pdf/mdc.pdf>

Profesionales de la Salud:

[https://www.pami.org.ar/pdf/profesionales\\_de\\_la\\_salud.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/profesionales_de_la_salud.pdf)

Declaración Jurada para familiares:

[https://www.pami.org.ar/pdf/declaracion\\_jurada\\_visitantes\\_familiares.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/declaracion_jurada_visitantes_familiares.pdf)

Salud Mental y Discapacidad:

[https://www.pami.org.ar/pdf/salud\\_mental\\_y\\_rehab.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/salud_mental_y_rehab.pdf)

Efectores Propios: [https://www.pami.org.ar/pdf/efectores\\_propios.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/efectores_propios.pdf)

Prestadores de Atención Domiciliaria Integral:

<https://www.pami.org.ar/pdf/adi.pdf>

- *Trámites online:*

<https://www.pami.org.ar/tramitesonline>

- *Receta electrónica con firma digital:*

Se ha implementado el empleo de la receta electrónica con firma digital. El afiliado contactará telefónicamente o vía mail a su médico, el cual emitirá la receta digital. La misma no requiere ser impresa y tiene la misma validez legal que la receta manuscrita. El afiliado la recibe en su dirección de correo electrónico o en forma de mensaje de texto gratuito. El afiliado mostrará, en la farmacia, la receta o el mensaje de texto en su celular.

Más información en:

[https://prestadores.pami.org.ar/portalmedicosdecabecera/includes/pdf/pyr\\_rec\\_eta\\_electronica\\_firma\\_digital\\_v3.pdf](https://prestadores.pami.org.ar/portalmedicosdecabecera/includes/pdf/pyr_rec_eta_electronica_firma_digital_v3.pdf)

- *Renovación automática de medicamentos:*

No es necesario autorización de medicamentos, insulinas y tiras reactivas. Todos los medicamentos serán autorizados de manera automática. Solo se atenderán en las agencias los tratamientos oncológicos que requieran un trámite personal.

- *Nuevo Vademécum PAMI - medicamentos esenciales gratuitos:*

<https://www.pami.org.ar/vademecum>

Listado de medicamentos incluidos:

[https://www.pami.org.ar/pdf/nuevo\\_vademecum\\_pami.pdf](https://www.pami.org.ar/pdf/nuevo_vademecum_pami.pdf)

- *Residencias cuidadas:*

<https://www.pami.org.ar/residencias-cuidadas>

Se creó el Comité de Contingencia para el Tratamiento de Coronavirus, conformado por expertos, por medio del cual se activaron medidas sanitarias estrictas en las 5 residencias de larga estadía propias y las 563 privadas con las que PAMI tiene convenio. Su misión es supervisar el trabajo de los equipos médicos y psicosociales en dichos establecimientos.

Se establecieron protocolos sanitarios (visitas, recepción de paquetes, cuidado y contención del personal, entre otros), elaborados acorde a los lineamientos del Ministerio de Salud de la Nación para cuidar la salud y preservar la vida de las personas afiliadas. Dichos protocolos fueron respondidos con una declaración jurada que garantiza su cumplimiento.

- *Medidas de Prevención contra otras enfermedades*

<https://www.pami.org.ar/prevencion>

Prevención contra enfermedades como Accidente Cerebro Vascular (ACV), Artrosis, Cerebro saludable, Colesterol, Diabetes, Golpe de calor, Hipertensión, Prevención de caídas, Tabaquismo

Se indican medidas para mantener: Corazón saludable; Cerebro saludable; y Cuerpo saludable.

### **Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires – COVID-19-:**

- Medidas de la Ciudad para la nueva etapa de la cuarentena

<https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/proximas-medidas-de-la-ciudad-para-la-nueva-etapa-de-la-cuarentena>

Se estableció mediante el DNU 297/2020 el aislamiento social, preventivo y obligatorio para todas las personas que se encuentren en el país. La Ciudad tomará nuevas medidas en este momento de la pandemia, en el marco del aislamiento social, preventivo y obligatorio por el coronavirus.

En esta etapa, la estrategia del Gobierno porteño tiene tres grandes pilares:

- Reducir al mínimo posible el contacto personal porque está demostrado que el contagio se da en el contacto personal.
  - Reforzar los cuidados de higiene personal.
  - Avanzar en la intensificación del plan DetectAR, que es la detección temprana de personas enfermas, testeo inteligente y aislamiento, dispuesto por el Gobierno Nacional.
  - Se incluyen medidas en relación al transporte público, actividad comercial y salidas de menores.
- *Programa "Mayores Cuidados" TE: 147 Opción 2*

Brinda asistencia telefónica a las personas mayores de 60 años o con factores de riesgo y ofrece ayuda para realizar compras en farmacias y comercios de proximidad, y el paseo de sus mascotas, entre otras necesidades, durante el aislamiento preventivo y obligatorio.

Se realiza un relevamiento de las necesidades de los adultos mayores y se emplearán herramientas de geolocalización para priorizar la cercanía y evitar la circulación de personas.

Se darán indicaciones para prevenir el contagio y medidas de seguridad a adoptar. Se deberá requerir a los voluntarios la contraseña establecida como medida de seguridad. En los casos de asistencia personal, junto con la contraseña, el voluntario deberá presentar su DNI.

- Experiencias en casa:

<https://www.buenosaires.gob.ar/experienciasencasa>

Se proponen actividades para disfrutar y mantener en movimiento cuerpo y mente.

- Salud física y emocional

<https://www.buenosaires.gob.ar/experienciasencasa/salud-f%C3%ADsica-emocional>

- Se incluyen recomendaciones relacionadas con la alimentación saludable  
<https://www.buenosaires.gob.ar/experienciasencasa/alimentacion>,
- ejercicios de elongación y clases online de actividad física  
<https://www.buenosaires.gob.ar/experienciasencasa/movete-en-casa>
- y medidas de prevención para cuidar cuerpo y mente  
<https://www.buenosaires.gob.ar/experienciasencasa/bienestar-emocional>

- *Envíos a domicilio*

Envíos a domicilio para compras en supermercados, almacenes y farmacias, exclusivos para personas mayores de 70 años, incluyendo mapa de farmacias vecinas.

<https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/mayorescuidados/delivery-para-personas-mayores-de-70>

## **ObSBA-Atención en tiempo de COVID\_19 – CABA**

- *Recetas para enfermos crónicos, incluyendo medicamentos psiquiátricos y otros*

El afiliado se contactará al mail de ObSBA:

recetasmedicacioncronica.obsba@gmail.com.

Allí enviarían la documentación solicitada en:

<http://www.obsba.org.ar/assets/pdf/ObSBA-CRONICOS-ObSBA-Farmacias-contingencia-sin-receta.pdf>

- *Recetas para enfermos diabéticos*

El afiliado se contactará al mail:

ObSBArecetasdiabetes.obsba@gmail.com

Allí aportarán la documentación solicitada en:

<http://www.obsba.org.ar/assets/pdf/Farmacias-DIABETES.pdf>

- **CONSULTAS TELEFÓNICAS:**

4981-8144 / 2921 / 4686-6575

**ANSES – Recomendaciones durante el aislamiento de personas mayores**

<http://anses.gob.ar>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

## **Recomendaciones psicológicas durante el aislamiento de personas mayores**

[http://www.psi.uba.ar/institucional/agenda/covid\\_19/recomendaciones\\_psicologicas.pdf](http://www.psi.uba.ar/institucional/agenda/covid_19/recomendaciones_psicologicas.pdf)

### **APDH – Secretarías de Salud y Salud Mental:**

Se ofrece escucha, palabra y contención a quienes lo necesiten  
Servicio gratuito telefónico: 011 1530631700 - 011 1568529334

### **Gobierno de la Provincia de Buenos Aires:**

Información y protocolos de seguridad frente a la emergencia:

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/es>

- *Recomendaciones de salud en la emergencia – Grupos de riesgo, incluyendo mayores de 60 años*

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/es/grupos-de-riesgo>

- *Red de atención y derivación en la Provincia de Buenos Aires*

<https://carto.arba.gov.ar/cartoArba/covid-19>

- *Protocolo para la prevención y control del COVID-19 en adultos mayores, 60 años o más*



<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/docs/instituciones/Protocolo%20para%20la%20prevenci%C3%B3n%20y%20control%20de%20COVID-19%20en%20adultos%20mayores%2060%20a%C3%B1os%20o%20m%C3%A1s.pdf>

- *Recomendaciones para personas con enfermedades crónicas*

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/sites/default/files/pdf/GUIA%20para%20personas%20con%20enfermedades%20cronicas.pdf>

- *Recomendaciones alimentarias*

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/docs/poblacion/Recomendaciones%20alimentarias%20para%20estos%20dias.pdf>

- *Recomendaciones para la salud alimentaria del adulto mayor*

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/docs/gruposriesgo/Recomendaciones%20alimentaria%20para%20poblacion%20adulta%20mayor.pdf>

- *Recomendaciones generales de higiene y manipulación de alimentos*

[https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/docs/gruposriesgo/Recomendaciones%20de%20higiene%20y%20manip%20de%20alimentos\\_\\_corregida%20coronav.pdf](https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/docs/gruposriesgo/Recomendaciones%20de%20higiene%20y%20manip%20de%20alimentos__corregida%20coronav.pdf)

- *Cosa de grandes: Material de información y entretenimiento para acompañar el aislamiento de personas mayores*

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/es/material-de-recreacion>

- Fascículo #1: ¿Qué necesitamos saber las personas mayores?
  - Fascículo #2: La vida cotidiana de las personas mayores en tiempos de coronavirus;
  - Fascículo #3: ¿Cómo nos sentimos las personas mayores durante el aislamiento?;
  - Fascículo #4: Las instituciones que trabajan con personas mayores
  - Fascículo #5: Los mayores y las tecnologías
- 
- *Donación de Plasma, recomendaciones e indicaciones:*  
<https://www.gba.gob.ar/>,  
<https://youtu.be/Podbm5n4vx8>  
TE: 0800-222-0101

## Violencia Institucional

Por consultas y/o denuncias comunicarse a través de:

Teléfono: 0-800 122 5878

Whatsapp 11 40917352

Correo electrónico: [dnpc@jus.gov.ar](mailto:dnpc@jus.gov.ar).

## Violencia de género

Llamar al 144

<https://www.argentina.gob.ar/generos>

Descargar aplicación complementaria en el celular

<https://www.argentina.gob.ar/aplicaciones/linea-144-atencion-mujeres>

Comunicación por correo electrónico: [linea144@mingeneros.gob.ar](mailto:linea144@mingeneros.gob.ar)

Comunicación por Whatsapp

1127716463

1127759047

1127759048

[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/medidas\\_1.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/medidas_1.pdf)

Centro de atención para mujeres en todo el país

<https://www.argentina.gob.ar/generos/mapamujeres>

Obligaciones, derechos y garantías durante el aislamiento: el artículo 3 del siguiente documento habla sobre los casos de violencia de género.

<https://bit.ly/3a9Fc14>

## Servicios Básicos

Quienes y como se puede acceder al programa pc para docentes

<https://www.pagina12.com.ar/281560-quienes-y-como-pueden-acceder-al-programa-pc-docentes>

El gobierno prorrogó por 60 días el decreto ante despidos

<https://www.pagina12.com.ar/281554-el-gobierno-prorrogo-el-decreto-antidespidos>

Cuarentena qué cambia desde este lunes en el AMBA

<https://www.pagina12.com.ar/279532-cuarentena-que-cambia-desde-este-lunes-en-el-amba>

Cuarentena qué se reanuda desde este lunes

<https://www.pagina12.com.ar/281121-cuarentena-en-la-ciudad-de-buenos-aires-que--se-r>

Qué cambia desde este lunes para la provincia de Bs. As.

<https://dib.com.ar/2020/07/cuarentena-que-cambia-a-partir-de-este-lunes-en-la-provincia-de-buenos-aires/>

Congelamiento de alquileres y suspensión de desalojos por sesenta días

<https://es.scribd.com/document/534598/DECRETO-NUMERO-35-92-LEY-DE-CONGELAMIENTO-DE-ALQUILERES>

Suspensión de pago de servicios de agua, luz, gas y teléfono para jubilados y jubiladas; pensionadas y pensionados con remuneración igual o menor a dos salarios mínimos.

<https://www.perfil.com/noticias/actualidad/quines-podran-no-pagar-servicios-gas-luz-agua-telefono-internet.phtml>

Las líneas de contacto en la Argentina: Cada provincia y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires cuentan con líneas propias en las que se atienden posibles casos de coronavirus, así como hay un 0800 a nivel nacional. La atención telefónica es primordial, dado que se recomienda no concurrir a las ... Seguir leyendo en:

<https://www.pagina12.com.ar/253735-a-que-telefonos-llamar-para-consultar-por-el-coronavirus>

A partir de las resoluciones [86/2020] y [100/2020], los fabricantes, distribuidores y comercios deben retrotraer sus precios al 6 de marzo pasado. Estos son los precios máximos de referencia para la canasta básica de alimentos, bebidas, higiene personal y limpieza que tendrán vigencia por 30 días.

<https://preciosmaximos.argentina.gob.ar/#/avisos-consumidores>

Como obtener la clave de la seguridad social para los adultos entre 60 y 65 años

<https://servicioscorp.anses.gob.ar/clavelogon/logon.aspx?system=mianses>

### **Congelamiento de alquileres**

Se suspenden los desalojos por falta de pago total o parcial. El DNU en forma indirecta autoriza a los inquilinos a no pagar el alquiler por seis meses, es decir, desde el 29 de marzo hasta el 30 de septiembre. También autoriza en los casos que existiera contrato que contemple un ajuste en este período pagar la diferencia del aumento después del 30 de septiembre y en cuotas.

<https://bit.ly/3crRkw6>

### **Facilidades en créditos hipotecarios**

La cuota queda congelada a los valores de marzo. Incluye los créditos UVA. Suspensión temporaria del corte de servicios por falta de pago.

<https://bit.ly/2wRGPTG>

### **Situación de calle en CABA**

La línea telefónica 108 brinda asistencia inmediata ante cualquier demanda de los vecinos. Desde que comenzó la cuarentena el número de llamados se quintuplicó. A pesar de sumar 707 camas en cuatro polideportivos están colapsados.

<https://bit.ly/2yqiMM4>

## Trámites

### **PAMI**

<https://www.pami.org.ar/guia-tramites>

<https://www.pami.org.ar/emergencias>

<https://www.pami.org.ar/vacunacion>

### **ANSES**

<https://www.anses.gob.ar/ingreso-familiar-de-emergencia>

<https://www.anses.gob.ar/consulta/calendario-de-pagos-jubilaciones-y-pensiones>

<https://www.anses.gob.ar/tramite/supervivencia-fe-de-vida>

<https://www.argentina.gob.ar/tema/adultosmayores>

### **PROVINCIA DE BUENOS AIRES**

<https://www.gba.gob.ar/vacunacion/>



### **Opciones Educativas y Culturales para Personas Adultas Mayores**

Luego de la extensión del aislamiento social, preventivo y obligatorio debido al brote de COVID 19, que fuera dispuesto por el Gobierno Nacional, continuamos con la actualización semanal de la información que venimos publicando en este dossier.

Si bien con esta nueva selección se encuentran representadas algunas de las opciones que las personas adultas mayores podemos abordar dentro del campo educativo y cultural en estos momentos tan particulares, sabemos que existen un gran número de opciones que quedan fuera de nuestra posibilidad de exploración.

Por ello, invitamos a la comunidad a recomendar opciones gratuitas de educación y cultura para personas adultas mayores, que puedan contribuir a potenciar las actividades durante nuestras cuarentenas. (enviar propuestas al mail [personasadultasmayores@apdh.org.ar](mailto:personasadultasmayores@apdh.org.ar))

[Recursero de técnicas participativas San Roque](#)

### **Cursos, Seminarios, Conferencias**

Infodemia y Fake News:

<https://www.wikimedia.org.ar/2020/04/23/decalogo-especie/>

Canal Oficial de la Facultad de Filosofía y Letras – Universidad Nacional de Buenos Aires:

<https://www.youtube.com/channel/UCJV9iEnRp74G6OLCEjNqd1g/videos>

UNIVERSIDAD ANDINA SIMON BOLIVAR – Seminario “Filosofía Política en América Latina Hoy” de Enrique Dussel “Otra mirada sobre la historia universal”:

<https://youtu.be/6GLzHSlGf4o>

PAMI – Encuentro Literario:

<https://comunidad.pami.org.ar/encuentro-literario/>

Secretaría de Derechos Humanos – Capacitaciones a través del campus virtual:

<https://www.argentina.gob.ar/noticias/quedate-en-casa-y-anotate-en-los-cursos-del-campusdh>

CLACSO – Red de Posgrados – Seminarios Gratuitos:

<https://repositorio.clacso.org/>

Ministerio de Educación de la Nación - Colección Microaprendizajes. VideoCursos breves sobre Uso de dispositivos, herramientas digitales, comunicación y producción audiovisual:

<https://www.educ.ar/recursos/150653/microaprendizaje?from=150033&from=151412>

INTA - Cursos gratuitos a distancia – Buscar en el navegador:

[procadisaplicativos.inta.gob.ar](http://procadisaplicativos.inta.gob.ar)

Ministerio de Educación de la Nación - Visitas virtuales a museos:

<http://museosvivos.educ.ar/>

Ministerio de Cultura de la Nación:

<https://www.youtube.com/user/secretariadecultura>

Secretaría de Medios y Contenidos Públicos de la Nación – Programas educativos y documentales gratuitos: <https://www.cont.ar/>

## **Actividad Física y deportes**

CeNARD - Prof. María Alejandra Otero

Se invita a las PERSONAS MAYORES a las clases de rutinas de movimiento desarrolladas a través del [Facebook Live de Deportes Argentina](#) que se pueden ver en vivo de lunes a viernes a las 10 hs.

[Facebook Live de Deportes Argentina](#)

DEPORTES en INTERNET: AJEDREZ. Gran Maestra CAROLINA LUJAN

<https://www.instagram.com/imcarolinalujan/?hl=es-la>

<https://www.instagram.com/p/B-kVrcTnePK/>

Ministerio de Turismo y Deportes de la Nación - "Entrená desde casa"

<https://www.argentina.gob.ar/noticias/entrena-desde-casa-actividad-fisica-en-vivo-por-profesionales>

## **Teatro On Line**

Canal del Centro Cultural de la Memoria Haroldo Conti

[https://www.youtube.com/channel/UC4\\_r6Smco6vAeKyN6LD7HAQ](https://www.youtube.com/channel/UC4_r6Smco6vAeKyN6LD7HAQ)

Teatro Timbre 4 – Obras de teatro completas, on line “a la gorra”:

<https://www.timbre4.com/generos/68-1-68teatro-online.html>

Teatro Nacional Cervantes – Obras de teatro completas online, artículos, entrevistas, etc. Cervantes Online:

<https://www.youtube.com/channel/UCI4H8RdaJsxCGkPKJ1WV8QQ>

Teatro Metropolitan – Paseo La Plaza – Todos los sábados una obra de teatro diferente disponible gratuitamente por 24 hs. Hasta fines de mayo:

[www.laplazaonline.com.ar](http://www.laplazaonline.com.ar)

## **Libros**

La vida en suspenso. 16 hipótesis sobre la Argentina irreconocible que viene, un libro conjunto de la revista Crisis y Siglo XXI Editores.

Descargalo gratis aquí y ahora: <https://bitly.com/lavidaensuspensio>

Pandemónium. Notas sobre el desastre: Presentaciones de Jorge Aleman - Agenda junio/julio 2020

[https://nededicionesblog.wordpress.com/2020/06/06/agenda-jorge-aleman-junio-julio-2020/?fbclid=IwAR3D\\_0Whxxes3zRAQ5yj0Xda3DFCtHOZWKly0xHQnk5fRhGPjd27b03K6c](https://nededicionesblog.wordpress.com/2020/06/06/agenda-jorge-aleman-junio-julio-2020/?fbclid=IwAR3D_0Whxxes3zRAQ5yj0Xda3DFCtHOZWKly0xHQnk5fRhGPjd27b03K6c)

EN EL ENJAMBRE - Byung-Chul Han:

[http://campusacademica.rec.uba.ar/pluginfile.php%3Ffile%3D%252F388701%252Fmod\\_resource%252Fcontent%252F1%252FHan%252C%2520Byung-Chul%252C%2520%2520En%2520el%2520enjambre.pdf&ved=2ahUKEwir4I\\_p8-7oAhX9GrkGHUkmAvMQFjAlegQIBRAB&usq=AOvVaw3a9Ow7mrkSI4xdy7DbpzeE&cshid=1587107727807](http://campusacademica.rec.uba.ar/pluginfile.php%3Ffile%3D%252F388701%252Fmod_resource%252Fcontent%252F1%252FHan%252C%2520Byung-Chul%252C%2520%2520En%2520el%2520enjambre.pdf&ved=2ahUKEwir4I_p8-7oAhX9GrkGHUkmAvMQFjAlegQIBRAB&usq=AOvVaw3a9Ow7mrkSI4xdy7DbpzeE&cshid=1587107727807)

BIBLIOTECA DIGITAL LA BALDRICH – Espacio de Pensamiento Nacional:

<http://www.labaldrich.com.ar/biblioteca-digital/>

OPEN LIBRARY:

<https://openlibrary.org/>

Biblioteca Digital Mundial – UNESCO:

<https://www.wdl.org/es/>

WIKISOURCE - Libros Gratuitos:

<https://es.wikisource.org/wiki/Portada>

## **Películas**

NI OLVIDO NI PERDÓN LA MASACRE DE TRELEW (Argentina, 1972)  
Raymundo Gleyzer:

<https://www.youtube.com/watch?v=uE6VwUE6G0o>

GARAGE OLIMPO (Argentina, 1999) Marco Bechis:

<https://www.arcoiris.tv/scheda/it/15425/>

LA NOCHE DE LOS LÁPICES (Argentina, 1986) Héctor Olivera:

<https://www.youtube.com/watch?v=gOhkQ7JZV0k>

LA PATAGONIA REBELDE (Argentina, 1974) Héctor Olivera:

<https://www.youtube.com/watch?v=YihcSvh6pvQ>

NO HABRÁ MÁS PENAS NI OLVIDO (Argentina, 1983) Héctor Olivera:

<https://zoowoman.website/wp/movies/no-habra-mas-penas-ni-olvido/>

LA NOCHE DE LOS BASTONES LARGOS: EL FUTURO INTERVENIDO  
(Argentina, 2004) Tristán Bauer:

Parte 1 <http://encuentro.gob.ar/programas/serie/8001/832>

Parte 2 <http://encuentro.gob.ar/programas/serie/8001/833>

OPERACIÓN MASACRE (Argentina, 1973) Jorge Cedrón:

<http://www.youtube.com/watch?v=-f1XXFG4CHs>

QUEBRACHO (Argentina, 1972) Ricardo Wullicher:

<https://www.youtube.com/watch?v=CNje5ieYdKU>

EL CAMINO DE SANTIAGO (Argentina, 2018) Tristán Bauer:

<https://youtu.be/gvh3en4DxtY>

CRONICA DE UN NIÑO SOLO (Argentina, 1965) Leonardo Favio:

<https://archive.org/details/CronicaDeUnNinoSolo>

BOOGIE EL ACEITOSO (Argentina, 2009) Gustavo Cova:

<https://www.youtube.com/watch?v=Z9ZXOX9kQfQ>

## **Filmotecas**

CINEMARGENTINO

<http://cinemargentino.com>

RETINA LATINA

<http://retinalatina.org>

LEGALMENTE GRATIS

<http://legalmentegratis.co>

ZOOWOMAN. Filmoteca, cine de autor, cine independiente, películas imposibles de encontrar, cine raro online:

<https://zoowoman.website/wp/>

INTERNET ARCHIVE - Movies and Films:

<https://archive.org/details/moviesandfilms>

DOCA Documentalistas de Argentina – Filmoteca on line:

[https://drive.google.com/open?id=1d-87l-rR-b9HeviLCNr1kK\\_PwzFRw5TIAJmHvKgDwuM](https://drive.google.com/open?id=1d-87l-rR-b9HeviLCNr1kK_PwzFRw5TIAJmHvKgDwuM)

## **Crónicas y Artículos destacados**

- Philippe Meirieu: ¡Dejemos de idolatrar lo digital!

[https://vientosur.info/spip.php?article15961&fbclid=IwAR23WHg\\_fZcajCzrfhrmLb42Hs6zndwMTh9nuJ5mTJc4CaoBWHZetGvHPR8](https://vientosur.info/spip.php?article15961&fbclid=IwAR23WHg_fZcajCzrfhrmLb42Hs6zndwMTh9nuJ5mTJc4CaoBWHZetGvHPR8)

- JORGE ALEMÁN: "El capitalismo está supervisando a los Estados" –  
Nota en Audio:

<https://youtu.be/79Ad2rAepV0>

- UNICEF - "Percepción y actitudes de población para conocer el impacto de la pandemia en niños, niñas y adolescentes y sus familias":

<https://www.unicef.org/argentina/comunicados-prensa/covid-19-unicef-encuesta-percepcion-poblacion>

- Organización de los Estados Americanos OEA - La CIDH y su REDESCA instan a asegurar las perspectivas de protección integral de los derechos humanos y de la salud pública frente a la pandemia del COVID-19:

<http://www.oas.org/es/cidh/prensa/comunicados/2020/060.asp>

- El cohete a la luna

"Llegó la hora" de Oscar Soria:

<https://www.elcohetealaluna.com/llego-la-hora/>



“Final abierto” de Mónica Peralta Ramos:

<https://www.elcoheteealaluna.com/final-abierto/>

- Página 12 – “Coronavirus: ¿De qué manera el aislamiento afecta las emociones?” por Pablo Esteban:

<https://www.pagina12.com.ar/259262-coronavirus-de-que-manera-el-aislamiento-afecta-las-emocione>

- La 990 Radio – Volver A Las Fuentes - “Las fortunas argentinas fugadas que la comunicación concentrada silencia” Editorial de Cynthia Ottaviano:

<https://ar.radiocut.fm/audiocut/editorial-c-ottaviano-fortunas-argentinas-fugadas-comunicacion-concentrada-silencia/#.XplfnUWUmwY.whatsapp>

- Caras y Caretas “Diario de la peste” de Maria Seoane:

<https://carasycaretas.org.ar/20202/03/25/diario-de-la-peste/>

- El cohete a la luna “La Peste Escarlata” de Jorge Elbaum:

<https://www.elcoheteealaluna.com/la-peste-escarlata/>

## **Para compartir con niñxs**

Cómo hacer un títere de media, por Carlos Martínez

<https://youtu.be/Zxm3KHPY2h0>

EL MOLINETE - Obra de Teatro de Títeres de Carlos Martínez

<https://youtu.be/1PYz6ellzbs>

La infancia tiene la palabra - Municipalidad de Rosario

<https://www.rosario.gob.ar/web/ciudad/cultura/la-infancia-tiene-la-palabra-10-preguntas-al-porvenir>

Recursos para hablar del coronavirus con chicos y chicas: Cuentos, Videos Animados, Canciones para lavarse las manos y Guías de UNICEF

<https://latinlab.org/2020/04/21/2930/>

PAÑUELITO BLANCO – Canticuenticos:

<https://youtu.be/s8BywVq3RPc>

HAY SECRETOS – Canticuenticos:

<https://www.youtube.com/watch?v=mPN484uZm2g>

### **Para compartir con adolescentes**

ESI EN CASA- Recursero de Educación Sexual Integral – Videos, Documentales, Libros, Artículos, Juegos, etc.

<https://grupofusa.org/wp-content/uploads/2020/04/ESlencasa.pdf>

### **Material de recreación**

<https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/es/material-de-recreacion>

**SEPARATA QUE REÚNE LA**  
**INFORMACIÓN TOTAL DEL**  
**GOBIERNO NACIONAL SOBRE LA**  
**PANDEMIA**

