



Casi 1 de cada 5 adultos de más de 50 años está en riesgo de sufrir aislamiento social¹

Senior Loneliness Line (Línea contra la soledad para adultos mayores) es un servicio a nivel estatal proporcionado mediante una asociación entre Lines for Life (Cuerda de rescate para la vida) y la Autoridad de Salud de Oregón. Nuestro equipo de voluntarios y personal de confianza están especialmente capacitados en el trabajo con adultos mayores.

Cualquier adulto mayor que esté sintiendo soledad, aislamiento, depresión o ansiedad puede beneficiarse a través de una llamada por teléfono confidencial con nuestros asesores telefónicos de Senior Loneliness Line para adultos mayores. A veces, una conversación amigable con alguien que se preocupa y está dispuesto a escuchar puede ser el tipo de conexión que necesita la persona que llama.

Oregon
Health
Authority

 **lines for life**
Creamos esperanza todos los días

Lines for Life es una organización regional sin fines de lucro que se dedica a prevenir el abuso de sustancias y el suicidio, y de promover el bienestar mental. Ofrecemos ayuda y esperanza a las personas y comunidades al abordar diferentes necesidades que incluyen la prevención, la defensa y la intervención.

5100 SW Macadam Avenue, Suite 400
Portland, Oregon 97239-3854
503.244.5211 | info@linesforlife.org
- Hay intérpretes de idiomas disponibles -
www.linesforlife.org

¹ AARP, Campaña Connect to Affect²; Holt-Lundstad, PLoS 2010

SeniorLonelinessLine
UN SERVICIO A NIVEL ESTATAL DE  linesforlife



**Estamos aquí para
ESCUCHARLO Y
conectarnos
con usted.**

503-200-1633 | 800-282-7035
facebook.com/linesforlife
www.SeniorLonelinessLine.org

Al dedicar tiempo a nuestros adultos mayores
lograremos prosperar en nuestra comunidad.



Las relaciones sociales pueden ayudar a las personas a mantenerse saludables.

Casi 1 de cada 5 adultos de más de 50 años está en riesgo de sufrir aislamiento social, lo que puede generar una sensación de soledad. La soledad puede afectar su sistema inmunológico, aumentar la inflamación, provocar diabetes, enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, artritis y otras enfermedades graves (el impacto en su salud puede ser tan relevante como fumar 15 cigarrillos por día).² También puede contribuir a un deterioro cognitivo y al avance de la enfermedad de Alzheimer.



Cómo podemos ayudarlo

Nuestro servicio de llamadas gratuito a nivel estatal es para los residentes de Oregón mayores de 55 años. Nuestro equipo de voluntarios y personal están especialmente capacitados en el trabajo con adultos mayores. Además, podemos proporcionarle apoyo continuo, brindarle recursos o simplemente escucharlo. **Su información es completamente confidencial.**

Cuidado y conexión

Una vez que se comunique con nosotros, quizás piense que sería útil si le realizamos un seguimiento después de la llamada. Si es así, lo haremos. Nos seguiremos comunicando con usted para saber cómo está. Nos preocupamos por usted y queremos que sepa que no está solo.

Brindamos apoyo a adultos mayores de Oregón que se sienten solos y tienen problemas para relacionarse.

Ofrecemos lo siguiente:

- ✓ Una persona amigable con quien hablar cuando lo necesite
- ✓ Alguien que pueda escucharlo
- ✓ Apoyo emocional y comprensión
- ✓ Recursos y referencias
- ✓ Apoyo por duelo
- ✓ Asesoramiento y prevención de abusos en adultos mayores
- ✓ Intervención por suicidio



Si usted o un ser querido se siente solo o aislado, llámenos al:

(503) 200-1633 | 800-282-7035

Para obtener más información, visite: [facebook.com/SeniorLonelinessLine](https://www.facebook.com/SeniorLonelinessLine) | www.SeniorLonelinessLine.org