

Alerta amb la depressió entre les persones grans

- **La Fundació Agrupació i la Fundació Salut i Envel·liment de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) publiquen el llibre *Estat d'ànim i depressió en les persones grans*, on descriuen els diversos símptomes que poden alertar d'un possible estat depressiu en la gent gran.**
- **La presentació, que tindrà lloc aquest dilluns 21 de setembre a les 11.00h a la Sala La Cuina – Espai Francesca Bonnemaison, coincideix amb la celebració del Dia Mundial de l'Alzheimer.**

17 de setembre de 2015 -. L'insomni, els canvis d'humor sobtats, la pèrdua de pes i els pensaments constants d'incompetència i de culpabilitat són alguns dels símptomes típics de la depressió. Tot i que és cert que aquests es poden presentar a qualsevol edat, la vellesa és una de les etapes en que s'ha d'estar més alerta, ja que durant aquesta època es produeixen certes circumstàncies que poden acabar desencadenant en un estat depressiu.

Amb la finalitat d'informar i donar estratègies per poder conèixer i prevenir aquesta malaltia, la **Fundació Agrupació** i la **Fundació Salut i Envel·liment de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)** han publicat el llibre *Estat d'ànim i depressió en les persones grans*, que es presentarà el pròxim **dilluns 21 de setembre a les 11.00 h a la Sala La Cuina – Espai Francesca Bonnemaison** coincidint amb la celebració del Dia Mundial de l'Alzheimer.

"L'aparició de patologies cròniques, el fet de qüestionar-se decisions passades i la pèrdua d'éssers estimats són algunes de les situacions que poden afectar més les persones grans", explica Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació. "El problema ve quan no se saben gestionar correctament aquestes circumstàncies, perquè la solitud i l'angoixa que sovint se'n deriven poden acabar desembocant en una depressió", afegeix.

"Estat d'ànim i depressió en les persones grans" és el vuitè llibre de la col·lecció Envel·liment saludable. Prèviament es van publicar els títols "Informació i consells per a la prevenció de la dependència" (2008), "Informació i consells per promoure l'activitat física entre les persones grans" (2009), "Informació i consells per promoure l'alimentació saludable en les persones grans" (2010), "Relacions socials i envelliment saludable" (2011), "Informació i consells per promoure la salut cardiovascular" (2012), "Informació i consells per promoure la salut visual en la gent gran" (2013) i "Informació i consells per evitar caigudes en la gent gran" (2014).

Convocatòria de premsa: PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "ESTAT D'ÀNIM I DEPRESSIÓ EN LES PERSONES GRANS"

Dia i hora: dilluns 21 de setembre de 2015, 11.00 h

Lloc: Sala La Cuina – Espai Francesca Bonnemaison (C/ Sant Pere més Baix, 7, BARCELONA)

Per confirmar assistència de premsa i més informació: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

Sobre la Fundació Agrupació

La **Fundació Agrupació** va néixer l'any 1993 per tal de canalitzar l'acció social d'**Agrupació** i convertir en fets la seva sensibilitat i implicació amb els seus 300.000 socis assegurats i amb tota la societat, especialment amb la gent gran, infància i joventut i les persones discapacitades.

La prevenció és l'eix troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hàbits saludables per tal d'evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i buscar al màxim l'autonomia personal. D'aquesta manera, la Fundació treballa sobre l'alimentació, l'activitat física i mental o les relacions socials. A més, promou la formació a través de la realització de cursos i activitats formatives, a la vegada que dóna suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.