

Un 15% de las personas mayores padece algún tipo de trastorno mental

La ansiedad, la angustia y el estrés son las patologías más habituales en la tercera edad.

Barcelona, 23 de marzo de 2015-. Son muchos los factores físicos, psíquicos y sociales que determinan la salud mental de las personas. Cuando alguien se hace mayor, es frecuente que empiece a manifestar dificultades que afecten su capacidad para vivir de manera independiente, una circunstancia que puede poner en peligro su bienestar emocional. **Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un 15% de las personas mayores padece algún tipo de trastorno mental, siendo la ansiedad, la angustia y el estrés las patologías más habituales.**

¿Cuáles son las causas de estas afectaciones? ¿Cómo las podemos prevenir? ¿Cuidamos nuestra mente de la misma manera con la que lo hacemos con nuestro cuerpo? ¿Estamos gestionando correctamente nuestras emociones?

La **Fundació Agrupació** y la **Fundació Pere Tarrés** te invitan a la jornada *Cómo envejecer bien emocionalmente* el próximo **jueves 26 de marzo**, a las **9.00h horas**, en la **Casa del Mar de Barcelona** (c/ Albareda, 1). **Miquel Vilardell**, Responsable del Servicio de Medicina Interna del Hospital Vall d'Hebron, será el encargado de llevar a cabo la conferencia inaugural de la jornada, que también contará con la presencia de **Assumpció Roset**, Comisionada de Alcaldía de la Gente Mayor del Ayuntamiento de Barcelona; **Josep Lluís Vilaseca**, presidente de la Fundació Agrupació; y **Josep Oriol Pujol**, director general de la Fundació Pere Tarrés.

Durante el encuentro se celebrarán también dos mesas redondas, dirigidas a analizar los diferentes recursos existentes a la hora de enfrentarse al dolor y a reflexionar acerca de la gestión de las emociones y el abordaje de las patologías emocionales de la gente mayor.

Convocatoria de prensa: JORNADA "CÓMO ENVEJECER BIEN EMOCIONALMENTE"

Fecha: Jueves, 26 de marzo de 2015

Horario: De 9.00 a 14.00 horas

Lugar: Casa del Mar (C/ Albareda, 1) **BARCELONA**

Organiza: Fundació Agrupació y Fundació Pere Tarrés

Para confirmar asistencia de prensa y más información: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

Fundació Pere Tarrés, Isabel Vergara o Nati Pareja, 93 430 16 06
premsa@peretarres.org

La **Fundació Agrupació** nació en el año 1993 para canalizar la acción social de **Agrupació** y convertir en hechos la sensibilidad y la implicación con sus 340.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, la infancia y la juventud y las personas discapacitadas. La prevención es el eje troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hábitos saludables para evitar, retardar o paliar situaciones de dependencia física o psíquica y buscar al máximo la autonomía personal. De esta manera, la Fundació trabaja acerca de la alimentación, la actividad física y mental o las relaciones sociales. Además, promueve la formación a través de la realización de cursos y actividades formativas, a la vez que da apoyo a proyectos de investigación acerca de los colectivos con los que trabaja.

La **Fundació Pere Tarrés** es una entidad no lucrativa de acción social y educativa con la finalidad de promover la educación en el ocio de niños y jóvenes. Con el tiempo, su acción se ha ampliado a otros ámbitos de la acción social como la formación, la investigación y la gestión del Tercer Sector. La tarea social de la Fundació Pere Tarrés está avalada por 50 años de experiencia, por los más de 223.000 beneficiarios y beneficiarias que cada año participan en los diferentes proyectos y servicios y por la acreditación de la Fundación Lealtad, prestigiosa institución que cada año analiza la gestión y buenas prácticas de las ONG y ONL más importantes del Estado Español.