

La Fundació Agrupació alerta sobre la depresión en la tercera edad en Tarragona

El próximo martes 24 de noviembre, la psicóloga Amparo Menéndez ofrecerá en La Llar Centre de Tarragona una conferencia donde abordará los estados de ánimo más habituales entre las personas mayores, poniendo énfasis en el impacto de la depresión dentro de este colectivo

19 de noviembre de 2015 -. El insomnio, los cambios de humor repentinos, la pérdida de peso y los pensamientos constantes de incompetencia y de culpabilidad son algunos de los síntomas típicos de la depresión. Aunque es cierto que éstos pueden presentarse a cualquier edad, la vejez es una de las etapas en las que se debe estar más alerta, ya que es durante esta época cuando se producen ciertas circunstancias que pueden acabar desencadenando un estado depresivo.

Con la finalidad de informar de los diferentes estados de ánimo que afectan de manera más habitual a la gente mayor y **dar estrategias para conocer y prevenir la depresión** dentro de este sector de la sociedad, la **Fundació Agrupació** ofrecerá el próximo **martes 24 de noviembre a las 10.00h en La Llar Centre de Tarragona** la conferencia *Estados de ánimo y depresión*. La charla irá a cargo de la psicóloga **Amparo Menéndez**.

“La aparición de patologías crónicas, el hecho de cuestionarse decisiones pasadas y la pérdida de seres queridos son algunas de las situaciones que pueden afectar más a las personas mayores”, explica Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació. “El problema viene cuando no se saben gestionar correctamente estas circunstancias, porque la soledad y la angustia que suelen derivarse pueden acabar desembocando en una depresión”, añade.

Una vez finalizada la conferencia, la Fundació Agrupació entregará a los asistentes el libro “Estado de ánimo y depresión en las personas mayores”, una publicación que la entidad ha impulsado de manera conjunta con la Fundació Salut i Envel·liment de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) y que forma parte de la colección *Envejecimiento saludable*.

Convocatoria de prensa: CONFERENCIA “ESTADO DE ÁNIMO Y DEPRESIÓN”

Día y hora: **martes 24 de noviembre de 2015, 10.00 h**

Lugar: La Llar Centre (C/ Adrià, 4, **TARRAGONA**)

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

La **Fundació Agrupació** nació en 1993 para canalizar la acción social de Agrupació y convertir en hechos su sensibilidad e implicación con sus 300.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, infancia y 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 busca al máximo la autonomía personal. De esta forma, 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 apoya a proyectos de exploración y de investigación sobre los colectivos con los que trabaja.