

Fundació Agrupació celebra en Barcelona una jornada sobre el envejecimiento

30 marzo, 2015

[Sin comentarios](#)

El pasado 26 de marzo, Fundació Agrupació y Fundació Pere Tarrés celebraron en la Casa del Mar de Barcelona la jornada 'Cómo envejecer bien emocionalmente' a la que asistieron expertos en diferentes disciplinas con la finalidad de reflexionar acerca de los diversos factores que intervienen en el proceso de envejecimiento. Una de las principales conclusiones extraídas del encuentro es que el 15% de las personas mayores padecen algún trastorno mental, siendo la ansiedad, la angustia y el estrés las patologías más habituales. En este sentido, Miquel Vilardell, responsable del Servicio de Medicina Interna del Hospital Vall d'Hebron, advirtió de la que, en su opinión, es la gran contradicción actual: "Por un lado nos dicen que la esperanza de vida es de 87 años mientras que, por el otro, se está jubilando gente con 50. Estas personas aún tienen mucha vida por delante. Ante esto, saber gestionar y aceptar todos estos cambios se convierte en uno de los principales retos en estos momentos". Durante el encuentro se desarrollaron dos mesas redondas: 'Cómo afrontar los cambios vitales' y 'La gestión de las emociones y abordaje de las patologías emocionales de la gente mayor'.