

La Fundación Caja de Burgos organiza en la residencia de mayores Cordia un ciclo de encuentros con profesionales de la salud mental

La primera cita, protagonizada por la psicóloga Sara Terrazas y la geriatra Eva Pérez Camarero, lleva por título “La realidad del deterioro cognitivo” y se celebrará el martes 15 de octubre

Cordia, la Residencia de Personas Mayores de la Fundación Caja de Burgos, ha organizado dentro de su proyecto ‘Cordia en familia’ y en el marco de la Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030), un programa de encuentros con profesionales de la salud destinado a abordar las claves de las afecciones de salud mental en etapas posteriores de la vida y las que afectan a sus cuidadores. Se trata de un programa abierto al público en general y la entrada es libre hasta completar el aforo.

Estas actividades se integran a su vez en la iniciativa Salud Mental: hablemos claro y con conocimiento que la Fundación Caja de Burgos ha diseñado y que, bajo la dirección científica del psiquiatra Jesús de la Gándara, se celebra en la capital y la provincia durante los meses de octubre, noviembre y diciembre.

Sara Terrazas Arribas, psicóloga especialista en geriatría, y Eva Pérez Camarero, doctora especialista en geriatría, abordarán el martes 15 de octubre, a partir de las 19 horas, en la residencia el tema “La realidad del deterioro cognitivo”, un fenómeno que afecta a una parte significativa de la población, especialmente a medida que envejecemos, y que se refiere a una disminución en las capacidades cognitivas como la memoria, la atención, el lenguaje y la resolución de problemas. En este encuentro se explorarán las causas del deterioro cognitivo, sus síntomas y las estrategias de prevención más efectivas.

La segunda cita está programada para el martes 5 de noviembre, cuando Jesús J. de la Gándara Martín, psiquiatra, escritor y miembro del Colegio de Psiquiatras Eméritos de la Sociedad Española de Psiquiatría, hablará sobre “Salud, belleza y buen humor. El mejor método para envejecer dignamente”. De la Gándara se planteará una serie de preguntas: ¿Se puede mantener la serenidad mientras se

NOTA DE PRENSA

percibe cómo el inexorable avance de la edad te arrasa la piel, los músculos, los huesos, las arterias, la memoria?, ¿se puede llegar a vivir cien años o más sin caer en la depresión, la angustia, el insomnio, la amnesia, el malhumor o la intolerancia?

El martes 3 de diciembre cerrará el ciclo Belén Serrano Martín, psicóloga, terapeuta, mediadora y coach, que planteará el cuidado de los cuidadores, ese colectivo de personas que requiere del desarrollo de un sistema de aplicación generalizada que permita un aumento en las redes de apoyo tanto formales como informales para facilitar su trabajo en el día a día así como su motivación, interés y salud mental. Los familiares, los amigos y el entorno de la persona enferma tienen que hacer frente a una gran cantidad de decisiones, emociones y cambios en su forma habitual de vida. Cuidar no es una tarea fácil y, a veces, los familiares o personas encargados del cuidado pueden experimentar cansancio, estrés o agotamiento.

www.cajadeburgos.com

Fundación Caja de Burgos
COMUNICACIÓN CORPORATIVA
Plaza de la Libertad, s/n
(Casa del Cordón) - Planta 1ª
09004 - Burgos - España
Tel. 947 258 214
acarretero@cajadeburgos.com