

# ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y FRAGILIDAD

## 9:00 – 9:30 INAUGURACIÓN DE LA JORNADA

- Presentación de la jornada. Envejecimiento saludable y fragilidad. Paloma Casado Duráñez. Directora Gerente del HUS.

## MESA 1 MENOS PASTILLA Y MÁS ZAPATILLA

Moderadoras: Yolanda Parada de Freitas y Ángela de Tena Fontaneda. Servicio de Geriatria.

### 9.30H → NUTRICIÓN PARA PREVENIR Y TRATAR LA FRAGILIDAD.

*Cristina Cuerda Compes, jefa de Sección de Nutrición HUGM.*

### 9.45H → EJERCICIO FÍSICO Y PREVENCIÓN DE CAÍDAS.

*Álvaro Marcos Calvo. Fisioterapia.*

*Ana Isabel Álvarez de la Torre y María Candelas Merino. TCAE.*

### 10.15H → POLIFARMACIA Y SEGURIDAD.

*Irene Escribano Valenciano. Servicio de Farmacia.*

### 10.30H → MANTENIMIENTO DE LA AUTONOMÍA.

*Jaime Bernal Corral. Terapia Ocupacional.*

### 10.45H → TESTIMONIO EN PRIMERA PERSONA.

*Juan Ángel Capel Peña, 74 años.*

*Agustina Cabrera García, 75 años.*

### 11H → TURNO DE PREGUNTAS.

2809  
2023

## 11:15 – 11:45 PAUSA PARA EL CAFÉ

## MESA 2. ENVEJECIMIENTO SALUDABLE AL ALCANCE DE TODOS

Moderadoras: Miriam Ramos Cortes y María Redondo Martín. Servicio de Geriatria.

### 11.45H → ANCIANO FRÁGIL EN URGENCIAS.

*Teresa Mendoza Altuna y Miguel Ángel Moreno Fernández. FEA y enfermero de Urgencias.*

### 12H → ENVEJECIMIENTO SALUDABLE DESDE ATENCIÓN PRIMARIA.

*Miguel Ángel María Tablado. Médico de Atención Primaria.*

### 12.15H → ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN RESIDENCIAS.

*Blanca Delgado Grossmann. Médico de residencia.*

### 12.30H → ABORDAJE DE LA SOLEDAD NO DESEADA Y OPCIONES PARA MANTENERSE ACTIVO.

*Alicia Montesinos Santiago. Trabajo social.*

### 12.45H → TESTIMONIO EN PRIMERA PERSONA.

- *M<sup>a</sup> Mercedes Martínez Mejorada, 72 años.*

### 13H → TURNO DE PREGUNTAS.

## 13:15 CLAUSURA DE LA JORNADA

**Enlace inscripción:** <https://forms.gle/Vzp1AGsW2wDPsdASA>

**Fecha máxima de inscripción:** 25 de septiembre del 2023.