



# Ejercicio Físico para todas las personas



**Eka. 17 2019**

**Kod. J01-19**

**Mod.:**

Aurrez aurrekoa

**Edizioa**

2019

**Jarduera mota**

Jarduera irekia

**Data**

Eka. 17 2019

**Kokalekua**

Hondarribiko Itsas Etxea

**Hizkuntzak**

Gaztelera

**Antolakuntza Batzordea**

Fundación  
BBVA



## **Azalpena**

Zahartzea egungo gizarteak daukan erronkarik garrantzitsuenetarikoa da, eta haren inguruan hausnartzea da xedea. Jarduera honetan, erronka horri arrakastaz heltzean sor daitezkeen aukeretan jarriko dugu arreta. Horretarako, soziologia, teknologia eta osasuna bezalako alor ezberdinetan aritzen den profesional sorta bat izango dugu lankide.

## **Helburuak**

Bilakaera demografikoaren baitan, gizartearen, osasungintzaren, teknologiaren eta ekonomiaren alorrean sortzen diren aukeren inguruan hausnartzea.

Bilakaera demografikoaren baitan, profesional eta adituen artean iritziak elkartrukatzea eta datozen hamarkadetako ondorioak aztertzea.

Zahartze osasuntsua eta populazioaren bizi-kalitatearen hobekuntza sustatzen dituzten jarduerak bultzatzea. Esate baterako, jarduera fisikoa eta banakoen sozializazioa errazten duten ekintzak.

## **Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak**



# Programa

**2019-06-17**

18:30 - 19:10	“Presentación Proyecto ADINBERRI” <b>Raquel San Sebastián Beristain</b> Adinberri - Directora General / Fundación ADINBERRI
19:10 - 19:40	“El reto del ejercicio físico en el envejecimiento: Atención Primaria” <b>Itziar Vergara Mitxelorena</b> Osakidetza - Responsable Unidad de Investigación de APOSIS Gipuzkoa / OSI Donostialdea
19:40 - 20:10	“El reto del ejercicio físico en el envejecimiento: Atención Hospitalaria y Centros Geriátricos” <b>Ana Rodríguez Larrad</b> UPV/EHU - Profesora de Universidad / Departamento de Fisiología, Facultad de Medicina y Enfermería
20:10 - 20:30	Debate final

## Irakasleak



### **Raquel San Sebastián Beristain**

---

Rakel San Sebastian, es licenciada en Administración y Dirección de Empresa por la ESTE, Universidad de Deusto. Posee varios masters en Contabilidad y Finanzas, Liderazgo y Dirección de equipos y Gestión Comercial. Su trayectoria profesional se ha desarrollado dentro del GRUPO GUREAK como responsable Adjunta a Gerencia GUREAK MARKETING; Responsable de Administración, Directora Residencia de Mayores GERONTOLÓGICO DE RENTERIA S.L. y Directora Comercial GUREAK ZERBITZUAK. Dirección de Proyectos y Relación Institucional. Posee gran experiencia en proyectos de innovación como y actualmente ocupa el cargo de Directora General de la FUNDACIÓN ADINBERRI FUNDAZIOA (Estrategia de Envejecimiento Saludable para el territorio de Guipúzcoa promovida por Diputación Foral de Gipuzkoa).



### **Ana Rodríguez Larrad**

---

Dra. Ana Rodríguez Larrad . Ha desarrollado actividad clínica y asistencial durante más de 15 años y posee una dilatada experiencia en la valoración y tratamiento de personas con patologías neurológicas y músculoesqueléticas. Desde 2018, es Profesora Agregada de Fisioterapia en la UPV/EHU. En el ámbito de la investigación, pertenece al grupo de investigación AgeingOn, participando en diversos proyectos cuyo fin es realizar intervenciones para mejorar la calidad de vida de colectivos vulnerables (personas mayores frágiles, pacientes de esclerosis múltiples, cuidadoras/es de mayores dependientes...), siendo investigadora principal en tres de ellos. Actualmente, es la responsable de un proyecto dirigido a evaluar la efectividad de una intervención con un exoesqueleto portátil para la rehabilitación de la marcha en pacientes con esclerosis múltiple. También participa en un estudio sobre el desarrollo de exoesqueletos para la prevención de dolencias musculoesqueléticas en entornos laborales



### **Itziar Vergara Mitxelorena**

Osakidetza

---

Médico de familia, Máster en Salud Pública por la Universidad de California, Berkeley y Doctora en

Medicina por la Universidad del País Vasco. Desde 2011, es la responsable de la Unidad de Investigación Atención Primaria y OSIs de Gipuzkoa. Es miembro de la Red Española de Investigación en Servicios y Cronicidad REDISSEC, coordinadora del grupo de investigación en Atención Primaria del instituto Biodonostia en el que lidera la línea de investigación en fragilidad de la Estrategia de investigación en envejecimiento. Es investigadora principal de diversos proyectos de ámbito autonómico, estatal e internacional así como autora de diversos artículos relacionados con la promoción del envejecimiento saludable y el abordaje de la fragilidad en atención primaria.

# Matrikula prezioak

ERRESERBA

2019-06-17 ARTE

GONBIDAPENA

0 EUR

# **Kokalekua**

## **Hondarribiko Itsas Etxea**

Matxin Arzu Kalea, 1, 20280 Hondarribia

Gipuzkoa