



NIC BEHATOKIA

Hileroko buletina

ADINEKO AKTIBOAK - Herritartasun

Aktiboa, Osasuna eta Ongizatea

2025ko otsaila

Boletín mensual

MAYORES ACTIVOS - Ciudadanía Activa,

Salud y Bienestar

Febrero 2025



'Puntu bero' bat aurkitu dute garunean, zahartzea bizkortu eta nahasmendu neurodegeneratiboak eragin ditzakeena

Allen Institutuko ikertzaileek (AEB) 1,2 milioi garun-zelula aztertzen dituzte sagu gazteetan eta zahartze azkarreko saguetan, zahartzeari lotutako 2.449 genetan aldaketa espezifikoak identifikatuz. Funtzio neuronal gutxiago eta erantzun immune gehiago ikusten dira, batez ere hipotalamoko hirugarren bentrikuluko zeluletan, garunaren zahartzearen zentro giltzarria izan daitekeena. Aurkikuntza horiek zahartzearen inpaktu funtzionala eta

Descubren un 'punto caliente' en el cerebro que acelera el envejecimiento y podría causar trastornos neurodegenerativos

Personal investigador del Instituto Allen (EE.UU.) analizan 1,2 millones de células cerebrales en ratones jóvenes y de envejecimiento acelerado, identificando cambios específicos en 2.449 genes asociados al envejecimiento. Se observan menos funciones neuronales y más respuesta inmune, especialmente en células del tercer ventrículo del hipotálamo, un posible centro clave del envejecimiento cerebral. Estos hallazgos

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)[Irakurri + \(Nature\)](#)

con enfermedades.

[Irakurri + \(Infosalus\)](#)[Leer + \(Nature\)](#)[Leer + \(Infosalus\)](#)

Intimitate ikusezina: HelpAge International Españak adinekoen pribatutasunerako eskubideari buruzko txosten bat aurkeztu du

HelpAge International Españak txosten bat aurkeztu zuen adinkeriak adinekoen oinarritzko eskubideak nola urratzen dituen aztertzeko, hala nola pribatutasuna, ohorea eta datuen babesa. Egoitzetako, familia-ingurune eta teknologietako arazoak nabarmentzen dira, sexualitatea zahartzaroan ere jorratuz. Dokumentuak eskubide horiek bermatzeko eta egiturazko adinkeriari aurre egiteko neurriak proposatzen ditu, segmentu horren duintasuna eta gizarteratzea nabarmenduz.

[Irakurri + \(Helpage\)](#)[Irakurri + \(Helpage\)](#)

La intimidad invisible: HelpAge International España presenta un informe sobre el derecho a la privacidad de las personas mayores

HelpAge International España presentó un informe que analiza cómo el edadismo vulnera derechos fundamentales de las personas mayores, como la privacidad, el honor y la protección de datos. Destaca problemas en residencias, entornos familiares y tecnologías, abordando también la sexualidad en la vejez. El documento propone medidas para garantizar estos derechos y combatir el edadismo estructural, enfatizando la dignidad y la inclusión de este segmento en la sociedad.

[Leer + \(Helpage\)](#)[Leer + \(Helpage\)](#)

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)

Kaltebera sentitzen diren kontsumitzaileak %6 igo dira 2024an, batez ere inflazioagatik

2024an, estatu espainiarreko kontsumitzaileen %39 kaltebera sentitzen da elikaduran inflazioaren ondorioz. 51 eta 65 urte bitarteko pertsonak elikagai freskoak lehenesten dituzte, baina arrazoi ekonomikoengatik gehiago erabiltzen dituzte izoztuak. Jasangarritasunari eta nutrizioari buruzko kezka areagotu egin dira, baina oraindik ere alergenoei, iraungitze-datei eta produktu ekologikoei buruzko desinformazioa dago. Hala ere, ohitura osasungarriak mantendu nahi dituzte, hala nola, ura eta mota askotako elikagaiak kontsumitzen.

[Irakurri + \(Eldiario.es\)](#)[Irakurri + \(Mesaparticipación\)](#)

Las personas consumidoras que se sienten vulnerables aumentan un 6 % en 2024, sobre todo por la inflación

En 2024, el 39 % de las personas consumidoras en el estado español se siente vulnerable en la alimentación debido a la inflación. Las personas de 51 a >65 años priorizan alimentos frescos, pero recurren más a congelados por motivos económicos. Aumentan las preocupaciones sobre sostenibilidad y nutrición, aunque persiste desinformación sobre alérgenos, fechas de caducidad y productos ecológicos. A pesar de ello, buscan mantener hábitos saludables como consumir agua y alimentos variados.

[Leer + \(Eldiario.es\)](#)[Leer + \(Mesaparticipación\)](#)

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)

CEOMArean XII. Biltzarrean izena emateko epea ireki da, talentu seniorraren aldeko apustua eginez

CEOMAk (Adinekoen Erakundeen Espainiako Konfederazioa) XII. Biltzar Nazionala egingo du apirilaren 24an eta 25ean Vigo, "25 urte senior talentuaren alde" lelopean. Hainbat adituk zilarrezko ekonomia eta zahartze aktiboa bezalako gaiak eztabaidatuko dituzte. Espainiako Estatuan, biztanleen %20k 65 urte baino gehiago ditu, eta bizi-itxaropenak gora egiten jarraitzen du. Biltzarrean 'Adinekoak Akzioan 2025' saria emango da, eta adinekoen bizi-kalitatea hobetzeko neurriak bultzatu nahi dira.

[Irakurri + \(CEOMA\)](#)

Abiertas las inscripciones para el XII Congreso de CEOMA, que apostará por el talento sénior

CEOMA (Confederación Española de Organizaciones de Mayores) celebrará su XII Congreso Nacional el 24 y 25 de abril en Vigo, con el lema "25 años apostando por el talento sénior". Personas expertas debatirán temas como la economía plateada y el envejecimiento activo. En el estado español, un 20% de la población tiene más de 65 años y su esperanza de vida sigue creciendo. El congreso incluye la entrega del Premio 'Mayores en Acción 2025' y busca impulsar medidas para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

[Leer + \(CEOMA\)](#)

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)

Elche eta Torreviejako Ospitale Orokorreko Osasun Saileko langileek adinekoen nahi ez den bakardadeari buruzko ikerketa baten arduradunak dira

Elche eta Torreviejako profesionalek gidatutako "La soledad que duele" azterlanak ikertu zuen nola eragiten duen adinekoen bakardadeak osasun-zerbitzuen gehiegizko erabilerari. Komunitate-aktiboen mapa bat sortu zen, saludmaps.com webgunean eskuragarri dagoena, haien ongizatea hobetzeko. Fisabio Fundazioak finantzatuta, bakardadeari tokiko baliabideen eta parte-hartze komunitarioaren bidez heltzearen garrantzia nabarmentzen du.

[Irakurri + \(Fisabio\)](#)[Irakurri + \(Saludmaps\)](#)

Personal del departamento de salud del Hospital General de Elche y Torrevieja lideran un estudio sobre soledad no deseada en mayores

El estudio "La soledad que duele", liderado por personas profesionales de Elche y Torrevieja, analizó cómo la soledad en personas mayores afecta al uso excesivo de servicios sanitarios. Se creó un mapa de activos comunitarios, disponible en saludmaps.com, para mejorar su bienestar. Financiado por la Fundación Fisabio, destaca la importancia de abordar la soledad mediante recursos locales y participación comunitaria.

[Leer + \(Fisabio\)](#)[Leer + \(Saludmaps\)](#)

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)

Zahartzaroari buruzko aurreiritziak eta estereotipoak apurtzen dituen proiektu artistikoa

"Mi delito es... mi mejor cualidad" izeneko proiektu artistikoa da. Erretratu eta testigantzen bidez, artea erabiltzen du adinkeria zalantzan jartzeko eta belaunaldien pertzepzioaren aldaketa sustatzeko. Polizia-fitxen bidez, adinkeriari eta zahartzaroari buruzko aurreiritziak apurtzeko.

[Irakurri + \(EFE\)](#)

El proyecto artístico que rompe prejuicios y estereotipos sobre la vejez

Es el proyecto artístico "Mi delito es... mi mejor cualidad" que, a través de retratos y testimoniales, utiliza el arte para cuestionar el edadismo y fomentar un cambio de percepción generacional. A través de fichas policiales para romper prejuicios sobre el edadismo y la vejez.

[Leer + \(EFE\)](#)

Harpidetza ezeztatu/Cancelar suscripción
Harpidetza berriztatu/Actualizar suscripción