



NIC BEHATOKIA

Hileroko buletina

ARRETA SOZIOSANITARIOA - Herritartasun

Aktiboa, Osasuna eta Ongizatea

Urtarrila 2025

Boletín mensual

ASISTENCIA SOCIO SANITARIA - Ciudadanía

Activa, Salud y Bienestar

Enero 2025



"Global Health 2035", 70 urte bete aurretik gertatutako heriotzak murrizteko ibilbide-orria

The Lancet-en "Global Health 2035: A World Converging within a Generation" txostenak, Duke-ko Unibertsitateko Osasun Globaleko Inpaktu Politikoko Zentroak (CPIGH) eginak, 2050 baino lehen heriotza goiztiarra izateko probabilitatea erdira murrizteko 'ibilbide-orria' ezarri du. Gaixotasun kronikoak prebenitzeko eta zahartze aktiboa sustatzeko osasunean egiten den inbertsioa nabarmentzen du, eta adinekoak funtsezko onuradun eta garapen sozial eta ekonomikoaren funtsezko eragile bihurtzen ditu.

"Global Health 2035", la hoja de ruta para disminuir las muertes ocurridas antes de los 70 años

El informe de The Lancet, "Global Health 2035: A World Converging within a Generation", elaborado por el Centro de Impacto Político en Salud Global (CPIGH) de la Universidad de Duke, establece una 'hoja de ruta' para reducir a la mitad la probabilidad de muerte prematura antes de 2050. Destaca la inversión en salud para prevenir enfermedades crónicas y fomentar el envejecimiento activo, posicionando a las personas mayores como beneficiarias clave y actores fundamentales en el desarrollo social y económico.



Osasunaren egoera Europan: etorkizun iraunkorrerako erronkak eta irtenbideak

"Osasunaren Panorama: Europa 2024" txostenak Europako osasun-sistemak COVID-19aren pandemiaren ondoren nola egiten duten aurrera aztertzen du, digitalizazioa, klima-aldaketa eta biztanleriaren zahartzea bezalako erronkei aurre eginez. Osasun-langileen eskasia eta bizitza-luzera osasungarria sustatzea ardatz hartuta, herritarren eskaera gero eta handiagoei aurre egiteko, osasun-arreta jasangarria eta egokitu bermatzeko premiazko ekintzen beharra nabarmentzen du dokumentuak.

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

Panorama de la salud en Europa: desafíos y soluciones para un futuro sostenible

El informe "Panorama de la Salud: Europa 2024" analiza cómo los sistemas sanitarios europeos avanzan en su recuperación tras la pandemia de COVID-19, enfrentando desafíos como la digitalización, el cambio climático y el envejecimiento poblacional. Con un enfoque en la escasez de personal sanitario y la promoción de la longevidad saludable, el documento destaca la necesidad de acciones urgentes para garantizar una atención sanitaria sostenible y adaptada a las crecientes demandas de la población.

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

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

Zaintza eta generoa: erantzunkidetasun handiagorantz

Pilares Fundazioaren "Etxean Zaindu: Erantzunkidetasuna eta Bizi Kalitatea" ikerketak bakarrik bizi diren adineko pertsonen kopurua (%33) handitu egin dela ohartarazten du eta etxean autonomia sustatzeko zaintza eredu dibertsifikatu baten beharra azpimarratzen du. Gizonen (% 35) eta ondorengoen (% 13,4) inplikazioak zainketetan gora egin duen arren, bakardade-arriskua eta adinekoen bizi-kalitatean eragin negatiboak nabarmentzen dira.

[Irakurri + \(Senior 50\)](#)
[Irakurri + \(Fundación Pilares\)](#)

Cuidado y género: hacia una mayor corresponsabilidad

El estudio de la Fundación Pilares, "Cuidar en Casa: Corresponsabilidad y Calidad de Vida", alerta sobre el aumento de personas mayores que viven solas (33 %) y la necesidad de un modelo de cuidados diversificado que fomente la autonomía en casa. Aunque crece la implicación de hombres (35 %) y descendencia (13,4 %) en los cuidados, se subraya el riesgo de soledad y los impactos negativos en la calidad de vida de las personas mayores.

[Leer + \(Senior 50\)](#)
[Leer + \(Fundación Pilares\)](#)


70 urtetik gorako 10 emakumetik 4k ezgaitasunen bat dute

Espainiako Estatuan ezgaitasuna duten milioi bat pertsona baino gehiago bakarrik bizi dira, eta %73 emakumeak dira. Ezgaitasuna handitu egiten da adinean aurrera egin ahala,

4 de cada 10 mujeres mayores de 70 años tienen algún tipo de discapacidad

Más de un millón de personas con discapacidad en el estado español viven solas y el 73 % son mujeres. La

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)[RSS](#)*jasotzen ditu, batez ere senideengandik.*

empleo. La mitad recibe cuidados, mayormente de familiares.

[Irakurri + \(Funcas\)](#)[Leer + \(Funcas\)](#)

Plan pertsonalizatuek demenzia prebenitu dezakete pertsona bakoitzaren arrisku-faktore espezifikoak heldzean

Oriol Grau-Riveraren arabera, dieta, ariketa eta estimulazio kognitiboa konbinatzen dituzten plan pertsonalizatuak eta multimodalak funtsezkoak dira demenzia prebenitzeko. Estatu espainiarrean, Lehen Mailako Arretaren eta espezialisten arteko lankidetzak handiagoa behar du estrategia eraginkorrak garatzeko, domeinu anitzeko esku-hartzeak nabarmenduz etorkizun oparo baterako. Grau-Riverak webinarrean azpimarratu zuenez, hainbat arrisku-faktore aldi berean jorratzen dituzten interbentzio multidominioek arrakasta-aukera handiagoak dituzte arrisku handia duten edo kexa subjektiboak dituzten pertsonen demenzia prebenitzeko.

[Irakurri + \(Webinar Youtube\)](#)

Planes personalizados pueden prevenir la demencia al abordar factores de riesgo específicos de cada persona

Planes personalizados y multimodales que combinen dieta, ejercicio y estimulación cognitiva son clave para prevenir la demencia, según Oriol Grau-Rivera. En el estado español, se requiere más colaboración entre Atención Primaria y especialistas para desarrollar estrategias eficaces, destacando las intervenciones multidominio como las más prometedoras. Durante el webinar Grau-Rivera subrayó que las intervenciones multidominio, que abordan simultáneamente múltiples factores de riesgo, tienen mayores probabilidades de éxito en prevenir la demencia en personas con alto riesgo o con quejas subjetivas.

[Leer + \(Webinar Youtube\)](#)

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

Likasle talde batek zahartze aktiboa sustatzen du Bilbon

Bilboko Harrobia fisioterapia zentroko ikasleak IMQ Igurco Bilbozar eguneko zentroarekin elkarlanean ari dira zahartze aktiboa sustatzeko belaunaldien arteko proiektu batean. Adineko pertsonak ebaluatu eta elkarriketatu ondoren, egokitzapen fisikoko azterketetan oinarritutako ariketa pertsonalizatuak diseinatzeko dituzte. Ekimena 2023ko hitzarmen baten emaitza da, adinekoen gaitasun funtzionala hobetzen du, eta ikasleei esperientzia praktikoa baliotsua eskaintzen die ariketak bizi-kalitatean duen eraginari buruz.

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

Un grupo de estudiantes fomentan el envejecimiento activo en Bilbao

Las personas alumnas del Centro Harrobia en Bilbao de fisioterapia, colaboran con el centro de día IMQ Igurco Bilbozar en un proyecto intergeneracional para promover el envejecimiento activo. Tras evaluar y entrevistar a las personas mayores, diseñan ejercicios personalizados basados en sus estudios de Acondicionamiento Físico. La iniciativa, fruto de un convenio de 2023, mejora la capacidad funcional de las personas mayores y ofrece al alumnado una valiosa experiencia práctica sobre el impacto del ejercicio en la calidad de vida.

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

Harpidetza ezeztatu/Cancelar suscripción
Harpidetza berriztatu/Actualizar suscripción