

JOHNSON & JOHNSON ESTRENA UNA NUEVA ENTREGA DE ESCUELA DE CUIDADOS SOBRE LOS CUIDADOS EMOCIONALES PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

- El programa de Acción Social de Johnson & Johnson en España, Cuidopía, lanza 'Reactivarse', una nueva unidad de su videoserie educativa en la que se abordan los cuidados emocionales que favorecen un envejecimiento activo y saludable llegados a una etapa avanzada de la vida.
- Los contenidos incluyen la participación de personas expertas del Servicio de Rehabilitación del Hospital Quirónsalud Sur de Alcorcón, del Centro Internacional sobre el Envejecimiento (CENIE) y del reconocido periodista y aventurero Sebastián Álvaro.



Con motivo del Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo, que se celebra el 29 de octubre, y del Día de las Personas Cuidadoras, que se conmemora el 5 de noviembre, Cuidopía, el programa de Acción Social de Johnson & Johnson en España, estrena 'Reactivarse', una nueva unidad de la serie audiovisual 'Escuela de Cuidados' que ofrece las claves de un cuidado emocional que asegure un envejecimiento activo y saludable.

Los capítulos recrean situaciones cotidianas y habituales que algunas personas experimentan llegadas a una edad avanzada: un cambio de rutina, la necesidad de establecer nuevos hábitos de cuidado físico y emocional y la creación o el fortalecimiento de relaciones sociales donde compartir actividades, nuevos intereses y conocimientos.

La unidad se compone de tres capítulos en los que Juan José Rabanal y Eva Peñafiel, doctores en Psicopedagogía por la Universidad de Alcalá (Madrid) y profesores titulares del Centro Universitario Cardenal Cisneros, comparten consejos y herramientas de educación emocional dirigidas a las personas cuidadoras que acompañan a quien alcanza esta etapa vital.

Además, esta unidad cuenta con la participación de Elia Gómez Castro, colaboradora del Centro Internacional sobre el Envejecimiento (CENIE); el doctor Fernando Serrano Pérez, jefe del Servicio de Rehabilitación del Hospital Quirónsalud Sur de Alcorcón y director de la Escuela de Ejercicio Físico y Salud Santa Gema-Sage; y Sebastián Álvaro, periodista y aventurero.

En el primer capítulo, 'El día de la marmota', se muestra cómo acompañar el sentimiento de desmotivación, tristeza y desubicación que algunas personas pueden experimentar tras la jubilación. El segundo capítulo, 'En movimiento', ofrece algunas pistas sobre cómo incentivar una rutina de actividad física en personas de edad avanzada evitando el sedentarismo y sus consecuencias negativas en la salud física y emocional. El tercer capítulo, 'Compartir es vivir', se centra en la importancia de incentivar la participación social y la adquisición de nuevos conocimientos en esta etapa de la vida como parte de la práctica de un estilo de vida activo.

Con este lanzamiento arranca la Semana Cuidopía en Johnson & Johnson, unos días en los que la compañía pone el foco en los cuidados y en las personas que cuidan. "Cuidar a quien cuida es también una forma de cuidar la salud de toda la sociedad. Con Cuidopía queremos poner en valor la labor de las personas cuidadoras, profesionales y familiares, y acompañarlas con herramientas que les ayuden en su día a día. Con 'Reactivarse' damos un paso más para que envejecer sea también una etapa de bienestar emocional, de relaciones y de nuevos proyectos", afirma David Beas, director de Government Affairs & Market Access de Johnson & Johnson en España.

Dentro de la Semana Cuidopía destaca además una acción de sensibilización en redes sociales bajo el título 'Cuidamos a quienes cuidan', que protagonizan alumnas y alumnos del programa de Becas Cuidopía. Gracias al apoyo de Johnson & Johnson, más de 350 personas en situación de vulnerabilidad han sido becadas y se han convertido en profesionales de los cuidados obteniendo un Certificado de Profesionalidad en Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes. Asimismo, durante la iniciativa se hará un reconocimiento especial a todas las personas que cuidan a través de una felicitación ilustrada por la autora Agustina Guerrero.