

Històries de vida | Salut Tortosa

A la recerca de la longevitat amb qualitat de vida

L'Hospital Santa Creu de Jesús celebra el Dia Internacional de la Gent Gran reivindicant un envelliment actiu i saludable, on les activitats físiques i socials prenen el protagonisme

“La gent gran s’activa” ha sigut el lema de la jornada festiva i esportiva que s’ha fet este dimarts passat, 1 d’octubre, a l’Hospital Santa Creu de Jesús, en el marc del Dia Internacional de la Gent Gran. Desenes de residents de la Llar Santa Creu, però també familiars i ciutadania, han participat de les activitats que ha organitzat l’hospital.

La jornada s’ha vertebrat en tres tallers dinàmics sobre psicomotricitat, força, i exercici físic i terapèutic. Les activitats han sigut dirigides pels professionals del centre, amb la col·laboració de l’alumnat de l’Es-



La gent gran ha participat activament en les activitats físiques.



Els participants de la jornada han rebut un diploma acreditatiu.

Canvi de mirada

“La longevitat és un concepte que indica esperança de vida i és millor que envellir, massa associat a dependència”

cola Universitària de la Salut i l’Esport (EUSES). Un esmorzar saludable, preparat per la Unitat de Restauració de l’Hospital Santa Creu, ha completat la jornada.

D’ENVELLIMENT A LONGEVITAT

El director assistencial de l’hospital, Francesc Riba, ha llegit un ma-

nifest on ha posat en relleu el canvi de paradigma que s’està produint al voltant de la gent gran i de l’envelliment. **“De fet, nosaltres apostem per anar substituint este concepte, el d’envellir, més associat a processos de dependència, pel de longevitat, que implica una esperança de vida cada vegada més gran”**. Riba, que és també vicepresident de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia, explica que el repte és fer que esta major esperança de vida vaja en paral·lel a una major qualitat de vida. **“Ens cal una nova mirada sobre la gent gran i deixar enrere alguns estigmes com l’edatisme o, pitjor encara, l’autoedatisme, que és quan un mateix assumix que ja no pot**

Oberts a la gent

“L’hospital ha d’estar obert a la societat perquè conega com ajudem la gent gran a gaudir d’una vellesa saludable”

fer determinades coses només perquè ha arribat a certa edat”.

Catalunya és una de les societats més longeves del món, amb una esperança de vida mitjana de 83 anys. Les persones de més de 65 anys representen un 19 % de la població, una xifra que arribarà al 30 % l’any 2050.

Treball integral

“Si volem una longevitat saludable, cal exercitar les capacitats cognitives, físiques i socials alhora”

HOSPITAL OBERT A LA SOCIETAT

La directora gerent de l’Hospital Santa Creu, Matilde Villarroya, ha afirmat que l’acte del Dia Internacional de la Gent Gran **“és una oportunitat per a obrir el centre a la ciutadania perquè tothom pugui conèixer què fem i de quina manera contribuïm a fer que la**

gent gran pugui gaudir d’una vellesa saludable”. Villarroya ha afegit que l’hospital vol tindre les portes obertes a la societat i que aposta per fer noves activitats participatives.

En el marc de la jornada lúdica i esportiva, diverses professionals de l’Hospital Santa Creu han aprofitat per a insistir en la necessitat de treballar el físic i la ment per a contribuir a esta longevitat saludable. La fisioterapeuta, Yolanda Vergés, ha destacat el treball de força també en les persones amb mobilitat reduïda. L’educadora social, Maria Harris, ha posat de relleu la necessitat d’un treball integral de les capacitats cognitives, físiques i socials.



Anna Altadill, ‘In Memoriam’

El personal de l’Hospital Santa Creu de Jesús, així com els usuaris, especialment els de la Llar Santa Creu, estan de dol per la mort d’Anna Altadill, qui va ser la primera treballadora social del centre i va posar les bases de la faena que avui se fa a l’hospital i a la llar.

En actes com el celebrat esta setmana del Dia Internacional de la Gent Gran, l’Anna hauria estat al capdavant, contagiando a companys i companyes, i a la gent gran del centre, el seu entusiasme i passió

pel que feia. L’hospital ha volgut retre homenatge a l’Anna Altadill i a la seua família fent un minut de silenci abans de començar l’acte.

L’Anna va ser promotora del voluntariat actiu i peça clau per a establir vincles entre els usuaris, famílies i ciutadania. El seu temple, perseverança i capacitat resolutiva van convertir-la en una professional respectada i estimada. La seua calidesa humana i professionalitat dixeran una empremta inesborrable a l’Hospital Santa Creu.

Un espai patrocinat per:

