

Seis de cada diez mayores de 65 años asegura que el sexo no desaparece con la edad

La sexualidad en los mayores y el futuro de las pensiones, ejes temáticos de algunas de las 450 activitats gratuïtes de FiraGran 2018

El Saló de las Personas Mayores de Cataluña abre las puertas del 23 al 26 de mayo a Barcelona

Barcelona, 10 de mayo de 2018.- El 65,9% de personas mayores asegura que el sexo no desaparece con la edad y una de cada tres personas mayores de 65 años de edad ha practicado sexo en el último mes, según cifras facilitadas por la Asociación SIENA que trabaja para el envejecimiento activo, coincidiendo con la celebración de FiraGran 2018, el Saló de las Personas Mayores de Cataluña, que se inicia el próximo 23 de mayo en las Drassanes de Barcelona.

Contrariamente a lo que muchos pueden pensar la sexualidad en la vejez no deja de existir. Así lo aseguran el 65,9% de las personas mayores, mientras un 26,7% cree que es algo que con la edad se acaba abandonando. En el caso de los hombres, la frecuencia es más elevada: uno de cada dos hombres han tenido sexo en el último mes, mientras que las mujeres es sólo una de cada cuatro.

Practicar sexo conlleva ciertos beneficios como la reducción del dolor, la disminución de la presión y las posibilidades de tener un ataque al corazón, así como el refuerzo del sistema inmunitario y la reducción de la incontinencia y del insomnio. Aparte del impacto psicológico que tiene, reduce el estrés, aumenta la autoestima y mejora la relación de la pareja-, los expertos también apuntan que ayuda a aumentar las capacidades cognitivas de las personas mayores, especialmente aquellas capacidades vinculadas con la memoria.

Talleres sobre sexualidad, redes sociales y para promover la salud

El sexo y la afectividad en la tercera edad será precisamente uno de los ejes temáticos de la 20ª edición de FiraGran, que del 23 al 26 de mayo tendrá lugar en las Reales Atarazanas de Barcelona. En el marco de este salón, el **miércoles 23 de mayo** por la tarde se celebrará en la Casa del Mar una jornada dirigida para profesionales en la que se abordará esta cuestión, que aún sigue siendo un tabú social.

La jornada está organizada por la Fundación FiraGran, el Departamento de Salud de la Generalidad de Cataluña, el Ayuntamiento de Barcelona y la Diputación de Barcelona, con el patrocinio de Grupo Mémora.

Promover hábitos de vida saludables entre las personas mayores es uno de los objetivos de FiraGran, que pretende sensibilizar a sus visitantes también sobre la

importancia de seguir activos más allá de los 65 años de edad. Es por este motivo que del 23 al 26 de mayo, en el marco del salón se organizarán más de 450 actividades gratuitas, como talleres de sexualidad, gimnasia, uso de las redes sociales, manualidades, y conferencias para promover el envejecimiento activo.

Una de las actividades centrales, promovida por el Departamento de Salud y patrocinada por el Grupo Mémora, será la caminata que tendrá lugar el **viernes 25 de mayo** y que recorrerá el Port Vell de Barcelona, donde se hará una clase multitudinaria de Taichi y txi- uno. El año pasado, esta actividad reunió a más de 600 inscritos mayores de 60 años.

Debate sobre el futuro de las pensiones

El futuro de las pensiones en los ancianos será uno de los otros temas que se tratarán en el marco de FiraGran con la celebración de un debate, el **sábado 26 de mayo** por la mañana con la participación de la diputada socialista del Pacto de Toledo, Mercè Perea, el secretario general de Trabajo, Asuntos Sociales y Familias de la Generalitat de Cataluña, Josep Ginesta, y la catedrática de la UB Mercedes Ayuso. En el debate también participarán entidades de personas mayores.

Con FiraGran, las Drassanes de Barcelona se convierten en un punto de encuentro para la gente mayor que lleva una vida activa y también en un escaparate para las entidades, empresas e instituciones que durante el año ofrecen actividades y servicios para este colectivo. Este año se prevé que visiten la feria unas 35.000 personas.

La feria de las personas activas y participativas

Los visitantes podrán participar en las más de 450 actividades gratuitas que se ofrecen, entre las que destacan, además de la caminata, una gran baile de sardanas de grupos veteranos y el festival de corales, que reunirá 30 formaciones de toda Cataluña. Como novedad, a FiraGran se celebrarán también actividades intergeneracionales, para promover las relaciones de personas de diversas edades. El **sábado 26 de mayo** por la mañana se celebrará un Baile zumba family, dirigido a toda la familia, talleres de manualidades para todas las edades y una gran fiesta de clausura con actuaciones y merienda para pequeños y grandes.

FiraGran es también una oportunidad para que las personas mayores puedan conocer los programas, servicios, soluciones tecnológicas y productos que ofrecen más de 80 empresas, entidades, organizaciones e instituciones para mejorar su calidad de vida.

FiraGran 2018, 20 edición del Saló de las Personas Mayores de Cataluña

Del 23 al 26 de mayo de 2018 - Horario: de 10h a 20h

Entrada y actividades gratuitas

Drassanes Reials de Barcelona - Sala Marquès de Comillas

Para más información, entrevistas y declaraciones:

Departamento de prensa de FiraGran 2018

Gemma Bruna 627 51 35 79 · premsa@firagran.com · www.firagran.com