

# Innovación en envejecimiento *saludable*

*Actualización en intervenciones  
terapéuticas basadas en la evidencia*



17 de Octubre 2025



10:00 h - 14:00 h



Universidad Pública  
de Navarra (UPNA)

Organizan:

**upna**

Universidad Pública de Navarra  
Nafarroako Unibertsitate Publikoa

**i**upna  
**I-COMUNITAS**  
Institute for Advanced  
Social Research

**SOLERA**  
FUNDACION

Colaboran

**AEEAS**

ASOCIACIÓN  
ESPAÑOLA DE  
ENSEÑAMIENTO  
ACTIVO DEL  
SAÚDE



**SOCIEDAD NAVARRA  
de Geriatría y Gerontología**  
NAVARROAR GERTATIA  
ETA GERONTOLÓGIA ELAKARTEA



**neurama**  
revista electrónica de  
psicogerontología



• **Ubicación: Sala Nicolás García de los Salmones. Edificio Los Olivos. (UPNA)**

### **10:00 – 10:15 | Bienvenida (15 min) Presentación Institucional de la Jornada**

- **Inés Francés**, Directora gerente de la Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas.
- **Sagrario Anaut**, Profesora Titular de la Universidad Pública de Navarra (UPNA).

### **10:15 – 11:35 | Ponencias (80 min)**

- El futuro de la prevención y el envejecimiento saludable: innovación y desafíos **Ángel Moreno (Psicólogo, Presidente de la AEEAS)**.
- La importancia del ejercicio físico y el desarrollo de la fuerza en la salud y bienestar de las personas mayores **Ana Beatriz Bays (UPNA)**.

*Ambas ponencias incluirán un espacio conjunto para preguntas y reflexión final (10-15 min).*

### **11:35 – 12:00 | Pausa café (25 min)**

### **12:00 – 13:30 | Talleres prácticos (2 x 45 min)**

- **Taller 1:** Tecnología y personalización en ejercicio físico.  
Dinamizan: **Beatriz Apesteguía, Xabier Serrano**.
- **Taller 2:** Transformando el entrenamiento cognitivo.  
Dinamizan: **Carlota Arrondo e Irene Garde**.

*Se prioriza el carácter práctico, dinámico y participativo en ambos talleres.*

### **13:30 – 14:00 | Reflexiones de la jornada y cierre (30 min)**

Moderación: **Nuria Carcavilla** (UPNA)

- Puesta en común de aprendizajes.
- Preguntas de los talleres.
- Respuestas de ponentes y dinamizadores.
- Conclusiones finales y despedida.

