

EN HOY HABLAMOS DE

Respirar bien para vivir mejor

- **La importancia de la calidad del aire para la salud en el día a día**
- **Las personas mayores tienen mayor riesgo de desarrollar la neumonía y la gripe**
- **La estación otoñal es el momento perfecto para vacunarse de la gripe y cualquier momento del año para la del neumococo**

(Madrid, 26 de septiembre de 2012).- La Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) a través de la Comunidad Social POST55 www.post55.es ha impartido una videoconferencia "Respirar bien para vivir mejor" de la mano del **Dr. José Luis Viejo Bañuelos, Neumólogo y Jefe del Servicio de Neumología Hospital Universitario de Burgos.**

El Dr. Viejo ha explicado que el aire es un elemento esencial para la vida y para la salud y como afecta la contaminación en nuestra vida cotidiana. Ha resaltado las diferentes alteraciones respiratorias que podemos experimentar como la gripe, neumonías, infecciones causadas por el tabaquismo, etc., y la importancia de la prevención y vacunación en este tipo de infecciones.

El Dr. Viejo ha señalado que las personas mayores de 60 años tienen más riesgo de padecer neumonía y gripe, ya que a medida que pasan los años, el sistema inmunitario tiene menos capacidad para combatir este tipo de infecciones pudiendo causar incluso la muerte. Así pues, tanto para personas de más de 60 años como aquellas que padezcan enfermedades cardiovasculares, pulmonares o que vivan en instituciones cerradas, la vacunación frente a la neumonía es una medida de prevención clave.

Igualmente ha recomendando que "hay que vacunarse ahora de la gripe, la vacuna es el mecanismo de defensa contra este tipo de infección", "Se puede aprovechar la época de vacunación de la gripe para aplicar también la del neumococo aunque ésta puede ponerse en cualquier época del año",

“La alta frecuencia, mortalidad y resistencia antibiótica obliga a utilizar la vacuna antineumocócica”.

Ver videoconferencia:

http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=1I03u4ZeHBw

Acercar las nuevas tecnologías

Esta iniciativa, que parte de **la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA)**, trata de acercar así las nuevas tecnologías a las Personas Mayores y de ofrecer un espacio de comunicación donde puedan interactuar entre ellos, con información y actividades más personalizadas, cercanas y adaptadas a los nuevos hábitos de los Mayores del siglo XXI.

CEOMA

La **Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA)** es una organización sin ánimo de lucro creada para la defensa de los derechos de las personas mayores. Representa a más de un millón de Socios de Base y casi 1.500 Asociaciones y abarca a 38 organizaciones de mayores de las distintas Comunidades Autónomas. Más información: www.ceoma.org

Tema: Respirar bien para vivir mejor

Contactos:

Celia Moreno: 91 573 49 98 celiamoreno@ceoma.org