Congreso

VIVIR EN SOCIEDAD: HISTORIA, BIENESTAR, SALUD Y APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA

Programa interuniversitario
Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales
División de Envejecimiento Activo y Prevención de la Dependencia

Universidad de Mayores
Universidad Rey Juan Carlos
23 y 24 de noviembre de 2026

Campus Alcorcón
Sala de Juntas del Edificio de Gestión

Entrada libre hasta completar aforo

Directores
José Manuel Azcona Pastor
Margarita Cigarán Méndez

Secretario
Miguel Madueño Álvarez

23 de noviembre

9.30- 10.00 Conferencia inaugural
El envejecimiento en perspectiva histórica y social
José Manuel Azcona Pastor

10.20- 10.40 **Emociones, relaciones sociales y salud psicológica**
Asier Moro Elexpuru

10.40- 11.00 **Capacidad, oportunidad y motivación: cómo lograr y mantener la adherencia a la actividad física tras la rehabilitación**
Francisco de Asís Fernández Martínez

11.00- 11.20 **Acompañar, cuidar y crecer: lecciones de las familias ante la discapacidad y los desafíos de la vida**
Ana San Martín Gómez

Debate

12.00- 12-20 **Masticar para vivir mejor**
Alba París Alemany

12.20- 12.40 **Moverse para vivir mejor. Consejos para combatir el sedentarismo**
Juan José Mijarra Murillo

Debate

13.00-14.00 **Mesa redonda**
Delegados y representantes de la UM

Universidad Rey Juan Carlos
25 Aniversario Universidad de Mayores
Comunidad de Madrid
TPOI Tiempo Presente y Orden Internacional. Grupo de Investigación de Alto Rendimiento. Vicerrectorado de Investigación, Doctorado y Biblioteca. Universidad Rey Juan Carlos
Pain-Relief

16.00- 16.20 **Efectos del ejercicio en la peri y posmenopausia**
Nuria Romero Parra
16.20- 16.40 **Psicología y bienestar emocional a lo largo de la vida**
Ana Jerusalén Bedon Aliaga
16.40- 17.00 **Memoria, atención y envejecimiento cognitivo saludable**
Jimena Alonso Ramos
17.00-17.20 **El arte de añadir años a la vida.**
Jesús San Román
Debate

24 de noviembre
10.30- 13.30 **Taller intergeneracional: Hablando claro entre generaciones: percepciones, experiencias y aprendizajes**
Eva María Mora Valentín y Patricia Moro González
Conferencia de clausura
13.30- 14.00 **Psicología y aprendizaje a lo largo de la vida: nuevos retos para una sociedad intergeneracional**
Margarita Cigarán Méndez

Universidad Rey Juan Carlos
25 Aniversario Universidad de Mayores
Comunidad de Madrid
TPOI Tiempo Presente y Orden Internacional
Grupo de Investigación de Alto Rendimiento
Vicerrectorado de Investigación, Doctorado y Biblioteca Universidad Rey Juan Carlos
Pain-Relief