

El Bienestar Emocional y la Vulnerabilidad centran las #ConversacionesHumanitarias generadoras de Talento 2025 de Fundación Cruz Roja Española

- *Un espacio de diálogo abierto para impulsar en la sociedad pensamiento humanitario que contribuya a cambiar mentalidades y realizar transformaciones siempre en beneficio de las personas*
- *La primera conversación, que tendrá lugar el 28 de abril de 16:00 a 17:00, estará centrada en la temática: “Impacto de la salud física y cognitiva en el bienestar emocional: un enfoque comunitario”.*

Madrid, 15 de abril de 2025– La Fundación Cruz Roja Española pone en marcha una nueva edición de sus ya consolidadas **#ConversacionesHumanitarias generadoras de Talento**, que en 2025 centrarán su mirada en una temática cada vez más urgente: **el Bienestar Emocional y la Vulnerabilidad**.

A lo largo del año se celebrarán 8 encuentros en un formato de conversación abierta con personas expertas y de referencia en distintos ámbitos del conocimiento, experiencia y responsabilidad, que contribuyen al propósito de la Fundación: impulsar en la sociedad pensamiento crítico y humanitario que contribuya a cambiar mentalidades y realizar transformaciones siempre en beneficio de las personas.

La primera conversación tendrá lugar el próximo lunes 28 de abril, de 16:00 a 17:00 horas, y estará centrada en la temática: [“Impacto de la salud física y cognitiva en el bienestar emocional: un enfoque comunitario”.](#)

Para esta primera sesión contaremos entre otros con **Molo Cebrián**, licenciado en Comunicación Audiovisual y estudiante de Psicología. Su pasión siempre ha sido comunicar mediante el audio como facilitador. Y con participantes como **Carlos Spuch**; neurocientífico y experto en enfermedades neurodegenerativas, vinculado al Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur (IIS Galicia Sur), y con **Nuria Mendoza**, decana de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Francisco de Vitoria, comprometida con la transformación educativa y comunitaria.

A partir de ese momento, se irá lanzando una conversación mensual durante todo el año, abordando distintas dimensiones del bienestar emocional y la salud desde una mirada integral y comunitaria.

Estas conversaciones abordarán el impacto del entorno social, la resiliencia colectiva y las redes de apoyo como factores protectores de la salud. También se explorará el papel fundamental que desempeñan el trabajo, la tecnología, la naturaleza y la cultura en la construcción de sociedades más saludables, inclusivas y sostenibles.

Los datos avalan la necesidad de este enfoque. Según un estudio llevado a cabo por la Fundación Cruz Roja Española destaca que:

- **Un 15% de la población suspende en salud física y un 13% en salud mental.**
- **La ansiedad y el estrés** son las mayores problemáticas declaradas en cuanto a salud mental, mientras que **los problemas de columna y la hipertensión** lideran los desórdenes físicos.
- En lo que respecta a hábitos poco saludables, **el 48,5% de la población reconoce un uso excesivo de pantallas**, seguido por la falta de ejercicio (47%), el sueño insuficiente (42,7%) y una alimentación inadecuada (40,9%).
- La **vulnerabilidad relacionada con la salud** es el factor con **mayor incidencia entre todos los analizados**, con un impacto **transversal a todos los estratos poblacionales**.
- Los problemas de salud mental tienen **mayor impacto entre los menores de 50 años**, especialmente en forma de ansiedad, TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad), trastornos de la alimentación y estrés.

Con esta iniciativa, la Fundación Cruz Roja Española reafirma su compromiso con la generación de conocimiento útil y con el impulso de propuestas innovadoras que contribuyan a una sociedad más equitativa y emocionalmente saludable.

#ConversacionesHumanitarias generadoras de Talento es más que una cita con el diálogo, la vocación de estos encuentros es contribuir a una sociedad que desarrolle el pensamiento crítico y esté mejor informada, consciente y comprometida en la resolución de problemas sociales.

Para más información www.fundacioncruzroja.es

Sobre Fundación Cruz Roja Española

La Fundación Cruz Roja Española se constituyó en 1993 con el fin de ayudar a Cruz Roja Española a realizar su misión. En 2023 ha comenzado una nueva etapa con el propósito de impulsar en la sociedad Pensamiento Humanitario que contribuya a cambiar mentalidades. A través de su ciclo "Conversaciones Humanitarias" crea espacios de conocimiento y profundización sobre las distintas tendencias centrandolo la reflexión y el análisis en cómo afectan a las personas y a las comunidades, especialmente a aquellas que están en situación de vulnerabilidad o en riesgo de caer en ella.

La Presidencia de Honor de la Fundación la ostentan SS.MM los Reyes de España. Y actualmente, el patronato lo conforman la presidenta de Cruz Roja, María del Mar Págea como presidenta de la Fundación; Therese Jamaa como vicepresidenta de la Fundación; el Banco de España; la Organización Nacional de Ciegos Españoles; el Banco Santander; la Fundación Iberdrola España; el BBVA; la Fundación Vodafone España y Emilio Butragueño.

Sobre Cruz Roja Española

Cruz Roja Española pertenece al mayor movimiento humanitario del mundo. Colabora con entidades públicas y privadas para que la ayuda llegue a todas las personas que lo necesitan, en cualquier lugar y en el momento oportuno. Su misión es prevenir y aliviar el sufrimiento humano, proteger la vida y la salud y hacer respetar a las personas.

Sus más de 248.000 personas voluntarias dan respuesta en 1.263 municipios, lo que permite atender anualmente a más de 11,9 millones de personas en los ámbitos nacional e internacional. Todo ello con el apoyo de 1,3 millones de personas socias, empresas y alianzas en todos los sectores de la sociedad.

Cruz Roja Española ha puesto en marcha un Plan de Respuesta para hacer frente a los efectos de la DANA, con una ejecución continuada en los próximos tres años que tiene como objetivo principal contribuir a la recuperación, la construcción de resiliencia y el bienestar físico, emocional y social de las personas y comunidades afectadas. El plan, con el que se pretende llegar a unas 100.000 personas, se está ejecutando en tres fases: la primera, ya realizada, de respuesta inmediata; una segunda vinculada a la recuperación para la vuelta a la normalidad, y una tercera de fortalecimiento y resiliencia para asegurar que las comunidades y las personas sean más fuertes y estén preparadas ante posibles eventos futuros de emergencias o catástrofes.

Cruz Roja Española continúa su trabajo contra todas las formas de vulnerabilidad, adaptándose y anticipándose a los escenarios de futuro, abierta a la población general, incidiendo en la contribución firme y consistente a los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030.

Cruz Roja Española pertenece al Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, presente en 191 países. Actúa siempre bajo sus siete Principios Fundamentales: Humanidad, Imparcialidad, Neutralidad, Independencia, Carácter Voluntario, Unidad y Universalidad.