Diario de Mallorca
7 / 2 / 2026



# Tradición y convivencia: Ca'n Granada celebra Sant Antoni y Sant Sebastià con música y sabor

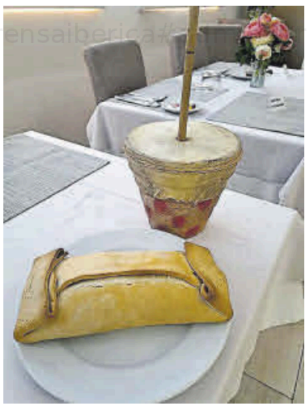
## Los residentes pudieron participar de costumbres arraigadas ● La tuna actuó poniendo ritmo a la fiesta

Las tradiciones populares también se viven con intensidad en Ca'n Granada, donde los residentes han celebrado Sant Antoni y Sant Sebastià a través de dos jornadas marcadas por la música, el encuentro y los sabores de siempre. Ca'n Granada ha organizado actividades especiales que han convertido estos días en una experiencia compartida llena de recuerdos y alegría.

El viernes 16, Ca'n Granada ofreció un aperitivo especial con *ximbombada*, una cita que reunió a los residentes en torno a la música tradicional y al ambiente festivo previo a la comida. La espinagada, protagonista del aperitivo, evocó costumbres arraigadas y despertó conversaciones y anécdotas entre quienes la han vivido durante generaciones.

La celebración continuó el martes 20 con la visita de la tuna, que puso ritmo y emoción a la jornada. Sus canciones llenaron los espacios comunes y animaron a los residentes a acompañar con palmas y sonrisas un repertorio que conecta directamente con la memoria colectiva. En esta ocasión el aperitivo consistió en ensaimada de tallades, un dulce típico de estas fechas que completó la experiencia sensorial.

Más allá de la música y la gastronomía, ambas actividades reforzaron el sentimiento de comunidad y convivencia que define el día a día en Ca'n Granada. Compartir tradiciones, celebrar juntos y mantener vivas las fiestas populares forma parte del bienestar emocional que el centro promueve entre sus residentes, demostrando que la cultura y la ilusión no entienden de edades.



Los residentes degustaron las típicas espinagadas y disfrutaron de la actuación de la tuna.

SERVICIOS Y ACTIVIDADES:

### Estancias permanentes

El complejo Ca'n Granada está compuesto por 51 apartamentos independientes, en los que cada vecino tiene a su disposición un amplio conjunto de servicios, espacios y actividades a la carta (servicio de control médico y enfermería, comedor y room-service, actividades dirigidas -canto, baile, pilates, yoga, entrenamiento de memoria...-), para que pueda escoger aquel estilo de vida que encaje a la perfección con sus inquietudes y necesidades.

### Estancias de recuperación

Ca'n Granada es el primer centro privado especializado en alojamiento con servicios sanitarios, destinados a la recuperación en periodos de convalecencia. Dispone de programas especiales y a medida para que, mientras se disfruta de un alojamiento con todos los servicios, sean realizados aquellos cuidados y los oportunos tratamientos sanitarios para una mejor y más confortable recuperación.

CA'N GRANADA
Camí dels Reis, 308 / +34 971 902 202
www.cangranada.com /
info@cangranada.com

# Relacionan la menopausia con síntomas similares al Alzheimer

## Explicaría por qué las mujeres son más propensas a sufrir demencia, según un estudio británico ● La pérdida de materia gris afecta a la memoria, las emociones y el movimiento

EFE
Londres

La menopausia está relacionada con la pérdida de materia gris y unos cambios en el cerebro que son similares a los observados en el Alzheimer, según sugiere este martes una investigación de la Universidad de Cambridge.

Esto podría explicar por qué las mujeres son más propensas a sufrir demencia que los hombres, de acuerdo con el estudio, publicado en la revista Psychological Medicine de esa universidad.

Los expertos realizaron el estudio entre 124.780 mujeres para examinar los efectos de la menopausia en el cerebro y si la terapia de reemplazo hormonal (TRH) contribuye a la prevención del deterioro cognitivo.

Así, observaron que la menopausia está relacionada con la pérdida de materia gris, vital para las funciones mentales, la memoria, las emociones y el movimiento, y que también puede provocar ansiedad, depresión y problemas de sueño.

Para este estudio, los expertos analizaron a mujeres pre-menopáusicas, pos-menopáusicas que nunca habían usado TRH y pos-menopáusicas que sí recurrieron a esa terapia.

Se recomienda ejercicio físio, no fumar y reducir el consumo de alcohol. | Ingimage

El estudio reveló que las mujeres pos-menopáusicas que no recibían TRH tenían tiempos de reacción más lentos que las que aún no habían llegado a la menopausia o que sí la recibían.

Sin embargo, no se observaron diferencias significativas entre estos tres grupos en cuanto al rendimiento en tareas de memoria.

Las mujeres respondieron preguntas sobre temas como el sueño y si sufrían de depresión y ansiedad, mientras que algunas participaron en pruebas cognitivas. Alrededor de 11.000 mujeres también se sometieron a resonancias magnéticas (RM) para que los investigadores pudieran observar la estructura del cerebro.

La edad promedio de inicio de la menopausia entre las mujeres fue de 49 años, y las que recibían TRH también tenían alrededor de esa edad cuando comenzaron el tratamiento.

### Terapia hormonal sustitutiva

«A medida que envejecemos, nuestros tiempos de reacción tienden a ser más lentos; es parte del proceso natural de envejecimiento y les sucede tanto a mujeres como a hombres», señaló Katharina Zuhlsdorff, del Departamento de Psicología de la Universidad de Cambridge.

«Imagínense que se hace una pregunta en un cuestionario: aunque todos podrían llegar a la respuesta correcta, sin duda las personas más jóvenes la encontrarían mucho más rápido. La menopausia parece acelerar este proceso, pero la terapia hormonal sustitutiva parece frenarlo, ralentizándolo ligeramente», agregó.

Según los expertos, para hacer frente a estos problemas, las mujeres pueden reducir el riesgo de desarrollar demencia haciendo ejercicio físico de manera regular, no fumando y reduciendo el consumo de alcohol.