

0.0

Comentarios (0)

FERNANDO ROCA CORREA

Bogotá, Colombia
Conferencista | Capacitador | Coach | Panelista

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Cuidado de personas mayores, Autocuidado a cualquier edad, Nueva Longevidad, Prevención en salud.

Descripción del perfil

Cuidador | Estratega Digital | Conferencista | Mentor | Autor de ¡Ahora soy papá de mis papás! Soy optimista inconforme. Creativo y emprendedor permanente. Mi profesión y ADN: publicista y marketinero. De Bogotá, Colombia, soy un baby boomer con mentalidad adaptativa. Graduado de la Universidad Central y con estudios en E- Business del TEC de Monterrey, he sido docente universitario director de agencias de publicidad y digitales en Colombia y el exterior. Soy miembro de la junta directiva de la Fundación del Quemado – Piel para Renacer. Con más de 35 años de experiencia he creado cientos de estrategias de publicidad y marketing digital tanto para agencias multinacionales y locales para marcas como Nestlé, Planeta, Intel, Kia, Samsung, Toshiba, Acer, Epson, USAID, Bayer, Cerveza Presidente, Claro RD y Carulla entre otras. Ganador de premios en el Círculo de Creativos de Colombia, Dial de Oro y Nestlé Best Practices Worldwide fui uno de los pioneros en la introducción de Internet a Colombia en la década de los 90. TODO GIRÓ 180 GRADOS Desde hace diez, pero especialmente desde de dos años para acá mi vida ha dado un giro de 180°. Tengo otro proyecto de vida que es educar sobre el cuidado exitoso de la vejez de nuestros padres y de nosotros mismos con el autocuidado. Todo se basa en mi libro ¡Ahora soy papá de mis papás! mi testimonio basado en mi experiencia personal de más de diez años con dos mamás con Alzheimer al ver que su generación, y las próximas, no están preparadas para encargarse con éxito de los padres en su vejez. Un tema que es transversal a toda la humanidad. El cuidado tiene diferentes facetas que abordo en mis conferencias, talleres y diferentes programas que desarrollamos para empresas y personas. Mi principal propósito es motivar un cambio cultural que permita, desde las actuales hasta las nuevas generaciones, prepararse desde la prevención y el autoconocimiento para tener un envejecimiento responsable, digno, positivo y trascendente. Soy abanderado de La Nueva Longevidad como una cultura para construir nuestro mejor futuro. Y en lo más personal soy felizmente casado con Gabriela, sin hijos; amante de la lectura, el cine, la fotografía, el jazz, el pop, los perros y la Fórmula 1. De pensamiento medioambiental creo firmemente en la lealtad, el perdón, la perseverancia y la amistad de los amigos.

Conferencias, Cursos o Talleres

¡Ahora soy papá de mis papás!

De 1 Hora a 2 Horas

Ser padres de nuestros padres es algo para lo que no estamos preparados. Entender que no estamos solos, que no somos los únicos cuidadores. Que aunque es una labor muy demandante y en ocasiones frustrante también nos permite entender que cuidar nos mejora a nosotros mismos. Esta conferencia le entregará una nueva visión de está sorpresiva responsabilidad y le da nuevas herramientas prácticas para cuidar con éxito de la vejez de los padres y de usted mismo.

Cuando soy el viuda(o) de mi mamá o mi papá

De 1 Hora a 2 Horas

Cuando cuidamos a un familiar por muchos años, sea un hijo, la pareja o lo más usual, nuestros padres ya mayores y ellos parten de este plano terrenal, quedamos con un gran vacío. Un gran duelo. En sicología lo llaman el síndrome del “nido vacío” es decir: una sensación general de soledad que los padres u otros tutores pueden sentir cuando uno o más de sus hijos abandonan el hogar. En este caso no son los hijos sino los padres los que “abandonan” el hogar en que los cuidábamos y entonces nos volvemos unos “viudos” de ellos. Como cuidadores o cuidadoras nos quedamos sin a quien cuidar. Y está bien que sintamos dolor, pero hay que superarlo, verlo como una etapa de la vida que hay que cerrar y superar y como otra nueva que llega y que tenemos que afrontar con todo el positivismo y preparación para que se una oportunidad para retomar y reorientar nuestro propio destino y tener un nuevo proyecto de vida. En esta conferencia recibirá consejos prácticos desde la vivencia para cerrar y abrir bien éstas etapas.

El Trabajador-Cuidador y sus competencias mágicas

De 1 Hora a 2 Horas

En esta conferencia orientada a colaboradores de la organización que posiblemente vayan a cuidar o ya cuiden parcial o totalmente de seres queridos como hijos, pareja o padres, redescubriremos juntos las capacidades, a veces inadvertidas, que les ha permitido cumplir con su valiosa labor “casi que como un acto mágico” por lo demandante que es. Veremos que hay detrás de esa “magia” de ser cuidador familiar y reforzaremos los valores personales, entregando además unas sencillas guías prácticas (documento PDF) para que las refuercen en casa luego de la conferencia.

Experiencias

Escritor y conferencista

Ahora soy papá de mis papás

2021 - Actual

Consultor Marketing offline-online

El Coaching Digital

2013 - 2020

Director Negocios Interactivos

Touch Points - República Dominicana

2011 - 2012

Director servicios estratégicos en Internet

Datactiva

1996 - 2010

Director de Cuentas

Wunderman

1995 - 1996

Estudios

Diplomado en Nueva Longevidad

CMUCH Centro Mexicano Universitario de Ciencia y Humanidades

2023

Libros

¡Ahora soy papá de mis papás!

Guía práctica para el cuidado exitoso de la vejez de nuestros padres.

Artículos

Entrevista de Jorge Ramos de Univisión a Fernando Roca

Jorge Ramos premio Emmy al mejor periodista en español. En una conversación cálida, muy humana y de alta sensibilidad habla con Fernando Roca sobre cómo comenzó este proceso de cuidar a nuestros padres.

https://youtu.be/cUYoAXlBMWU

Entrevista de Blu Radio a Fernando Roca

María Clara Gracia, directora de En Bu Jean de de Blu Radio y su equipo entrevistan a Fernando Roca.

https://www.bluradio.com/sociedad/vejez-de-los-padres-un-tema-que-se-debe-anticipar-para-evitar-inconvenientes%09

Entrevista en W Radio a Fernando Roca

Yamid Palacio y el equipo de la Hora del Regreso de W Radio hablan sobre las herramientas para prepararse de forma asertiva a todo lo referente a la salud, las finanzas, la seguridad, los temas legales y el cuidado de sus padres en la vejez, con un énfasis en pacientes con Alzheimer.

https://www.wradio.com.co/noticias/actualidad/el-libro-que-plantea-lo-que-significa-asumir-con-exito-la-vejez-de-sus-padres/20211102/nota/4175456.aspx

Hablemos de Alzheimer

El 21 de septiembre se conmemora el Día Mundial del Alzheimer, la causa más común de demencia en personas mayores, en este episodio especial del podcast de Planeta de Libros hablamos con Fernando Roca autor del libro Ahora soy papá de mis papás acerca de una enfermedad que inicia lentamente, afecta zonas del cerebro que controlan el pensamiento, la memoria y el lenguaje.

https://open.spotify.com/episode/2GMMlZcYBhUc2NI3LTNOqC?si=34c093f1bcb34c6b&nd=1

La salud mental de los cuidadores de adultos mayores, un tema del que no se habla

El Empleo, el portal laboral especializado entrevista a Fernando Roca para conocer el estado de la salud mental de los cuidadores.

https://www.elempleo.com/co/noticias/noticias-laborales/la-salud-mental-de-los-cuidadores-de-adultos-mayores-un-tema-del-que-no-se-habla-7045

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/fernando-roca-650851