

Deporte: salud y energía para adulto mayor

Categoría: Pinar del Río

Publicado: Jueves, 17 Octubre 2019 21:50

Escrito por Madelyn Rivera Romero

Visto: 6907



Ejercicios físicos diferenciados que contribuyen a elevar la calidad de vida de los adultos mayores

El saludo, compartir un buen café o la anécdota del día anterior, caracterizan el inicio de cada encuentro de los profesores de los combinados deportivos y los adultos de la tercera edad en el municipio de Pinar del Río.

Lo distante de la geografía no es un obstáculo, lo importante es el ejercicio físico como componente indispensable para la edad y se aplica tanto en los círculos, casas de abuelos y en hogares de ancianos.

Según Maite Melgarejo Azcuy, metodóloga de la dirección de deportes en el territorio, son ejercicios físicos diferenciados que realizan de conjunto con los especialistas de Salud y Deporte, los que contribuyen a elevar la calidad de vida de los adultos mayores.

“Es una labor hermosa, llegamos a cada rincón dialogamos con los abuelos quienes manifiestan sentirse mejor anímica y físicamente a partir de la realización de deportes”, explicó.

Deporte: salud y energía para adulto mayor

Categoría: Pinar del Río

Publicado: Jueves, 17 Octubre 2019 21:50

Escrito por Madelyn Rivera Romero

Visto: 6907



Estudios corroboran que más de dos millones de personas en Cuba tienen 60 años y más, lo cual representa un 20,1 por ciento de la población y confirma el acelerado proceso de envejecimiento demográfico que vive el país.

Por ello, en el municipio de Pinar del Río, la Dirección de Deportes junto a otros organismos realiza estrategias para mejorar las condiciones y calidad de vida del adulto, así como para la atención sistemática y diferenciada, de este grupo poblacional frágil y vulnerable.

Deporte: salud y energía para adulto mayor

Categoría: Pinar del Río

Publicado: Jueves, 17 Octubre 2019 21:50

Escrito por Madelyn Rivera Romero

Visto: 6907

