



## Un millar de mayores se beneficiaron de los programas municipales de fisioterapia

L.G. | SALAMANCA

El Ayuntamiento y la Escuela de Enfermería de la Universidad han hecho balance de los participantes durante 2017 en los diferentes programas sobre envejecimiento activo y mejora de vida de las personas mayores.

Cerca de mil personas se beneficiaron de alguna de las propuestas, como el programa de “Revitalización Geriátrica” que se desarrolló en dieciocho grupos, en trece centros cívicos y de mayores.

En 2017 se desarrollaron veinte sesiones dentro de los programas de terapia ocupacional y de prevención de caídas. En ellos se han propuesto ejercicios para hacer frente a la artritis, ejercitar la memoria y la atención o

controlar las posturas.

Del programa de “reeducación muscular”, en el que los fisioterapeutas trabajaron técnicas para mejorar la capacidad respiratoria o para reforzar el suelo pélvico evitando problemas como la pérdida de orina, se realizaron 43 sesiones de tres cuartos de hora cada una.

Además, como novedad, en 2017 se llevaron a cabo 140 sesiones del “Programa Equilibrio”. En él, un total de 400 personas, participaron en las 140 sesiones impartidas en los centros municipales Juan de la Fuente y Tierra Charra. En ellas se evaluó la capacidad física y la independencia de los mayores para realizar determinadas actividades de ejercicio físico.