

PAISE RECOLETA CONTINÚA CON LAS SESIONES EDUCATIVAS PARA LOS ADULTOS MAYORES



Caja Nacional de Salud
REGIONAL COCHABAMBA



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE
SALUD Y DEPORTES

Con el objetivo de promover hábitos de vida saludable y dando continuidad a las reuniones mensuales del Grupo de Autoayuda del Adulto Mayor, el servicio de Medicina Física y Rehabilitación del PAISE Recoleta organizó una charla educativa sobre nutrición, micronutrientes y ejercicios físicos en el adulto mayor.

La exposición estuvo a cargo de profesionales en nutrición y fisioterapia y fue moderada por la dra. Gabriela García, fisiatra del PAISE. Durante la charla, la nutricionista enfatizó la importancia de una alimentación equilibrada y cómo tomar decisiones alimenticias más saludables.



Caja Nacional de Salud
REGIONAL COCHABAMBA



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE
SALUD Y DEPORTES

Por su parte, las expertas en fisioterapia presentaron una serie de ejercicios de bajo impacto y fácil realización, diseñados específicamente para los adultos mayores. Estos ejercicios ayudan a mejorar la digestión, contribuyendo a una vida activa y saludable.

Los participantes expresaron su agradecimiento por la información detallada proporcionada por los facilitadores y la oportunidad de aprender estrategias prácticas para mantenerse en forma y prevenir la obesidad en la tercera edad. Además, destacaron la importancia de estas sesiones educativas para promover la calidad de vida de los adultos mayores en la comunidad.



Caja Nacional de Salud
REGIONAL COCHABAMBA



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE
SALUD Y DEPORTES



Caja Nacional de Salud
REGIONAL COCHABAMBA



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE
SALUD Y DEPORTES