

TALLER “ADULTO MAYOR FRÁGIL, ¿CUÁNDO DEBEMOS EMPEZAR A PREPARARNOS?”

Dra. Ma. de la Cruz Ruiz Jaramillo¹

¹Pediatra Hospital General León, Capítulo León

Presidente del Colegio de Pediatras del Estado de Guanajuato

Bol Cient Cult Col Ped Gto 2023;1(4):79

El 27 de octubre de 2023 se llevó a cabo el taller “Adulto mayor frágil, ¿cuándo debemos empezar a prepararnos?” organizado en colaboración con la Asociación Aureo. El profesor de educación física Mateo Rozze de nacionalidad argentina nos dio varias herramientas prácticas para evaluar la fragilidad física. Esas pruebas fueron diseñadas para adultos mayores y los pediatras identificamos su aplicabilidad en niños y adolescentes con capacidad física

disminuida debido al sedentarismo y a las secuelas de sobrepeso y obesidad.

Nos mostró también la importancia de incluir la música como estrategia para para lograr el desarrollo integral de la capacidad física tanto en niños como en adultos.

Concluimos que la edad pediátrica es el momento adecuado para prepararnos y evitar llegar a ser un adulto frágil.

