

Actividad física recomendada para personas mayores dependientes MODERADOS SIN deterioro cognitivo (I.Barthel: 40 - 55) CON enfermedades agudas



RESISTENCIA



FUERZA



FLEXIBILIDAD



EQUILIBRIO

EJERCICIOS

Mantener la actividad adaptada a su diagnóstico y situación clínica según el criterio del personal médico.

