

# Actividad física recomendada para personas mayores dependientes **GRAVES SIN** deterioro cognitivo (I.Barthel <40) **CON** enfermedades agudas



RESISTENCIA



FUERZA



FLEXIBILIDAD



EQUILIBRIO

## EJERCICIOS

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

