

Actividad física recomendada para personas mayores dependientes LEVES CON deterioro cognitivo (I.Barthel: 60- 85) CON enfermedades agudas



RESISTENCIA



FUERZA



FLEXIBILIDAD



EQUILIBRIO

EJERCICIOS

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

