



FUERON 60 ADULTOS MAYORES PARTE DEL PROYECTO.

Proyecto fortaleció a adultos mayores

Talleres de estimulación cognitiva dirigidos a personas mayores fueron parte de las actividades que realizó el proyecto Vivir más, vivir mejor del Departamento de Ciencias Médicas de la Facultad de Medicina y Odontología de la Universidad de Antofagasta.

La iniciativa contó con la participación de 60 adultos mayores, quienes aprovecharon esta oportunidad para ejercitar su mente y mejorar su calidad de vida.

Los talleres, realizados en el Hotel Terrado, abordaron temas clave como la memoria, el lenguaje, el cálculo, el razonamiento y las habilidades sociales. A través de dinámicas grupales, juegos, ejercicios prácticos y hasta sesiones de baile, los parti-

cipantes lograron estimular sus capacidades cognitivas y fortalecer sus conexiones neuronales.

“Estas actividades, no solo buscan prevenir el deterioro cognitivo asociado al envejecimiento, sino también fomentar la creación de redes sociales y el intercambio de experiencias entre los asistentes”, dijo la académica del Departamento de Ciencias Médicas de la Facultad de Medicina y Odontología de la UA y directora del proyecto, doctora Margarita Fuentes.

Cabe señalar que el proyecto continuará realizando iniciativas que promuevan el envejecimiento activo y saludable de las personas mayores de la comuna de Antofagasta. 🌟