



APOYO A PERSONAS MAYORES.

## Programa del Hospital San José fomenta vida sana y previene patologías

● Todas las semanas, Felipe Soto, terapeuta ocupacional, y Javier Inzunza, kinesiólogo, se reúnen en alguna localidad de la comuna para impartir sus talleres del programa “Más Adultos Mayores Autovalentes”, del Hospital San José de Casablanca. El objetivo de estas actividades es promover y prevenir la salud a personas de sesenta años de edad en adelante, con base en estimulación de funciones motoras y ejercicios cognitivos. “En estos talleres impartimos ejercicios cognitivos, donde trabajamos la mente, la memoria. También desarrollamos ejercicios físicos como mantener el equilibrio, movimientos de fuerza”, expuso Soto, uno de los coordinadores de este programa. 