

## Micaela Navarro inaugura en Sevilla un parque de gimnasia para fomentar el envejecimiento activo

**Este recurso para personas mayores busca prevenir situaciones de dependencia y fomentar la práctica de ejercicios saludables**

05/01/2012

La consejera para la Igualdad y Bienestar Social, Micaela Navarro, ha inaugurado en la residencia de Heliópolis, de titularidad de la Junta, un parque de gimnasia y ejercicios para personas mayores, con el objetivo de fomentar un estilo de vida saludable y prevenir situaciones de dependencia.

El parque dispone de aparatos de gimnasia para mantener o aumentar la movilidad de las articulaciones, la fuerza muscular, las funciones cognitiva, sensorial y motriz del cerebro, y las cardiovasculares y respiratorias de las personas mayores.

El equipo médico de la residencia ha participado en el diseño del parque, mientras que un equipo técnico del centro se encargará de supervisar el uso de los diferentes aparatos de gimnasia y de otros ejercicios, que también podrán ser utilizados por las personas mayores socias del centro de día de Heliópolis.



La consejera para la Igualdad y Bienestar Social, Micaela Navarro, durante la inauguración.

En toda Andalucía hay en funcionamiento 168 centros de día que dependen directamente de la Junta y que cuentan en total con unos 600.000 socios. Todos ellos cuentan con aulas de informática y ofrecen una amplia oferta de actividades culturales, de ocio y tiempo libre para fomentar el envejecimiento activo.

En la provincia de Sevilla, hay 31 centros de día de titularidad autonómica, que superan los 140.000 socios. Además, esta provincia cuenta con unas 14.400 plazas en residencias y unidades de estancia diurna para la atención de las personas mayores.

La Consejería para la Igualdad y Bienestar Social está elaborando un nuevo decreto que modernizará los centros de día de personas mayores y los convertirá en centros de participación activa para promover e impulsar medidas de envejecimiento activo. Esta nueva norma se está elaborando con la participación y el consenso de las propios mayores de los centros de día.

Andalucía cuenta con el primer Libro Blanco del Envejecimiento Activo elaborado en España, que analiza las nuevas necesidades de la población mayor, sobre la base del estudio que han realizado cinco grupos de expertos en materia de evolución demográfica, educación, salud, seguridad y participación.

Este documento de la Junta recoge un total de 130 recomendaciones sobre medidas que se deben de llevar a cabo en temas de salud, educación, seguridad, intergeneracionalidad y participación, para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

En Andalucía residen en torno a 1.200.000 personas mayores de 65 años, lo que representa el 14,7% de la población, y de ellos, cerca de 300.000 tienen 80 años o más.