



UNIDAD DE REDUCCIÓN DE PESO Y OBESIDAD HOSPITAL QUIRÓN BIZKAIA  
No se deje llevar por sus problemas de **obesidad**.  
Déjelos atrás con Hospital Quirón Bizkaia.



## Por un envejecimiento activo

Elorrio inaugura en Aldatsekua un parque biosaludable para los mayores

Leire Gómez - Martes, 2 de Octubre de 2012 - Actualizado a las 05:37h



En forma y bien en forma, pero al aire libre. Así es como los mayores de Elorrio van a poder ejercitar físicamente su cuerpo y sin necesidad de tener que encerrarse entre las cuatro paredes de un gimnasio. Y es que el municipio aprovechó la celebración ayer del Día Internacional de las Personas Mayores para inaugurar el primer parque biosaludable en el municipio, "una demanda que llevábamos tiempo recibiendo por parte de nuestros mayores", apuntó Ana Otadui, alcaldesa de la localidad.

El entorno elegido para ello no fue otro que los jardines de Aldatsekua, en los alrededores del hogar del jubilado de la localidad, y el equipamiento instalado es de lo más variado. Alrededor de una decena de máquinas con distintas propiedades, como aumentar y mejorar la resistencia de los miembros superiores e inferiores, mejorar las articulaciones y aliviar posibles disfunciones son, entre otras, algunas de las propiedades de los nuevos aparatos, "que es el mismo material con el que cuentan los centros de rehabilitación, pero homologados para su instalación al aire libre", apuntaron desde la empresa encargada de su colocación en Aldatsekua.

No en vano, los aparatos adquiridos permiten la práctica de ejercicios de coordinación, movilidad y fuerza, que reportarán al usuario beneficios en el aparato cardiovascular y cuyo objetivo es ayudar a la prevención y al tratamiento del deterioro muscular y esquelético.

La inversión del Ayuntamiento en el nuevo equipamiento ha sido de 9.155 euros que, a juzgar por la expectación que levantó en la tarde de ayer su inauguración, han sido bien gastados. "Con esto voy hasta a rejuvenecer", comentaba una elorriotarra mientras, atendiendo a las explicaciones sobre su uso, probaba los autopasivos dobles.

Todos los aparatos, además, están diseñados para su uso a la intemperie y para que no sea necesario el apoyo de personal cualificado. "Tal y como han explicado su uso parece muy sencillo y son muchos los beneficios que les atribuyen a este tipo de ejercicios, de modo que mañana mismo (por hoy) los probaremos", comentaba Antonio, otro vecino del municipio.

Comprometidos Con este gesto, el Ayuntamiento de Elorrio ha querido recoger las aportaciones que las personas mayores han hecho a la sociedad. "Vosotros, con vuestro trabajo, sacrificio y esfuerzo, habéis contribuido a construir el Elorrio que tenemos hoy", destacó la regidora local

mientras reconocía que, en la villa, "los mayores sois realmente activos", y no solo por el elevado número de actividades que organizan a lo largo del año, sino "por el compromiso que mantenéis con el municipio".

De hecho, un buen número de mayores se dio cita para presenciar la inauguración del nuevo espacio, tras lo que celebraron el 1 de octubre con una chocolatada, siendo muchos los que dejaron patente su intención de hacer ejercicio hoy mismo. "La pena es que el invierno ya está encima y con el frío y la lluvia da más pereza estar en la calle, así que no tenemos tiempo que perder. Habrá que aprovechar el buen tiempo que todavía nos queda para probarlos", comentó un grupo de vecinos.