

# Día Mundial del Mayor

Promoviendo un  
envejecimiento activo

2 de octubre de 2023



**Portal del Paciente Quirónsalud**  
Accede online a tus resultados y gestiona  
tus citas en [quironsalud.es](https://quironsalud.es) o en nuestra App.



Hospital Universitario

**Fundación Jiménez Díaz**

Grupo  **quirónsalud**

**02**  
Octubre

# Día Mundial del Mayor

Este año celebramos por primera vez en nuestro hospital el **DIA DEL MAYOR**, día reconocido a nivel internacional con el que pretendemos sumarnos a esta celebración, con el deseo de contribuir a la concienciación de la sociedad sobre las necesidades de este importante sector de la población.

**Dirigido a:** Pacientes, familiares, profesionales sanitarios interesados.

**Objetivo:** Concienciar sobre las necesidades de la persona mayor y el envejecimiento saludable.

**Coordina y participa:** Equipo hospitalario de Fragilidad, Geriatria.

## Contenidos:

- **Talleres que se realizaran en la planta baja del hospital y se entregaran recomendaciones tras la valoración.**
  - Valoración de su salud general
  - Valoración nutricional
  - Valoración de la movilidad y de la fuerza muscular
  - Valoración del riesgo de caídas, con pruebas funcionales para valorar su riesgo de caídas.
  - Control Factores de riesgo cardiovascular.
  - Valoración cognitiva.
- **Actividad para residentes de centros sociosanitarios:**
  - Enviar algún trabajo manual, un cuento, poesía, dibujo.... con el lema SER MAYOR. Se entregará un diploma acreditativo a los que participen.
- **Actividad para mayores de 75 años a través del portal del paciente, sociedad civil, asociaciones.**
  - Enviar algún trabajo manual, un cuento, poesía, dibujo.... con el lema SER MAYOR. Se entregará un diploma acreditativo a los que participen.
- **Taller de ejercicio:**
  - Taller de ejercicio físico localizado en la escuela de enfermería. Aforo máximo 20 personas.  
Hora: 13:00h.

**Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz**

Avenida de los Reyes Católicos, 2 - 28040 Madrid - 91 550 48 00