

## **ENVEJECIMIENTO SALUDABLE**

### **Descripción**

Desde el Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid, área de Sanidad queremos ayudar a forjar un programa de Fisioterapia donde nuestros usuarios más veteranos tengan un servicio de fisioterapia gratuito y con toda la calidad posible para mejorar la salud de la población mayor.

En 1995. Cuando la OMS cambió el nombre de su programa de salud de las personas mayores por el de “Envejecimiento y salud”, marco un importante cambio de orientación. En vez de aislar en categorías a las personas mayores, el nuevo nombre consideraba una perspectiva de todo el curso vital: todos envejecemos y la manera mejor de asegurar una buena salud para las futuras generaciones de personas mayores en PREVENIR Y PROMOVER la salud durante todo el ciclo vital. Para lograr los objetivos, la OMS se situó en la tarea de fomentar la base de conocimientos sobre gerontología y medicina geriátrica a través de la investigación y esfuerzos en la educación.

### **Objetivo general:**

Mantener y promover la salud y recuperar la independencia del paciente. La fisioterapia es la disciplina que trata enfermedades y dolencias. Trabajamos con personas de todas las edades para mantener y promover la salud y restaurar la función e independencia cuando los individuos tienen discapacidades o problemas causados por desórdenes físicos. Esto determina que nuestro ámbito de actuación sea muy amplio, ya que engloba no sólo todas las etapas de la vida humana, sino también casi todas las especialidades médicas.

### **Objetivos específicos:**

- Estudiar y evaluar las necesidades de cada paciente

- Definir las actividades de la fisioterapia adecuándolas a las características de cada paciente
- Elaborar una metodología de procedimientos terapéuticos.
- Implantar una hoja de evolución de la actividad de fisioterapia para la progresión del paciente.

### **Personas destinatarias:**

Colectivo de personas mayores que le sea necesario recibir para sus patologías o lesiones tratamiento de fisioterapia y no se le este actualmente tratando en fisioterapia de atención primaria ni en especializada.

Las patologías que vamos a tratar en el programa son traumatológicas, reumatológicas, neurológicas sin afectación cognitiva

### **Recursos humanos**

- Humanos: Una técnica-asistente sanitaria. Fisioterapeuta
- Materiales: camilla hidráulica y materiales de fisioterapia para la realización de tratamientos de fisioterapia. La ubicación se realiza en sala de fisioterapia de la Concejalía de Familia, Servicios Sociales, Área Sanidad, en el centro municipal “El Abajón”, sita en calle Comunidad de la Rioja, número 2, también se realiza en las escuelas infantiles de la Comunidad de Madrid donde están los menores con discapacidad (ya sea temporal o crónica).

### **Temporalización:**

Cinco sesiones a la semana distribuidas en horario lectivo de lunes a viernes de duración 45 minutos renovándose los pacientes por riguroso orden de inscripción cada trimestre en los centros de mayores de Las Rozas.

### **Logros y resultados:**

Desde 2015 hemos tratado 150 personas de la llamada tercera edad o la edad de oro actualmente tenemos lista de espera para el programa, dada la buena acogida del proyecto y con un parón de casi dos años por la Pandemia del año 2020.



Ayuntamiento de  
**Las Rozas**  
Concejalía de Sanidad, Consumo  
y SAMER-Protección Civil

**ÁREA DE SANIDAD**  
**TLF.: 91 757 95 00 – FAX 91 637 02 00**  
**Correo electrónico: [sanidad@lasrozas.es](mailto:sanidad@lasrozas.es)**