



UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR
DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN Y CULTURA
BOLETÍN DE PRENSA N° 718
7 de agosto 2015

Primera intervención de actividad física en Malchingui

Como parte de Vinculación con la Sociedad de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador, se realizó la primera jornada recreativa para los adultos mayores que asisten a los Centros de Cuidado diario del Adulto Mayor CECUIDAS, de la Parroquia de Malchingui, con actividades recreacionales propicias para este sector de la población.

Edison Analuisa, docente de la Facultad aclaró que esta experiencia fue un preámbulo para continuar con el proyecto de forma sostenida una vez que se inicie el próximo periodo académico. Las rutinas duraron alrededor de 40 minutos, tiempo necesario para que se ejercite un adulto mayor. Para realizar los ejercicios, acompañados con técnicas de respiración y calentamiento previo, se utilizaron globos, pañuelos y telas, con el fin de darle movilidad a las articulaciones,

“Nosotros nos sentimos contentos de que la Universidad tome en cuenta a las personas de la tercera edad y que se realicen este tipo de ejercicios”, expresó el señor . José María Lema Narváez, integrante de uno de los CECUIDAS de Malchingui.

