

## La FEMP presenta los resultados del Proyecto NUPHYCO

El objetivo principal de este estudio se ha centrado en conocer la calidad de vida relacionada con la salud y la situación nutricional, funcional y cognitivo afectiva de personas mayores de 70 años

Se ha desarrollado en los municipios Puerto Lumbreras, Santander, Valladolid y Málaga

La necesidad de incrementar en los Ayuntamientos los recursos destinados al ejercicio físico de las personas mayores es una de las principales conclusiones

Madrid, 12 de febrero de 2016.- La necesidad de incrementar en los municipios los recursos destinados al ejercicio físico de las personas mayores es una de las conclusiones más relevantes del Proyecto NUPHYCO, "Cambio de estilos de vida desde el ámbito familiar", cuyos resultados han sido presentados hoy en la sede de la FEMP. En el acto han estado presentes representantes institucionales de todas las entidades participantes y ha sido presidido por Oscar Puente, Presidente de la Red Española de Ciudades Saludables (RECS) y Alcalde de Valladolid.

El objetivo principal de este Proyecto, desarrollado en una primera fase en los municipios de Puerto Lumbreras, Santander, Valladolid y Málaga, se ha centrado en conocer la calidad de vida relacionada con la salud y la situación nutricional, funcional y cognitivo-afectiva de personas mayores de 70 años, así como la adecuación de los recursos municipales según las necesidades objetivas para alcanzar una vida más saludable.

La puesta en marcha desde la Red Española de Ciudades Saludables (RECS) del Proyecto "Cambio de estilos de vida desde el ámbito familiar", tenía como objetivo trabajar estrecha y coordinadamente desde los municipios para promover el cambio de estilo de vida en cuanto a hábitos alimentarios, práctica de ejercicio físico y participación social de las personas mayores promoviendo un envejecimiento saludable pero desde el ámbito familiar.

En las conclusiones del estudio se afirma que la mujer es un sector de población especialmente vulnerable y que debería tener prioridad en el uso de los recursos municipales de promoción y prevención de la salud. De igual modo, según los resultados, los recursos que más deberían desarrollar serían los que fomenten el ejercicio físico, talleres de memoria, culturales y de tiempo libre, especialmente los viajes.

También señala que los municipios deberían realizar esfuerzos para ampliar la población mayor que se beneficia de la utilización de los recursos que contribuyen a llevar una vida saludable por su mejora de calidad de vida y que sería recomendable su realización con todas las edades y no solo con mayores.

"Conclusiones útiles"

En el transcurso del acto, el Presidente de la Red Española de Ciudades Saludables (RECS), Oscar Puente, afirmó que "las conclusiones del estudio podrán ser de mucha utilidad para la puesta en marcha de actuaciones referidas a los hábitos de vida, pero también representan una oportunidad para hacer efectiva la recomendación reiterada desde organismos nacionales e internacionales de reorientar los sistemas de salud hacia la promoción de lo sano y la prevención de la enfermedad, para que el envejecimiento de las personas sea más activo y positivo".

En su opinión, "hemos avanzado mucho en los últimos tiempos desde el ámbito local, promoviendo su actividad a través de nuestros centros cívicos y de mayores, su aprendizaje a lo largo de la vida, fomentando sus aficiones, su desarrollo cultural, pero aún nos quedan muchos pasos por dar, y por ello debemos seguir compartiendo en estos foros los resultados de nuestro análisis, de nuestro trabajo, y continuar en el camino del diálogo para aprender unos de otros y ofrecer políticas comunes de crecimiento a nuestra ciudadanía".

Entidades participantes

El proyecto se ha desarrollado a través de un Convenio de colaboración firmado con el Instituto de Mayores y Servicios Sociales, Fundación Española de Nutrición, Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología, Universidad Alfonso X El Sabio y los Ayuntamientos de Santander, Valladolid, Leganés, Tudela de Duero, Puerto Lumbreras, Málaga y Villanueva de la Cañada.

Entre las entidades participantes en el proyecto se encuentra la FEMP, que ha aportado las salas y medios necesarios para llevar a cabo las reuniones que han sido precisas, así como la coordinación y difusión de los materiales que se han requerido para garantizar el desarrollo del proyecto. También, la Secretaría Técnica de la Red Española de Ciudades Saludables (RECS), que ha asesorado en cuantos aspectos han sido necesarios para contribuir a la puesta en marcha y desarrollo del proyecto.