



¿DESEA CONOCER SU ESTADO DE SALUD?



Buscamos personas mayores de 65 años, no institucionalizadas y sin patología grave

¿EN QUÉ CONSISTE SU PARTICIPACIÓN?



Evaluación de la salud y de la condición física tras la cual le entregaremos un informe final con algunas recomendaciones.

Acudir a 2 visitas presenciales (~ 1 hora cada una) en la que se le realizarán las evaluaciones mencionadas a continuación.

EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA

Equilibrio, fuerza, flexibilidad, velocidad de la marcha, agilidad, resistencia.



CUESTIONARIO GENERAL DE HáBITOS DE ESTILO DE VIDA

Calidad de vida, actividad, sueño, dieta, etc..



ANALÍTICA SANGUÍNEA

Biomarcadores de envejecimiento y vitamina D.



ANTROPOMETRÍA Y COMPOSICIÓN CORPORAL

talla, peso, perímetros de cintura y cadera, etc.



CONTACTO

Si desea participar o necesita más información, escriba un correo electrónico a:

gi.imfine@upm.es

O llámenos al: 910 677 879

¡INSCRIPCIONES AQUÍ!

