



INCMNSZ



Servicio de GERIATRÍA

¡Te invitamos a participar!

En el estudio *Prevención de la Fragilidad de las Personas Mayores* a través de intervenciones psicosociales por Telemedicina en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.



¿Qué es la fragilidad?

Síndrome caracterizado por disminución de la fuerza y resistencia, con incremento a vulnerabilidad frente a agentes estresores de baja intensidad.

Responde las siguientes preguntas y obtén una valoración

- ¿Está usted cansado?
- ¿Es incapaz de subir un piso en escaleras?
- ¿Es incapaz de caminar una manzana?
- ¿Tiene más de 5 enfermedades?
- ¿Ha perdido más del 5% de su peso en los últimos 6 meses?

Respuesta Afirmativa:

1	2	3 ó más
PREFRÁGIL		FRÁGIL



Intervención Multidisciplinaria



Control factores de riesgo



Nutrición



Ejercicios físicos



Apoyo psicosocial

¿Le gustaría participar?

¡Contáctenos!

Exclusivo para residentes de la Ciudad de México



ESCANEAR

Servicios de Geriatria del INCMNSZ
Tel. 55 5487 0900 Ext. 5701 / 5705
WhatsApp: 2222926893



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

SECTEI



GOBIERNO DE MÉXICO

SALUD SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN