

Anudi ofrece a sus asociados actividad física adaptada a sus necesidades

El objetivo es que los discapacitados consigan el mayor grado de autonomía

Redacción
Teruel

La Asociación Anudi, en colaboración con el centro de *fitness* y fisioterapia manual Integral Health, está llevando a cabo diversos programas de actividad física enfocados a las personas con discapacidad.

El centro Integral Health apuesta por la integración de las personas con discapacidad y enfoca todas sus actividades y programas hacia la salud y la rehabilitación funcional, sostienen sus responsables. Al centro acuden tanto niños con patologías congénitas como adultos con diversas discapacidades adquiridas como lesión medular o daño cerebral adquirido, entre otras.

El objetivo principal y general de todas las intervenciones realizadas en el centro es conseguir el máximo grado de independencia y autonomía, tanto de las personas que presentan alguna discapacidad como de las personas sin discapacidad con ciertas limitaciones específicas.

El centro cuenta con profesionales cualificados y formados para el tratamiento de las personas con discapacidad, como fisioterapeutas, entrenadores personales, monitores deportivos, etcétera. Para cada persona que acude al centro se plantea un programa



Un monitor trabaja con uno de los socios de Anudi.

de actividad física específico e individualizado adaptado a sus características personales. Y por tanto, persiguiendo el objetivo principal de la independencia y autonomía, se plantean diferentes objetivos específicos donde se trabajan aspectos como: la marcha, la coordinación, la propio-

cepción, el equilibrio o la fuerza. Algunos de estos programas van enfocados al mantenimiento de las capacidades de la persona con discapacidad, y otros a la mejora de dichas capacidades, es decir, a la rehabilitación.

“Muchos de los socios de la Asociación Anudi acuden al cen-

tro por iniciativa propia mientras que otros vienen por recomendación médica, puesto que la actividad física presenta multitud de beneficios para la salud de la persona ya presente discapacidad o no”, explicaron los responsables del centro turolense Integral Health.