

RESUMEN

La adultez mayor está considerada como un periodo en el que el adulto mayor experimenta numerosos cambios, que si bien dependen del estilo de vida, y del sistema social y familiar, influyen continuamente en las diversas áreas de funcionamiento. La capacidad funcional de las personas aumenta en los primeros años de vida, alcanza la cúspide al comienzo de la edad adulta y a partir de entonces empieza a declinar el ritmo, este descenso está determinado en parte a nuestro comportamiento y a todos los factores que nos exponemos a lo largo de la vida. La problemática existente radica en la disminución de las actividades de la vida diaria en los Adultos mayores, es por ello que el presente estudio realizará una investigación sobre la incidencia que tiene la Recreación Lúdica en las Actividades de la Vida Diaria en los Adultos mayores. Logrando así demostrar que las actividades recreativas indiquen de manera favorable en las actividades de la vida diaria.

PALABRAS CLAVES.-

- **ADULTOS MAYORES.**
- **VIDA DIARIA.**
- **RECREACION.**
- **FUNCIONALIDAD.**
- **ACTIVIDADES.**

ABSTRACT

Older adulthood is considered a period in which the older adult experiences numerous changes, which, although they depend on the lifestyle, and the social and family system, continually influence the various areas of functioning. The functional capacity of people increases in the first years of life, reaches the cusp at the beginning of adulthood and thereafter begins to decline, this decline is determined in part to our behavior and all the factors we are exposed to throughout life. The existing problem lies in the reduction of activities of daily living in the Elderly, which is why the present study will conduct an investigation on the impact that Recreational Recreation has on the Activities of Daily Living in the Elderly. Achieving thus show that recreational activities index favorably in activities of daily living.

KEYWORDS.-

- **OLDER ADULTS.**
- **DAILY LIFE.**
- **RECREATION.**
- **FUNCTIONALITY.**
- **ACTIVITIES.**