



BOLETÍN DE PRENSA

Ciudad de México, viernes 28 de agosto de 2026

No. 458/2026

IMSS promueve el envejecimiento activo para que adultos mayores conserven autonomía y bienestar

- Con el Programa de Envejecimiento Activo (PREA) se otorga actividad física, prevención, capacitación, cultura y salud para fomentar la independencia funcional.
- En 2025 se registraron más de 352 mil inscripciones a las actividades del PREA; de enero a junio del presente año suman más de 303 mil.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) refrenda su compromiso de promover un envejecimiento activo, saludable y que brinda opciones para personas mayores independientes y con algún grado de dependencia, bajo una visión que busca otorgarles bienestar en esta etapa de la vida y beneficiar a más de nueve millones de adultos mayores derechohabientes.

A través de Prestaciones Sociales, el IMSS impulsa el Programa de Envejecimiento Activo (PREA), cuya finalidad es mantener, prolongar y, cuando sea posible, recuperar la independencia funcional de las personas mayores, destacó el titular de la Unidad de Prestaciones Sociales, Luis Iván Camacho Morales.

Detalló que, como parte del PREA, en las Unidades Operativas de Prestaciones Sociales Institucionales (UOPSI), se ofrecen actividades como cachibol, tai chi, yoga, danza, baile de salón, ajedrez, estimulación cognitiva, prevención de caídas y alimentación saludable, entre otras, además de deporte adaptado como el Fútbol sin correr, una nueva modalidad deportiva que se implementó este año como parte del Mundial Social.

Destacó que este programa está vigente en 124 UOPSI en las 32 entidades federativas, particularmente en los Centros de Seguridad Social (CSS); durante 2025, 352 mil 417 personas mayores se inscribieron al programa, en tanto que de enero a junio del presente año ya son más 303 mil registros.

Camacho Morales agregó que como parte del PREA, el Instituto realiza una valoración inicial para identificar las capacidades y necesidades de cada persona y orientarla hacia las actividades que mejor contribuyan a conservar su autonomía y bienestar.

En el marco del Día Nacional de las Personas Adultas Mayores, que se conmemora el 28 de agosto, destacó que el envejecimiento activo también contempla la convivencia y la participación comunitaria.

Por ello, dijo, el IMSS cuenta con Clubes de Personas Mayores y promueve el Turismo Social para este sector de la población, con opciones de recreación y convivencia; desde 2021 se comenzaron a realizar viajes para personas mayores y actualmente se reportan alrededor de 2 mil 500 participantes.

El titular de la Unidad de Prestaciones Sociales detalló que el Instituto cuenta en la Ciudad de México con un Centro de Día para personas mayores que requieren mayor acompañamiento por tener algún tipo de



2026
año de
Margarita
Maza



dependencia funcional; con el Turismo de Respiro se promueve la convivencia a personas con dependencia leve o moderada, al tiempo de ofrecer un periodo de descanso a quienes están a cargo de su cuidado.

Señaló que el Instituto también impulsa la formación de cuidadores gerontológicos mediante un diplomado que proporciona conocimientos y herramientas prácticas para mejorar la calidad de los cuidados y favorecer la capacitación y empleabilidad.

Desde 2023, alrededor de 300 personas han sido formadas o certificadas, con aval de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y certificación del Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales (CONOCER).

Agradeció al director general del IMSS, Zoé Robledo, “por el invaluable apoyo y la fuerza que nos ha dado para continuar trabajando con este tipo de programas en beneficio del adulto mayor”.

--- o0o ---

LINK DE FOTOS

https://drive.google.com/drive/folders/1bbwXhIvNnbS4Z0_dHRGGaT0nhThByUme?usp=sharing

LINK DE VIDEO

<https://www.sendgb.com/lt0hbaPEg9C>

