

Beneficios de jugar al bingo en personas mayores.

Beneficios saludables del Bingo

El Bingo ofrece beneficios saludables para los más mayores, promueve habilidades cognitivas, es valioso entrenar al cerebro para medir bien la información y para promover la velocidad mental, aumenta la memoria y activa las células cerebrales. [Jugar al Bingo](#) es muy positivo contra la enfermedad de Alzheimer y la demencia, ya que también promueve la salud del cerebro y las habilidades de memoria. Tal y como asegura organizaciones como [ASEJU](#), el Bingo es una herramienta terapéutica ampliamente utilizada en el campo de la geriatría y recomendada para los mayores. Promueve la coordinación ocular y la coordinación mano-ojo.

El juego del Bingo nada se asemeja, por lo tanto, a otros juegos de azar, siendo un juego social de entretenimiento familiar en muchos casos con 22 € de gasto medio por persona y un precio habitual de 2 € por cartón.

Ocio

El Bingo es un juego social utilizado por buena parte de la población, pero, especialmente, por personas mayores, que, por una parte, ayuda a **promover las capacidades cognitivas y físicas de los mayores** y, por otra parte, **ayuda en los beneficios sociales y emocionales que conlleva**, es un ocio especialmente adecuado para un segmento de la población desplazados de otros diferentes por razones de edad a unos precios asequibles.

Durante la pandemia se ha jugado al Bingo en hospitales, comunidades de propietarios, residencias de ancianos, ha ayudado como el juego social que es en esos momentos de máxima dificultad, por lo que se está solicitando que se articulen en la CAM medios que **aseguren su supervivencia y no su desaparición**.

El Bingo es una de las actividades sociales y de ocio que realizan todo tipo de personas como forma de socialización, entretenimiento y mejora psicosocial.

En el mundo de la geriatría se utiliza de forma permanente con otro tipo de actividades como grupos de lectura, gimnasia, informática y baile, que son de gran ayuda especialmente a personas en este rango de edad.