



SEMANA DEL CORAZON 2019

DEL 29 DE SEPTIEMBRE AL 16 DE OCTUBRE DE 2019

"HAZ LATIR TU CORAZÓN"

Desde el Balneario de Ariño queremos concienciar sobre la importancia de prevenir las enfermedades cardiovasculares y por ello nos unimos a la celebración del **Día Mundial del Corazón y del Día Europeo para la Concienciación sobre la RCP.**

29 de septiembre

Invitamos a clientes y empleados a vestir algo rojo para celebrar el Día Mundial del Corazón. Convocatoria en el hall del hotel para foto de grupo.

Del 29 de septiembre al 16 de octubre

Deja tu mensaje en el mural "**¿Qué hace latir tu corazón?**", cuéntanos qué te mueve a vivir de manera saludable.

Reparto de fruta fresca y de la zona entre el personal del Balneario para fomentar una dieta saludable.

Acceso para todo el personal para realizar la prueba con el "**Age Reader**" para medir el riesgo cardiovascular y ofrecer pautas para adquirir hábitos de vida saludables desde la Unidad de Medicina Termal del Balneario.

16 de octubre

II Jornadas de prevención del riesgo Cardiovascular

CHARLAS

- 10:15 h. Inauguración.
- 10:30 h. Qué es enfermedad cardiovascular y riesgo cardiovascular. A cargo del Dr. Abel Carpintero Cateriano, Medicina de Emergencias. Magíster Universidad Complutense de Madrid.
- 11:00 h. Prevención del riesgo cardiovascular, por la Dra. Yohana Isabel de Gracia Hils, Médico especialista en Bioquímica Clínica.
- 11:30 h. Alimentación equilibrada y prevención del riesgo cardiovascular, a cargo de Ana Mateo, Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Universidad de Zaragoza.
- 12:00 h. Charla de Beneficios de la Hidrocinesiterapia para disminuir riesgo Cardiovascular, por Dr. José Antonio De Gracia Hils, Médico especialista en Hidrología Médica.
- 15:00 - 17:00 h. Talleres prácticos: Actuar para salvar vidas.
 - Reanimación Cardiopulmonar (RCP) y uso del DEA (desfibrilador externo automático).
 - Reanimación Cardiopulmonar (RCP) solo con las manos.
 - Uso del DEA.
- 17:00-17:30 h. Actividad física grupal, dirigida por el equipo de fisioterapeutas del Balneario de Ariño.
- 18:00 h. Foto grupal y cierre de las jornadas.

Organiza:



Promueve:



fundaciondelcorazon.com