

La **Semana del Corazón** es una actividad destinada a informar a la población sobre la necesidad de desarrollar hábitos de vida saludables como medida de prevención frente a las enfermedades cardiovasculares.

Aligera tu corazón, el sobrepeso es un riesgo. La obesidad es uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de complicaciones cardiovasculares. En 2010 la FEC, a través de la Semana del Corazón, difundirá mensajes preventivos para promover el ejercicio físico, dieta saludable, nutrición, etc. con el objetivo de reducir la obesidad y el sobrepeso y mantener el corazón sano en todas las etapas de la vida.

PROGRAMA 2010

Estos mensajes se transmitirán mediante actividades socio-sanitarias, dirigidas a todos los públicos, de manera divulgativa y lúdica. ¡Os esperamos!

ACTIVIDADES PERMANENTES

Del 7 al 9 de mayo

10:00 - 14:00 H. / 16:00 - 20:00 H.

Exposición cardiosaludable

Puntos de información sobre alimentación y hábitos de vida cardiosaludable.

10:00 - 14:00 H. / 16:00 - 20:00 H.

Mediciones de riesgo cardiovascular

Toma de tensión arterial, IMC, colesterol, carótida con asesoramiento médico y nutricional de manera gratuita.

Patrocina: GlaxoSmithKline (GSK) /Allí.

10:00 - 14:00 H. / 16:00 - 20:00 H.

Taller de auto medición

La Auto-Medición de la Presión Arterial (AMPA) es la medición de la presión arterial por el mismo paciente o un familiar en su propio domicilio, siempre bajo las recomendaciones de su médico o farmacéutico.

Patrocina: Omron.

10:00 - 14:00 H. / 16:00 - 20:00 H.

Taller deportivo: ciclo-corazón.

Bicicletas de paseo que se cederán al público para fomentar el hábito deportivo.

Patrocina: El Corte Inglés/Boomerang.

ACTIVIDADES DIARIAS

Jueves 6 de mayo

18:00 - 19:00 H.

Mesa redonda:

"Hábitos de una vida saludable"

Viernes 7 de mayo

12:00 H.

Inauguración Oficial de la I Semana del Corazón Toledo

Recinto Cardiosaludable en la Plaza del Ayuntamiento.

12:00 - 14:00 H. / 17:00 - 20:00 H.

Aprende a salvar una vida

Demostraciones de Técnicas de Reanimación Cardiopulmonar (RCP).

Colabora: Protección Civil - Toledo.

Sábado 8 de mayo

12:00 - 14:00 H. / 17:00 - 20:00 H.

Aprende a salvar una vida

Demostraciones de Técnicas de Reanimación Cardiopulmonar (RCP).

Colabora: Protección Civil - Toledo.

Domingo 9 de mayo

12:00 H - 14:00 H.

Paseo cardiosaludable

"Conoce tu ciudad, mueve tu corazón"

La visita guiada comenzará en la Plaza de la Catedral para continuar hacia el Barrio Judío, Paseo de Gracia, Plaza de Valdecaleros, San Román, zona de cobertizos y conventos, Mezquita del Cristo de la Luz, Calle Alfileritos, Plaza de Zocodover, Calle del Comercio y finalizar de nuevo en la Plaza del Ayuntamiento.

Se obsequiará a los participantes con regalo y avituallamiento (plazas limitadas).

Patrocina: Aquarius.

Fundación Española del Corazón (FEC)

La Fundación Española del Corazón (FEC) es una institución privada sin ánimo de lucro, promovida por la Sociedad Española de Cardiología (SEC), sometida al protectorado del Ministerio de Educación y Ciencia y que tiene como objetivos la prevención de las enfermedades cardiovasculares mediante la educación sanitaria de la población y el apoyo a la investigación cardiovascular en España mediante la concesión de becas de investigación.

La FEC cuenta con más de 4.000 miembros, entre los que se incluyen los cardiólogos de la Sociedad Española de Cardiología, profesionales de enfermería en cardiología, asociaciones de pacientes, entidades privadas y socios particulares.

SEMANA DEL CORAZÓN 2010

ORGANIZA



SOCIEDAD
ESPAÑOLA DE
CARDIOLOGÍA



SOCIEDAD
CASTELLANA DE
CARDIOLOGÍA



FUNDACIÓN
ESPAÑOLA
DEL CORAZÓN

PATROCINADORES OFICIALES



GlaxoSmithKline
Consumer Healthcare



COLABORAN



Baumerang



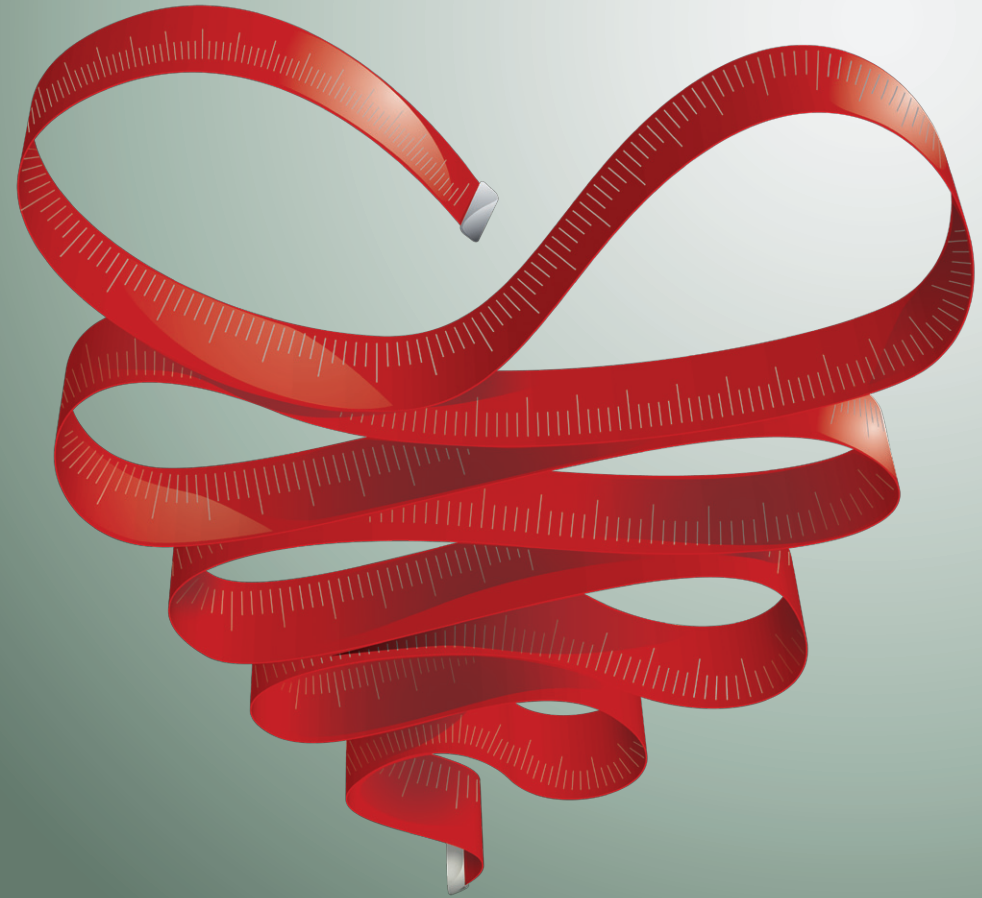
GE Healthcare



CON EL APOYO DE

Junta de Castilla La Mancha, Ayuntamiento de Toledo, Protección Civil de Toledo, Limpiezas J&J, Instituto Cardiovascular Hospital Universitario Clínico San Carlos (Madrid) – Unidad de detección y tratamiento de enfermedades aterotrombóticas (UDETMA) – Hospital Arnau de Vilanova (Lleida).

SEMANA DEL CORAZÓN 2010



Aligera tu corazón

el sobrepeso es un riesgo

Toledo

07 al 09 de mayo

10 a 14 y 16 a 20 horas

Plaza del Ayuntamiento



SOCIEDAD
ESPAÑOLA DE
CARDIOLOGÍA



SOCIEDAD
CASTELLANA DE
CARDIOLOGÍA



FUNDACIÓN
ESPAÑOLA
DEL CORAZÓN

www.fundaciondelcorazon.com