

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 25 al 27 de junio

10:00 - 14:00 H. / 17:00 - 21:00 H.

#### Exposición cardiosaludable

*Puntos de información sobre alimentación y hábitos de vida cardiosaludable.*

10:00 - 14:00 H. / 17:00 - 21:00 H.

#### Mediciones de riesgo cardiovascular

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

Patrocina: GlaxoSmithKline (GSK).

10:00 - 14:00 H. / 17:00 - 21:00 H.

#### Taller de automedición

*La automedición 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. / 17:00 - 21:00 H.

#### Taller deportivo: ciclo-corazón

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

Patrocina: El Corte Inglés.

### ACTIVIDADES DIARIAS

Jueves 24 de junio

19:00 - 21:00 H.

#### Mesa redonda:

#### "Hábitos de una vida saludable"

*Ponente: Dr. Gustavo Iglesias Cubero, Profesor asociado de Cardiología, acreditado a Profesor titular de Cardiología.*

*Moderador: Dr. Leonardo Gómez Esmorís, Presidente Electo Sociedad Asturiana de Cardiología.*

*Ubicación: Palacio de Congresos Auditorio Príncipe Felipe. Plaza de la Gesta, s/n.*

Viernes 25 de junio

12:30 H.

#### Inauguración oficial de la I Semana del Corazón Oviedo

*Recinto Cardiosaludable en el Paseo de Los Álamos.*

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 - Oviedo.

Sábado 26 de junio

10:00 - 14:00 H. / 17:00 - 20:00 H.

#### Aprende a salvar una vida

*Demostraciones de técnicas de reanimación cardiopulmonar (RCP).*

Colabora: Protección Civil - Oviedo.

Domingo 27 de junio

12:00 - 14:00 H.

#### Paseo cardiosaludable "Conoce tu ciudad, mueve tu corazón"

*El recorrido comenzará en el Paseo de Los Álamos - Calle Uría - Milicias Nacionales - Pelayo - Plaza Escandalera - San Francisco - Porlier - Plaza de la Catedral - Corrada del Obispo - Cuatro Cantones - Trascorrales - Plaza del Ayuntamiento - Fontán - Plaza de Riego - Plaza del Carbayón - Paseo de los Álamos.*

*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  
ASTURIANA DE  
CARDIOLOGÍA



FUNDACIÓN  
ESPAÑOLA  
DEL CORAZÓN

### PATROCINADORES OFICIALES



GlaxoSmithKline  
Consumer Healthcare



### COLABORAN



GE Healthcare



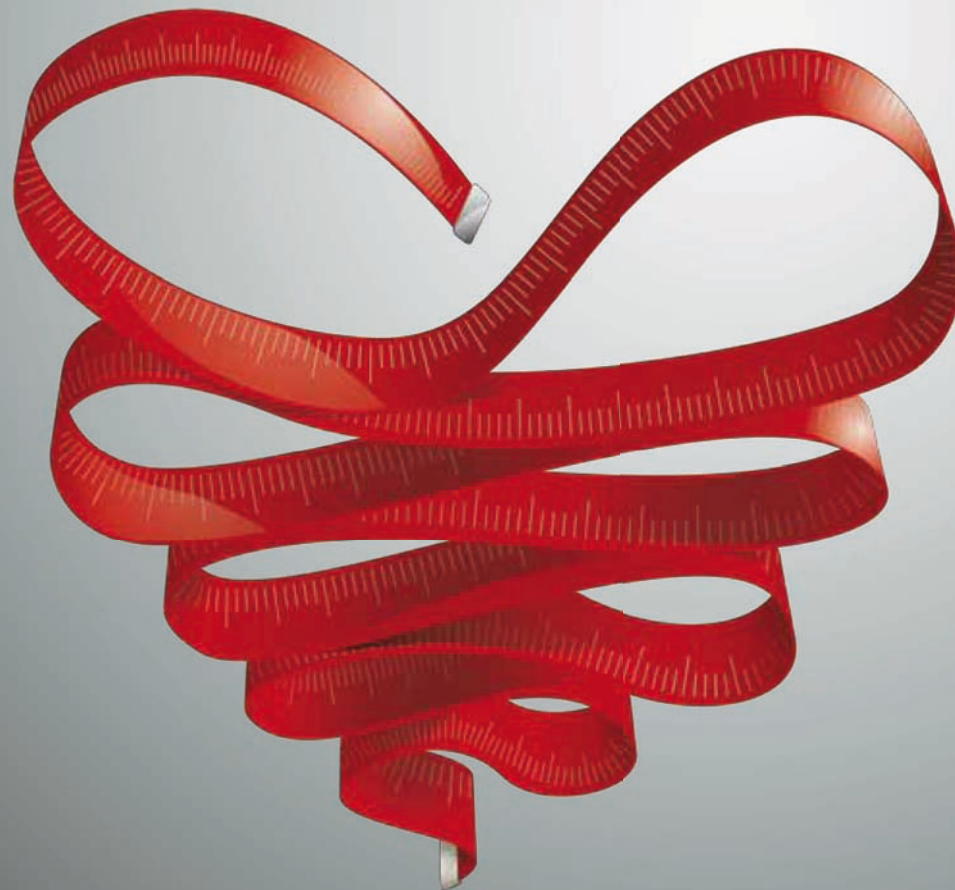
### CON EL APOYO DE

Ayuntamiento de Oviedo, Protección Civil de Oviedo, Asociación Asturiana de Enfermos del Corazón (ASOENCOR), Instituto Cardiovascular Hospital Universitario Clínico San Carlos (Madrid) – Unidad de detección y tratamiento de enfermedades aterotrombóticas (UDETMA) Hospital Arnau de Vilanova (Lleida).

Mesa Redonda declarada de interés sanitario  
por el Ministerio de Sanidad y Política Social.



# SEMANA DEL CORAZÓN 2010



# Aligera tu corazón

*el sobrepeso es un riesgo*

Oviedo

Del 25 al 27 de junio

10 a 14 y 17 a 21 horas

Paseo de Los Álamos



SOCIEDAD  
ESPAÑOLA DE  
CARDIOLOGÍA



SOCIEDAD  
ASTURIANA DE  
CARDIOLOGÍA



FUNDACIÓN  
ESPAÑOLA  
DEL CORAZÓN

[www.fundaciondelcorazon.com](http://www.fundaciondelcorazon.com)