

## ESCOLA GALEGA DE SAÚDE PARA CIDADÁNS

### TÍTULO DA ACTIVIDADE DOCENTE

COMO COIDAR O CORAZÓN. EXERCIZO FISICO E DIETA (100265)

### OBXECTIVOS

Facilitar á cidadanía en xeral información sobre a actividade física máis aconsellable a realizar en pacientes tras un infarto de miocardio ou en persoas sanas con vistas a mellorar a súa capacidade física e perfil de risco. Informar sobre a alimentación máis axeitada para previr as enfermidades cardiovasculares e aclarar as demáis dúbidas que poidan xurdir en pacientes con enfermidade coronaria sobre autocoidados.

### CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO

Doentes operados de corazón, cardiópatas, infartados. Familiares de doentes, cidadanía en xeral.

### PROGRAMA

De 16:00 a 18:45 horas

- **16:00- 16:45** ¿Por que enferma o corazón?  
Ponente: Prof. Alfonso Castro Beiras. Servicio de Cardiología do Complexo Hospitalario Universitario da Coruña
- **16:45-17:30** Como coidar o corazón despois dun infarto  
Ponente: Dr. José Ángel Rodríguez Fernández. Servicio de Cardiología do Complexo Hospitalario Universitario da Coruña
- **17:30-18:15** O exercizo: unha gran oportunidade para o corazón enfermo.  
Ponente: Prof. Manuel Giráldez García. Profesor titular del Dpto de Educación Física y Deportiva. UDC.
- **18:15-18:45** Coloquio

### PROFESORADO

**Alfonso Castro Beiras.** Xefe de Servizo de Cardiología do Complexo Hospitalario Universitario da Coruña.

**Jose Angel Rodríguez Vázquez-** Cardiólogo do Complexo Hospitalario Universitario da Coruña.

**Manuel Giraldez-** Fisioterapeuta do Complexo Hospitalario Universitario da Coruña.



## **PROGRAMADORA**

**Maria José Menor Rodríguez. Xefa do Servizo de Atención al Ciudadán**

## **Nº MÁXIMO DE PARTICIPANTES**

40 PERSONAS

## **Nº DE HORAS DA ACTIVIDADE**

DE 16.00-19.00 HORAS

## **DATA E LUGAR DE CELEBRACIÓN**

**Lugar de celebración:– Salón de Actos do HOSPITAL ABENTE Y LAGO. A Coruña**

## **HORARIO DE CLASES**

26 de outubro de 2010 de 16.00-19.00 horas