

ALIMENTACIÓN SAUDABLE

154577

Lugar de celebración: Local Social "Claudio Sanmartín". Ponte Ledesma - Boqueixón..

Data: 25 de marzo de 2014.

Horario: 17:00 – 21:00 horas.

Obxectivos:

- Concienciar a poboación da importancia de practicar hábitos saudables e mellorar a calidade de vida contribuíndo a prevención de enfermidades.
- Adquirir habilidades para o autocuidado da saúde.

Programa:

- Papel dos hábitos alimentarios no crecemento e desenvolvemento, na saúde e na prevención da enfermidade.
- Recomendacións para unha alimentación saudable.
- Aprendendo a ler as etiquetas de nutrición.

Profesorado:

Paula Sabela Rodríguez González del Blanco. Médico especialista en medicina preventiva.

Dirixido a:

Pacientes, familiares e poboación en xeral.

Programadora:

Ana Martínez Lorente.

Nota:

Esta actividade non se considera formación continua para o persoal do Servizo Galego de Saúde.