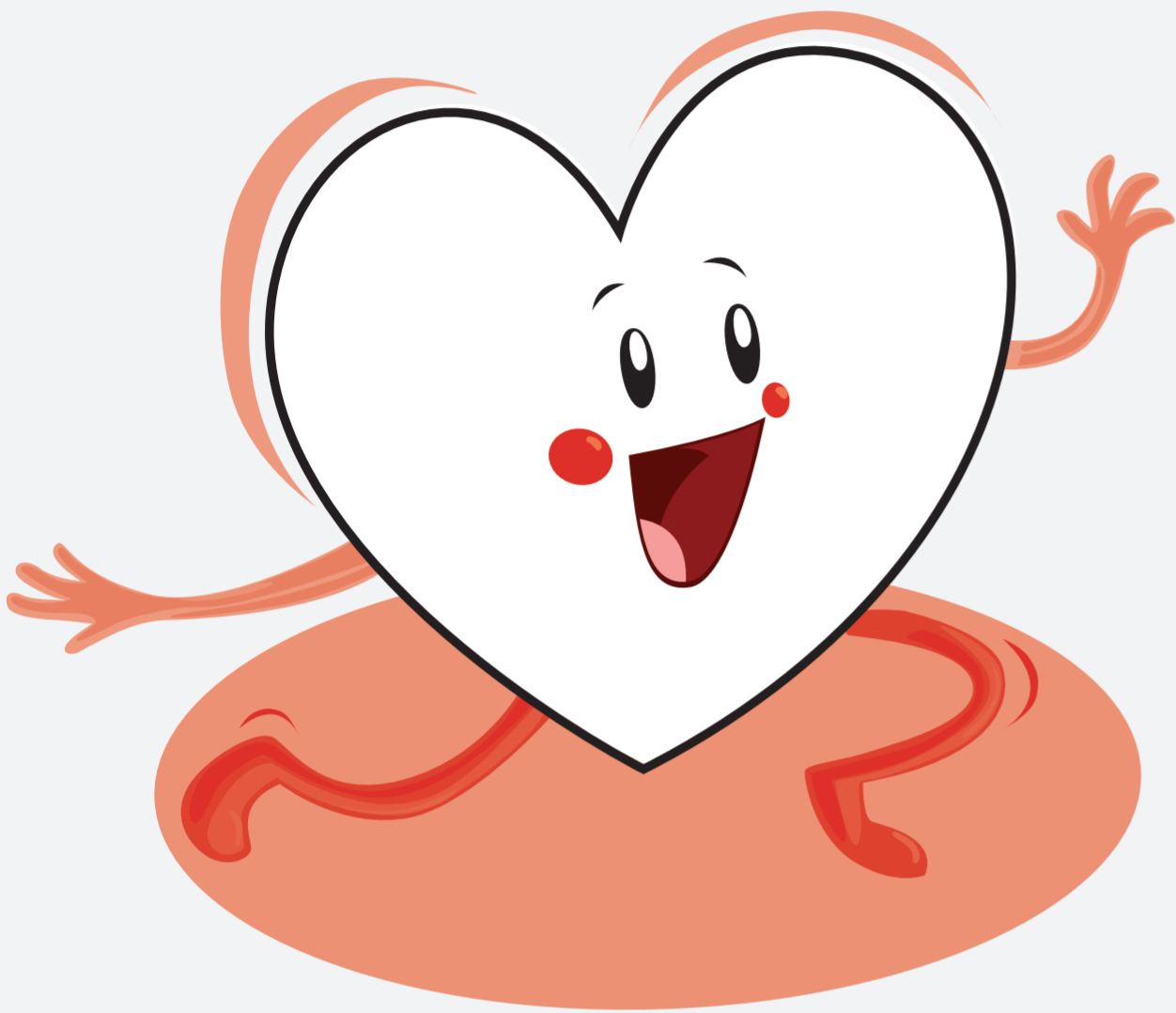


# IV Jornada Día Mundial del Corazón

**Jueves 27 de septiembre de 2018  
de 9.30 h. a 13.00 h.**



**¡DALE  
MARCHA  
A TU  
CORAZÓN!**

♥ 9.30 - 12.00 h. **Hall principal**

**Mesa de factores de riesgo cardiovascular.**

Cálculo personalizado de "Riesgo Cardiovascular".  
Natalia Fernández Blanco.  
*Enfermera del Hospital General de Villalba.*  
Vanesa Lobo Fuente.  
*Enfermera de Atención Primaria. CS. Cercedilla.*

**Mesa informativa Asociación de pacientes con enfermedades cardiovasculares.**

*Fundación Española del Corazón FEC.*

♥ 9.30 - 10.30 h. **APRENDE A SALVAR UNA VIDA.**

Taller práctico de reanimación cardiopulmonar (RCP).  
*Servicio de medicina intensiva Hospital General de Villalba.*

♥ 10.30 h.

**CONFERENCIAS "ANTES Y DESPUÉS DE UN INFARTO".**

Sala contigua a cafetería.

Moderador: Dr. Jesús Fernández Tabera.  
*Director de Continuidad asistencial.*

**"Que es un infarto".**

*Dra. Nuria Acosta García. Servicio Cardiología.*

**"Claves para la prevención y control del infarto.**

• **Ejercicio Físico.** *Dra. Paula Cura Ituarte. Servicio de Rehabilitación.*

• **Control de los factores de riesgo cardiovascular: Colesterol y tensión.**

*Vanesa Lobo Fuente. Enfermera de Atención Primaria. CS. Cercedilla.*

• **Tabaquismo.** *Dr. Marcel Rodríguez Guzmán. Servicio de Neumología.*

• **Dieta Cardiosaludable.** *Javier Tapia Belloso. Nutricionista. Servicio Endocrino.*

• **Vivencias personales**

**Preguntas y respuestas**

♥ 11.45 h.

**ACTIVIDADES FÍSICAS. "DALE MARCHA A TU CORAZÓN".**

En el hall zona de cafetería.

**Ejercicio físico y de relajación muscular.**

*Álvaro Huelbes Ros, Fisioterapeuta. Servicio de Rehabilitación.*

**Caminata por el entorno.**

♥ 12.30 h.

**Tentempié Cardiosaludable.**

**PARA LA RECOGIDA DE LA CAMISETA será necesario:**

**1) Haber hecho la inscripción:**

- Previamente en la página web: [hgvallalba.es](http://hgvallalba.es) hasta las **12.00 h. del día 21 de septiembre.**
- O el mismo día, en la mesa situada en el hall del Hospital, **de 9.30 a 10.30 h.**

**2) Tener cumplimentado el tarjetón de la mesa de factores de riesgo cardiovascular.**

**HASTA FIN DE EXISTENCIAS.**