

DIRIGIDO A LA POBLACIÓN
ADULTA EN LA
COMUNIDAD

Proyectos sobre riesgos cardiovasculares

- Hipertensión arterial
 - Sedentarismo
 - Obesidad
 - Dislipemia
- CUIDADOS

Impartidos por docentes diplomadas o graduadas en Enfermería, expertas en el tema concreto y en Educación para la Salud. Avaladas por el Colegio Oficial de Enfermería de Cantabria.

Son proyectos diseñados y elaborados con el rigor científico exigible y que son sometidos a evaluación continua.

Se desarrollan en formato de taller teórico-práctico de 1 hora de duración aproximada, cuentan con su propia dinámica docente y los materiales adecuados para la motivación de los ciudadanos.

Los proyectos se diseñan según demanda y las sesiones se programan según se soliciten.

Existen otros proyectos dirigidos a grupos específicos de población.



Se desarrollan en centros cívicos, sociales o comunitarios

Los riesgos determinados de las Enfermedades Cardiovasculares (ECV) son: diabetes, hipertensión arterial, dislipemia (alteraciones en el colesterol), sedentarismo, obesidad, tabaquismo y otros tales como la edad y ciertos factores relacionados con la herencia.

Los primeros riesgos son evitables o al menos reducibles, dado que son derivados de los estilos de vida. Por esta razón, se entiende que es posible poner en marcha acciones de promoción y cuidado de la salud para difundir entre la ciudadanía los conocimientos, las actitudes y las habilidades que reviertan en la implicación de las personas en la salud personal, en su autocuidado y en su autoresponsabilidad, para el logro de los objetivos señalados: evitar, disminuir o minimizar esos riesgos.