



Exitoso Ciclo de Talleres de Actividad Física para usuarios del Programa Cardiovascular del CESFAM Yandry Añazco

Con el objetivo de contribuir a reducir las altas tasas de mortalidad asociada a enfermedades cardiovasculares, funcionarios del Programa Cardiovascular del CESFAM Dr. Yandry Añazco Montero, continúan realizando los talleres de actividad física, promoviendo el autocuidado y fomentando una vida saludable.

Estas actividades las realizan los diversos profesionales de la salud municipal, como médicos, enfermeras, kinesiólogos, nutricionistas

y profesores de educación física, los días lunes, miércoles y viernes, desde las 9.00 a 12.40 horas. Mientras que los días martes y jueves, se desarrollan entre las 17.30 a 19.00 horas.

En estas jornadas los usuarios que son pacientes crónicos y pertenecen al programa, tienen la posibilidad de aprender a llevar una vida saludable y hacerse cargo de sus enfermedades como la diabetes (trastorno del metabolismo

que produce altos niveles de glucosa en sangre), además de los riesgos cardiovasculares que ésta produce, la alimentación que deben consumir, el orden del consumo de los medicamentos y las consecuencias físicas que conlleva al producirse una herida.

También los pacientes reciben de parte de los profesionales de la salud, algunos consejos para efectuar en sus domicilios, que les puedan ayudar a reducir los riesgos cardiovasculares.