



CHARLAS INFORMATIVAS

Montevideo, Agosto de 2010

Estimado Afiliado,

Dentro de nuestros ciclos de Promoción y Prevención de Salud, queremos invitarlos a las próximas charlas según las siguientes unidades temáticas.

En caso que sean de su interés, les rogamos anotarse previamente en los departamentos indicados para reservar los cupos. Le recordamos que las charlas son gratuitas y esperamos contar con vuestra presencia.

¿Qué es la Hipertensión arterial?

Charlas a cargo del Cardiólogo Dr. Roberto Superchi, Psicólogas Silvana Abbate y Anable Viera y Nutricionista Maren Torheim.

Objetivo:

- Saber cómo y cuándo tomarse la presión
- Cómo interpretar las cifras para ayudar al médico tratante
- Conocer y ejercer cambios en el estilo de vida para lograr un tratamiento integral
- No dejarse librado al futuro ni a la exclusiva toma de medicamentos
- Tratar de controlar la presión arterial para evitar consecuencias vasculares.

Por consultas, mayor información e inscripciones comunicarse con el Departamento de Cardiología, Int. 3344 o al mail cardiologia@hospitalbritanico.org.uy

Comer de todo y comer variado

Charlas a cargo de la Nutricionista Maren Torheim.

Objetivo:

- Llevar a la práctica una alimentación saludable
- Conocer el contenido nutricional de los alimentos
- Comprender la información brindada en los envases de los alimentos

Jueves 19 Agosto, 18.30 hs.

Auditorio, 3er piso de edificio Morales 2578 (Policlínico)

Por consultas e inscripciones comunicarse con el Departamento de Reserva de Horas, Int. 2740.

Muchas gracias, sin más aprovechamos la oportunidad para saludarlos cordialmente.