

Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2018

- Mercado
- Polideportivo
- Asociaciones
- Ayuntamiento o juntas de distrito
- Radio/Televisión



Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2017

● Mercado

Objetivo; promover compra saludable

Actores;

- Profesionales de enfermería, residentes, estudiantes de enfermería, otros Profesionales.
- Población que acude al mercado.



Actividad;

Los profesionales acudirán bien identificado en horario predefinido a un mercado de la zona con los folletos RECOMENDACIONES EN AUTOCAIDADOS CARDIOSALUDABLES

Acercarse a las personas que están realizando sus compras diarias e interrogar sobre el menú de ese día, proponiendo que valoren si es o no saludable, entregar folleto con explicación e

Indicar que pueden acudir a su CS a realizarse una valoración del riesgo cardiovascular



Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2017

● Polideportivo

Objetivo; promover actividad física

Actores;

-Profesionales de enfermería, residentes, estudiantes de grado de enfermería, otros

Profesionales.

-Profesionales de los centros deportivos de la zona

Actividad;

Actividad de coordinación los profesionales acudirán bien identificado en horario predefinido a un centro deportivo de la zona (o varios según recursos) con los folletos RECOMENDACIONES EN AUTOCUIDADOS

CARDIOSALUDABLES explicar la actividad a los trabajadores del centro y solicitar permiso para realizarla (recomendable realizarlo días previos al 14 de marzo)

El día de la actividad acercarse a las personas que están realizando ejercicio en las instalaciones interrogar sobre cuanta actividad realizan y felicitar por

Tener incorporado el ejercicio a su autocuidado Preguntar por otros puntos del folleto entregar uno con explicación e indicar que pueden acudir a su CS a realizarse una valoración del riesgo cardiovascular



Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2017

● Asociaciones

Objetivo; promover autocuidado



Actores;

-Profesionales de enfermería, residentes, estudiantes de grado de enfermería, otros profesionales.



Actividad;

Actividad de coordinación los profesionales contactarán con alguna asociación de la zona, ancianos, mujeres, vecino, etc.,

Pasar esta presentación y entregar un folleto

RECOMENDACIONES EN AUTOCUIDADOS CARDIOSALUDABLES con explicación e indicar que pueden acudir a su CS a realizarse una valoración del riesgo cardiovascular en caso de estar dentro de la edad de riesgo.



Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2017

● Ayuntamiento o juntas de distrito

Objetivo; promover autocuidado

Actores;

-Profesionales de enfermería, residentes, estudiantes de grado de enfermería, otros profesionales.

Actividad;

Actividad de coordinación los profesionales contactarán con concejales de salud, técnicos de salud de ayuntamientos, funcionarios responsables de salud, etc., de la zona.

Proponer actividad posible previa al día 14.3.17;

-Solicitar publicidad de la actividad por vía institucional en carteles, folletos, medios de comunicación que dispongan

-Actividad puede ser;

-Taller RECOMENDACIONES EN AUTOCUIDADOS CARDIOSALUDABLES a vecinos del ayuntamiento

-Actividad deportiva; caminata saludable, gimnasia

-Taller de relajación

En cualquiera de las actividades entrega del folleto con explicación.



Propuesta actividades fuera del Centro de Salud 14 marzo 2017

◉ Radio/Televisión

Objetivo; promover autocuidado

Actores;

-Profesionales de enfermería, residentes, estudiantes de grado de enfermería, otros profesionales.

Actividad;

Actividad; coordinación los profesionales contactarán con medios de comunicación de la zona: radios, periódicos o revistas locales

Actividad; Siguiendo los aspectos recogidos en el folleto RECOMENDACIONES EN AUTOCUIDADOS CARDIOSALUDABLES promover incorporación de hábitos de vida saludables para prevenir eventos cardiovasculares e informar de la actividad que se realiza en el CS calculo de RCV en personas entre 40 y 65 años

