



## JORNADA "UNIVERSIDAD CARDIOSALUDABLE"

Organiza: Catedra de Salud Cardiovascular UAX.

Dr. E. Asin Cardiel

Con la colaboración de la Sociedad Castellana de Cardiología.

Día: jueves 30 de marzo de 2017.

Hora: 11: 30 hrs.

Lugar: SALÓN DE ACTOS

11:30. Introducción y presentación.

11:35 Hábitos de Vida Cardiosaludables. L. López Bescos.

- Visión global y recomendaciones prácticas. N. Tarín Vicente.
- Hipertensión arterial, "el asesino silencioso". L. Rodríguez Padial

12:05 Ejercicio físico, deporte y corazón. E. Asin Cardiel

- Aspectos fisiológicos cardiovasculares del Ejercicio Físico y adaptación al entrenamiento. L. Serratosa Fernández
- Riesgos del Ejercicio Físico y deporte. Sobreentrenamiento. A. Boraita Pérez.

Descanso (10 minutos)

13:05. Reanimación cardiopulmonar (RCP) básica.

- Reconocimiento de la parada cardiaca. Primeros auxilios y RCP básica. Á. Grande Ruiz.
- Demostraciones prácticas. **Inscripción obligatoria de los estudiantes que quieran asistir en el mail:** [lmanzcar@uax.es](mailto:lmanzcar@uax.es)

La orientación de este curso es fundamentalmente de divulgación, dirigida tanto a estudiantes de Medicina, Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Fisioterapia y otras áreas de la Salud, como a profesores de diferentes materias y público en general.