



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Etapa 1: trabajo de campo, diagnóstico y capacitación

Sábado 20 al martes 23 de noviembre

Humahuaca

Objetivos:

- Conocer y analizar la realidad de la salud cardiovascular de la población de una ciudad a 3.000 metros sobre el nivel del mar.
- Generar propuestas para mejorar las condiciones sanitarias en las que se encuentran.
- Investigar incidencia de patologías específicas asociadas a las condiciones de vida de esta población en estudio.

Sábado 20 de noviembre

JORNADA EDUCANDO: PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR DESDE EL NÚCLEO FAMILIAR

Esta jornada, destinada a docentes y líderes locales, tiene como objetivo capacitar a los participantes en los aspectos fundamentales que potencian la prevención de las enfermedades cardiovasculares para promover, a través de la educación, una forma de vida saludable desde la infancia. De esta forma, los docentes y líderes jujeños, con el respaldo de CONAREC y FCA iniciarán el primer eslabón de la "cadena de prevención familiar: docente-alumno, alumno-familia, familia-comunidad".

La jornada consta de 3 módulos:

- Módulo 1: Presentación del Programa Educando. Factores de riesgo cardiovascular.
- Módulo 2: Alimentación saludable.
- Módulo 3: Adicciones: Tabaquismo, droga y alcohol.

Lunes 22 y martes 23 de noviembre

CAMPAÑA DE MEDICIÓN Y CONCIENTIZACIÓN DE FACTORES DE RIEGO

Con el objetivo de ofrecer a la comunidad de Humahuaca la posibilidad de conocer los valores de los factores de riesgo más prevalentes fomentando la necesidad de mantener controles periódicos en el tiempo se invitará a los niños de escuelas locales a concurrir con sus padres a realizarse de manera gratuita un control que consistirá en un electrocardiograma, una espirometría y mediciones de colesterol, presión arterial y perímetro de cintura.

A lo largo de los controles se realizarán pequeñas charlas de concientización entre los especialistas y los pacientes sobre cómo y por qué se debe cuidar la salud cardiovascular haciendo especial hincapié en los siguientes temas:

- Importancia de realizar actividad física y su forma de relacionarla con el juego diario y al aire libre.
- ¿Qué es la presión y por qué se debe conocerla?
- ¿Qué es una alimentación saludable y cuáles son los beneficios? Se armarán propuestas saludables con menús locales.
- Por último, se entregará material con información sobre los temas abordados.

La Jornada de prevención y medición se llevará a cabo en el Hospital General Belgrano de Humahuaca y los resultados obtenidos serán analizados y estudiados para realizar un diagnóstico de situación de la salud cardiovascular de la población estudiada.

Este diagnóstico, que estará a cargo de los médicos de CONAREC, tiene como objetivo conocer el estado de salud cardiovascular de la población infantil local, conocer los valores medios de presión y perímetro de cintura y analizar la alimentación y situación de vivienda de los habitantes de Humahuaca.

Por último, y sobre la base de los resultados analizados todos las personas que participaron de la campaña recibirán un informe escrito sobre el estado de su salud cardiovascular.



Etapa 2: capacitación y medición de resultados
Miércoles 24 al domingo 28 de noviembre
San Salvador de Jujuy

Miércoles 24 de noviembre 10.30 hs.

Salón Auditorio OSDE Filial Jujuy- Av. 19 de Abril 551

Jornada de capacitación y formación de líderes:

“PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR, UN CAMBIO DE PARADIGMA”

Es una jornada de capacitación dirigida a quienes comprenden la importancia de la prevención para mejorar la calidad de vida de la población. Tiene como objetivo capacitar a quienes serán los agentes locales en cada lugar de la provincia para ser Promotores de salud.

PROGRAMA:

Coordinador: Dr. Pablo Gustavo Pieroni- **Conferencista:** Dr. Ricardo Mario Iglesias

- 10.30 hs: Convocatoria- apertura
- 11.00 hs: Presentación
- 11.15 hs: Conferencia
- 12.00 hs: Preguntas y Cierre

Miércoles 24 de noviembre 13.00 hs.

Salón Auditorio OSDE Filial Jujuy- Av. 19 de Abril 551

Jornada de capacitación y formación de líderes:

CURSO DE REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR PARA LÍDERES PROVINCIALES:

DIRIGIDO A DOCENTES, BOMBEROS Y POLICÍAS

Se entrenará a los líderes estratégicamente seleccionados en las maniobras de Reanimación Cardiopulmonar Básica según los últimos lineamientos de la American Heart Association.

El entrenamiento, que consta de una parte teórica y una práctica, estará a cargo de instructores de la Fundación Cardiológica Argentina y abordará el siguiente temario:

- Activación del sistema de emergencias médicas.
- Resucitación cardiopulmonar en adultos, niños y bebés.
- Maniobras de desobstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño en adultos, niños y bebés.

Jueves 25 de noviembre

Teatro Mitre (Alvear y Balcarce)- 18 hs

APERTURA JORNADAS CONAREC

Evaluación y desarrollo de propuestas sustentables

Con los resultados obtenidos durante ambas etapas se trabajará en el diseño de una campaña local de prevención de factores de riesgo y mejoramiento de la calidad de vida de la población local, incluyendo planificación de acciones de salud y difusión de información para la comunidad que serán trabajadas por miembros de CONAREC a mediano y largo plazo en conjunto con FCA.

Además, se podrá observar el impacto que puedan generar a futuro las capacitaciones brindadas que permanecerán en el seno de la región tiempo después.

Domingo 28 de noviembre

CAMINATA SALUDABLE

Con el objetivo de promover la importancia de la actividad física para mejorar la calidad de vida de la comunidad y prevenir el desarrollo de enfermedades cardiovasculares se realizará una caminata aeróbica de 3 Km.

La actividad convocará a todas las familias locales y se llevará a cabo en el Parque San Martín (Parque Cerrado).

Además, se realizará la donación de un Desfibrilador Externo Automático, donado a los Bomberos de la Ciudad de San Salvador de Jujuy, a su director y dotaciones.



ESTA CAMPAÑA ES POSIBLE GRACIAS A LA COLABORACIÓN DE:

