

XIV SEMANA DEL CORAZÓN  
URUGUAY  
26 AL 30 DE SEPTIEMBRE 2005  
PROGRAMA NACIONAL DE ACTIVIDADES<sup>1</sup>

Auspician:

Ministerio de Salud Pública, Facultad de Medicina, Sociedad Uruguaya de Cardiología,  
Sindicato Médico del Uruguay, Federación Médica del Interior, Banco de Previsión Social,  
Asociación Procardias.

MONTEVIDEO

**ACTO DE APERTURA**

Lunes 26 de Septiembre de 2005 – 11:30 a 12:30 horas

Salón de Actos de la Presidencia de la República, Edificio Libertad.

Mesa Principal: Sr. Presidente de la República, Sra. Ministra de Salud Pública, Sra. Decana de la Facultad de Medicina y Sr. Presidente de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular.

11:30 a 12:00

Palabras del Sr. Presidente de la República y del Presidente de la CHSCV

12:00 a 12:10

Disertación – Datos epidemiológico-estadísticos (Área Epidemiología de la CHSCV)

12:10 a 12:20

Disertación – Experiencia de la Policlínica de Prevención cardiovascular, del Departamento de Prevención y Promoción de Salud de la Corporación Médica de Paysandú (CO.ME.PA.)

12:20 a 12:30

Disertación – Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular

Entrega de premio a la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, por parte de la OMS/OPS, por su contribución a la lucha contra el tabaquismo en Uruguay.

Transmisión simultánea por Tele-Conferencia en 19 “Salas Virtuales Departamentales” de ANTEL.  
“Sala Virtual de Montevideo” : Ramón Massini 3012 esquina Bartolito Mitre (Pocitos). Entrada libre.  
Salas Departamentales (ver por Departamento)

**“CARPA CORAZON SANO” - EXPLANADA MUNICIPAL**

El Lunes 26 de Septiembre a partir de las 13 horas.

Del 27 al 30 de Septiembre, de 10:00 a 16:00 horas,

Avda. 18 de Julio y Ejido

Medición de presión arterial, determinación de glucemia y colesterol a visitantes mayores de 30 años con más de un factor de riesgo cardiovascular (cv), cálculo del índice de masa corporal (IMC). Aplicación de cuestionario con entrega de copia al interesado. Distribución de material educativo – informativo.

CASMU: durante toda la semana ofrecerá al público asistente la degustación de salsas hiposódicas saludables (horario a determinar).

Participan: Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, CASMU, SMI, Círculo Católico, Asociación Procardias, Hospital Británico, Hospital Policía, Hospital de Clínicas, Facultad de

---

<sup>1</sup> Actividades comunicadas hasta el día 29 de Agosto de 2005

Enfermería (grupo de estudiantes de la licenciatura con docente), Asociación de Estudiantes de Medicina.

### **“CARPA CORAZÓN SANO” - EXPLANADA MUNICIPAL - Charlas participativas**

Lunes 26 de Septiembre,

“Alimentación saludable” a cargo de la Escuela de Nutrición y Dietética (de 16 a 16:30)

“El uso del pescado en la alimentación” a cargo de la Dirección Nacional de Recursos Acuáticos (DINARA), de 16:30 a 17:00.

Martes 27 de Septiembre,

“Cómo abaratar el costo de la canasta familiar” a cargo de CASMU (de 16 a 16:30)

“El consumo de Omega 3 y la salud cardiovascular” a cargo del Instituto Antártico del Uruguay (de 16:30 a 17:00)

Miércoles 28 de Septiembre

Palabras del Sr. Intendente de Montevideo (16 horas)

Jueves 29 de Septiembre,

“Peso saludable” a cargo de la Sociedad Uruguaya para el Estudio de la Obesidad (16 a 16:30)

Viernes 30 de Septiembre,

1.- Charla “Los beneficios cardiovasculares de la actividad física” – Sociedad Uruguaya de Medicina del Deporte (16 a 16:30)

2.- Maniobras de reanimación cardio-pulmonar básica, a cargo de médicos docentes (16:30 a 17:30 )

### **FERIA CARDIOSALUDABLE Y ACTIVIDADES RECREATIVAS EN EXPLANADA MUNICIPAL**

Apoya: Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular

Lunes 26 de Septiembre, (de 14 hasta las 20 horas)

Feria “Cardiosaludable”

Visita del Sr. Ministro de Ganadería, Agricultura y Pesca

Organiza: Asociación de Feriantes, Intendencia Municipal de Montevideo (IMM), Asociación de Productores Orgánicos del Uruguay y Mercado Modelo.

Martes 27 de Septiembre, (desde las 14 horas)

Actividad física con adultos

Organiza: Ministerio de Turismo y Deporte – Departamento de Deporte Comunitario

Miércoles 28 de Septiembre,

1.- División Salud - Grupos de Autoayuda – (de 10 a 16 horas)

2.- Circuitos Aeróbicos – Secretaría de Deportes

Cierre de la actividad con palabras del Sr. Intendente de Montevideo a las 16 horas

Organiza: Intendencia Municipal de Montevideo

Jueves 29 de Septiembre, (desde las 14 horas)

1.- “Por un aire sin humo de tabaco – disfrutemos nuestros hogares 100% libres de humo”

Actividad de información y diálogo a cargo del Instituto de Enseñanza de Enfermería con participación de estudiantes de la institución.

2.- “Actividad recreativa” conjunta con la Asociación Cristiana de Jóvenes (áreas menores y juveniles)

3.- Entrega de material informativo por parte de integrantes de diversas organizaciones y personal de la Comisión Honoraria de Lucha Contra el Cáncer sobre la temática de la contaminación del aire con humo de tabaco y posibles soluciones a instrumentar en los diferentes ámbitos cotidianos en los que desarrollamos nuestro diario vivir, con énfasis en los hogares.

Organiza: Propuestas conjuntas con la Comisión Honoraria de Lucha Contra el Cáncer

Viernes 30 de Septiembre, (desde las 14 horas)

Actividad física con 250 escolares (Escuelas Nos. 6, 12, 94, 131, 269)

Visita del Sr. Ministro de Turismo y Deporte

Organiza: Consejo de Educación Primaria, Asociación Cristiana de Jóvenes-Alumnos del Instituto Universitario, Ministerio de Turismo y Deporte – Departamento de la Enseñanza

## **FERIAS VECINALES**

“Movida Cardiosaludable” en ferias vecinales (en horario de la mañana)

Martes 27 de Septiembre: Vázquez Ledesma y Tomás Diago (Villa Biarritz)

Miércoles 28 de Septiembre: Freire y Agraciada (Aguada)

Jueves 29 de Septiembre: Grecia y Centro América (Cerro)

Viernes 30 de Septiembre: Besares y Osvaldo Cruz (Curva de Maroñas)

Apoyan: Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular; Mercado Modelo; Asociación de Feriantes.

Participación de Maestros y alumnos de 4to. año de Escuelas Públicas, estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de la República y estudiantes de la Licenciatura de Enfermería de los cursos de “Diagnóstico de salud individual y Colectiva” (1er año), “Atención al adulto y anciano” (2do año) y “Atención al niño y adolescente” (3er año).

Distribución de material informativo

### ***Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular***

#### **Área Epidemiología**

Preparación de información estadística de las enfermedades cardiovasculares, para difusión a nivel nacional (Informe Abreviado).

Atención de consultas de datos de mortalidad y morbilidad cardiovascular. Sede de Bvar. Artigas 2358 en el horario de 14 a 18 horas.

#### **Área Educación para la Salud**

1.- Apoyo en la coordinación de actividades de la “Semana del Corazón” y en la difusión de la misma

Atención telefónica de la línea 0800 8187 abierta para orientar e informar a fumadores que tienen interés en dejar su adicción.

2.- Actividades conjuntas con ANEP – CODICEN - Gerencia de Programas Especiales, Programa Educación para la Salud. Durante la semana se realizará el inicio de “ciclos itinerantes de carteleras” por instituciones educativas, centros de formación docentes, bibliotecas públicas, etc.

Actividad a nivel nacional.

3.- Conjuntamente con el Consejo de Educación Primaria. Martes 27 de Septiembre

Acto de lanzamiento del juego “Historia de Rocío” para alumnos de 5º y 6º año.

Salón de Actos del CEP 4º piso (Bartolomé Mitre y Buenos Aires), 11 horas.

4.- Con el Ministerio de Educación y Cultura - Área Innovación, Ciencia y Tecnología para el Desarrollo, Consejo de Educación Secundaria - Museo de Historia Natural “Carlos Torres de la Llosa” – Departamento de Salud y Medio Ambiente se organizó:

Miércoles 28 y Jueves 29 de Septiembre en Facultad de Ciencias.

Registro de “Proyectos Juveniles en Salud Cardiovascular”, pertenecientes a alumnos de instituciones de educación media e instituto de formación docente, durante la feria departamental de Clubes de Ciencia de Montevideo.

5.- Conjuntamente con las Áreas Epidemiología y Estadística y Genética Molecular:  
Museo de Historia Natural “Dr. Carlos Torres de la Llosa” - Departamento de Salud y Medio Ambiente

Jueves 29 de Septiembre

“Encuentro de actualización en salud cardiovascular para docentes de todo el país”

El evento está destinado a docentes del Consejo de Educación Primaria, Educación Secundaria, Educación Técnico Profesional, estudiantes del Instituto Profesores Artigas, Institutos Normales, CERP, Instituto Superior de Educación Física, Instituto Universitario ACJ, Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina Facultad de Enfermería y Facultad de Psicología.

Anfiteatro del Museo (Eduardo Acevedo 1419 – Montevideo) entre las 17 y las 19 horas.

Por inscripciones dirigirse al Museo de Historia Natural personalmente o por teléfono 4095841

6.- Junto a la Comisión Honoraria de Lucha Contra el Cáncer – Área de Capacitación Profesional y a la Facultad de Psicología – Área Salud se organizó:

Viernes 30 de Septiembre (12:30 horas)

Taller “Habilidades Sociales para la Prevención del Tabaquismo”, destinado a jóvenes.

“Liceo Howard” y grupo “La Pascua”.

### **Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular**

#### **Ministerio de Educación y Cultura**

#### **Consejo de Educación Secundaria – Museo de Historia Natural “Carlos Torres de la Llosa”**

Viernes 30 de Septiembre

Firma de Convenio del “Concurso Juvenil de Proyectos Cardiosaludables”, durante la clausura de la Feria Departamental de Clubes de Ciencia.

### **Área Genética**

#### **MSP – Hospital Pasteur**

Miércoles 28 de Septiembre (horario matutino)

Actividad científica sobre genética cardiovascular, a cargo del Área de Genética Molecular-Cardiovascular de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular. Participan Cátedra de la Facultad de Medicina y médicos del Hospital.

### **Sector Administrativo**

Apoyo a la organización de la “Semana del Corazón” y en actividades en la “CARPA CORAZÓN SANO”.

A través de las líneas urbanas 4802715 y 4815929 el Sector Administrativo brindará información sobre las actividades de la Semana del Corazón. Atención del público asistente a la sede, entrega de material informativo-educativo, otros.

### **Ministerio de Salud Pública (MSP)**

Jueves 29 de Septiembre, hora 15

Exposición en el Anfiteatro de la Facultad de Medicina. Disertación del Sub-Secretario del Ministerio de Salud Pública y del Director de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular  
El mismo día en la Explanada de la Facultad de Medicina la Asociación de Estudiantes de Medicina (AEM) realizarán control de presión arterial, entrega de folletería informativa-educativa.

### **A.S.S.E.**

#### **Hospital Pereira Rossell – Cardiología Pediátrica – Policlínica de Prevención de Factores de Riesgo Cardiovascular**

#### **Banco de Previsión Social – Policlínica de Hipertensión Arterial en Niños y Adolescentes**

Charla en el Balneario “La Floresta” sobre hipertensión arterial en niños y alimentación saludable, con la participación de trabajo realizado por Farmacia “La Floresta” (ver Departamento Canelones)  
Charla en escuela pública “Benito Juárez” sobre alimentación saludable y sobre hipertensión arterial en el niño.(Actividades en organización al momento de cerrar el Programa)

### **Hospital Pasteur**

Durante la semana el Servicio de Cardiología, Nutrición y Dietética y Salud Mental organizaron las actividades que se detallan:

- 1.- Charlas en el Hospital. Prevención primaria de la enfermedad cardiovascular. Prevención secundaria de la enfermedad cardiovascular.
- 2.- Estudio RICOR (Riesgo Coronario). Relevamiento zonal en coordinación con Policlínicas barriales. Valoración de factores de riesgo cardiovascular y predicción del riesgo de enfermedad cardiovascular (SCORE).
- 3.- Difusión de consejos “Vida Sana, Corazón Sano”, realizando conjuntamente con actividades sociales de la zona.

Jueves 29 de Septiembre

Los funcionarios del Hospital se dirigen a la comunidad para invitar a los fumadores a cambiar un cigarrillo por una manzana. Apoya: Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular

### **Hospital Maciel**

1.- 26 y 29 de Septiembre. Talleres educativos en la sala de espera del Centro. Los temas a abordar serán: alimentación cardiosaludable, factores de riesgo cardiovascular y medidas de prevención. A cargo de equipo multidisciplinario (Licenciada en Enfermería, Médico y Licenciada en Nutrición).

2.- Martes 27 de Septiembre. Visita a la Feria vecinal el día (Bs. Aires y Colón). Entrega de folletería e información a la población.

3.- Elaboración de “pancarta” que se colocará en la “Plaza Matriz”.

El día Miércoles 28 de Septiembre hora 10 se concurre a dicha Plaza a brindar e intercambiar información. Cálculo de IMC.

Es importante destacar que en coordinación con la “Escuela Matriz” y la “Facultad de Enfermería” se realiza diariamente en la sala de espera actividades educativas sobre la temática cardiovascular.

### **Centro de Salud Unión**

Realizará durante la Semana del Corazón actividades educativas y reparto de folletería en escuelas, liceos y en el barrio.

### **Centro de Salud Piedras Blancas**

Realizará tareas de educación para la salud y entrega de folletería en Manga

### **Centro de Salud La Cruz de Carrasco**

Actividades durante toda la semana.

Objetivo: Promover y difundir estilos de vida saludables que permitan disminuir la incidencia de las enfermedades cardiovasculares.

Actividades: Se realizarán actividades prácticas de promoción y prevención de patologías cardiovasculares dentro del Centro de Salud y en la Comunidad.

Lunes 26 de Septiembre de 8:30 a 10:30 horas

En escuela N° 130 se realizará actividad educativa con entrega de folletería y control de presión arterial a los niños de 6° grado A y B.

Martes 27 de Septiembre de 8 a 10 horas

Actividad educativa con 6° año, con entrega de folletería y control de presión arterial, a cargo de internas de enfermería.

Lunes 26 a Jueves 29 de Septiembre

Se realizarán talleres con los diferentes grados. Los temas tratados en los distintos talleres van a ser "alimentación", "actividad física", "hábitos nocivos", "estrés".

Viernes 30 de Septiembre

Finalizando la semana se hará una exposición de carteleras y maquetas elaboradas por los alumnos, donde se invitará a los padres. Esto será realizado por las internas de enfermería y licenciada del Centro de Salud.

En el Centro de Salud se llevará a cabo talleres los días martes y jueves a las 11 horas.

Los mismos consisten en el trabajo en sub-grupos sobre diferentes temáticas (principales patologías cardiovasculares, alimentación, hábitos nocivos, estrés, actividad física). Para culminar cada grupo expondrá lo trabajado. Estas actividades serán guiadas por una Licenciada en Enfermería, una residente en Medicina Familiar, una Nutricionista y seis internas de enfermería.

Durante toda la semana se realizará controles de presión arterial a todos los usuarios interesados, a cargo del personal de enfermería del Centro.

Habrà apoyo visual promocionando e informando sobre las actividades a realizarse durante la semana, a través de carteleras y afiches que se colocarán en el Centro de Salud y en comercios barriales.

Acciones dirigidas a la comunidad.

Todos los días en el horario de la tarde se instalará un puesto de control de presión arterial y entrega de folletería en la puerta de los principales centros comerciales de la zona.

Para cerrar la semana el día sábado 1º de Octubre se realizará en el Parque Rivera una "Feria Saludable", en la que se den a conocer acciones en pro de la salud cardiovascular de la población. Se realizarán actividades de promoción de salud a través de actividad física, se creará un circuito por el parque para caminatas; se habilitará canchas donde practicar diferentes deportes y juegos para niños.

Se invitará a los diferentes grupos y proyectos de la zona a que expongan en "stand" lo que realizada en pro de la salud cardiovascular cada uno durante el año (Intervienen: Proyecto de huertas hidropónicas, grupos para dejar de fumar, grupos de adultos mayores, grupos de gimnasia, feriantes de la zona, escuelas, guarderías).

Esta acción es coordinada con el Centro Comunal Zonal 8 de la Intendencia Municipal de Montevideo, el cual brinda el espacio físico, docentes de educación física y materiales necesarios para las diferentes actividades físicas.

### **Centro de Salud Jardines del Hipódromo**

Actividades en el Centro de Salud y Área de influencia durante toda la semana:

1.- Instalación de un stand frente al Centro de Salud donde se realizará control de la presión arterial y promoción de salud sobre alimentación, actividad física y tabaquismo, con entrega de folletería informativa-educativa de la CHSCV.

2.- Se propondrá a instituciones de la zona (formales, no formales, comisiones de vecinos con los que se viene trabajando en promoción de salud desde hace muchos años) trabajar con temas que tienen que ver con la salud cardiovascular.

3.- Los trabajos realizados (dibujos, afiches, obras de teatro, canciones) serán presentados en la jornada final interinstitucional a realizarse el día Viernes 30 de Septiembre

4.- Caminata el día Miércoles 28 de Septiembre

5.- Jornada de la Salud Cardiovascular en el gimnasio ubicado entre los Liceos 45 y 58 de Camino Maldonado, el día 30 de Septiembre entre las 10 y las 16 horas.

### **Centro de Salud Giordano**

Martes 27 de Septiembre

Colocación de "stand" en Salón de Actos sobre temas de salud, a cargo de estudiantes del liceo. Se pintará el muro del Centro.

Miércoles 28 de Septiembre

Caminata con adolescentes y Mujeres en Acción, además de público (disfraces, mucho ruido, tambores), desde la Plaza Numero 4, Liceo y culmina en el Centro Giordano.

Viernes 30 de Septiembre

Cierre con espectáculo en Plaza de Deportes Nº 4 (cuerda de tambores, ejercicio con telas, zamba y serie gimnástica)

### **Clínicas Preventivas**

Sector Cardiología

Distribución de material educativo-informativo de la CHSCV a postulantes del carné de salud. Charlas sobre temas de promoción de salud cardiovascular y prevención primaria, dirigido a médicos; personal de enfermería, de laboratorio, administrativo y para público en general.

Horario: de 10 a 11 horas de martes 27 a viernes 30 de Septiembre.

### **Centro de Referencia de Atención Primaria de Salud (CRAPS)**

De lunes a viernes de la "Semana del Corazón" se realizarán tareas de promoción de la salud cardiovascular y prevención, en sala de espera, a cargo del equipo de salud.

Viernes 30 de Septiembre: taller para cesación de tabaquismo

Durante la semana se efectuarán actividades de coordinación con la Policlínica SAO de la IMM y la Plaza de Deportes Nº 12. Asimismo un taller de "promoción y prevención en salud cardiovascular" con grupo de adultos mayores de Salud Mental.

### ***Sociedad Uruguaya de Medicina del Deporte – Sociedad Uruguaya de Cardiología***

#### **Charla "Promoción de la Salud por la Actividad Física" – "Médico Muévete"**

Viernes 30 de Septiembre, 20 horas, lugar a confirmar.

Charla dirigida a los médicos.

Informes: 4863059 ( de 9 a 14 horas)

### ***Facultad de Enfermería***

Apoyo a las actividades de la "CARPA CORAZON SANO" en la Explanada Municipal y de las actividades programadas en las ferias vecinales. Acciones de organización de los grupos que concurrirán a estas actividades, a cargo de docentes y entrenamiento de estudiantes que participarán en las mismas.

Demás docentes y estudiantes realizarán en sus campos de práctica actividades informativas relativas a la "Semana del Corazón", "Promoción de hábitos saludables", con entrega de folletería.

Se estima la participación de 740 estudiantes y 34 docentes.

También concurrencia de docentes de farmacología, fisiopatología y epidemiología para desarrollar actividades informativas relativas a la temática.

### ***Círculo Católico***

Actividades relacionadas con la prevención, educación y comunicación para usuarios y público en general.

Departamento de Enfermería. Sector Policlínicas.

Toda la semana control de presión arterial y glucemia en "Unidad Preventiva y Orientación al Usuario". Entrega de carné de control. Atención personalizada. Consultorio 19, de 9 a 12 y de 15 a 19 hs.

Lunes, Miércoles y Viernes, proyección de video "Por amor al corazón" y "Cocinando con el corazón en mente". Entrega de folletería. Hall – Consultorio 18 de 9 a 11 y de 13 a 15 hs.

Todas estas actividades son gratuitas para socios y funcionarios.

Policlínica de Pediatría – Consultorio 15, en todas sus consultas.

Muestra de frutas y verduras. Participan los pequeños usuarios de 2 a 10 años.

Control de presión arterial y peso corporal. Dirigida a usuarios de 11 a 17 años.

Orientación a los padres sobre hábitos saludables con apoyo de folletería. Atención personalizada. Afiches y material educativo en filiales y sucursales

Invitación a concurrir a la “CARPA CORAZON SANO”. Atención permanente de auxiliares de enfermería y nutricionista. Control de presión arterial y peso. Entrega de recetas cardiosaludables y folletería.

La Directiva de Círculo Católico, en atención a la celebración de sus 120 años y en adhesión a la “XIV Semana del Corazón” le facilita a Ud. la realización del próximo control cardiológico con un Electrocardiograma (E.C.G.) en forma gratuita.

Esta orden se efectiviza en el “Sector Cardiología” ( 4109261 AL 68 interno 270) y tiene una vigencia de 3 meses a partir del día 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”. Total 120 órdenes que se entregarán a visitantes de la “CARPA CORAZON SANO” que no tengan afiliación mutua.

### ***Universal Sociedad de Producción Sanitaria***

1.- Actividades dirigidas a la comunidad en la Plaza de Deportes N°7, con presencia de autoridades de la institución y ambulancia.

2.- Jornadas internas de prevención de factores de riesgo dirigidas al personal de la institución.

3.- Distribución de material informativo de la CHSCV, durante toda la semana. Se entregará tanto a socios como a funcionarios con la finalidad de sensibilizar sobre la temática.

### ***Hospital Británico***

Organiza: Departamento de Cardiología, Departamento de Enfermería, Departamento de Alimentación

1.- Consulta de enfermería con medición de factores de riesgo cardiovascular o usuarios de la Policlínica.

2.- Orientación nutricional dirigida a usuarios de la Policlínica, a cargo del equipo de nutricionistas.

3.- Mesa de alimentos cardiosaludables

4.- Distribución de folletería informativa-educativa y recetarios en el “Coffee Shop” del Hospital Británico

5.- Educación nutricional a pacientes internados con entrega de folletería y preparaciones cardiosaludables.

6.- Emisión de videos educativos para el cuidado de la salud cardiovascular

Durante todo el año la institución ofrece a sus usuarios educación para la salud en “Grupos de Educación en Salud Vasculuar”, clases de planificación de menús saludables y alimentos saludables y cardiosaludables en la cafetería.

### ***C.A.S.M.U.***

Se comienza el Sábado 24 de Septiembre, hora 15, con una caminata lúdica “Mi corazón, Mi Patrimonio”. Salida de Portones de Carrasco. Atractivo: ejercicio físico, conocer lugares históricos, sorteos diversos. Charla inicial a cargo de médico. Coordinación de médica.

Domingo 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”, hora 10:30

Caminata “Mi corazón, Mi Patrimonio”. Salida del Museo Zorrilla. Atractivo: ejercicio físico, conocer lugares históricos. Sorteos diversos.

Del Lunes 26 al Viernes 30 de Septiembre. Control por medio de análisis de colesterol, glucemia, talla y peso. Ver: Carpa “Corazón Sano” – Explanada Municipal



Lunes 26 de Septiembre. UPECA Colón, hora 16  
Charla. Prevención de riesgo cardiovascular (incluyendo sedentarismo e inadecuada alimentación). Tabaquismo. Hipertensión Arterial. Dislipemias.

Lunes 26 de Septiembre. Biblioteca Batlle y Ordóñez, Piedras Blancas. Hora 18  
Charla sobre prevención de riesgo cardiovascular.

Martes 27 de Septiembre, Policlínico 8 de Octubre. Hora 10  
Charla: prevención del riesgo cardiovascular (incluyendo sedentarismo e inadecuada alimentación), tabaquismo, hipertensión arterial, dislipemias

Miércoles 28 de Septiembre, Policlínico 8 de Octubre. Hora 18  
Charla: prevención del riesgo cardiovascular (incluyendo sedentarismo e inadecuada alimentación), tabaquismo, hipertensión arterial, dislipemias

Jueves 29 de Septiembre, Policlínico de 8 de Octubre, 14 horas  
Charla: prevención del riesgo cardiovascular (incluyendo sedentarismo e inadecuada alimentación), tabaquismo, hipertensión arterial, dislipemias

### ***Dirección Nacional de Sanidad de las Fuerzas Armadas***

Las actividades planificadas están dirigidas a usuarios de la institución y al público en general, en el anfiteatro "Casa Viera" de la Escuela de Sanidad de las FF.AA. (8 de Octubre 3050) en el horario de 10 a 12 horas los días 26, 28 y 30 de Septiembre.

- 1.- Lunes 26 de Septiembre. Factores de riesgo cardiovascular y alimentación cardiosaludable
- 2.- Miércoles 28 de Septiembre. Sedentarismo y actividad física
- 3.- Viernes 30 de Septiembre. Taller sobre "Cómo incluir hábitos cardiosaludables en nuestra vida diaria"

Durante los tres días se realizará el control de la presión arterial, como así también el peso corporal y la medición de la cintura.

Estas actividades serán realizadas por profesionales integrantes de la Escuela de Sanidad de las FF.AA.; Servicio de Educación para la Salud; Servicio de Cardiología; Servicio Medicina del Deporte.

Distribución de material informativo-educativo de la CHSCV.

### ***ANDA - Servicio Médico***

Instrumentación de plan de difusión y educación para la prevención y diagnóstico precoz de los factores de riesgo a través de:

- 1.- Jornada de promoción y prevención de riesgos cardiovasculares en el hall de entrada de ANDA  
Encuesta breve de antecedentes familiares y personales: medición de talla, peso e índice cintura-cadera.; medición de la presión arterial, entrega de folletería informativa.
- 2.- Participación del público en un cuestionario sobre contenidos teóricos que le permitirán intervenir en un sorteo.
- 3.- Conectar al usuario con riesgo de enfermedad cardiovascular con nuestras policlínicas de prevención (tabaquismo, hipertensión, dislipemias) sin costo en las tres primeras consultas.
- 4.- Promoción en sala de espera, de una alimentación cardiosaludable con apoyo audiovisual y educación continua por parte del personal de enfermería y médico.
- 5.- Promoción del folletín informativo de ANDA sobre las Policlínicas de Prevención y Promoción de la "Semana del Corazón".

6.- Incorporación en el seguimiento telefónico (que se realiza en el Servicio para el “Control del Niño Sano”), preguntas y captación de usuarios con factores de riesgo cardiovascular conectándolos para su control y seguimiento en las Policlínicas de Prevención.

### **AMEC**

Al momento de imprimir el Programa se estaba organizando la realización de actividad, por lo cual no están detalladas aquí.

### **COPAMHI**

Lanzamiento de chequeo clínico y para-clínico cardiovascular, gratuito para todos los socios de 40 a 60 años. Aplicación de formulario de detección de factores de riesgo con derivación de los socios fumadores a la Policlínica de Tabaquismo Social de la institución.

Posteriormente, con los datos obtenidos se realizará un estudio epidemiológico.

### **Corporación Médica Uruguaya - MUCAM**

#### **Servicio de Prevención y Rehabilitación**

1.- Conferencias alusivas a la prevención cardiovascular. Temas: prevención primaria de la hipertensión arterial, síndrome metabólico, cómo realizar una correcta alimentación para prevenir enfermedades cardiovasculares. Todos los temas están dirigidos a la comunidad.

2.- Degustación de “Comidas Cardiosaludables” bajo la coordinación del Departamento de Nutrición de la institución.

3.- Colocación durante toda la semana de un “stand” en el “hall central” donde los visitantes puedan consultar su índice de riesgo cardiovascular, así como conocer los valores de su presión arterial, glucemia, etc.

4.- Colocación de un “stand” en el “hall central” donde se podrá consultar a una nutricionista que enseñará los pasos fundamentales para una correcta alimentación.

### **Intendencia Municipal de Montevideo**

#### **CCZ2**

Miércoles 28 de Septiembre

En la Plaza “25 de Agosto”, ubicada en Guayabo y Eduardo Acevedo, se realizará una jornada de sensibilización y promoción de la salud cardiovascular. La organización está a cargo de la Comisión de Salud del Concejo Vecinal de la Zona 2.

#### **CCZ 12**

Actividades de sensibilización previas a la Semana del Corazón en el marco del proyecto “Fin de Semana en Colón” . Instalación del Policlínico Móvil en la Plaza Vidiella, con el objetivo de promover distintas actividades cardiosaludables y brindar a la población información sobre la temática.

### **Policlínica Paso de la Arena - Grupo de Hipertensos de Paso de la Arena**

Lunes 26 de Septiembre, hora 13 salida de Anfiteatro Carlos Caffa, Tomkinson y Luis Batlle Berres.

“Cardiocaminata”: convocatoria a vecinos, actores sociales, efectores de salud y grupo de hipertensos y diabéticos de la región oeste.

Se realizará entrega de folletería y reunión al finalizar la cardio-caminata

### **Policlínica Paso de la Arena - Grupo de Diabéticos de Paso de la Arena**

Jueves 29 de Septiembre, hora 9 el inicio hasta 11 horas, en la Asociación Ex Alumnos de Paso de la Arena (AEXALPA).

Reparto de folletería y puesto de control de presión arterial en feria vecinal: Cibils y Tomkinson.

Se convoca a vecinos, actores sociales y efectores de la salud. Reunión final.

### **Policlínicas INVE 9 y Yucatán 10**

Por motivos de agenda se realizará previamente. El día 7 de Septiembre caminata y posterior taller sobre factores de riesgo cardiovasculares, para lo cual intervienen todos los hipertensos que se asisten en la Policlínica. Se estimulará la formación de un grupo que funcione periódicamente con la finalidad de generar un espacio de contención y autoayuda. El grupo de caminata partirá a las 14 hs. desde el local de la Policlínica, sito en Yucatán y Serrato, y el taller se desarrollará en el local de la Comisión Pro-fomento de Villa Española a las 15 hs., en la calle Arellano casi Serrato. En la Plaza de Deportes N° 5 participación de un equipo de la Policlínica con un “stand cardiosaludable” en el marco de la corre-caminata que organiza la Red de Salud de la Unión el día 16 de Septiembre a las 10 horas. En ese “stand” se controlará la presión arterial, peso y se medirá de cintura de los asistentes, con entrega de folletería. Durante la “Semana del Corazón” en el local de las Policlínicas se distribuirá material informativo-educativo y charlas en sala de espera, en el horario de la mañana y a medio día.

### **Policlínica Comunitaria Los Ángeles**

El grupo de autoayuda de obesos, diabéticos e hipertensos de la Policlínica organizó la entrega de material informativo-educativo a vecinos del barrio;  
Jueves 29 de Agosto 14 horas: instalación de puesto de control de presión arterial, etc.  
Calle: Los Ángeles esquina Curitiba (barrio Municipal)

### **Policlínica Casavalle**

Los grupos de autoayuda de esta Policlínica y el coro “Acompazar” organizaron actividades para la “Semana del Corazón”.

Lunes 26 de Septiembre (hora 11)

Previa difusión a los vecinos sobre las actividades programadas, se repartirá folletería de la CHSCV, se instalarán carteles y se brindará información sobre las enfermedades cardiovasculares y cómo prevenirlas.

Miércoles 28 de Septiembre (hora 11)

Taller sobre factores de riesgo cardiovascular

Viernes 30 de Septiembre (hora 11)

Juego de evaluación sobre la jornada-taller del día miércoles. Actuación del Coro “Acompazar”

### **Centro de Información en Enfermería (CIE)**

Al momento de imprimirse el Programa, las actividades se estaban organizando por lo que no se encuentran detalladas aquí.

### **UTE - Subgerencia Medicina Laboral**

Al momento de imprimirse el Programa, las actividades se estaban organizando por lo que no se encuentran detalladas aquí.

### **ANCAP – Departamento Médico**

Actividades permanentes en Montevideo en Oficinas Centrales, La Teja, La Tablada, Manga:

- 1.- Recepción y entrega de folletería alusiva a la “Semana del Corazón” 2005.
- 2.- Cartelería
- 3.- Material informativo a través de Intranet
- 4.- Puestos de control de glucemia, presión arterial e índice de masa corporal (IMC). Tres horas de mañana y tres horas de tarde, atendidos por enfermeros del Departamento Médico.
- 5.- Consejo Médico durante el mismo lapso de tiempo
- 6.- “Dieta Cardiosaludable” en comedores de oficinas centrales y La Teja

Actividades puntuales:

- 1.- Charlas sobre hipertensión arterial (interactivo) y alimentación y obesidad.
- 2.- Degustación de alimentos cardiosaludables posteriormente a las charlas
- 3.- Clases de cocina: alimentos sin sal, preparación de salsas de soja, etc.

#### 4.- Campeonato de fútbol y “volley” y/o actividades deportivas para jubilados

En las Plantas del Interior: Terminal del Este, Paysandú, Minas, Durazno, Treinta y Tres y Juan Lacaze (ver por Departamento)

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay***

#### **1.- Servicio de Salud Ocupacional**

Durante la semana se realiza difusión interna vía “Intra-BROU” (“Intranet institucional), de la incidencia de las enfermedades cardiovasculares y de los principales factores de riesgo modificables y su corrección; distribución de folletería de la CHSCV, a todas las sucursales del interior del país y agencias de la capital (130).

Se destaca el funcionamiento en la institución de una policlínica de apoyo para la cesación del tabaquismo en convenio con el Fondo Nacional de Recursos.

#### **2.- División Recursos Humanos – Departamento de Servicio Médico**

Detección de factores de riesgo cardiovascular a todos los funcionarios. Interrogatorio previo con el llenado de un formulario pre-diseñado. Los datos obtenidos enriquecerán la base de datos existente, con la finalidad de desarrollar actividades preventivas.

### ***Banco Hipotecario del Uruguay – Club***

Adhiriéndose nuevamente este año a la conmemoración de la “Semana del Corazón” instalará un “stand” atendido por un profesional de la salud que informará a los interesados sobre los factores de riesgo cardiovascular. El pasado año fueron evaluadas 120 personas.

Asimismo realizarán: controles de glucemia capilar, presión arterial, medición de peso-talla y cintura abdominal; entrega de carné con información del riesgo cardiovascular del paciente; entrega de folletería informativa.

### ***OSE – Servicios Médicos***

Actividades a llevarse a cabo por parte de los Servicios Médicos:

- 1.-Difusión de la propuesta de la CHSCV para la semana del 26 al 30 de Septiembre
- 2.- Difusión en el edificio central y por correo electrónico a todos los funcionarios de OSE del país, del material brindado por la Comisión, inclusive el menú cardiosaludable.
- 3.- Visita a la Región Metropolitana, Este y Oeste para entrega de material informativo
- 4.- Presentación de los datos estadísticos, resultado de la encuesta sobre obesidad realizada la pasada “Semana del Corazón” 2004.
- 5.- Promoción de hábitos saludables, actividad física, alimentación sana y deshabituación tabáquica.
- 6.- Intensificación de las actividades en las Policlínicas de Obesidad y Tabaquismo que funcionan en el Organismo
- 7.- Actividades en Guardería para niños y sus padres.

### ***Dirección Nacional de Bomberos – RR.HH***

Participación de funcionarios en maratón desde el Obelisco hacia la Intendencia de Montevideo el día viernes 30 de Septiembre a las 15 horas.

## **CODICEN**

### **Unidad de Prevención – Programa de Educación para la Salud – Servicio Médico**

Toma de presión arterial a niños  
Actividades docentes con los niños

### **Unidad de Salud y Asistencia**

Para la “Semana del Corazón” se seleccionará un día acorde a la afluencia de escolares, en el cual se efectuará la medición de la presión arterial.

Otras actividades serán las de carácter educativo, con material didáctico que abarcará hábitos cardiosaludables.

Los técnicos a cargo serán el personal médico y las educadoras para la salud.

### **Secretaría de Capacitación y Perfeccionamiento Docente**

Centro Regional de Profesores del Sur – Sede Atlántida

1.- Sensibilización, exploración de página web de la CHSCV, con especial énfasis en el tabaquismo.

2.- Buzón de consultas instalado en el Centro y on-line

3.- Cierre: aclaración de dudas y conclusiones acerca de los tópicos más importantes.

Coordina: Médica que actualmente trabaja en proyectos regionales con Licenciado de la CHLCC

### **Consejo de Enseñanza Primaria**

#### **Programa de Alimentación**

Se trabajará el tema de la salud cardiovascular en escuelas (Nos. 6, 12, 94, 131, 269) cercanas a la “CARPA CORAZON SANO”, instalada en la Explanada de la Intendencia Municipal de Montevideo. Participación en actividad que se realizará en dicha Explanada el día viernes 30 de Septiembre. Invitación a escuelas privadas.

#### **Inspecciones Departamentales**

Actividades en diferentes Plazas de Deportes

### **Consejo de Educación Secundaria**

#### **Inspecciones de Biología y Educación Física**

Entendiendo la importancia del rol de la educación en la concienciación de los jóvenes acerca de la prevención de las enfermedades cardiovasculares y a través de ellos a sus familias y la comunidad; de que los docentes de ambas asignaturas poseen oportunidades de coordinar acciones con los estudiantes, se autorizó a que todos los centros liceales desarrollen actividades que se sumen de manera significativa a los esfuerzos que se vienen implementando desde diferentes ámbitos para favorecer la salud cardiovascular de la población.

- ✓ Clases de información, prevención y promoción acerca de la salud cardiovascular y los factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
- ✓ Elaboración de carteleras informativas
- ✓ Investigación acerca de información científica actualizada con relación a las afecciones cardiovasculares en el Uruguay
- ✓ Realización de entrevistas, encuestas, con procesamiento y análisis de resultados
- ✓ Intercambio de información obtenida en diferentes medios de comunicación locales/nacionales
- ✓ Organización y participación en corre-caminatas y otras actividades deportivas que favorezcan la promoción de salud en la comunidad.
- ✓ Clases abiertas a padres y a la población en las cuales los alumnos tengan amplia participación.
- ✓ Elaboración de proyectos y difusión de los mismos en el contexto liceal y en la comunidad.

- ✓ Elaboración de folletos para entregar a la población en general

Realización de coordinaciones interinstitucionales con organizaciones que se encuentren abocadas a los mismos objetivos con el fin de potenciar las acciones realizadas.

Agradeciendo la colaboración, se espera lograr que las actividades que se desarrollen logren una participación activa de docentes y alumnos así como de los diferentes actores del centro liceal.

La Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular hace llegar folletería informativa-educativa a las correspondientes inspecciones para distribuir en los locales liceales.

### **TV Educativa**

Lunes 19 de Septiembre – Emisión de programa exclusivo sobre la “Semana del Corazón”. Información y mensaje a cargo de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular – Coordinación de Programas y Proyectos.

### ***Instituto de Enseñanza “Santa Elena”***

Colaboración y difusión de la “XIV Semana del Corazón”. Distribución de material informativo-educativo de la CHSCV al alumnado y sus familias. Medición de la presión arterial de alumnos. En coordinación con médicos deportólogos, organización de “CORREYBICICLETEADA”. Actividades en organización al momento de imprimir el presente Programa, por lo cual no están detalladas aquí.

### ***Colegio “Nuestra Señora del Perpetuo Socorro” (Sayago)***

Sumándose a las acciones en pro de la salud cardiovascular, organizaron:

- 1.- Jornadas de Expresión plástica para niños del 2er ciclo. Temas “No al tabaco” y “Vida en Movimiento, Vida Saludable”.
- 2.- Niños de 2do ciclo “Nuestro Cuerpo”.
- 3.- Los niños de 3er ciclo arribarán el tema desde un punto de vista estadístico: “Incidencia de la patología cardiovascular en el Uruguay”.
- 4.- Taller de hábitos alimentarios saludables (para adultos). Cocina cardiosaludable. Actividad que desarrollarán los pequeños de nivel inicial.
- 5.- Actividad física integrada de niños y padres
- 6.- El día 30 de Septiembre se hará una exposición de los trabajos realizados que culminarán con una recorrida.
- 7.- Invitación a participar. Es de fundamental importancia tomar la responsabilidad del cuidado del cuerpo desde temprana edad ya que cada vez más los niños eligen su menú, merienda, etc. El mercado nos ofrece color y diversión pero no salud.

### ***FUCVAM – Grupo de Agentes Comunitarios – Salud Comunitaria***

Actividades previas “Dale Alegría a tu Corazón”

Sábado 24 de Septiembre

Se desarrollarán clases de “Tai Chi” en una de las plazas arboladas, previo control de la presión arterial a los concurrentes. Se remontarán cometas elaboradas en conjunto y al final una merienda sana compartida.

La Comisión de Salud de las Cooperativas de Vivienda Tebelpa y Tebelpa II programaron una actividad en el que el “Grupo de Hipertensos”, “Kilitos de más” y “Diabéticos” se unen con el grupo de niños para celebrar el “Día Mundial del Corazón”.

Durante todo el año y cada 15 días se realizan actividades informativas y de carácter social que nuclea al grupo de salud cardiovascular.

Actividades durante la semana en Casavalle, Los Angeles , Coronilla y Hornos - Nuevo París y Colón.

### ***Asociación Cristiana de Jóvenes (ACJ)***

- 1.- Durante la semana: carteles en el hall de entrada, información y entrega de folletos
- 2.- Miércoles 28 de Septiembre 13 horas: demostración de actividades en piscina del “Programa de Rehabilitación Cardiovascular” y posterior charla con el público asistente (3er piso – galería de piscina – Unidad Centro – Colonia 1870)
- 3.- Alumnos del Instituto Universitario apoyan actividad física en la Explanada Municipal (ver “Actividades en la Explanada Municipal”)
- 4.- El Instituto Universitario ACJ realizará un taller sobre el tema “Cardiopatías Congénitas y Actividad Física en niños y adolescentes”. El mismo estará a cargo de un equipo técnico integrado por profesora de educación física, médico cardiólogo, psicóloga. Apoya: Asociación de Padres de Niños con Cardiopatías (APANC).

La mencionada actividad se realizará en las instalaciones del instituto en la calle Colonia 1870 7º piso en fecha y hora a confirmar (informes 4089922))

### ***Instituto de Formación Gerontológico del Uruguay; Plaza de Deportes Nº 7; Sociedad Médica Universal***

La actividad programada tendrá como expositores a técnicos de la salud, maestros y docentes de educación física. Convocan y organizan las tres instituciones mencionadas.

Jueves 29 de Septiembre de 16 a 18 horas en Plaza de Deportes Nº 7 (Av. Agraciada esquina Camino Castro).

“Vida Sana, Corazón Sano”. Dirigido al público en general. Actividad intergeneracional. Temario: concepto de prevención cardiovascular, factores de riesgo cardiovascular, nutrición adecuada, beneficios de la actividad física (actividad práctica).

### ***Club de Leones – Área Salud***

50 Clubes de Leones, instalados en Montevideo y otros Departamentos, realizarán un pesquizamiento de presión arterial y factores de riesgo cardiovascular.

## ARTIGAS

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL.

Artigas: Río Branco 379

Bella Unión: Jaime Román entre Gral. Rivera y Gral. José Artigas

### ***MSP – Dirección Departamental de Salud de Artigas***

Se realizarán actividades educativas a nivel local y mesas de control de presión arterial.

### ***FEMI –GREMEDA – Agrupación de Corredores de Artigas (ACA)***

1.-Organización de acciones de promoción de la actividad física. Distribución de folletería (Actividades en etapa de organización al momento de imprimir el presente “Programa”, por lo cual no están detalladas aquí).

2.- Bella Unión. Actividades de información y educación. Distribución de folletería enviada por la CHSCV

Al momento de ingresar el “Programa Nacional de Actividades de la XI Semana del Corazón” a imprenta, las actividades estaban siendo organizadas; por ello no se encuentran detalladas aquí.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

## CANELONES

### **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del "Acto Inaugural" de la "XIV Semana del Corazón" por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL.

Canelones: Batlle y Ordóñez casi Tomás Berreta (ex Cine Lumiere)

### **Junta Local de Las Piedras - Comisión de Salud Integral**

Distribución de material informativo-educativo a Escuelas N° 106 "Artigas", N° 226 "Juana de Ibarbouru"; Escuela Experimental, Liceo N° 1 "Manuel Rose", N° 2 "Germán Cabrera", N° 3 "Obelisco", N° 4 Nuevo, Escuela Técnica, Escuela Ciclo Básico Tec.

La Comisión de Salud Integral, está compuesta por la Junta Local, médicos de familia, grupo de mujeres de "Las Piedras" y "Cerrillos", Policlínica Comunitaria, EMMI, CRAMI, Grupo Tercera Edad, Gremial Médica, CAPS, SOCAF, Oficina de Juventud, Casa de La Cultura, Oficina de Eventos, ASYCMA.

### **Farmacia "La Floresta" – Liceo "La Floresta" – Emergencia "EMME"**

Domingo 25 de Septiembre "Día Mundial del Corazón": Actividad organizada conjuntamente con el Liceo "La Floresta". CORRECAMINATA por el Balneario dirigida a niños, jóvenes y adultos.

Miércoles 28 de Septiembre de 10 a 18 hs: En Farmacia "La Floresta", determinación de factores de riesgo (cálculo de índice de masa corporal, medición de presión arterial, glucemia y colesterol) Entrega de material informativo a los habitantes de la zona.

Viernes 30 de Septiembre hora 10: Taller "Hipertensión Arterial y alimentación Saludable". También se presentará el trabajo realizado con los alumnos sobre " Prevalencia de HTA y valoración nutricional en liceales de 12 a 15 años".

### **Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional**

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

### **OSE – Aguas Corrientes**

En las semanas previas, campaña de difusión y sensibilización sobre la temática. Las actividades programadas para la "XIV Semana del Corazón" son:

- 1.- Domingo 25 de Septiembre "Día Mundial del Corazón" – Bicicleteada, hora 15.  
También se hará medición de la presión arterial, control de frecuencia cardíaca y respiratoria, previo a la actividad y finalizada la misma.
- 2.- Charlas en Escuela de Aguas Corrientes:  
21 de Septiembre hora 15:30: factores de riesgo cardiovasculares, a cargo de médica de familia (MSP);  
20 de Septiembre hora 17: estrés, a cargo de médico psiquiatra del Círculo Católico.
- 3.- Stand informativo en los diferentes Centros de Salud de la Zona (Policlínica de OSE, COMECA, Círculo Católico, MSP, Médico de Familia). Estarán a cargo de alumnos de 4º, 5º y 6º año de la Escuela de Aguas Corrientes, con el objetivo de informar, concienciar y sensibilizar acerca de los factores de riesgo cardiovasculares. Asesoramiento a cargo de docentes y personal de salud.



4.- Como medida de contribución a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, instalación de puesto de toma de presión arterial y cálculo del índice de masa corporal (IMC), a cargo de personal de salud de la zona  
28 y 30 de Septiembre, ubicado en la Escuela y Jardín de Aguas Corrientes, en el horario de salida.

5.- Día de la merienda saludable. En la Escuela y Jardín de Aguas Corrientes promoción de hábitos saludables de alimentación.

6.- Concurso de afiches alusivos. Con participación de todas las clases de la Escuela de Aguas Corrientes.

7.- Actividad Física a cargo de profesor de educación física. Lugar: Jardín de Aguas Corrientes, con participación de padres.

### **Ministerio de Turismo y Deporte – Plaza de Deportes “Las Piedras”**

Zona La Paz, Las Piedras, Progreso

Actividad previa. Martes 20 de Septiembre. Local AJUPEN Las Piedras (19:30 horas)

Curso de formación de agentes comunitarios en salud. Al finalizar se realizará actividad recreativa.

Domingo 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”

Plaza Las Piedras. A partir de las 8 y hasta las 14 horas.

Caminata saludable, gimnasia aeróbica, carpa para detección de factores de riesgo cardiovascular e información sobre cómo tener una vida más sana, feria de frutas y verduras, música y entretenimientos.

Lunes 26 de Septiembre (14 horas)

Bicicleteada por Las Piedras

Organiza: profesores de educación física de la Plaza de Deportes Las Piedras

Martes 27 de Septiembre

Local AJUPEN Las Piedras (15:30 horas). Actividades organizadas por profesores de educación física de la Plaza de Deportes Las Piedras.

Local AJUPEN La Paz (hora a determinar). Actividad Policlínica Comunidad.

Miércoles 28 de Septiembre (17 horas)

Master Aeróbic Mixto

Organiza: profesores de educación física de la Plaza de Deportes “Las Piedras”

Jueves 29 de Septiembre (8:30 horas)

Desde la Plaza de Deportes “Las Piedras” al Obelisco, caminata y circuito aeróbico. Niños de las escuelas Nos. 106 y 257

Organiza: profesores de educación física de la Plaza de Deportes “Las Piedras”

Viernes 30 de Septiembre (13:30 horas)

Niños de las escuelas Nos. 189 y 286, corre-caminata. Culmina con merienda saludable.

Organiza: profesores de educación física de la Plaza de Deportes “Las Piedras”

Viernes 30 de Septiembre (17:30 horas)

Caminata

Concurso de dibujos; escuelas Nos. 286 y 189

Detección de factores de riesgo cardiovascular

Charla con cardiólogo

Exposición y Música

Organiza: Grupo de Mujeres del Barrio Obelisco

### **Asociación Down Las Piedras**

La Asociación Down de Las Piedras, comunicaron su participación con las siguientes actividades:

- 1.- Martes 27 de Septiembre. 15:30 horas. Caminata con escuelas de la zona
- 2.- Charla para padres de personas con síndrome de Down. Tema: "una dieta balanceada" a cargo de nutricionista de la zona. Por más datos: [asocdownlp@hotmail.com](mailto:asocdownlp@hotmail.com)

## CERRO LARGO

### **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del "Acto Inaugural" de la "XIV Semana del Corazón" por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Melo: Batlle y Ordóñez 739

### **Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional**

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

### **Ministerio de Salud Pública**

#### **Dirección Departamental de Salud de Cerro Largo**

Conjuntamente con la Coordinadora de A.S.S.E. e integrantes de instituciones del medio realización de encuentros recreativos, actividades deportivas, control en instituciones de salud públicas y privadas. Dichas instancias están dirigidas al público en general y a grupos de escolares y estudiantes mediante visitas coordinadas a los centros de enseñanza.

Los servicios de salud del Departamento son: 17 Policlínicas rurales, 11 Policlínicas periféricas, 4 Policlínicas en centros poblados, Hospital de Melo, Hospital de Rio Branco (Total 34)

A nivel privado: CAMCEL, COMECEL, MEDICA URUGUAYA, CAME SRL, UNEM, SAM (total 6)

Apoya CHSCV con material educativo-informativo.

### **FEMI – CAMCEL**

La Policlínica de A.P.S. de CAMCEL de Melo planificó las acciones que se detallan a continuación. Las mismas serán apoyadas con material informativo-educativo proporcionado por la CHSCV.

Lunes 26 de Septiembre: se realizará a las 18 horas el lanzamiento de la Semana en la Junta Departamental de Cerro Largo, con una charla abierta a todo público a cargo de médico cardiólogo, nutricionista y profesor de educación física.

Durante toda la semana se realizarán trabajos en conjunto con la Inspección de Escuela y el Ministerio de Salud Pública a través de las Policlínicas de los barrios realizando controles de presión arterial a niños y adultos. Los médicos realizarán un tema educativo en esos barrios.

En el Sanatorio de CAMCEL se estará controlando la presión arterial a los afiliados, en diferentes áreas, llevando un registro de esta actividad. Se exhibirá el video de factores de riesgo cardiovascular en el hall y Policlínica de A.P.S.

Viernes 30 de Septiembre: culmina la semana con una caminata integrada por escolares, afiliados, público en general desde Plaza de Deportes (Herrera y Amílcar Prieto) al Parque Zorrilla. Allí se instalará una "CARPA DE LA SALUD" a cargo del Sanatorio CAMCEL, donde las actividades serán: controles de presión arterial, peso, talla, cintura, índice de masa corporal. Se entregará folletería y adhesivos alusivos a la semana.

## COLONIA

## **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del "Acto Inaugural" de la "XIV Semana del Corazón" por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Colonia: Rivadavia 420

### **Ministerio de Salud Pública**

#### **Hospital de Colonia**

"Jornadas en la "Semana del Corazón", en el Centro Departamental de Colonia

Convencidos en la prevención para la salud cardiovascular, es que la propuesta es realizar una "Jornada de Educación" dirigida a niños en edad escolar.

Junto con el Cuerpo de la Comedia Municipal se ideó hacer llegar información de una forma divertida pero no por ello menos seria, acerca de los factores de riesgo cardiovascular. Esta forma de información seguramente tendrá una repercusión directa sobre los familiares y amigos de los escolares a la vez que tendrá un efecto en la comunidad en general.

Se realizará la entrega de un alimento sano para los niños (vaso de "yogurt", frutas y cereales) al salir del espectáculo.

Se distribuirá folletería de la CHSCV.

#### **Hospital de Carmelo y Facultad de Enfermería**

Distribución de folletería informativa-educativa. Actividades educativas con información a centros de enseñanza y al público en general.

Al momento de entrar en imprenta el "Programa Nacional de Actividades de la XIV Semana del Corazón", las actividades estaban siendo organizadas; por ello no están descritas aquí.

#### **Centro Auxiliar de Nueva Helvecia**

1.- Confección de carteleras informativas para exposición en el hall del Hospital y en los Centros Educativos de la ciudad.

2.- Difusión de recetas cardiosaludables en el curso de cocina de la Escuela del Hogar "Hulda Wohlwend de Parilla".

3.- Coordinación con profesores de educación física la realización de actividades: bicicleteadas y caminatas por las calles de la ciudad.

4.- Asesoramiento de actividad física en la plaza pública a cargo de profesor de educación física con instalación de una mesa para control de presión arterial y glucemia.

5.- Difusión e información sobre la "Semana del Corazón", a través de los medios de comunicación regionales

6.- Seguimiento de los casos de hipertensión arterial y aumento de la glucosa en sangre y de valores del índice de masa corporal (IMC), detectados en el estudio realizado durante la Semana del Corazón 2004 en la Escuela del Hogar.

#### **ANCAP – Departamento Médico**

Terminal Juan Lacaze:

1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.

2.- Cartelería y folletería

3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

## **Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional**

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

DURAZNO

### **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Durazno: Manuel Oribe 674

### **Ministerio de Salud Pública**

#### **Dirección Departamental de Salud de Durazno**

Actividades durante toda la semana. Temas centrales: nutrición, actividad física, factores de riesgo.

El miércoles 24 de Agosto se realizó una reunión para definir una convocatoria pública a instituciones públicas y privadas y público en general, a inscribir propuestas departamentales para incluirlas en la programación. También la realización de una conferencia de prensa por parte de las autoridades departamentales, como lanzamiento del “Programa Departamental de Actividades de la Semana del Corazón”.

1.- Domingo 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”. 6ta. Travesía atlética “Jacinto Macusso”. De la agrupación de atletas del Uruguay. Se invita a promocionar las conductas saludables en “stand” en Plaza de Deportes N°1 .

2.- Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas Sala Virtual de ANTEL. Concurrencia a la transmisión de la teleconferencia del Acto Inaugural. Convocatoria a las autoridades departamentales. Movilización en Blanquillo y La Paloma. Control de la presión arterial en escuelas. Mega aeróbic en el entorno de “CARPA DE LA SALUD” y disertación sobre presión arterial.

3.- Martes 27 de Septiembre: Movilización en “Villa Carmen”. Se trabajará el tema tabaquismo a nivel de la enseñanza secundaria y en la “CARPA DE LA SALUD”. Discontinuación de la adicción al tabaco en trabajadores de la salud.

4.- Miércoles 28 de Septiembre: Movilización en Carlos Reyles y Centenario. Feria Saludable en Micro-centro. Plan de alimentación saludable en centros de enseñanza. Tema alimentación en la “CARPA DE LA SALUD”.

5.- Jueves 29 de Septiembre: Movilización en Sarandi del Yí. Jornada multi-deportiva (escuelas de deportes, plazas de deportes, gimnasios y clubes deportivos). Barrios Churchill, Ciclo-vía, Senda Ruta 5, Micro-Centro. Tema deporte y salud en la “CARPA DE LA SALUD”. La cultura también es salud: cine, teatro, música, libros, artes plásticas. Difusión en medios de prensa.

6.- Viernes 30 de Septiembre: Movilización “Semana del Corazón” en San Jorge, Feliciano y otros. Deporte y salud en centros de enseñanza. Entrenamiento colectivo de atletas desde el Puente Maciel a las 18 horas, con llegada a la “CARPA DE LA SALUD – CORAZON SANO”. Se invitará a la agrupación de ciclistas duraznenses y al público en general a sumarse a la propuesta. Espectáculo musical en el entorno de la “CARPA DE LA SALUD”.

Convocantes: Ministerio de Turismo y Deporte (Día 1), Ministerio de Salud Pública-Hospital de Durazno-Dirección Departamental de Durazno (Día 2), CAMEDUR (Día 3), ANEP (Día 4), Intendencia Municipal de Durazno (Día 5).

### **ANCAP – Departamento Médico**

Terminal Durazno:

1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.

2.- Cartelería y folletería

3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

### **Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional**

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

FLORES

### **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Trinidad: Alfredo Puig y Francisco Fondan

### **Ministerio de Salud Pública**

#### **Dirección Departamental de Salud de Flores**

#### **Junta Departamental de Flores**

Organización de actividades junto a numerosos actores de distintos organismos públicos y privados.

Domingo 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”

En el marco de la “Semana de la Juventud” se realizará un desfile de autos decorados y se creará una categoría, proponiendo el arreglo de los mismos sea alusivo al “corazón”.

Anuncio de los jóvenes organizadores e invitación a que participe toda la comunidad en la “Semana del Corazón”. Distribución de adhesivos y volantes con la programación.

Lunes 26 de Septiembre

1.- Tele-Conferencia en Sala Virtual de ANTEL 11.30 horas – Acto Inaugural de la “Semana del Corazón” desde la Presidencia de la República.

2.- En sesión de la Junta Departamental de Flores, integrantes de la organización se referirán a la importancia de la temática y se realizará distribución de folletería a los Sres. Ediles.

3.- Promoción de hábitos de vida saludables en actividades recreativas barriales: “Cañada – Monzón”, de 18 a 20 horas, “Los Gorriones” de 18:30 a 20:30 hs.

Distribución de Folletería.

Martes 27 de Septiembre

1.- Actividad física en Hogar de Ancianos, haciendo alusión a la celebración de la “Semana del Corazón”.

2.- Evento regional de Atletismo, con participación de delegaciones de Durazno, Florida, Flores (Ismael Cortinas y Trinidad), con sede en Durazno.

3.- Promoción de hábitos de vida saludable en actividades recreativas barriales: “Cañada Monzón de 18 a 20 horas; “Los Gorriones” de 18:30 a 20:30 horas.

4.- Promoción de hábitos de vida saludable en actividades recreativas barriales en “Barrio Unión” de 18:30 a 20:30 horas.

Miércoles 28 de Septiembre

Jornada deportiva en Plaza de Deportes con participación de escolares y liceales.

Jueves 29 de Septiembre

Llegada a Trinidad (proveniente de Florida) de la “Primera Marcha Ciclista de la Integración”

Viernes 30 de Septiembre

1.- Micro Cine Plaza, hora 15: charla informativa para docentes y alumnos de educación media, docentes de educación primaria y alumnos de formación docente.

2.- Ismael Cortinas: “Caminata al Parque” y multi-actividad de integración con alumnos y padres.

El día Sábado a la hora 10 se realizará una “Caminata por un corazón saludable” con salida desde Plaza de Deportes pasando por Plaza Constitución y Plaza Flores finalizando en Plaza de Deportes con sorteo de premios para los participantes.

Exposición de “Grupos del Medio” (discapacitados, jóvenes) que cultivan frutas y verduras, dispuesta en Plaza de Deportes a la llegada de la caminata.

Organizan: ANEP-Programas Especiales – Educación para la Salud; COMEFLO – Cooperativa Médica; Intendencia Municipal de Flores – Deportes – Oficina de la Juventud – Centro de Información a la Mujer y la Familia; Junta Departamental de Flores; MSP – Dirección Departamental de Salud – Hospital local; Ministerio de Turismo y Deporte; UMMET – Emergencia Móvil

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

FLORIDA

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL. Florida: Antonio M. Fernández esquina Ituzaingó

### ***“Semana del Corazón” en Florida***

#### ***“Nosotros pensamos con el corazón ¿Usted?. Por su salud cuídalo”***

Para coordinar las acciones que se detallan, se realizaron cuatro reuniones con total éxito, por lo que pueden llevarse a cabo más actividades de las descritas aquí. Se cuenta con apoyo de Médica Neumóloga que brindará charlas “evitemos el tabaquismo” en audiciones de radios locales.

Domingo 25 de Septiembre “Día Mundial del Corazón”

“Carrera con el corazón” – Corre-caminata – Maratón. Largada José Pedro Varela casi rotonda ruta 5, hora 10.

3km y 8 km largada única para toda la comunidad, aficionados, profesionales, adultos, jóvenes y niños. Coordina Prof. De Educación Física. Evento regional Durazno, Flores, Florida

Lunes 26 de Septiembre

1.- Pesquisa en escuelas Nos. 33, 64, 116, 4 (ciudad). Jornada matutina y tarde. Coordinan Educadora Mtra, Lic. Enf y Prof. 700 niños de 4tos a 6tos. Años. Peso, talla, presión arterial,

antecedentes familiares, diabetes, obesidad, otros factores de riesgo cardiovasculares. Preguntas sobre alimentación, tabaquismo, ejercicio físico, a cargo de Interna Lic. Enf., Aux. Enf. MSP, COMEF, IMF, Prof. Ed. Física de Primaria, Ministerio de Turismo y Deporte e IMF.

2.- En las mismas escuelas en forma simultánea se trabajará con Profesores de Educación Física e internos de Licenciatura de Enfermería en instancias educativas sobre la importancia de una alimentación sana y actividad física. Se realizarán actividades guiadas por profesores de educación física de dichas escuelas. Entrega de folletería informativa-educativa. Se invitará a familiares a participar.

3.- Igual pesquisa en Escuelas Nos. 7, 38 y 113 (300 niños) de la ciudad de Sarandi Grande (350 jóvenes). Jornada matutina y tarde. Entrega de folletería. Participan Licenciada en Enfermería, Aux. Enf. MSP, Aux. Enf. COMEF, Coordina médico.

Simultáneo hora 8 en Policlínica Barrial San Fernando, charla informativa a cargo de Licenciada en Nutrición y Médica Diabetóloga. Entrega de folletería. Coordina Lic. Nutricionista.

Martes 27 de Septiembre

1.- Pesquisa en Liceo Sarandi Grande 500 jóvenes. Jornada matutina y tarde. Coordina médico y médica. Peso, talla, presión arterial, antecedentes familiares, diabetes, obesidad, otros factores de riesgo cardiovascular. Preguntas sobre alimentación, tabaquismo, ejercicio físico. Participan Lic. Enf. y Aux. Enf. MSP, Aux. Enf. COMEF.

2.- Florida, "Estadio 10 de Julio" de 10 a 12 horas y de 14 a 17 horas. Escuela de Basketball, coordina Prof. Ed. Física. Información sobre la "Semana del Corazón" (200 niños y jóvenes)

3.- Liceo "Mendoza Grande" (interior del Departamento). Instancia educativa a cargo de MSP, Facultad de Enfermería. Turno matutino de 8 a 12 (300 jóvenes). Factores de riesgo cardiovascular, obesidad, tabaquismo, sedentarismo, dieta sana. Entrega de folletería. Actividad física a cargo de Prof. Ed. Física, gimnasia aeróbica, demostraciones por parte de alumnos con participación de padres y profesores. Coordina Lic. Enf y Prof. Ed. Física.

4.-"Policlínica Santarcieri". Instancia Educativa sobre alimentación sana, a cargo de nutricionista. Turno matutino. Entrega de folletería. Coordina Lic. Nutricionista.

5.-"Policlínica San Fernando" (ciudad). Turno tarde. Instancia educativa sobre hábitos saludables, a cargo de internas de Licenciatura de Enfermería. Entrega de folletería. Coordina Lic. Enfermera.

Miércoles 28 de Septiembre

1.- Feria en "Plaza Artigas" (ciudad). Feria de verduras y frutas, en horario de 9 a 12 horas. Instalación de puestos de control y asesoramiento, haciendo alusión a la "Semana del Corazón". Control peso, talla, educación incidental con entrega de folletería. Participan internas de Licenciatura de Enfermería, Profesores de Educación Física, Aux. de Enfermería de IMF, COMEF, MSP. Coordina Lic. Enfermera. Se entregará una fruta a toda persona que se controle y se le realice la entrevista en el puesto.

2.- "Policlínica Prado Español" (ciudad). Turno tarde. Instancia educativa sobre hábitos saludables, a cargo de internas de Licencia de Enfermería. Entrega de folletería. Coordina Lic. Enfermera.

3.- "Escuela Nº 2 Varela" (ciudad) Turno de 8:30 a 9:30 horas. Instancia educativa sobre hábitos saludables, a cargo de internas de Licenciatura de Enfermería. Entrega de folletería. Coordina Lic. Enfermera.

4.- Piscina Municipal de Florida (IMF). Turno matutino y vespertino. Profesores de Educación Física promoverán actividades dedicadas al corazón. Entrega de folletería.

5.- Corre-caminata en Sarandi Grande. Pasando por todas las escuelas y el liceo, con participación de niños y jóvenes. Apoyo de toda la comunidad llegando al Lago de Sarandi con lanzamiento de globos y una gran merienda de frutas (compartida). Coordinan médicos.

6.- Escuela de tiempo completo “La Cruz” (Interior del Departamento). 100 niños. Instancia educativa a cargo del MSP, Facultad de Enfermería. Turno vespertino 14 a 17 horas. Factores de riesgo cardiovascular: obesidad, tabaquismo, sedentarismo. Promoción de dieta sana. Entrega de folletería.

Actividad física con profesor de educación física de la escuela. Demostración de gimnasia por parte de alumnos. Participación de padres y maestros. Culmina con merienda saludable compartida (lecho y/o fruta). Se solicitó evaluación de los primeros niveles de expresión plástica, dibujo, 4tos a 6tos, expresión escrita. Tema “Cómo cuidar nuestro corazón”. Coordina Lic. Enfermera y Director de la Escuela.

Jueves 29 de Septiembre

1.- “Policlínica Central Lavalleja” – Hospital de Florida. Turno de 9 a 10 horas. Instancia educativa sobre factores de riesgo cardiovascular, a cargo de interna de Licenciatura en Enfermería. Entrega de folletería. Coordina Lic. Enfermera.

2.- Escuela Nº 102, “Piedra Alta” (ciudad). Instancia educativa por parte de interno de Licenciatura en Enfermería. Turno de 10 a 12 horas. Actividad física por parte de Profesor de Educación Física.

3.- Piscina Municipal de Florida – IMF (ciudad). Profesores de Educación Física realizarán actividades dedicadas al corazón. Entrega de folletería. Turnos matutino y vespertino.

4.- “Policlínica Santarcieri” (ciudad). Turno vespertino. Instancia educativa sobre hábitos saludables a cargo de internas de Licenciatura en Enfermería. Entrega de folletería.

5.- Instancias educativas en Policlínicas barriales de la ciudad de Sarandi Grande. Coordina médico.

Viernes 30 de Septiembre

1.- Estadio “Campeones Olímpicos”. Turnos Matutino y vespertino. “Mini encuentro deportivo por el corazón del mañana”. Se realizará un encuentro departamental de escuelas. Participarán los mejores tiempos en diferentes disciplinas de atletismo. Se brindará información sobre la “Semana del Corazón” y se entregará folletería. Coordina Profesor de Educación Física.

2.- Simultáneo se realizará un encuentro entre diferentes equipos de “hand-ball” en “Plaza de Deportes” de la ciudad. Coordina Prof. Educación Física. Se brindará información sobre la “Semana del Corazón” y se entregará folletería.

3.- “Policlínica Florida Blanca” (ciudad). Turno matutino de 8:30 a 9:30 horas. Instancia educativa sobre hábitos saludables a cargo de internas de Licenciatura en Enfermería. Entrega de folletería.

El día sábado 1º de Octubre se realizará una Feria en la “Plaza Asamblea” (ciudad). Feria de frutas y verduras. Turno 9 a 12 horas. Se instalarán puestos de control y asesoramiento, haciendo alusión a la “Semana del Corazón”. Control de peso, talla, educación incidental, entrega de folletería. Participan internas de Licenciatura en Enfermería, Profesores de Educación Física, Auxiliares de Enfermería de IMF, COMEF, MSP. Coordina Lic. Enfermera.

Se entregará una fruta a toda persona que se controle y se le realice entrevista en el puesto.

Posibilidad de bicicleteada en la ciudad de Florida (a confirmar).

Instituciones participantes: MSP-ASSE, Dirección Departamental de Salud, Coordinación de Áreas Ambulatorias, Hospital de Florida, Departamento de Enfermería, Facultad de Enfermería, Hospital Sarandi Grande, Intendencia Municipal de Florida, Ministerio de Turismo y Deporte, Cooperativa Médica de Florida, Enseñanza Primaria, Enseñanza Secundaria, Comunidad de Florida.



Equipo Multidisciplinario-Interinstitucional: Médico cardiólogo de COMEF, ginecólogo de MSP, Licenciada en Enfermería (MSP, Facultad de Enfermería, COMEF), Maestra Educadora para la Salud (Enseñanza Primaria), Profesores de Educación Física (IMF, Enseñanza Secundaria, Ministerio de Turismo y Deporte), Licenciado en Nutrición (MSP, COMEF).

Coordinadores: Médica de la Dirección Departamental; Jefa del Departamento de Enfermería del Hospital de Florida y COMEF, Docente Gradoll Ct. Adm.Facultad de Enfermería; Médico cardiólogo de COMEF e IMF; Profesor de Educación Física, Director de Deportes IMF; Maestra Educadora para la Salud; Nutricionista MSP, Área Ambulatoria y COMEF.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

LAVALLEJA

#### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Minas: Rodó y W. Beltrán

#### ***ANCAP – Departamento Médico***

Terminal Minas:

1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.

2.- Cartelería y folletería

3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

MALDONADO

#### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL. Punta del Este: Calle 24 esquina 25

#### ***Liceo Nº 3 de Maldonado***

Se plantea trabajar fundamentalmente sobre dos factores de riesgo (sin descuidar los demás): sedentarismo y obesidad.

Actividad de apertura. “Caminata Cardiosaludable”. Participan alumnos, docentes, no docentes, padres. Durante la misma se entregarán “invitaciones” a participar en todas las actividades organizadas.

1.- Pesquiazamiento de diabetes

2.- Control de presión arterial

3.- Cálculo de IMC (medición de altura, peso y se mostrará cómo calcular el IMC) Paralelamente se registrarán los datos para luego procesarlos estadísticamente.

4.- Desayuno o merienda cardiosaludable

5.- Rutinas alimenticias (recuperar el desayuno como comida fundamental, desayunos alternativos)

6.- Consejos útiles para evitar los efectos del exceso de sal y aceite.

7.- Las comidas rápidas, los snack, etc.

## 8.- La actividad física

¿Qué y en que medida hay que hacer?

1.- Cálculo interactivo de riesgo

2.- Taller de RCP para alumnos de 3er año, profesores y padres. En el salón comunal para contar con espacio adecuado y prever situaciones de estado de tiempo).

3.- Evaluación de la actividad en el momento y mediante encuesta a la casa (para padres y alumnos)

4.- Paneles de divulgación

“Obesidad, enfermedad del Siglo XXI”; “Costos vidas, costo país de las enfermedades cardiovasculares”; “Tabla de presión arterial (edad/valores esperados)”; “Tabla de Kcal. Necesarias diarias según edad y actividad”; “Factores de riesgo – cuáles son, qué producen, como se evitan”; “Alimentos perjudiciales” (cartelera elaborada en base a envases de papas fritas, alfajores, bebidas cola, etc.). Lectura reflexiva de sus componentes.

Alternativas al gimnasio (uso de escaleras en lugar de ascensores, caminar en lugar de viajar en ómnibus, bicicleta, etc.) .Actividades en el Campus de Maldonado. Maniobras de reanimación cardio-pulmonar (RCP).

### **ANCAP – Departamento Médico**

Terminal Este:

1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.

2.- Cartelería y folletería

3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

### **Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional**

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

## PAYSANDÚ

### **ANTEL**

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Paysandú: Juan Zorrilla y Sarandí

### **Intendencia Municipal de Paysandú – Secretaría de Deporte**

#### **COMEPA, Cruz Roja**

Durante la semana:

Actividades masivas con personas adultas, en la rama de la gimnasia formativa y aeróbica, incluyendo los grupos de prevención cardiovascular denominados “DEPORVIDA” (de la Intendencia y de COMEPA).

Actividad organizada con Cruz Roja dirigida a niños y otra para jóvenes y adultos.

Participación del grupo multidisciplinario conformado por médicos, psicóloga, nutricionista, enfermera, nurse, asistente social y profesores de educación física.

### **ANCAP – Departamento Médico**

Terminal Paysandú:

1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.

2.- Cartelería y folletería

3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

### **CEP - Inspección Departamental de Educación Primaria**

Como en años anteriores se instó a diferentes organizaciones educativas, de deporte y salud a participar junto a la Inspección Departamental de Educación Primaria.

Coordinación a través del Cuarto Ciclo de Educación y Promoción de Salud para Educadores.

Convenio – Inspección Departamental de Educación Primaria de Paysandú – COMEPA – Comisión de Prevención y Promoción de Salud.

- 1.- Caminatas en plazas, entregando mensajes con apoyo de padres y abuelos
- 2.- Paseos por el barrio portando pancartas y entregando mensajes
- 3.- Bicicleteadas
- 4.- Recreación al aire libre
- 5.- Musicalización de recreos
- 6.- Juegos con padres
- 7.- Creación de juegos con intervínculos para escolares, elaborados en salas de informática, en coordinación con la maestra del grado.
- 8.- Remontar cometas y mandar mensajes
- 9.- Actividades de educación física a cargo de profesores del área
- 10.- Campeonatos de “baby” fútbol
- 11.- Talleres con padres, con creación de afiches
- 12.- Concurrencia de todos los alumnos y el personal docente con distintivo rojo (cinta, brazalete, corazón)
- 13.- Colocación de un corazón gigante en la Avenida cercana a la escuela
- 14.- Al inicio de la jornada, 15 minutos dirigidos por el profesor de educación física y con el acompañamiento de padres se realizará una actividad rítmica.
- 15.- Charla de nutricionistas y médicos
- 16.- Feria de comidas saludables
- 17.- Confección de un “recetario de la abuela”
- 18.- Cartelera alusiva en los centros educativos y comercios del barrio
- 19.- Proyección de cintas de video sobre salud cardiovascular
- 20.- Control de presión arterial, pulso, peso y talla en escolares de la Escuela N° 112. Aplicación de una encuesta al núcleo familiar del alumno.
- 21.- Igual actividad más encuesta sobre tabaquismo en Instituto de Formación Docente.
- 22.- Curso de Primeros Auxilios para docentes a cargo de COMEPA
- 23.- Promoción de audiciones radiales, televisivas y de la prensa escrita.
- 24.- Conocer las principales enfermedades coronaria. Manejar valores del Uruguay.
- 25.- Curso de primeros auxilios a cargo de emergencias móviles: masaje cardíaco
- 26.- Conocimiento de las maniobras de RCP que pueden salvar vidas
- 27.- Elaboración de un dietario
- 28.- Costumbres familiares y sociales en la alimentación
- 29.- Actividad física
- 30.- Confección de afiches y folletos promoviendo hábitos saludables
- 31.- Realizar ejercicios físicos
- 32.- Trabajar diferentes factores de riesgo modificables en las enfermedades cardiovasculares
- 33.- Encuentros InterEscolares de escuelas urbanas del interior departamental (10 y 17)
- 34.- Visita a Policlínica barrial de incidencia al centro educativo
- 35.- Charla de profesionales
- 36.- Jornada de Juegos estimulando el deporte y la actividad física
- 37.- Actividades con profesor de educación física, invitando a padres
- 38.- Transmitir y difundir a través de mensajes realizados por los alumnos, pautas que favorezcan el cuidado y fomenten una vida saludable
- 39.- Realizar tarjetas en forma de corazón, las cuales tendrán mensajes. Repartido en la comunidad del Liceo
- 40.- Participación de asignaturas de Biología, Dibujo, Educación Física, Idioma Español
- 41.- Producción de alimentos saludables. Huerta orgánica e invernáculo
- 42.- Interpretar calendario hortícola
- 43.- Talleres con la preparación de cultivo de hortalizas y verduras
- 44.- Curso de conservación de alimentos con profesores de UTU y de la IMP en la Rural N° 12

45.- Salud para la vida: texto informativo. Vocabulario. Recetario de comidas cardiosaludables

Coordinan: Equipos de Inspectores de Zona de la Inspección Departamental de Educación Primaria. Educadora para la Salud del CO.DI.CEN.

Participan: Escuelas y Liceos del Departamento

***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

RIVERA

***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Rivera: Agraciada 606

***Ministerio de Salud Pública***

**Dirección Departamental de Salud y Centro de Salud de Rivera**

Durante toda la semana:

1.- Instalación de una “CARPA CARDIOSALUDABLE” en el frente del Centro de Salud, para la comunidad. En la misma se llevarán a cabo instancias educativas dirigidas a los visitantes sobre temas como “hipertensión arterial”, “colesterol”, “alimentación”, “enfermedad coronaria”, etc.

Asimismo se realizará control de la presión arterial, colesterol, peso, talla y cálculo de índice de masa corporal (IMC). Se invitará a las instituciones del barrio a que visiten la misma.

2.- Se coordinarán actividades educativas con escuelas y CAIF de los barrios Pueblo Nuevo, Pirineos, Magisterial, Caqueiro, SOCAF.

3.- Plaza de Deportes: se realizarán “Caminatas Cardiosaludables” y se instalará un puesto de control de presión arterial.

***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

RIO NEGRO

***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Fray Bentos: 18 de Julio y Blanes

***Ministerio de Salud Pública***

**Dirección Departamental de Salud de Río Negro**

Actividades en coordinación con la Comisión de Deporte local. Distribución de material informativo-educativo de la CHSCV.

***CODICEN***

**Gerencia de Programas Especiales – Programa de Educación para la Salud**

1.- “Construyamos una escuela cardiosaludable” - Experiencia en dos escuelas de Fray Bentos. Coordinadas por médica del CEP y Educadora para la Salud del Departamento.

2.- Propuesta “Merienda Saludable”

Se propone trabajar a partir de la cantina escolar, promover la venta de productos naturales (frutas, lácteos, tortas de verduras, etc.), brindar una opción nutritiva y poner en práctica conocimientos adquiridos en el aula.

3.- Difusión del Concurso Juvenil de Proyectos Cardiosaludables, organizado por la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular-Área Educación para la Salud, Ministerio de Educación y Cultura y Museo de Historia Natural “Dr. Carlos Torres de la Llosa”, motivo por el cual muchos Clubes de Ciencia se han orientado hacia esta temática. Realización de Jornadas sobre alimentación saludable apoyando dichos Clubes.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

### ***FEMI – CAMY – Young***

Actividades en etapa de organización al momento de imprimir el “Programa Nacional de Actividades de la XIV Semana del Corazón”.

ROCHA

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Rocha: 25 de Agosto entre 18 de Julio y Gral. Artigas

### ***FEMI - COMERO***

Actividades en etapa de organización al momento de imprimir el “Programa Nacional de Actividades de la XIV Semana del Corazón”.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

SALTO

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Salto: Gral. José Artigas y 25 de Agosto

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

### ***Unidad Básica Asistencial Nº 1***

1.- Organización de actividades conjuntas con escuelas de la zona (Nos. 10 Jardinera y 120 1er año). Control de presión arterial, peso, talla (relacionado con la edad). Organización a cargo de Licenciada en Enfermería.

2.- Control de presión arterial, peso, talla a niños mayores de un año que concurren al control en la Policlínica y relacionarlo con el tipo de alimentación que están recibiendo. Organización a cargo de Licenciada en Enfermería.

3.- Charlas educativas sobre prevención. Temas: tabaquismo, alcohol, sedentarismo, dieta saludable, recreación y deportes. Apoyan: Licenciada en Nutrición, médico de la Oficina Deporte de la Intendencia Municipal)

4.- A los adultos que concurren a Policlínica: control de presión arterial, cálculo de índice de masa corporal (IMC), medida abdominal, colesterol, glucemia, Organización a cargo de Licenciada en Enfermería.

Al finalizar las actividades se elaborará informe para ser remitido a la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular.

#### ***Oficina de la Coordinación General de la Red de ASSE***

Licenciada en Enfermería encargada de Policlínicas Periféricas y Rurales del Departamento organizó “Semana del Corazón” en 19 Policlínicas periféricas y 34 rurales. Coordinación con Intendencia Municipal, Enseñanza Primaria y Facultad de Enfermería.

SAN JOSÉ

#### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

San José: Evaristo Ciganda entre Colón y Sarandí

#### ***Ministerio de Salud Pública***

##### **Dirección Departamental de Salud de San José**

Al momento del cerrar el presente “Programa” sus actividades estaban siendo organizadas, por lo cual no están detalladas aquí.

#### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

SORIANO

#### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Mercedes: Roosevelt entre Colón y 18 de Julio

#### ***Ministerio de Salud Pública***

##### **Dirección Departamental de Salud de Soriano y Hospital de Mercedes**

1.- Darán a conocer la implementación a partir del mes de Octubre de un “Carné de Salud” el que contendrá datos de exámenes para-clínicos, tendientes a la detección precoz de afecciones tales como la Diabetes y las Dislipemias. Actualmente y desde hace unos años, sólo se viene realizando detección de VDRL para dicho carné. Se entiende de fundamental importancia adicionar a esta reacción: hemograma, glucemia, colesterol total y HDL colesterol.

Asimismo se está confeccionando un cuestionario que permitirá conocer otros factores de riesgo que puedan agregarse a la valoración clínica. En este trabajo están involucrados técnicos de las siguientes especialidades: cardiología, endocrinología, laboratorio clínico, internista.

En una primera etapa se comenzará realizando el “Carné de Salud” en el Hospital de Mercedes para luego en una segunda etapa poder instrumentarlo a nivel de los demás Hospitales e Instituciones del Departamento.

2.- Se realizará un informe dirigido a la comunidad acerca de la importancia y prevalencia en nuestro país de las enfermedades cardiovasculares y sus consecuencias a mediano y largo plazo. Este informe se difundirá en la prensa de las tres localidades más importantes del Departamento: Mercedes, Dolores y Cardona.

3.- Se harán los contactos necesarios para participar de programas radiales y televisivos a desarrollarse en esa semana, a fin de brindar la mayor información posible acerca de la temática cardiovascular, con participación de médicos cardiólogos locales.

4.- A confirmar: actividad deportiva en coordinación con la Dirección de Deportes de la Intendencia Municipal de Soriano.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV en todas las sucursales del Departamento.

## TACUAREMBÓ

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Tacuarembó: 18 de Julio 79

### ***Ministerio de Salud Pública***

#### **APS Paso de Los Toros**

“Septiembre: Mes de la Salud Cardiovascular”

Día 1.- Hora 9:00 Lanzamiento del Mes Cardiovascular en Centro Auxiliar del MSP

Día 3.- Hora 9:00 Campeonato Escolar de Hand Ball – Ministerio de Turismo y Deporte-Plaza de Deporte

Día 5.- Hora 20:30, 13:15 y 14:15 continuación del Campeonato Escolar de Handball

Día 5.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínicas “Los Arenales”; “Charrúa” y “Jubilados”

Día 6.- Hora 10:30, 13:15, 14:15 continuación del campeonato escolar de Hand Ball; a la hora 14:00 se realizará una caminata organizada por Liceo N° 2, 3 er año.

Día 6.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínica Plaza de Deportes

Día 7.- Lanzamiento de Policlínica de Prevención – Centro Auxiliar del MSP

Día 10.- Hora 9:00 finaliza campeonato escolar de Hand Ball

Día 11.- Maratón. Organiza Club Colón de Fútbol

Día 11.- Feria de Alimentos Cardiosaludables – Organiza UTU

Día 12.- Hora 10:00 Actividad recreativa deportiva escolar, organiza Ministerio de Turismo y Deporte

Día 12.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínicas “Los Arenales”; “Charrúa” y “Jubilados”

Día 13.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínica Plaza de Deportes

Día 14.- Feria de Alimentos Cardiosaludables – Organiza UTU

Día 19.- Continuación de la actividad deportiva escolar. Organiza Ministerio de Turismo y Deporte.

Día 19.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínicas “Los Arenales”; “Charrúa” y “Jubilados”

Día 20.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínica Plaza de Deportes  
Día 21.- Hora 9:00 Eliminatoria local de las Olimpíadas de Atletismo. Ministerio de Turismo y Deporte.  
Día 21.- Feria de Alimentos Cardiosaludables – Organiza UTU  
Día 26.- Hora 9:00 Factores de riesgo cardiovascular. Policlínica Charrúa. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 26.- Hora 16:00 Importancia del Deporte en el cuidado de la salud cardiovascular. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 26.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínicas “Los Arenales”; “Charrúa” y “Jubilados”  
Día 27.- Hora 9:00 inicio de juegos de primavera. Ministerio de Turismo y Deporte-Alumnos del Liceo N°1  
Día 27.- Hora 9:00 Factores de riesgo cardiovascular. Policlínica Charrúa. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 27.- Hora 14:00 Taller cardiovascular – Evaluación del grado de sedentarismo. Liceo N°1  
Día 27.- Hora 16:00 Importancia del Deporte en el cuidado de la salud cardiovascular. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 27.- Control de presión arterial, peso, talla y glucemia en Policlínica Plaza de Deportes  
Día 28.- Hora 8:30 y 10:00 evaluación de factores de riesgo cardiovascular en Policlínica COMTA, a cargo de médico y médica.  
Día 28.- Hora 9:00 etapa local de atletismo. Ministerio de Turismo y Deporte – Liceo N° 1  
Día 28.- Hora 14:00 juegos cardiovasculares con escolares. Ministerio de Turismo y Deporte  
Día 28.- Hora 16:00 Importancia del Deporte en el cuidado de la salud cardiovascular. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 28.- Feria de Alimentos Cardiosaludables – Organiza UTU  
Día 28.- Actividad organizada por Grupo de Docentes del Liceo N° 1 y Liceo N°2. Talleres cardiovasculares con alumnos  
Día 29.- Hora 9:00 Factores de riesgo cardiovascular. Policlínica Charrúa. Organiza Grupo de Apoyo y Comisión Administradora.  
Día 29.- Comidas Cardiosaludables. Demostración Ollas ESSEN.  
Día 29.- Campeonato Inter. Escolar. Escuelas 112 y 143 con Grupo de Apoyo Policlínica Los Arenales.  
Día 29.- 11:30 horas evaluación de factores de riesgo cardiovascular. Policlínica Plaza de Deportes. Grupo de Apoyo, a cargo de médica.  
Día 30.- Escuela de localidad de Peralta. Obra de Teatro, Canciones y Dibujos.

Participan: Junta Local Autónoma, Comisiones Administradoras de Centro de Barrio Charrúa y Plaza de Deportes, Policlínica de Jubilados, Ministerio de Turismo y Deporte, Liceo N° 1, Liceo N° 2, Club Colón de Fútbol, Escuela de la Localidad de Peralta, UTU, COMTA, SEMI, Club de Leones, Rotary Club, Asociación de Mujeres Isabelinas Independientes, Grupo de Apoyo Policlínica Los Arenales, Grupo de Apoyo Policlínica Charrúa.

### ***Intendencia Municipal de Tacuarembó***

#### **Dirección de Deportes**

Actividades en etapa de organización al momento de imprimir el “Programa Nacional de Actividades de la XIV Semana del Corazón”.

### ***FEMI - COMTA***

#### **Departamento de Vigilancia de la Salud (DEVISA)**

Conscientes de que el conocimiento, por parte de la población, de los principales factores de riesgo modificables de las enfermedades cardiovasculares permiten su prevención, trataremos de sensibilizar a la población, durante toda la semana, en una actividad de promoción, educación para la salud y prevención de la enfermedad cardiovascular. La misma se denomina “Vida sana, corazón sano” siguiendo el lema de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular.

Todas estas actividades se desarrollarán en coordinación con las demás instituciones públicas y privadas con participación activa de la comunidad.

Se dará amplia difusión en relación estrecha con los medios de comunicación, oral y escrita.



Se desarrollarán actividades permanentes y otras siguiendo un cronograma diario.

Actividades permanentes

- 1.- Instalación de “CARPA” en zona estratégica de la ciudad, con diversos “stand” para valoración antropométrica y riesgo cardiovascular; riesgo cerebro vascular “protegiendo tu corazón proteges tu cerebro”; información sobre el programa de cesación del tabaquismo; alimentación saludable.
- 2.- Otra “CARPA” con educación y actividad física.
- 3.- Personajes simbólicos de los factores de riesgo, repartiendo folletería.
- 4.- Información sobre maniobras básicas de reanimación cardio-pulmonar, basándose en charlas-talleres, dos veces al día en horarios fijos.
- 5.- Realización una vez al día conferencias o mesas redondas interactivas sobre temas centrales en el interior de la “CARPA”

Actividades diarias

- 1.- Inicio con una caminata cardiosaludable, acompañados de Banda Municipal
- 2.- Lanzamiento de un juego a nivel departamental, acorde a la “Semana”
- 3.- Actividad con niños, a cargo del Departamento de Pediatría de COMTA
- 4.- Corre-Bicicleteada con destino a una huerta orgánica
- 5.- Obra teatralizada, sobre factores de riesgo.
- 6.- Orientación a los padres, sobre hábitos saludables
- 7.- Reconocimiento a pacientes por su adhesión al tratamiento

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV.

TREINTA Y TRES

### ***ANTEL***

Lunes 26 de Septiembre, 11:30 horas

Transmisión simultánea desde el Salón de Actos de la Presidencia de la República, del “Acto Inaugural” de la “XIV Semana del Corazón” por Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales de ANTEL

Treinta y Tres: Miranda y Santiago Gadea

### ***Intendencia Municipal de Treinta y Tres***

Lunes 26 de Septiembre, se estará atento a la inauguración de la “XIV Semana del Corazón” a través de la transmisión vía “Teleconferencia” en Sala Virtual de ANTEL o por Tveo Televisión Nacional.

Martes 27 de Septiembre, “Día de Frutas y Verduras”. Coordinación con fruterías y verdulerías de la ciudad; rebaja de precios; colocación de carteles informando la importancia del consumo de frutas y verduras; entrega de folletería de la CHSCV.

Miércoles 28 de Septiembre, con la colaboración de profesores de educación física organización de una “Correcaminata” destinada a adolescentes con entrega de premios obtenidos de donaciones. Entrega de folletería durante la actividad.

Viernes 30 de Septiembre, actividades destinadas al adulto mayor.

Durante toda la semana se realizará en las Policlínicas Municipales de la ciudad, la toma de presión arterial, control de peso, medición de talla, cintura, cálculo de IMC, control de glucemia. Dichas actividades serán llevadas a cabo por estudiantes de la escuela de enfermería que funciona en la ciudad y la financiación de los reactivos se realizará mediante donaciones de distintas instituciones.

Distribución de folletería de la CHSCV

## **A.N.C.A.P.**

### **Departamento Médico**

Terminal Treinta y Tres:

- 1.- Puestos de control de presión arterial, glucemia e índice de masa corporal (IMC) atendidos por enfermeros del Departamento Médico del Ente.
- 2.- Cartelería y folletería
- 3.- Invitación a participar de las diferentes actividades de las mutualistas prestadoras de servicios a los funcionarios de ANCAP.

### ***Banco de la República Oriental del Uruguay – Servicio de Salud Ocupacional***

Distribución de folletería de la CHSCV.

### **Distribución de materiales de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (CHSCV)**

La CHSCV ha distribuido a nivel nacional , los siguientes materiales (folletería y otros impresos):

- Evitemos el tabaquismo
- La alimentación
- Ejercicio físico
- La diabetes
- El estrés y cómo reducirlo
- ¿Qué es la hipertensión arterial?
- ¿Qué es la enfermedad coronaria?
- ¿Qué es el colesterol?
- ¿Qué es la obesidad?
- ¿Qué son las várices?
- ¿Qué es la claudicación intermitente?
- Aprende a salvar una vida: reanimación cardiopulmonar
- Recetas cardiosaludables para vivir mejor
- Recetas cardiosaludable para población adulta
- Afiche XIV Semana del Corazón
- Afiche ¿Qué hace Ud. por su salud cardiovascular?
- Afiche Aire Libre de Humo de Tabaco
- Respiramos aire libre de humo de tabaco

#### Publicaciones

- Mortalidad por enfermedades cardiovasculares en Uruguay 200-2001-2002 (agotada)
- Guía “Cuide su Corazón”
- Guía para docentes de educación primaria
- Promoción de la salud cardiovascular desde la infancia
- Guía para docentes de enseñanza media: “Sobre salud cardiovascular todos tenemos la palabra”

Las actividades de la XIV Semana del Corazón están enumeradas en la página web [www.cardiosalud.org](http://www.cardiosalud.org) de la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, donde también se difunde la temática cardiovascular, la promoción de estilos de vida saludables e informa sobre la prevención cardiovascular. Asimismo se realiza la difusión a través de la base de datos la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular

**LO QUE SE HA DETALLADO HASTA AQUÍ, ES SÓLO UNA PARTE DE LAS NUMEROSAS ACCIONES QUE SE REALIZAN EN NUESTRO PAÍS CON EL ESFUERZO DE MÚLTIPLES INSTITUCIONES Y PERSONAS AMIGAS DEL CORAZÓN.**

**LAS ACTIVIDADES COMUNICADAS CON POSTERIORIDAD AL 29 DE AGOSTO SERAN INCLUIDAS EN NUESTRA PAGINA WEB**

## **SEMANA DEL CORAZÓN EN URUGUAY**

Por la Ley 16626 se declara de interés nacional todas las actividades que tiendan a controlar los factores de riesgo cardiovascular y le comete a la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular organizar cada año la Semana del Corazón, con el propósito de impulsar una campaña nacional en pro de la salud cardiovascular (Art. 6)

A lo largo del año la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, en coordinación con múltiples instituciones y organizaciones, viene desarrollando actividades de capacitación, investigación, sistematización de información y difusión de la temática cardiovascular. Celebrar la "Semana del Corazón" nos permite lograr un llamado de atención y de reflexión para que los uruguayos revisemos nuestro estilo de vida perjudicial y cambiemos a opciones saludables.

Es importante que la "Semana del Corazón" no se considere solamente como un acto conmemorativo de una semana, sino como una oportunidad para la acción.

Mediante la misma se promueven y lideran acciones que mejoran la calidad de vida, en los servicios de salud locales, en los lugares de trabajo, en los centros de enseñanza, de recreación, etc.

**La Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular agradece a:**

**Presidencia de la República, Pro - Secretaría de la Presidencia de la República  
Secretaría de Prensa y Difusión (SEPREDI)  
Sector Comunicaciones**

**ANTEL por su transmisión simultánea del Acto Inaugural de la "XIV Semana del Corazón", a través del sistema de Tele-Conferencia en 19 salas virtuales departamentales.**

**A las autoridades y funcionarios del sector imprenta de la Comisión Honoraria de Lucha Antituberculosa y Enfermedades Prevalentes por su colaboración en la impresión del "Programa Nacional de Actividades de la XIV Semana del Corazón", afiches, volantes, autoadhesivos y libretas de detección de riesgo de enfermedades cardiovasculares.**

**Clubes de Leones "Distrito J2" por difundir el material informativo-educativo de la Comisión: Montevideo-Punta Carretas, Montevideo Pocitos, Montevideo Barrio Sur y Palermo, Montevideo Cordón, Montevideo Nueva Era, Montevideo Parque Rodó, Montevideo Teresa de Calcuta, Montevideo Brazo Oriental, Montevideo Pedro Berro, Montevideo Reducto, Montevideo Atahualpa, Montevideo Molinos de Raffo, Montevideo Juan Manuel Blanes, Montevideo Sayago, Montevideo Colón Villa Colón, Montevideo Penarolo Viejo, Montevideo Toledo Chico, La Paz, Las Piedras, Ciudad de los Cerrillos, Progreso, Santa Rosa, Juanicó, San Antonio, Ciudad de Canelones, Santa Lucía, Ciudad del Tala, Fray Marcos, Florida, Sarandi Grande, Trinidad, Durazno, Durazno Siglo XXI, Sarandi del Yí, Paso de Los Toros, Tacuarembó, San Gregorio de Polanco, Tranqueras, Rivera Livramento, Rivera Chico, Rivera Zona Este-Integración.**

**Clubes de Leones "Distrito Leo J2" por la difusión del material informativo-educativo de la Comisión: Club Leo Montevideo Brazo Oriental, Club Leo Montevideo Villa Colón, Club Leo Rivera Chico, Club Leo Tranqueras, Club Leo Rivera Livramento, Club Leo Sayago, Club Leo La Paz, Comité Juvenil Paso de los Toros**

**División Tránsito y Transporte de la Intendencia Municipal de Montevideo y a la empresa CUTCSA por promover la Semana del Corazón exhibiendo en sus unidades de transporte colectivo el afiche alusivo a la "XIV Semana del Corazón" 2005**

**A todos los medios de comunicación que, sensibilizados por la problemática de las enfermedades cardiovasculares, nos acompañan colaborando en la difusión de la temática**

**Agradecemos el gran apoyo, colaboración y esfuerzo de todas las instituciones, organizaciones y personas que junto a nosotros realizan acciones de prevención de enfermedades cardiovasculares y de promoción de salud cardiovascular. Gracias a su invaluable apoyo hacen posible una vez más el éxito de las actividades de la “Semana del Corazón”**

**Asimismo valoramos el aporte de las instituciones y sus delegados que trabajaron junto a nosotros y continuarán realizando su aporte en próximos proyectos de alcance local y nacional.**

#### **A las instituciones y sus delegados integrantes del Comité de Nutrición**

- Administración Nacional de Educación Pública (ANEP) - Consejo de Educación Primaria – Programa de Alimentación Escolar
- Asociación Uruguaya de Dietistas y Nutricionistas (AUDYN)
- CASMU – Promoción de Salud, Departamento de Nutrición
- Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular – Dirección – Coordinador de Programas y Proyectos – Área de Educación para la Salud
- Facultad de Enfermería
- FEMI - COMEF – Departamento de Nutrición
- FEMI - COMTA – Departamento de Vigilancia de la Salud
- Hospital Británico
- Hospital Policial – Dirección Nacional de Sanidad Policial
- Instituto de Formación Gerontológico
- Instituto Nacional de Alimentación (INDA) – Área de Educación Nutricional de Comedores – Área de Educación Nutricional
- Intendencia Municipal de Montevideo – División Salud – Educación para la Salud – Mercado Modelo
- Ministerio de Ganadería, Agricultura y Pesca - Dirección Nacional de Recursos Acuáticos (DINARA)
- Ministerio de Salud Pública - Hospital de Florida – Departamento de Nutrición
- Ministerio de Salud Pública – Programa Nacional Prioritario de Nutrición
- Plan CAIF
- Sociedad Uruguaya de Cardiología
- Sociedad Uruguaya para el Estudio de la Obesidad
- Universidad de la República -Escuela de Nutrición y Dietética

#### **Comité de Actividad Física**

- Asociación Cristiana de Jóvenes
- CASMU
- Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular – Dirección – Coordinador de Programas y Proyectos – Área de Educación para la Salud
- Consejo de Educación Primaria – Educación para la Salud
- FEMI - COMEF – Programa Cardiovascular
- Ministerio de Turismo y Deporte – Departamento de Deporte Comunitario
- Sociedad Uruguaya de Cardiología
- Sociedad Uruguaya de Medicina del Deporte

**Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular – Ley 16626**

Integrada por delegados de  
Poder Ejecutivo, Facultad de Medicina, Ministerio de Salud Pública,  
Sociedad Uruguaya de Cardiología, Banco de Previsión Social, Sindicato Médico del Uruguay,  
Federación Médica del Interior y Asociación Procardias.

**Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular  
Equipo de trabajo para la coordinación de la “XIV Semana del Corazón”**

Dirección Ejecutiva  
Coordinación de Programas y Proyectos  
Área Educación para la Salud  
Personal Administrativo

**Contenidos de la página web**

Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular  
Dirección Ejecutiva  
Coordinación de Programas y Proyectos  
Área Educación para la Salud  
Área Epidemiología  
Área Genética Molecular - Cardiovascular

**Imagen de la tapa del “Programa Nacional de Actividades” :**

“Día Mundial del Corazón, 25 de Septiembre de 2005”  
Federación Mundial del Corazón  
Ginebra

**Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular – Ley 16.626**

**Bvar. Artigas 2358 - CP 11800**

**Telefax 4802715 – 4815929**

**[comiscv@multi.com.uy](mailto:comiscv@multi.com.uy)**

**[www.cardiosalud.org](http://www.cardiosalud.org)**

**[www.worldheartday.com](http://www.worldheartday.com)**

**Montevideo – Uruguay**

