



Desea invitarle al siguiente taller presencial que tendrá lugar el día 2 de junio de 2022 en el aula Clínica Dr. Fernando Sabrás, a las 17:00 horas.

“TALLER DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN ENTORNO DE RIESGO CV”

Programa:

1. Prescripción de ejercicio físico eficaz en el paciente con Riesgo CV.
 - Diabetes y obesidad.
 - Hipertensión Arterial.
 - Síndrome metabólico.
2. Sedentarismo y círculo vicioso... ¿Cómo interrumpimos?
 - ¿Qué recomiendo a mis pacientes? ¿Soy eficaz?
 - Adherencia como eje central del éxito.
 - Ejercicio de fuerza vs cardiovascular.
 - De la teoría a la práctica. Nos ponemos en la piel de nuestro paciente.

Ponente:

D. JAVIER GARCÍA RIOJA

Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Especialista universitario en entrenamiento personal para población de Riesgo

Se ruega confirme asistencia llamando al teléfono número 941270471 o enviando un e-mail indicando nombre y apellidos a colegio@medicosrioja.com

LUGAR: COLEGIO OFICIAL DE MÉDICOS DE LA RIOJA. C/ RUAVIEJA, 67-69

FECHA: 2 DE JUNIO DE 2022 - 17:00 HORAS