

Mañá venres 2 de marzo, a partir das 20.30 horas, terá lugar na Piscina Climatizada de Verín a charla-coloquio 'Enfermidade cardiovascular', impartida por Javier Loureiro, da Clínica Centr(ok)orazón de Ourense.

Na mesma explicarase o proceso da enfermidade e os principais factores de risco: colesterol, hipertensión, diabeite, tabaquismo e sedentarismo. Previamente, ás 19.30 horas, e tamén na Piscina Climatizada de Verín terá lugar o obradoiro de 'Mediación dos Factores de Risco' a cargo do relator anterior. Javier Loureiro mostrará aspectos como o rol do exercicio na prevención e tratamento de enfermidades, así como o exercicio é medicina: recomendacións nacionais sobre actividade física, a través dun taller básico de reanimación cardiopulmonar 'Hans-Only'.

A estas iniciativas organizadas por Saudeter, coa colaboración da área de Deportes do Concello de Verín, súmase o sorteo de cinco dietas de tres meses de seguimento nutricional personalizado, entre os/as socios/as da Piscina Climatizada de Verín. Para participar no devandito sorteo é necesario inscribirse na recepción desta instalación municipal dende hoxe ata o 20 de marzo -de luns a venres (07.30 a 12.30 e 16.00 a 23.00 horas), sábado (09.00 a 13.00 e 16.00 a 20 horas) e domingo (10.00 a 13.00 horas)-.