

**MEMORIA
DE
ACTIVIDADES**

2022



**FUNDACION
VICENTE TORMO**

INDICE

1. EDITORIAL
2. ¿QUIÉNES SOMOS?
3. LA ENFERMEDAD Y LOS FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR
4. FORMAR EN SALUD
5. PROGRAMAS DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR. ACTIVIDADES REALIZADAS
6. EQUIPO DE PROFESIONALES
7. SATISFACCIÓN DEL PÚBLICO EN GENERAL

1. - EDITORIAL

UNA MIRADA A LA HISTORIA DE LA CARDIOLOGÍA EN VALENCIA

El objetivo de este editorial es hacer un pequeño homenaje a nuestro primer presidente y fundador, que dejó un legado de conocimientos y desarrollo a la cardiología valenciana. Hagamos un viaje al pasado, a través de las notas biográficas del Dr. Tormo, para conocer los primeros pasos de la cardiología en Valencia.

El Dr. Vicente Tormo Alfonso, nace en Valencia, en la calle Convento Jerusalén, el 21 de agosto de 1921. Hijo de Vicente Tormo y Emilia Alfonso dedicados al comercio de tejidos en la calle de Colón. Realizó sus estudios primarios en la academia Cervantes y el bachillerato en el Instituto Luís Vives de Valencia. Se licenció en la Facultad de Medicina de Valencia en 1947, donde fue alumno interno y médico ayudante de clases prácticas por oposición en la Cátedra de Patología Médica del Prof. Beltrán Báguena. Se doctoró en la Universidad de Valencia en 1956, donde leyó y defendió su tesis “La balistocardiografía en el diagnóstico de la enfermedad coronaria”, con sobresaliente y premio extraordinario.

Casado con D^a María Gracia Esplugues Requena, enfermera. Tuvo cuatro hijas, M^a Gracia, Emilia, M^a José y Gema, dos de ellas médicos y cardiólogos como él.

El Dr. Vicente Tormo Alfonso, fue en Valencia, el primer médico con exclusiva dedicación a la Cardiología. En 1962, es nombrado por oposición, el primer Jefe de Servicio de Cardiología, de nueva creación, del Hospital Provincial de Valencia (en la actualidad Hospital General Universitario), consecuencia del desdoblamiento del Servicio clínico de Pulmón y Corazón, su misión fue crearlo y organizarlo, dirigiéndolo hasta 1985.

“Sin ser el hospital (Hospital General Universitario) más grande de Valencia (le ganan la Fe y el Clínico), se trata de unos de los centros más antiguos del país en cuanto a la puesta en marcha de un Servicio autónomo de cardiología: El Dr. Vicente Tormo, expresidente de la Sociedad Española de Cardiología, y uno de los pioneros de la especialidad en España, fue su primer jefe de Servicio” (Apuntes de Cardiología, septiembre 1994)

“Al llegar al Servicio del Hospital, lo hicimos con la formación adquirida en el Servicio del Prof. Beltrán Báguena. El Servicio de Cardiología del Hospital General, como otros de la nueva formación, no tenía dotación instrumental, todo el instrumental para la exploración de los cardiacos era un aparato de tensión arterial, el que yo me había llevado de mi casa. Así empecé la cardiología en el Hospital General.” (Conferencia Dr. Tormo: La Medicina Interna y sus especialidades en el Hospital General)

Su trayectoria en el campo de la Cardiología se centró en tres aspectos fundamentales:

En primer lugar, contribuir a que la Cardiología Valenciana se conociese oficialmente a nivel nacional. Con este objetivo en 1976 promovió la creación de la Sociedad de Cardiología de Levante, de la que fue primer presidente y presidente fundador. Presidente del VII Congreso Internacional Hispanoportugués de Cardiología en 1973, celebrado en Valencia (España). Fue presidente de la Sección de Cardiopatía Isquémica y Rehabilitación de la Sociedad Española de Cardiología, siendo elegido tras votación en 1979 presidente de la Sociedad Española de Cardiología. Es el primer cardiólogo valenciano que consigue este título.

Incorporar técnicas cardiológicas en el Servicio de Cardiología del Hospital Provincial, fue otro de sus objetivos. Fue el primer servicio, que con una terminal de Goldberger obtuvo derivaciones monopares precordiales; la balistocardiografía; la fonocardiografía de superficie e intracardiaca, la práctica de cateterismos intracardiacos se realizó como técnicas cardiológicas de forma habitual. “En 1972 comenzó otra actividad del Servicio que se ha mantenido hasta la actualidad y que ha tenido repercusión nacional y en menor grado, internacional. Se trata de las pruebas de esfuerzo (concretamente en el postinfarto precoz)” (Apuntes de Cardiología, septiembre 1994). La experiencia en la práctica de pruebas de esfuerzo con cicloergometría dio origen al libro “La ergometría en el diagnóstico y valoración de la cardiopatía coronaria” en 1973; el libro fue prologado por el Prof. H. Roskam (Director del Centro de Rehabilitación “Benedikt Kreutz” Freiburg. Alemania Federal), y según su comentario fue el primer libro editado en nuestro país sobre este tema.

“Durante los años 1972-1982 gracias al trabajo del Servicio y concretamente al empuje del Jefe de Servicio Dr. Tormo, se consiguió la puesta en marcha de exploraciones tales como las pruebas de esfuerzo, la ecocardiografía, se comenzaron a implantar marcapasos y se creó la Unidad Coronaria. También se instaló un Gabinete de Hemodinámica para utilización exclusiva del Servicio de Cardiología.” (Apuntes de Cardiología, septiembre 1994) La creación y puesta en marcha de la unidad de cuidados intensivos coronarios en 1972, fue tal vez la primera unidad coronaria asistida por cardiólogos.

Además de la práctica de la cardiología en su amplitud, fue sobre todo la Rehabilitación Cardíaca una línea de trabajo preferente. Fue en 1977 en el Servicio de Cardiología del Hospital Provincial de Valencia bajo la dirección del Dr. Vicente Tormo, donde se iniciaron en España los programas de Rehabilitación Cardíaca. En 1978 se publica el libro “Valoración funcional y Rehabilitación de la cardiopatía coronaria” (Editorial Médica y Técnica SA) que recoge la metódica seguida y la experiencia del Centro de Valoración Funcional y Rehabilitación del Cardíaco, en el Hospital Provincial de Valencia, en los campos de la prevención, valoración y rehabilitación del enfermo coronario. Fue el primer libro español publicado, dedicado a la Rehabilitación Cardíaca. En 1983 el Centro de Valoración Funcional y Rehabilitación Cardíaca del Hospital Provincial de Valencia, fue el único centro español que participó en el estudio cooperativo europeo “Rehabilitation and Comprehensive Secondary prevention after acute myocardial infarction” promovido por WHO y del que fue investigador principal.

D. Vicente Tormo fue un hombre sencillo, afable, justo, recto, empático y fiel amigo. Trabajador incansable, implicado en su especialidad, en la protección de la profesión médica, siempre accesible para quien lo necesitara, especialmente para sus pacientes como deja reflejado en una de sus conferencias: “La medicina, los valores éticos que establecen la relación del médico con el paciente, deben estar basados en el amor y la amistad.” (*“La Humanización y Los valores éticos que rigen la relación con el paciente” Conferencia Magistral en el acto de presentación del Programa de Formación para la Humanización de la Atención Sanitaria de la Conselleria de Sanidad de la Comunidad Valenciana. Valencia Julio 2001*)

Fue un médico reconocido en su especialidad dentro y fuera de nuestro país. Jefe de servicio, Profesor de Universidad. Presidente de sociedades científicas, entre ellas la Sociedad Española de Cardiología, académico de Número y presidente de la Real Academia de la Comunidad Valenciana, además de ser vicepresidente y ostentar la presidencia del Colegio de Médicos de Valencia desde Julio de 1978 a noviembre de 1984. Medalla de Oro del Ilmo. Colegio de Médicos de Valencia (2000). Su personalidad científica se constituye en la etapa de formación de la nueva Cardiología que cultiva hasta después de su desaparición, por haber legado sus

pioneros Centros de Rehabilitación, su Escuela y una Fundación (Fundación Vicente Tormo), que perpetúan su nombre.

Aficionado al fútbol, siendo vicepresidente del Valencia C.F. asumió la presidencia, tras dimisión de su antecesor, entre 1983 y 1986 en un periodo económico muy difícil para la entidad deportiva.

Falleció el 21 de diciembre de 2007 a los 86 años en su Hospital General Universitario de Valencia al que dedicó toda su vida. Tras su fallecimiento se destruyeron 25000 historias clínicas de sus pacientes de su consulta privada de Cerdán de Tallada, 2 (Valencia)



2. ¿QUIÉNES SOMOS?

La Fundación Vicente Tormo (FVT) se constituye en el año 2006, por parte del Excmo. Dr. D. Vicente Tormo Alfonso, Cardiólogo de reconocido prestigio, Introdutor en España de los Programas de Prevención Cardiovascular y Rehabilitación Cardíaca (1977) y primer presidente valenciano de la Sociedad Española de Cardiología (1979) entre otros méritos cardiológicos.

La Fundación Vicente Tormo viene realizando desde su constitución, actividades de prevención cardiovascular, tanto en prevención primaria, especialmente con personas que presentan un moderado o alto riesgo cardiovascular, como en prevención secundaria.

3. LA ENFERMEDAD Y LOS FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR

“Es de sobra conocido que las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en nuestro país y conllevan además un elevado grado de discapacidad y gasto sanitario. La arteriosclerosis es una enfermedad de causa multifactorial y es por ello que su prevención exige un abordaje global que contemple los distintos factores de riesgo con los que se asocia.”
(Estándares SEA 2022 para el control global del riesgo cardiovascular Clínica e Investigación en Arteriosclerosis 34 (2022) 130---179)

El control de los Factores de Riesgo Cardiovascular (FRCV) tienen gran relevancia en la prevención cardiovascular y como se ha demostrado en numerosos estudios: la importancia de la nutrición, el ejercicio, la gestión del estrés y emociones negativas, en definitiva, un estilo de vida cardiosaludable, son las grandes herramientas que tiene la persona para evitar, en más de un 80%, la Enfermedad Cardiovascular (ECV). (Guía europea sobre la prevención de la enfermedad cardiovascular en la práctica clínica. 2016).

El **AUTOCUIDADO**, es fundamental en Prevención Cardiovascular ya que esta patología, en su inicio y durante años es silenciosa, y no genera mayores síntomas en las personas y por eso pasa muy desapercibida cuando se presenta en la población.

Según fuentes del informe del Instituto Nacional de Estadística (INE) del 19 de diciembre de 2022, las Defunciones según la Causa de Muerte Año 2021 (datos definitivos) y primer semestre 2022 (datos provisionales), las principales causas de muerte por grupos de enfermedades fueron:

El grupo de Enfermedades del Sistema Circulatorio se mantuvo como primera causa de muerte en 2021, con el 26,4% del total (y una tasa de 251,8 fallecidos por cada 100.000 habitantes), **seguida de los Tumores**, con el 25,2% del total (y una tasa de 240,1).

Las Enfermedades Infecciosas, que incluyen la COVID-19, fueron la tercera causa de muerte con el 10,2% del total (y una tasa de 97,2). Por su parte, **las enfermedades respiratorias se situaron como cuarta causa de muerte**, con el 7,9% del total y una tasa de 75,1 fallecidos por cada 100.000 habitantes.

La OMS estima que, la incidencia de las enfermedades cardiovasculares se reduciría a la mitad si se lograra una reducción, por parte de la población, de los factores de riesgo cardiovasculares como son: la presión arterial, la obesidad, la diabetes tipo 2, los niveles de colesterol y el tabaquismo.

Concluyendo: LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES CON UN CAMBIO DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE, SON FUNDAMENTALMENTE PREVENIBLES EN UN 80%.

4. FORMAR EN SALUD

A través de la formación en, mayor conocimiento y sensibilización de los factores de riesgo cardiovascular (FRCV), tanto no modificables como modificables, la Enfermedad Cardiovascular (ECV) puede disminuir o retrasar su aparición, hasta un 80% en colectivos de bajo, medio y alto riesgo cardiovascular. Para ello es necesario que las personas se impliquen en el **AUTOCAUIDADO DE SU SALUD** y consigan un cambio del estilo de vida saludable a través de herramientas concretas que les ayude a entender y a aprender la importancia que tiene la dieta saludable, la práctica del ejercicio físico y el control del estrés y gestión de emociones, como pilares del estilo de vida saludable.

La hipertensión arterial mal controlada, la **diabetes mellitus tipo 2** de difícil control, definida hace tiempo como una enfermedad cardiovascular de origen metabólico, y la **obesidad**, como uno de los problemas más importantes a las que nos enfrentamos hoy y que afecta casi al 23% de españoles, habiendo aumentado en estos años de pandemia, y que según la OMS “La prevención y el control de la obesidad son cruciales en la preparación para esta y futuras amenazas a la salud pública.”

Todos estos Factores de Riesgo Cardiovascular inciden negativamente en el corazón provocando distintas patologías cardiovasculares y tienen el mismo denominador común: un estado crónico de inflamación de mayor o menor alcance, que ensombrecieron el pronóstico y aumentaron la morbilidad y mortalidad de los que se infectaron con el virus durante la pandemia.

Son evidentes **los efectos psicológicos y sociales, directos e indirectos**, que la pandemia ha tenido en la mayoría de la población y que ha afectado **a la salud mental de muchas personas**. El aumento de la ansiedad, la depresión, el estrés y otros sentimientos negativos como consecuencia de la pandemia, están siendo actualmente valorados.

El estrés es la perturbación del equilibrio del organismo e incluye cambios fisiológicos, bioquímicos y de comportamiento. El estrés es un **potente inductor de la respuesta inmune**. Ante una situación de estrés se altera la función inmunológica del organismo, disminuyendo las defensas y afectando la salud del individuo.

El regreso a la normalidad debe llevar un proceso, que no está siendo igual para todos, ya que depende de distintos factores como: la pérdida de un ser querido, una situación familiar rota, desempleo, cierre de un negocio o simplemente de nuestra salud mental como consecuencia de los días pasados durante la pandemia y de la situación actual político social.

5- PROGRAMAS DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR. ACTIVIDADES REALIZADAS

Para llevar a cabo nuestro objetivo “FORMANDO EN SALUD”, hemos desarrollado distintas actividades, con la finalidad de dar formación en prevención cardiovascular en hombres y mujeres, de bajo, medio y alto riesgo cardiovascular, dirigidas principalmente a colectivos con edad laboral: de 18 a 65 años.

La FUNDACIÓN VICENTE TORMO mantiene a través de su trabajo el compromiso de su fundador, que anticipó en su discurso de ingreso de la Real Academia de Medicina de la Comunidad Valenciana en 1970, “EL CARDIACO COMO PROBLEMA SOCIAL “. En el que se citaba que “Crear un adecuado organismo para la protección del paciente cardiaco es tanto como protegernos nosotros mismos, como proteger a los nuestros. No olvidemos que la cardiopatía no es privativa de un grupo de edad ni condición social” (Dr. Vicente Tormo Alfonso)

ACTIVIDADES REALIZADAS.

A continuación, enumeramos las actividades realizadas en el 2022, incluyendo el tipo de actividad, las fechas, la localización y el número de personas que han asistido a través de cursos presenciales y online telepresencial junto con la repercusión indirecta que estas actividades han tenido con sus familiares y conocidos.

| Fecha | Actividad | Horas | Lugar/Modo | Empresa/ Colectivo | Personas | |
|-----------------------|----------------------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------------------|----------|------------|
| | | | | | Directas | Familiares |
| 22,23 y 24 Febrero | Curso FRCV | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 7 | 21 |
| 22,23 y 24 Marzo | Curso FRCV | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 8 | 24 |
| 5, 6 y 7 Abril | Curso estrés como FRCV | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 8 | 24 |
| 12 Abril | Stop al infarto | 4 | Presencial | Ford Almussafes | 10 | 30 |
| 17,18 y 19 Mayo | Curso FRCV | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 7 | 21 |
| 1 y 2 Junio | Los beneficios del ejercicio físico | 6 | Presencial | Hospital 9 de Octubre | 20 | 60 |
| 22 Junio | Stop al infarto | 4 | Presencial | Ford Almussafes | 12 | 36 |
| 6 y 7 Julio | Los beneficios del ejercicio físico | 6 | Presencial | Hospital Virgen del Consuelo | 20 | 60 |
| 7,8 y 9 Septiembre | Curso FRCV | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 6 | 18 |
| 22 Septiembre | Aula prevención cardiovascular | 1 | Presencial Hospital General | Club del Corazón | 20 | 60 |
| 26 Septiembre | Aula formación continuada en PCV 1ª | 1 | Online Telepresencial | Público matriculado | 12 | 36 |

| Fecha | Actividad | Horas | Lugar/Modo | Empresa/ Colectivo | Personas | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------|--------------------------|-----------------------------------------|------------|------------|
| | | | | | Directas | Familiares |
| 5 y 6 Octubre | Los beneficios del ejercicio físico | 6 | Presencial | Hospital 9 de Octubre | 20 | 60 |
| 20 Octubre | Aula prevención cardiovascular | 1 | Online Telepresencial | Club del corazón | 20 | 60 |
| 26 Octubre | Stop al infarto | 4 | Presencial | Ford Almussafes | 10 | 30 |
| 31 Octubre | Aula formación continuada en PCV 2ª | 1 | Online Telepresencial | Público matriculado | 12 | 36 |
| 8, 9 y 10 Noviembre | Los beneficios del ejercicio físico | 6 | Online presencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 7 | 21 |
| 28 Noviembre | Aula formación continuada en PCV 3ª | 1 | Online Telepresencial | Público matriculado | 12 | 36 |
| 30 Noviem 1 y 2 Diciembre | Los beneficios del ejercicio físico | 6 | Online Telepresencial | Hospitales Vithas Valencia-Castellón | 6 | 18 |
| 12 Diciembre | Aula formación continuada en PCV 4ª | 1 | Online Telepresencial | Público matriculado | 12 | 36 |
| totales asistentes y familiares beneficiados en las actividades organizadas año 2022 | | | | | 229 | 687 |

FORMACIÓN CONTINUADA EN PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR

Con el título “*COMPROMÉTETE A CUIDAR A TU CORAZÓN Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA DE POR VIDA*” comenzamos en septiembre un curso en prevención cardiovascular continua. Pasamos a describir los objetivos y finalidad de esta actividad.

Tal y como destacaba, el Dr. Vicente Tormo Alfonso, primer presidente y fundador de la Fundación Vicente Tormo, *“La sociedad nos exige a los médicos, no solo un diagnóstico y una terapéutica, sino también que nos planteemos programas de prevención de la enfermedad cardiovascular, descubriendo, valorando y tratando los factores de riesgo que, afectando a sujetos asintomáticos, constituyen una amenaza. Así, la correcta educación a la población es esencial, ya que, con un programa de prevención primaria y secundaria, la enfermedad cardiovascular se puede prevenir y controlar”*

*(“El cardiaco como problema social” Dr. Vicente Tormo
Discurso entrada Real Academia de Medicina de la Comunidad Valenciana. Enero de 1970)*

Objetivo y finalidad de esta actividad, es dar de manera continua, actualizada y programada una formación en salud cardiovascular, que ayude a tener un mejor conocimiento actualizado de los Factores de Riesgo Cardiovascular dando herramientas para conseguir en cada momento de la vida, una autonomía personal en atención al envejecimiento, a la discapacidad y a la enfermedad.

¿Por qué formación continuada en prevención cardiovascular?

“Más vale prevenir que curar”, dice el refrán. Y en el caso de la salud cardiaca esta frase es, si cabe, aún más cierta. Un objetivo posible si modificamos nuestras conductas y hábitos, reduciendo al máximo los factores de riesgo relacionados con eventos cardiacos. Tal como recuerdan los especialistas, entre el 80 y el 90% de los infartos se asocian a factores de riesgo

clásicos conocidos y modificables, lo que significa que la práctica totalidad de ellos se podrían prevenir si vigiláramos esos factores de riesgo.” (Fundación Española del Corazón. Marzo-2018)
“Prevenir la enfermedad cardiovascular depende de nosotros mismos” (Dr. D. Valentín Fuster)

Descripción de actividades del curso:

- 1- El curso consta de 15 sesiones sobre Prevención Cardiovascular, impartiendo una sesión al mes**, de 50 minutos de duración, dirigido por personal de la FVT, donde se trabajan aspectos o ideas que puedan ayudar a hacer un pequeño cambio de estilo de vida saludable y a conocer con más profundidad los Factores de Riesgo Cardiovascular. Estas actividades tienen un **DINAMISMO constante** pues las circunstancias de la misma sociedad obligan a modificaciones según las necesidades del individuo y de la población.

Estas sesiones se imparten, a través de Zoom, ONLINE PRESENCIAL, con acceso a la grabación en la web de la FVT una vez impartida.

- 2- Valoración del Riesgo Cardiovascular**, para la persona que lo desee.

Las sesiones impartidas en el último trimestre del 2022 han sido:

1ª SESIÓN: “PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR, AHORA MÁS NECESARIA QUE NUNCA”

- ALGUNOS ASPECTOS DE LA COVID-19 Y EL DAÑO CARDIOVASCULAR
- NOCIONES SOBRE NUESTRO SISTEMA INMUNITARIO E INFLAMACIÓN
- ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES
- ¿CUÁL ES LA CAUSA DE LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR (ECV)?
- LA PLACA DE ATEROMA
- ¿QUÉ ES UN FACTOR DE RIESGO CARDIOVASCULAR (FRCV)?
- FRCV NO MODIFICABLES Y FRCV MODIFICABLES

DÍA: LUNES, 26 SEPTIEMBRE 2022

2ª SESIÓN: “MANIFESTACIONES CLÍNICAS DE LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR” (PARTE 1)

- ¿QUÉ TENGO QUE RECORDAR DE LA SESIÓN ANTERIOR?
- ¿QUÉ ES LA ANGINA DE PECHO?
- TIPOS DE ANGINA DE PECHO
- ¿CÓMO PUEDO SABER SI MI DOLOR ES DE UNA ANGINA DE PECHO?
- ¿CÓMO DEBO ACTUAR ANTE UNA ANGINA DE PECHO?
- MANIFESTACIONES CLÍNICAS DEL INFARTO AGUDO DE MIOCARDIO
- ¿QUÉ SÍNTOMAS PRESENTA LA MUJER EN EL INFARTO DE MIOCARDIO?
- INFARTO DE MIOCARDIO: ACTUAR A TIEMPO
- ¿QUÉ PUEDO HACER PARA EVITAR UN INFARTO DE MIOCARDIO?

DÍA: LUNES, 31 DE OCTUBRE 2022

3ª SESIÓN: “MANIFESTACIONES CLÍNICAS DE LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR” (PARTE 2)

- ¿QUÉ TENGO QUE RECORDAR DE LA SESIÓN ANTERIOR?
- ICTUS CEREBRAL Y FACTORES DE RIESGO DEL ICTUS
- MANIFESTACIONES CLÍNICAS DEL ICTUS CEREBRAL Y TIPOS DE ICTUS
- ICTUS CEREBRAL: ACTUAR A TIEMPO
- ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE UN ICTUS CEREBRAL?
- ¿CÓMO PROTEGERTE CONTRA EL ICTUS?
- CLAUDICACIÓN INTERMITENTE: ¿QUÉ ES? SÍNTOMAS

- PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR. PRIMARIA Y SECUNDARIA
- PILARES DE LA PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR

DÍA: LUNES, 28 DE NOVIEMBRE 2022

4ª SESIÓN “COLESTEROL: ¿BUENO? ¿MALO?”

- ¿QUÉ TENGO QUE RECORDAR DE LA SESIÓN ANTERIOR?
- LOS DISTINTOS TIPOS DE LÍPIDOS QUE NECESITA NUESTRO ORGANISMO
- COLESTEROL: ¿BUENO? ¿MALO?
- ¿POR QUÉ AUMENTA EL COLESTEROL EN SANGRE?
- OBJETIVO DE LOS NIVELES DE COLESTEROL EN SANGRE SEGÚN MI RIESGO CARDIOVASCULAR.
- ¿QUÉ PUEDO HACER PARA DISMINUIR MIS NIVELES
- APRENDE A INTERPRETAR TU ANALITICA

DÍA: LUNES, 12 DE DICIEMBRE 2022

6-EQUIPO DE PROFESIONALES

El programa multidisciplinar se lleva a cabo por los siguientes profesionales:

Dña. Emilia Tormo Esplugues. Cardiólogo. Directora del Programa de Prevención Cardiovascular

Dña. Amparo Pérez Boix. Médico de Familia

D. Salvador Blanch Tormo. Oncólogo. La prevención cardiovascular y en cáncer dos objetivos.

D. Ignacio Vallés Tormo. Residente de Medicina Interna

D. Marino Ojeda Peyro. Farmacéutico. Experto en Nutrición

D. Juan Dávila. Fisioterapeuta

Dña. Mª Dolores Hernández Rodríguez. Lcda. en Biología. Experta en nutrición.

Dña. Ana Ceballos Sancho. Ingeniero Técnico Agrícola. Experta en nutrición.

Dña. Carmen Tomás Bernat. Lcda. en Enfermería.

Dña. Amparo Tomás Bernat. Lcda. en Enfermería. Colabora como voluntaria en la FVT.

D. Juan Carlos González García. Psicólogo. Director de Océano Psicología.

7- SATISFACCIÓN DEL PÚBLICO EN GENERAL

Al finalizar cada curso, se les pasa a los asistentes un cuestionario para valoración global del mismo.

A través de indicadores concretos, conocemos la satisfacción general de organización, la asimilación de los conceptos fundamentales transmitidos en la actividad, y su disposición para hacer un cambio de estilo de vida saludable, mejorando aspectos concretos en nutrición, ejercicio o salud emocional.

La media general global de satisfacción de los asistentes a los cursos impartidos en el 2022 ha sido de 3,84 (sobre 4).

No olvidemos que los buenos hábitos de salud pueden permitir evitar la enfermedad y mejorar la calidad de vida no solo de la persona que participa en la formación en salud cardiovascular, sino también en su familia y círculo de conocidos más próximos.