

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

Murcia, Enero 2005

Estimados amigos:

Este año 2005, la Semana del Corazón que impulsa la **Sociedad Murciana de Cardiología**, tendrá lugar entre los días **19 al 25 de Mayo** y su lema se refiere al beneficio que la **buena alimentación** supone respecto de la prevención de enfermedades cardiovasculares en la población general.

La **Sociedad Murciana de Cardiología**, con objeto de apoyar esta iniciativa nacional, tiene previsto la realización de charlas divulgativas y de actividades lúdico-deportivas en nuestra Región, que transmitan este mensaje de suma importancia a todos nuestros ciudadanos.

Hemos decidido que las empresas coordinadoras del proyecto a nivel regional sean **Interactivity** y **ARCOM (Agencia de Recursos Comerciales del Mediterráneo SL)**, las cuales, a través de sus responsables, Jesús Arroyo, Isabel Otero y César Miñano, (por Interactivity) y Jesús David Batanero y Gemma Gutiérrez (por arcom) tienen todo nuestro respaldo y apoyo.



Fdo: Manuel Villegas García  
Presidente de la **Sociedad Murciana de Cardiología**

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## ¿Qué es La Semana del Corazón?

Es una semana dedicada al corazón y que tiene como objetivo realizar un trabajo divulgativo sobre los factores tanto positivos como negativos que inciden en él. La relación actividad física, deporte, nutrición y hábitos de vida saludable, será tratada con especial atención durante el desarrollo de esta semana.

## ¿A quién va dirigida esta campaña?

A todas aquellas personas que tengan corazón y esto nos incluye a todos. Eso sí, prestando una especial atención a todas aquellas personas que tengan un mayor riesgo de sufrir patologías cardíacas de cualquier tipo. A pesar de eso, no nos olvidaremos del componente preventivo, enseñando los hábitos de vida saludable, en los que incidiremos especialmente sobre la población juvenil.

## ¿Por qué es tan importante esta campaña?

El corazón es uno de los órganos más importantes y casi todos sabemos los factores que inciden positiva y negativamente sobre él.

Con esta Semana no sólo pretendemos concretar esos conocimientos generales, sino también concienciar al público asistente, sobre los beneficios de una alimentación sana acompañada del ejercicio físico. Para ser más eficaces en nuestra difusión incidiremos en la práctica de la actividad física como factor esencial para muchas cosas pero especialmente para el corazón.

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## PROGRAMA PROVISIONAL

**Acto de apertura:** día 19 de mayo en los salones del Colegio de Farmacéuticos de Murcia

**Feria de la Alimentación Sana:** 20, 21 y 22 de mayo.

Es sin duda el **acto estelar** de la Semana y tendrá lugar, durante los días 21, 22 y 23 de mayo, en la popular Plaza de San Esteban de la ciudad de Murcia.

Consistirá en una muestra de los distintos productos alimenticios que pueden intervenir en una alimentación sana y constituirá el eje central, en torno al cual, se desarrollen los "Circuitos de la Salud" y los "Despachos de la Actividad Física".

Con motivo de la Semana del Corazón, desarrollaremos una exposición de stands en el Jardín de San Esteban. En ella se darán cita empresas representativas del sector de la alimentación en la Región de Murcia. Así mismo, estarán representadas las principales Consejerías que colaboren con esta semana del corazón, los principales patrocinadores y aquellas empresas que **arcom** considere sean indicadas para participar en dicha exposición.

En el marco de la exposición ferial, se desarrollarán diversas actividades relacionadas con la semana del corazón. Estas actividades podrán ser: talleres de cocina saludable, degustaciones, show cooking, etc...

La exposición contará con diversos stands en los que, las empresas más representativas del sector de la alimentación en nuestra comunidad, podrán informar y dar a conocer sus productos a los asistentes, así como deleitar al público con diversas degustaciones.

Con esta iniciativa se pretende dar a conocer, la variedad de productos de "alimentación sana", así como concienciar al público de que **"lo sano en cuestión de alimentación, no tiene porqué ser aburrido."**

La exposición se celebrará en el jardín de San Esteban. El programa de esta feria, se completará con actividades, demostraciones y espectáculos promoviendo así la Interactuación con los asistentes.

**Circuitos de salud:** 20, 21 y 22 de mayo.

Tienen como objetivo informar al público asistente a la Feria de Alimentación sobre su estado

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

físico particular.

Durante el transcurso de los mismos, se harán reconocimientos personalizados a los asistentes (toma de pulso, tensión, consejos sobre alimentación, etc.) con el fin de concienciar a la población de la importancia de mantener unos buenos hábitos de salud. Así mismo se rellenarán unos formularios que nos indicarán los hábitos alimenticios y de vida de estos asistentes, los cuales serán sometidos a un breve estudio por parte de los facultativos de la Feria.

Estos circuitos serán desarrollados en el mismo marco de la Feria de Alimentación.

**Despacho de actividad física:** 20, 21 y 22 de mayo.

En este módulo, al lado del Circuito de la Salud, se dará información y nociones básicas sobre la actividad física en general y sus beneficios, sobre la base de los formularios rellenados con el personal sanitario que preste sus servicios en la feria.

**Día en el Balneario:** 23 de Mayo

El reposo y la tonificación son dos aspectos fundamentales a la hora de llevar una vida sana.

Por este motivo se invitará a un grupo de personas a pasar un día en el **Balneario de Archena**, disfrutando del entorno, sus instalaciones y una estupenda y saludable comida.



Comida en el Balneario de Archena, 2004

4

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## Torneo de fútbol sala

Siguiendo con la naturaleza de inculcar hábitos cardio-saludables de esta semana tan especial, se ofrece a los diversos colaboradores y patrocinadores a que participen en un torneo de fútbol-sala que se desarrollará en el Pabellón Príncipe de Asturias. Periodistas vs. Médicos, etc.  
Torneo Fútbol Sala. La Semana del Corazón 2004.

## Acto de clausura: 25 de mayo

Acto que se realizará el día **25 de Mayo** donde se agradecerá a colaboradores y patrocinadores la ayuda prestada, a la vez que realizar un resumen de las actividades y una rueda de prensa.



Acto de clausura y entrega de premios en el Salón de actos del Hospital USP San Carlos de Murcia. La Semana del Corazón 2004

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## FERIA DE LA ALIMENTACIÓN SANA EN EL JARDÍN DE SAN ESTEBAN

### Programa:

#### Día 20 de Mayo:

10:00 Inauguración Feria de la Alimentación Sana

Desayunos La Colegiala. La Colegiala deleitará a todos los asistentes con su conocidos Desayunos saludables

Durante todo el día

Despachos de la salud y el deporte. Los asistentes a la feria podrán Hacerse un chequeo médico y recibir los mejores consejos para mantener una vida Cardiosaludable

Los distintos expositores mostrarán al público sus productos y les informarán sobre los distintos proyectos cardiosaludables que llevan a cabo

Taller de pan de La Colegiala. La Colegiala enseñará a niños y a mayores el proceso de Elaboración del pan en su taller.

12:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

19:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

#### Día 21 de Mayo

10:00 Desayunos La Colegiala. La Colegiala deleitará a todos los asistentes con su conocidos

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

Desayunos saludables

Durante todo el día

Despachos de la salud y el deporte. Los asistentes a la feria podrán hacerse un chequeo médico y recibir los mejores consejos para mantener una vida Cardiosaludable

Los distintos expositores mostrarán al público sus productos y les informarán sobre los distintos proyectos cardiosaludables que llevan a cabo

Taller de pan de La Colegiala. La Colegiala enseñará a niños y a mayores el proceso de Elaboración del pan en su taller.

12:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

19:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

## Día 22 de Mayo

10:00 Desayunos La Colegiala. La Colegiala deleitará a todos los asistentes con su conocidos Desayunos saludables

Durante todo el día

Despachos de la salud y el deporte. Los asistentes a la feria podrán hacerse un chequeo médico y recibir los mejores consejos para mantener una vida Cardiosaludable

Los distintos expositores mostrarán al público sus productos y les informarán sobre los distintos proyectos cardiosaludables que llevan a cabo

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

Taller de pan de La Colegiala. La Colegiala enseñará a niños y a mayores el proceso de Elaboración del pan en su taller.

12:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

14:00 Paella gigante. Los asistentes podrán disfrutar de una fantástica paella acompañada del delicioso pan artesanal elaborado por La Colegiala.

19:30 Cocina en directo en la carpa central. Un cocinero de reconocido prestigio cocinará para todos los asistentes en directo distintos platos de la dieta mediterránea mostrando los beneficios cardiosaludables que aporta nuestra dieta.

**Todos los asistentes a esta feria obtendrán como obsequio su pack de productos cardiosaludables cedidos por distintas empresas del sector de la Alimentación de la Región de Murcia.**

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## NUESTROS PATROCINADORES DEL 2004



# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005

## COBERTURA MEDIÁTICA

Todos los eventos estuvieron cubiertos durante la semana previa y la propia Semana del Corazón, por diversos medios de comunicación:

### Canales de televisión.

- Canal 21: Entrevista de 20 minutos en el programa "El Mirador".
- Canal 6: Entrevista en programa de variedades 30 minutos.
- Televisión Murciana.( TVM)
  - Reportajes de diversos eventos de la semana en programa de informativos regionales.
  - Entrevista en el programa "Espacio abierto " de 2 horas de duración el día 27 de mayo.
  - Entrevista en el programa "Solo Radio TV" de 20 minutos de duración los días 25 de mayo y 2 de junio.
- TVE 1.
  - Comentarios en los Informativos Regionales antes y durante la Semana del Corazón
  - Conexión nacional con el programa "Saber Vivir" el día 18 de Junio para resumir la semana.

# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005



## Emisoras de Radio.

No solo cubrieron los eventos, sino que también realizaron entrevistas y breves comentarios durante La Semana del Evento y su semana previa relacionados con los actos que se realizaron:

- Cadena Cien.
- Cuarenta Principales.
- Onda Cero.
- Onda Regional.
- Inter Economía.
- Radio Levante.
- Solo Radio

## Prensa escrita.

Durante toda la semana aparecieron publicados 10 artículos periodísticos y reportajes correspondientes a los eventos organizados en los siguientes periódicos:

- Vecinos
- La verdad.
- La opinión.
- El Faro.



Cinco mil personas acudieron a la Semana del Corazón

La Semana del Corazón logró reunir a cinco mil personas gracias a las actividades divulgativas, lúdicas y deportivas que se celebraron en Murcia, organizadas por la Sociedad Murciana de Cardiología.

Fundación Española del Corazón y la empresa Interactivity. Además de las actividades para potenciar el ejercicio físico, también se colocó un stand informativo como se aprecia en la foto.

## Más de 500 investigadores acuden a un congreso de arteriosclerosis

LV-MURCIA

El Auditorio y Palacio de Congresos Víctor Villegas acogerá desde mañana el sábado próximo, el XVII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Arteriosclerosis, reconocimiento de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad y Consumo y declarado de Interés Científico Sanitario por la Consejería de Sanidad de Murcia.

En el Congreso, al que asistirán 500 investigadores, se presentarán 225 comunicaciones y se celebrarán 9 mesas redondas, 6 conferencias y 33 talleres prácticos sobre distintos aspectos de la arteriosclerosis, las enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo.

La lección magistral Grande Corazón será impartida por el profesor de la Universidad de Maribor, Ronald E. Manshik, experto en nutrición.

Por otro lado, la Crown se abrirá hoy a partir de las 18.30 horas, la apertura de la XX Semana del Corazón, organizada por la Fundación Española del Corazón, la Sociedad Murciana de Cardiología y la empresa Interactivity /Deporte, Ocio y Salud. En la inauguración estará el presidente de

la Sociedad Murciana de Cardiología, el doctor Manuel Villegas. Será el encargado de pronunciar la primera conferencia sobre la importancia de la prevención en las enfermedades del corazón.

Los organizadores de las jornadas adelantaron que, como actividad complementaria de la Semana del Corazón, se sortearán 50 viajes de un día al Balneario de Archena entre el público asistente.

Además habrá charlas en centros escolares, una Gala del Corazón en el Parque de Fede, desfiles de salud ubicados en San Esteban, una demostración de aeróbic en el centro 21g Zag y un torneo de fútbol-sala en el Pabellón Príncipe de Asturias, entre otros actos lúdicos.

**La Semana del Corazón, que se abre hoy, sortea viajes al balneario de Archena**



# SEMANA DEL CORAZÓN y de la buena alimentación

DEL 19 AL 25 DE MAYO DE 2005