

Metodología y Certificado de aprovechamiento

Actividad mixta: dos sesiones presenciales y resolución ejercicio individual.

Se emitirá **Certificado de Asistencia y Aprovechamiento** (créditos CFC), a los alumnos que cumplan el requisito de asistencia y Aptitud: 80% del programa de la actividad y entrega del ejercicio individual.

Información e inscripciones:

Enviar datos personales: nombre y apellidos, nº de colegiado, centro de trabajo y datos de contacto (mail y teléfono) a: secretariafundacion@medena.es o cumplimentar la ficha de inscripción en el anuncio de la actividad en la web del

Colegio

<https://colegiodemedicos.es/producto/ejercicio-fisico-en-prevencion-de-sobrepeso-equipos-multiprofesionales/>

PLAZO INSCRIPCION: Hasta el 7 de Mayo de 2018

MATRICULA. Médicos colegiados en Navarra y Profesionales de Enfermería

Cuota ordinaria: 32 €, Cuota especial*: 28 €

**Médicos en situación de desempleo o subempleo a 31/03/2018*

Médicos Colegiados en otras provincias: 50 €

Socios SNMET: La sociedad subvenciona la matrícula de sus asociados

PLAZAS LIMITADAS

La información para formalizar la matrícula se envía a los alumnos en la comunicación de admisión.

Secretaria Técnica

Área de Desarrollo Profesional - Fundación Colegio de Médicos de Navarra

Avda. Baja Navarra, 47 31002 Pamplona.

Teléfono: 948226093 Fax: 948226528

Correo-e: secretariafundacion@medena.es; Web: <http://www.medena.es>



Actividad propuesta en el Plan 2017/18 en Convenio de Colaboración con el Departamento de Salud del Gobierno de Navarra

Formación Continuada 2018 Taller

MANEJO CLÍNICO EN SOBREPESO Y OBESIDAD. EJERCICIO FÍSICO EN LA PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE SOBREPESO Y OBESIDAD (EQUIPOS MULTIPROFESIONALES).

9 y 16 de Mayo de 2018

16:45—21:00 HORAS

Sede del Colegio de Médicos de Navarra (Avda. Baja Navarra, 47)

Dirigido a: Medicina, Enfermería del trabajo y otros Graduados que colaboran en equipos de trabajo en Salud Laboral y Servicios de Prevención.

Objetivo General: Actualizar conocimientos y mejorar la competencia para la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica en sobrepeso-obesidad, como herramienta para la prevención de complicaciones y mejora de calidad de vida en otras patologías crónicas y para la promoción de la salud en población general.

Coordinación Docente: Dra. Ana Zugasti Murillo y Dra. Estrella Petrina Jáuregui

Acreditación por la Comisión de Formación Continuada en trámite.

Colabora



Presentación.

Según la Organización Mundial de la Salud más de mil millones de personas adultas tienen sobrepeso. De ellas, al menos 300 millones son obesas. Según el Estudio ENPE (2016), en la población adulta española, la prevalencia de sobrepeso estimada es del 39,3% y la de obesidad general del 21,6%. El problema es más grave por su asociación con las principales enfermedades crónicas.

El equipo de Medicina y Enfermería del trabajo en los servicios de Salud Laboral y Prevención de riesgos tiene la oportunidad de intervenir a diferentes niveles mediante acciones preventivas de sobrepeso y obesidad: en la identificación de riesgos individuales, a través de los exámenes de Salud de los trabajadores, mediante intervenciones grupales para la promoción de hábitos saludables entre determinados trabajadores y mediante planes de prevención generales que generen un medio de trabajo más saludable. En el trabajo de los Equipos de Salud laboral y Prevención de riesgos, un programa para promocionar el ejercicio físico y el hábito de su práctica en el medio laboral, va a tener rentabilidad inmediata en la mejora de la salud física, en la salud psíquica y en la salud social, como plantea la ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995)

Equipo Docente

Coordinadoras: ANA ZUGASTI MURILLO y M^a ESTRELLA PETRINA JÁUREGUI

Especialistas en Endocrinología y Nutrición. Sección Dietética y Nutrición Clínica, Complejo Hospitalario de Navarra.

Docentes:

VISPE ROMAN, CRISTINA. Especialista en Medicina del Trabajo. Servicio de Prevención de Riesgos Laborales. Área de Salud Tudela.

NEREA EGÜÉS OLAZÁBAL. Médico Especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública. Sección de Promoción de la Salud y Salud en todas las Políticas (Servicio de Promoción de la Salud Comunitaria)

GÓMEZ AMBROSI, JAVIER. Doctor en Ciencias. Profesor Titular de Nutrición y Bromatología de la Unidad Docente de Endocrinología, Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra. Investigador en Laboratorio de Investigación Metabólica..

IBAÑEZ SANTOS, JAVIER. Especialista en Medicina del Deporte. Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte. Instituto Navarro de Deporte y Juventud.

IGOR SETUAIN. Doctor en Fisioterapia.. Profesor Asociado UPNA.

MARTINEZ LABARI, CRISTINA Licenciada y Doctora en Ciencias de la Educación Física y Deporte Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte. Instituto Navarro de Deporte y Juventud.

RAFAEL MAYORGA MAS. Biólogo. Máster en prevención de riesgos laborales.

Responsable de Promoción de la Salud. Mutua Navarra.

CRISTINA PATIER: Directora de Gestión de Personas. Mutua Navarra.

Cronograma de actividades

Sesión 1. 9 de mayo de 2018

Desde las 16:45: Registro de asistencia y documentación

17:00	17:10	Introducción y Objetivos	A. Zugasti
17:10	17:50	Programa "Suma pasos y elige Salud"	C. Vispe
17:50	18:30	Programa Muevete	N. Egües
18:30	19:10	Acelerometría y TICS aplicadas a actividad física	J. Gómez Ambrosi
19:10	19:30	Pausa	
19:30	20:10	Ejercicio y Salud	J. Ibañez
20:10	20:50	Criterios en la creación de programas grupales	
20:50	21:05	Propuesta ejercicio práctico. Presentación SENNA	A. Zugasti, E. Petrina

Del 10 al 16 de Mayo. Actividad no presencial: Trabajo individual o en equipo, Propuesta de actuación, plan o protocolo para la prescripción de ejercicio y propuesta de seguimiento

Sesión 2. 16 de mayo de 2018

Desde las 16:45: Registro de asistencia y documentación

		Experiencias en programas 1.	
17:00	17:30	"Muévete para ganar salud y tratar tu enfermedad"	C. Martinez Labari
17:30	18:10	Experiencias en programas 2. Mutua Navarra	R. Mayorga. C. Patier
18:10	18:30	Pausa	
18:30	20:30	Presentación de ejercicios	A. Zugasti. E. Petrina
20:30	20:50	Discusión de problemas. Mesa redonda de ponentes	
20:50	21:00	Conclusiones y encuesta	A. Zugasti. E. Petrina