



Sugestão de nota de agenda



INCOR Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da FMUSP

24 de setembro de 2010.

INCOR LANÇA CURSO INÉDITO PELA INTERNET PARA AJUDAR PESSOAS A ADOTAR HÁBITOS SAUDÁVEIS DE VIDA

Pessoas de todas as idades e de todas as regiões do Brasil poderão fazer gratuitamente, em tempo real, pela internet, o curso *Como cuidar do seu coração*, com os médicos e os especialistas do Incor.

O Incor (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da FMUSP) está inovando mais uma vez em seu esforço de esclarecer a população sobre como mudar hábitos simples do dia a dia, para conquistar bem-estar e uma vida saudável. Já estão abertas as inscrições no site do Incor (www.incor.usp.br) para a versão on line do curso "Como cuidar do seu coração", que acontecerá no dia 16 de outubro, das 8h às 18h, para todo o Brasil. O curso é gratuito e será transmitido em tempo real pela internet. Como as sugestões e a linguagem utilizadas são deliberadamente simples, qualquer pessoa, de qualquer idade e de qualquer nível de escolaridade, poderá colocá-las em prática.

Esse curso é realizado semestralmente, há 21 anos, na modalidade presencial, sob coordenação do SND (Serviço de Nutrição e Dietética do Incor). Esta será a primeira vez que o "Como cuidar do seu coração" será realizado pela internet, por meio da parceria entre o SND e o CITT (Centro Incor de Telemedicina e Telessaúde).

"Usamos a tecnologia da Web para levar a um maior número de pessoas informações de qualidade que motivem os participantes a fazerem pequenas mudanças para preservar a saúde do coração e a qualidade de vida como um todo", diz o Prof. Dr. Noedir Stolf, presidente do Incor.

"Como cuidar do seu coração" é feito sob medida tanto para pessoas que querem tratar de forma adequada os males que acometem seu coração, como para aquelas que desejam somente prevenir as doenças cardíacas e seus fatores de risco (hipertensão, diabetes, obesidade e colesterol e triglicérides altos).

Pelo computador, os participantes, individualmente ou em família, poderão assistir as palestras dos médicos e especialistas do Incor, com dicas preciosas sobre como driblar, de maneira descomplicada, as ameaças de doenças do

coração. O curso está organizado em palestras, portanto quem não puder acompanhar toda a programação, das 8h às 18h, com intervalo de almoço, das 12h30 às 14h – poderá assistir a uma ou outra palestra. Para aqueles que assistirem, no mínimo, 75% das aulas, serão concedidos certificados de participação.

O curso é conduzido pela equipe de médicos, nutricionistas, psicólogos e professores de educação física do Incor, em palestras e oficinas sobre os principais conceitos da alimentação saudável, prática de exercícios físicos e controle do estresse e da depressão.

São mais de dez anos de experiência da equipe na abordagem com o público, buscando a aderência a uma nova atitude de vida voltada para a saúde e o bem-estar.

Além da equipe do Incor, o curso “Como cuidar do seu coração” conta com um depoimento de paciente sobre sua experiência de sucesso na mudança de hábitos para uma vida mais saudável.

A versão on line é concomitante à modalidade presencial – que acontecerá no anfiteatro do Incor, em São Paulo, com 90 vagas disponíveis para inscrição.

SERVIÇO

Curso Incor “Como cuidar do seu coração” (presencial)

Promoção: Serviço de Nutrição e Dietética do Incor

Data: 16 de outubro de 2010, das 8h às 18h

Local: Anfiteatro do Instituto do Coração - Av Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 44 - Cerqueira César - São Paulo/SP

Inscrição: até 16 de outubro de 2010, sujeito a existência de vaga

Vagas: 90

Informações: (11) 3069-5428 pelo e-mail arismar.neves@incor.usp.br

Curso Incor “Como cuidar do seu coração” (online)

Inscrições pelo site www.incor.usp.br, clicando no banner “Curso Como cuidar do seu coração”

INFORMAÇÕES

Assessoria de Imprensa

Incor-HCFMUSP

Rita Amorim

11-3069-5437/5016

incorpress@incor.usp.br

Solicite sua pauta pela Internet

Agora você também pode solicitar entrevistas com especialistas do Incor pelo site <http://www.incor.usp.br> – seção Imprensa – formulário “solicite sua pauta”.

Assessoria de Imprensa e Mídias Jornalísticas Institucionais
Incor – Instituto do Coração do Hospital das Clínicas
Núcleo de Comunicação Institucional - HCFMUSP
Tel.: 11 3069-5437 / 3069-5016 - E-mail: incopress@incor.usp.br
Solicite sua pauta: <http://www.incor.usp.br> (Imprensa)