



# Ruta de la Salud

26 de noviembre - de 17 a 20h  
Casa de la Cultura  
C/ Moncada - Xàtiva

Organizan:



Participan:



ESTEVE



NOVARTIS



Janssen



Diabetes Care

## Ruta de la Salud Informar, formar i prevenir

La Ruta de la Salud es una acción coordinada desde la Diputación de Valencia que, con la colaboración del Consorcio Hospital General, tiene el objetivo de incrementar el esfuerzo por la salud preventiva que se da a la población valenciana. Nuestra salud depende de los actos y actitudes del día a día (alimentación, actividad física, vida activa, emociones).

De este modo, la Ruta de la Salud se propone para formar e informar, porque gracias a la transmisión de conocimiento se consigue corregir estilos erróneos de vida y, por lo tanto, una sociedad más responsable con su salud.

Con esta acción, médicos y enfermeros salen de sus centros para acercarse a ti, a las comunidades y a las familias para ofrecerles un servicio de salud programado y preventivo. Todo ello con la colaboración e implicación de los ayuntamientos, que ceden sus instalaciones y sus recursos para hacer de esta iniciativa un éxito de participación.

### Charlas informativas sobre:

- Riesgo cardiovascular
- Enfermedades respiratorias
- Pérdida de audición
- Reumatología y osteoporosis
- Diabetes y nutrición
- Cómo cuidar tus ojos

### Proves:

- Cálculo riesgo cardiovascular, electrocardiograma, masa corporal
- Espirometría y coxímetro
- Audiometrías
- Medición ocular y rejilla de Amsler
- Toma de tensión, glucemia
- Revisión bucodental
- Ejercicio físico