

Precongreso – Actividad para la Comunidad

Consejos saludables para las personas con Diabetes

Miércoles 28 de Septiembre

Centro Metropolitano de Convenciones
Junin 501 – Ciudad de Rosario



Programa

18 a 20 h

17.45 h PALABRAS DE BIENVENIDA

18 -19 h Cocinamos en vivo con degustación: Desarrollo de menú de comida en vivo de la Lic. en Nutrición: Patricia Frías en forma conjunta con la Lic Evangelina Sosa

- Evacuen dudas sobre alimentación sana.
- Expliquen técnicas de mejor cocción, cantidades, ración elección y adecuación de alimentos.
- Lectura de etiquetado de alimentos, se usarán las etiquetas (en infografía grande y repartir en copias legibles a los pacientes) de lo que se use en las preparaciones para leerlas con los participantes.
- Se podrán llevar impreso un recetario saludable de comidas de todos los días.

19 -19:30 h Estación de cuidado de pie para revisión y consejos. A cargo de los estudiantes de podología y sus docentes. Dr. Ruben Saurral

19:30 - 19:45 h: Micro charla Importancia de la adherencia y compromiso de las personas con ECNT (abordar Obesidad, Diabetes, HTA y Dislipemia). Dra. Marili Ruiz

19:45 h – 20:15 h Nos ponemos en Acción: Actividad física a cargo del Dr. Gustavo Diaz que realizará Taek –won-do Senior junto a un grupo de personas adultas mayores con final de tema musical movido para terminar la jornada a pura diversión.