

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 www.medena.es

PLAZO INSCRIPCIÓN: Hasta el 24 de Enero de 2018

MATRICULA. Médicos colegiados en Navarra:

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

*Médicos en situación de desempleo o subempleo a 31/12/2017

Médicos Colegiados en otras provincias: 50 €

PLAZAS LIMITADAS

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

Secretaría 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 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 PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

29 de Enero y 6 de Febrero 2018

16:30—20:00 HORAS

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

Dirigido a: Médicos. PREFERENCIA Médicos de Familia y Pediatría. M. General. Especialistas en Medicina del Trabajo, Preventiva, Deporte, Rehabilitación, Geriátrica, Endocrinología e Interna.

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.

Actividad avalada por



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: patología cardiovascular, DM tipo 2, HTA, enfermedades respiratorias y artrosis. Además, supone una elevada carga económica para los sistemas de salud: en nuestro país se calcula que los costes directos e indirectos asociados a la obesidad suponen un 7% del gasto sanitario total.

Para el abordaje de esta problemática se han definido estrategias de intervención y prevención a nivel internacional (OMS), Nacional (NAOS) y Regional (incluida en el Plan foral de Salud) que identifican, en los hábitos de vida saludable – dieta y ejercicio –, las herramientas clave para el manejo clínico y preventivo de sobrepeso y obesidad. Conforme a la Guía de práctica clínica para el manejo del sobrepeso y la obesidad en personas adultas, de la Sociedad Española de Estudio de la Obesidad, el tratamiento básico para el control del sobrepeso y la obesidad combina la reducción de la energía alimentaria, la actividad física y la terapia conductual.

Esta actividad, tiene por objeto mejorar la capacitación para la prescripción de Ejercicio y actividad física y la modificación gradual de estilo de vida, en el tratamiento de pacientes con sobrepeso, en la prevención de obesidad y complicaciones relacionadas con sobrepeso en otras patologías crónicas.

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:

AYARRA ELIA, MAITE. Medicina Familiar y Comunitaria. EAP Huarte-Pamplona

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

IBAÑEZ SANTOS, JAVIER. Medicina del Deporte. Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte. Instituto Navarro de Deporte y Juventud. Profesor Asociado Facultad de Farmacia y Nutrición. Universidad de Navarra

IZQUIERDO REDIN, MIGUEL EUGENIO. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Catedrático. Universidad Pública de Navarra. Ciencias de la Salud - Fisioterapia

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

Cronograma de actividades

Sesión 1. 29 de Enero de 2018

Desde	16:15	Registro de Asistentes.
16:30	16:40	Introducción y Objetivos. Dra. Zugasti
16:40	17:15	Programa "Suma pasos y elige Salud". Dra. Vispe
17:15	17:50	Programa "De la pastilla a la zapatilla". Dra. Ayarra
17:50	18:15	Pausa
18:15	18:45	Programas INDJ: "Muévete para ganar salud y tratar tu enfermedad". "Prevención obesidad infantil". Dr. Ibañez
18:45	19:20	Prescripción de ejercicio físico de precisión para la salud, el síndrome metabólico y la diabetes tipo 2. Prof. Izquierdo
19:20	19:55	Utilidad clínica de la Acelerometría y de otras TICS aplicadas a actividad física. Prof. Gómez Ambrosi
19:55	20:15	Propuesta ejercicio individual. Dras. Zugasti y Petrina

Del 30 de Enero al 5 de Febrero de 2018

Actividad individual no presencial: resolución de caso problema: prescripción de ejercicio y propuesta de seguimiento. Revisión documentación de referencia.

Sesión 2. 6 de Febrero de 2018

Desde	16:15	Registro de Asistentes.	
16:30	17:30	Puesta en común ejercicios individuales.	Moderadoras: Dra. A. Zugasti y E. Petrina
17:30	18:30	Resolución de problemas.	
18:30	18:50	Pausa	
18:50	19:25	La experiencia de pacientes y usuarios	
19:25	19:45	Conclusiones y encuesta.	