



Pacientes

 Hospital Universitario  
Infanta Elena

 Hospital Universitario  
Rey Juan Carlos

 Hospital Universitario  
General de Villalba

 Hospital Universitario  
Fundación Jiménez Díaz  
Grupo Quirónsalud



## Talleres 2024. Cómo reducir peso para ganar salud

Dirigido a pacientes con riesgo cardiovascular y patologías añadidas

**16 de octubre de 2024 a las 13 horas**

**Sala Severo Ochoa**  
Fundación Jiménez Díaz

**Se puede participar en la jornada:**

Presencialmente en Sala Severo Ochoa de la Fundación Jiménez Díaz

**También se puede seguir la jornada en:**

<https://streaming.formacion4h.es/>

Usuario: **hufjd** | Contraseña: **kZp4Q8XW**

### Imparten:

**Dra. Clotilde Vázquez Martínez.** Jefa de Servicio de Endocrinología y Nutrición  
**Dr. Enrique Sanz Martínez.** Nutricionista.

### Contenidos:

- El exceso de grasa empeora el curso de muchas enfermedades.
- Se darán las claves fundamentales para reducir el peso de forma segura y saludable.
- Medición de cintura, recursos básicos de dieta mediterránea y actividad física.