



INCOR
Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da FMUSP

São Paulo, 11 de julho de 2011.

INCOR ABRE INSCRIÇÕES GRATUITAS PARA CURSO ON-LINE “COMO CUIDAR DO SEU CORAÇÃO”

Pessoas de todas as idades e de todas as regiões do Brasil podem se inscrever para participar de curso gratuito de prevenção das doenças do coração, ministrado por médicos e especialistas do Incor.

Acontece em 6 de agosto próximo, das 8h às 18h, gratuitamente para todo o Brasil, o curso “Como cuidar do seu coração”, realizado pela equipe do Incor (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da FMUSP). O curso organizado há 22 anos na modalidade presencial, no anfiteatro do Incor, em São Paulo, também é transmitido em tempo real pela internet, através do site do Incor www.incor.usp.br. Os participantes do curso on-line têm acesso aos mesmos conteúdos do curso presencial, inclusive com a possibilidade de fazer perguntas à distância aos professores. As inscrições do curso on-line vão até o dia 5 de agosto, pelo site do Incor - www.incor.usp.br. As inscrições para o curso presencial - que encerram-se em 29 de julho ou até o preenchimento das 90 vagas – deve ser feita exclusivamente pelo telefone 11-3069-5428 ou pelo e-mail: arismar.neves@incor.usp.br.

Informações e inscrições para curso on-line, acesse o site e informe-se: www.incor.usp.br

O curso “Como cuidar do seu coração” 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 – veja o [programa do curso](#).

Como as sugestões e a linguagem utilizadas no curso são deliberadamente simples, qualquer pessoa, de qualquer idade e de qualquer nível de escolaridade, poderá colocá-las em prática.

"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. Para aqueles que assistirem, no mínimo, 75% das aulas, serão concedidos certificados de participação.

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.

SERVIÇO

Curso Incor "Como cuidar do seu coração" (presencial)

Promoção: Serviço de Nutrição e Dietética do Incor

Data: 6 de agosto de 2011, das 8h às 18h

Local do curso presencial: Incor (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da FMUSP) - Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 44 – anfiteatro – Cerqueira César, São Paulo / SP.

Inscrições: somente pelo site www.incor.usp.br

Limite de data de inscrição do curso presencial: até o dia 29 de julho de 2011 ou até o preenchimento das 90 vagas disponíveis

Limite de data de inscrição do curso on-line: até o dia 5 de agosto de 2011, sem limite de vagas

Investimento: gratuito

Solicite sua pauta pela Internet

Agora você também pode solicitar entrevistas com especialistas do Incor pelo site 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)

Apoio
Maxpress