



CIRCULAR N° 51/2020

Para: Ilmos. Sres. Presidentes de Colegios Oficiales de Enfermería

De: Secretaría General

Fecha: 30-3-2020

Asunto: **ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EJERCICIO PARA PREVENIR
ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

Siguiendo con las recomendaciones que se están proporcionando desde la Organización Colegial al conjunto de todos los profesionales y la ciudadanía, relacionados con la pandemia Covid-19 y estar aislados en casa como principal medida de prevención para evitar contagios. En esta circular informamos de la necesidad de llevar una alimentación saludable y planificar una rutina de ejercicio durante el aislamiento, ya que todo ello ayuda a prevenir problemas y enfermedades cardiovasculares en el futuro.

Adjuntamos nota de prensa, infografía y videos para dar difusión a través de la Organización Colegial, potenciar hábitos de vida saludables y resaltar estrategias útiles de prevención para el conjunto de la sociedad relacionadas con las enfermedades cardiovasculares.

EL SECRETARIO GENERAL,

**Vº. Bº.
EL PRESIDENTE,**

Florentino Pérez Raya



Diego Ayuso Murillo

