

# NOTA DE PRENSA

## CICLO DE CONFERENCIAS "CUIDA TU SALUD"

Logroño, 2 DICIEMBRE 2015.- La Obra Social de Ibercaja organiza, en colaboración con la Sociedad Riojana de Medicina de Familia y Comunitaria, un nuevo ciclo de conferencias sobre medicina y salud en el que se tratarán de forma sencilla, amena y accesible los problemas de salud que más nos preocupan y las enfermedades más comunes: la gripe, el sobrepeso, el dolor, los mareos, el cáncer...

A la presentación han asistido Mayte Ciriza, Directora del Centro Ibercaja, y el Dr. Miguel Ángel Gallardo.

En el ciclo "Cuida tu salud" se abordarán temas médicos de actualidad, impartidos por profesionales de la Sociedad Riojana de Medicina de Familia y Comunitaria, tratados de forma divulgativa.

Este ciclo de conferencias tiene por objetivo:

- mejorar el nivel de salud de la población a través de la educación para la salud
- promover el autocuidado entre las personas que padecen una enfermedad o están en riesgo de padecerla
- y, a la vez, presentar la figura de Médico de Familia como referente de salud, estableciendo un canal de comunicación entre los profesionales sanitarios y las personas.

La Sociedad de Medicina de Familia y Comunitaria es una sociedad científica fundada hace más de treinta años, que cuenta con más de 200 socios. Es la sociedad científica riojana con mayor número de asociados.

### MÁS INFO:

Centro Ibercaja La Rioja • Portales, 48 • 26001 Logroño  
941 28 68 26 • [cclarioja@obrasocial.ibercaja.es](mailto:cclarioja@obrasocial.ibercaja.es)

## **PROGRAMA**

### **Ciclo “Cuida tu salud”**

- **9 de diciembre**

**“Gripe y resfriado común. Mejor sin antibióticos”.**

**Dr. Jesús Ortega Martínez.** Médico de familia C.S. Rincón de Soto.

- **13 de enero**

**“Sobrepeso y obesidad. Recomendaciones dietéticas y ejercicio”.**

**Dr. Jesús Ochoa Prieto.** Médico de familia C.S. Joaquín Elizalde de Logroño.

- **17 de febrero**

**“Doctor, me duelen los riñones”.**

**Dra. Teresa Mayado Carbajo.** Médico de familia C.S. Cascajos de Logroño.

**Dr. Willy Velázquez.** Residente de Medicina de Familia y Comunitaria.

- **9 de marzo**

**“El mareo. Cuándo alarmarse”.**

**Dr. Antonio Trueba Castillo.** Médico de familia C.S. Gonzalo de Berceo.

**Dra. Marta Garrido.** Residente de Medicina de Familia y Comunitaria.

- **13 de abril**

**“¿Puede prevenirse el cáncer?”.**

**Dr. Ignacio Fernández Hurtado.** Médico de familia C.S. Camero Nuevo.

- **11 de mayo**

**“Tabaquismo. Siempre puedes dejarlo”.**

**Dra. Lourdes Alonso.** Médico de familia C.S. Cascajos de Logroño.

**Dr. Diego Beni Ruiz.** Médico de familia C.S. Aldeanueva de Ebro.

- **15 de junio**

**“Viajes, ¿qué llevar en la maleta?”.**

**Dr. Miguel Díez Ramírez.** Médico de Familia C.S. Nájera.