



# III SEMANA DE LA SALUD 2025 (del 7 al 10 de Octubre)

## CS CIRCUNVALACIÓN – CS TORTOLA



### Martes 7 de octubre

- Inauguración Institucional en el Centro Cívico Rondilla

### Miércoles 8 de octubre

#### TURNO DE MAÑANA

HORARIOS	TEMAS	PROFESIONALES
10:00-10:20h	<b>Alimentación y ejercicio físico: promoviendo la salud</b>	Amalia de Cabanyes Aragón - C.S. Circunvalación - Enfermera Elena Caballero Cabañas – C.S. La Tórtola – Enfermera especialista FyC Cristian Alexander Palacio Henao – MIR 2 FyC - C.S. Circunvalación
10:20-10:40h	<b>Diabetes Mellitus: píldoras para mejorar su manejo</b>	Susana Morillo Blanco - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Laura Rodríguez Fernández - EIR 2 FyC - C.S. Circunvalación
10:40-11:00h	<b>Testamento Vital: humanizando los cuidados</b>	Ester González Camino - C.S. Circunvalación y La Tórtola – Trabajadora Social
<b>11:00-11:15h DESCANSO</b>		
11:15-12:00h	<b>Tabaquismo: estrategias para eliminarlo de tu día a día</b>	Katherine Lupe Pesantez Vásquez - MIR 2 FyC - C.S. Circunvalación Yolanda Esteban González – C.S. La Tórtola – Enfermera
12:00-12:30h	<b>¡Cuida de tus dientes, mantenlos limpios!</b>	Miriam Rodríguez Paredes - C.S. Circunvalación - Odontóloga María Couñago Taibo - C.S. Circunvalación - Odontóloga Laura Martín Revuelta - C.S. Circunvalación y La Tórtola – Higienista bucodental Fernando Cuadra Gómez - C.S. Circunvalación y La Tórtola – Higienista bucodental
12:30-13:00h	<b>Uso responsable de Antibióticos</b>	Sonia Sanz Izquierdo - C.S. Circunvalación – Médica especialista FyC Esther Fernández Manchado - C.S. Circunvalación – Médica especialista FyC Guillermo Aragón - C.S. La Tórtola – Médico especialista FyC
13:00-13:30h	<b>¡Normalizando la menopausia!</b>	Ana Isabel Ganso Pérez - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista en Obstetricia y Ginecología Marta Marina García Alonso – C.S. Circunvalación – Médica especialista FyC



# III SEMANA DE LA SALUD 2025 (del 7 al 10 de Octubre)

## CS CIRCUNVALACIÓN – CS TORTOLA



TURNO DE TARDE		
HORARIOS	TEMAS	PROFESIONALES
17:00-17:30h	<b>Uso inadecuado de las nuevas tecnologías y sus efectos en la salud</b>	Begoña Gómez de Vega - C.S. Circunvalación - Enfermera Miriam Bermejo Barquero - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Montserrat Piriz Veloso - C.S. La Tórtola – Enfermera de Pediatría
<b>17:30-17:40h DESCANSO</b>		
17:40-18:05h	<b>Cuidando al cuidador</b>	Laura Ruiz Garde - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Laura Rodríguez Samaniego - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC
18:05-18:30h	<b>Vacunación: Gripe y COVID</b>	Lidia Hernández Crespo - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC María Gómez Beliz - EIR 1 FyC - C.S. Circunvalación
18:30-19:00h	<b>Riesgo Cardiovascular: Protégete del enemigo silencioso.</b>	Ana Aira Vázquez - EIR 2 FyC - C.S. La Tórtola María Victoria Mediavilla Sesmero – C.S. La Tórtola – Enfermera especialista en Salud Laboral



# III SEMANA DE LA SALUD 2025 (del 7 al 10 de Octubre)

## CS CIRCUNVALACIÓN – CS TORTOLA



<b>Jueves 9 de octubre</b>		
<b>TURNO DE MAÑANA</b>		
<b>HORARIOS</b>	<b>TEMAS</b>	<b>PROFESIONALES</b>
10:00-10:30h	<b>Diversidad sexual: eliminando barreras</b>	Andrea Puebla Parral - MIR 4 FyC - C.S. Circunvalación
10:30-11:00h	<b>Vacunación: Neumococo y Herpes Zóster.</b>	Ana Isabel Seco de Miguel - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Marta Sierra Rodríguez - EIR 1 FyC - C.S. La Tórtola
<b>11:00-11:15h DESCANSO</b>		
11:15-11:45h	<b>Primeros auxilios (teoría)</b>	Marta Esther Vázquez Fernández - C.S. Circunvalación - Pediatra Beatriz Vargas Ruiz – C.S. La Tórtola – Enfermera de Pediatría
11:45-13:15h	<b>Primeros auxilios (práctica)</b>	Marta Esther Vázquez Fernández - C.S. Circunvalación – Pediatra Beatriz Vargas Ruiz – C.S. La Tórtola – Enfermera de Pediatría Ana Isabel Seco de Miguel - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Susana Morillo Blanco - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Ana Conde Catalina – C.S. La Tórtola – Enfermera
<b>TURNO DE TARDE</b>		
<b>HORARIOS</b>	<b>TEMAS</b>	<b>PROFESIONALES</b>
17:00-17:30h	<b>Organización del Centro de Salud: acercando cuidados a la población</b>	Ana Gajate García – C.S. Circunvalación – Médica especialista FyC Ana Isabel Seco de Miguel - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Catalina Benito Vicente - C.S. La Tórtola – Enfermera
17:30-18:00h	<b>Fisioterapia en Atención Primaria: una pieza clave</b>	Alberto Simarro Martín – C.S. Circunvalación - Fisioterapeuta
<b>18:00-18:15h DESCANSO</b>		
18:15-18:35h	<b>SACYL Conecta</b>	Paula Parra Mediavilla – GAPVAE – Enfermera especialista FyC
18:35-19:00h	<b>Pirámide de Salud Comunitaria</b>	Catalina Benito Vicente - C.S. La Tórtola – Enfermera Ana Isabel Seco de Miguel - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC

## III SEMANA DE LA SALUD 2025 (del 7 al 10 de Octubre) CS CIRCUNVALACIÓN – CS TORTOLA



Viernes 10 de octubre		
TURNO DE MAÑANA		
HORARIOS	TEMAS	PROFESIONALES
09:00-09:30h	<b>¡Calentando motores con ejercicios de movilidad!</b>	Jessica Diez Melero - C.S. Circunvalación - Enfermera
09:30-10:30h	<b>Caminata Saludable</b>	Jessica Diez Melero - C.S. Circunvalación - Enfermera Laura Rodríguez Samaniego - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Catalina Benito Vicente - C.S. La Tórtola - Enfermera Yolanda Esteban González – C.S. La Tórtola – Enfermera María Victoria Mediavilla Sesmero – C.S. La Tórtola – Enfermera especialista en Salud Laboral
10:30-11:00h	<b>Pausa consciente, un camino hacia el bienestar (Taller de Mindfulness)</b>	Laura Rodríguez Samaniego - C.S. Circunvalación – Enfermera especialista FyC Flor María Leobruni Ranalli - MIR 2 FyC - C.S. Circunvalación
11:00-11:30h	<b>Sueño infantil: la importancia de un adecuado descanso</b>	Gema Alonso Servi – C.S. Valladolid Rural I – Enfermera

- **Lugar donde se impartirán las sesiones:** Centro Integrado Zona Este, Plaza Biólogo José Antonio Valverde, 1, 47012, Valladolid.
- **Centros de Salud:** se realizarán de forma conjunta entre los EAP del C.S. La Tórtola y C.S. Circunvalación.