



A COMMUNITY - ACADEMIC PARTNERSHIP

SALUD DEL CORAZÓN PARA MUJERES: UN TALLER COMUNITARIO GRATUITO



¿Quieres cuidar mejor tu corazón?

Estás invitada a una **clase educativa GRATUITA de 45 minutos** diseñada para la comunidad.



En esta sesión aprenderás:

- Qué es la salud cardiovascular (del corazón) y por qué es importante.
- Factores de riesgo comunes como ❤️ la presión arterial, 🏃 el estilo de vida y 👨 los antecedentes familiares.
- **Pasos sencillos y prácticos que puedes tomar para proteger tu corazón.**

Esta clase es impartida por investigadoras e investigadores de la **Escuela de Salud Pública de la Universidad de California, Irvine (UCI)**, en colaboración 🤝 con **GREEN-MPNA**, con el objetivo de compartir **información clara, confiable y basada en evidencia científica** con nuestra comunidad.



Qué puedes esperar:

- Clase educativa de 45 minutos
- Puede compartir su opinión si lo desea
- Tu participación es voluntaria y confidencial



Modalidad: En línea (Zoom)



Idioma: Inglés y español



Fechas: 2/12/26 y 2/26/26



Hora: 4-5PM



Cómo registrarse:



Escanea el código QR para inscribirte y recibir actualizaciones sobre la clase.



Tu participación ayuda a mejorar el conocimiento sobre la salud ambiental en nuestra comunidad.

Comparte este mensaje con familiares y amigos ❤️

