

HealthNet # _____

Heart Wise

Forma de Evaluación

Sí, me gustaría ser contactada para planificar mis pruebas gratis.

Sí, tengo entre 40 y 64 años de edad.

Nombre _____

Fecha de nacimiento _____

Teléfono _____

Domicilio _____



Salud para el publico...cada día, donde quiera, para todos.

Recursos Adicionales

Para más información sobre mujeres y la enfermedad cardíaca, visitan los sitios de web siguientes:

- CDC's Cardiovascular Health Program www.cdc.gov/dhdsp
- A Public Health Action Plan to Prevent Heart Disease and Stroke www.cdc.gov/dhdsp/library/action_plan

Jefferson County Public Health Localidades del programa:

Arvada Clinic

6303 Wadsworth Bypass, Arvada, CO 80003

Lakewood Clinic

260 S. Kipling Street, Lakewood, CO 80226

303-232-6301

<http://www.jeffco.us/health>

January 2011



Un programa gratuito por un año
para mujeres y hombres
Redusca su riesgos de enfermedad
Cardíaca

Jefferson County Public Health
(JCPH)

303-239-7138

<http://www.jeffco.us/health>

Salud para el publico...cada día, donde quiera, para todos.

¿Qué es Heart Wise?

La enfermedad cardíaca es la causa principal de muerte entre mujeres y hombres en los Estados Unidos.

El programa Heart Wise está diseñado para ayudar a mujeres y hombres que tienen de 40 a 64 años para reducir su riesgo de la enfermedad cardíaca y promover un corazón sano y una vida saludable.

Nuestro objetivo es ayudar a mujeres y hombres con ingresos bajos, seguro médico parcial o sin seguros, con las habilidades para mejorar su dieta, actividad física, y otros aspectos de vida para prevenir, retrasar y controlar la enfermedad cardiovascular (del corazón).

Redusca su riesgo de enfermedad cardíaca con
Heart Wise

Información de Contacto

Vickie Hayworth
Jefferson County Public Health
303-239-7009
vhaywort@jeffco.us

Heart Wise Proporciona, sin costos:

- ◆ Prueba de presión arterial.
- ◆ Prueba de colesterol.
- ◆ Índice de Masa Corporal (IMC) – El IMC se calcula de la estatura y peso de la persona y es utilizada para problemas de peso-relacionados con la salud.
- ◆ Ideas en cómo aumentar la actividad física.
- ◆ Información acerca de enfermedad cardíaca, acerca de embolismo, hipertensión (alta arterial), colesterol alto, y la diabetes.
- ◆ Referencia a un médico, si es necesario.
- ◆ Referencia a recursos para ayudar dejar de fumar.
- ◆ Referencia a un dietista registrado para mejorar su dieta.

Para Hacer Una Cita
Llame al

303-239-7138

¿Cuales son los factores de riesgo?

- ◆ Historia familiar
- ◆ Alta presión arterial
- ◆ Colesterol alto
- ◆ Obesidad/sobrepeso
- ◆ Fumar
- ◆ Estilo de vida inactiva

Redusca Su Riesgo de Enfermedad Cardíaca

- ◆ Durante el programa de un año participantes del programa podrán ver una enfermera de HeartWise 3 veces.
- ◆ Los participantes tendrán acceso a una nutricionista sin límite durante el año.
- ◆ Para matricularse en el programa de Heart Wise, llame al **303-239-7138**

