



Educação a Distância

Prevenção de Diabetes e Hipertensão



CONTEÚDO DO CURSO

O curso está organizado da seguinte forma:

Etapa 1 - Definição e características das doenças crônicas

» Impacto na saúde pública, coletiva e individual

Etapa 2 - Diabetes e hipertensão: fatores de risco e prevenção

- » Tipos de diabetes e suas diferenças
- » Fatores de risco e estratégias de prevenção do diabetes
- » Hipertensão: Fatores de Risco e Prevenção

Etapa 3 - Estilo de vida saudável e autocuidado na prevenção de doenças crônicas

- » Benefícios da alimentação saudável e atividade física no estilo de vida
- » Controle do estresse e promoção do bem-estar emocional
- » Autocuidado e Monitoramento da Saúde