



CONMEMORAN DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN

TecNM-Roque/DCOMyDIF.

El Departamento de Actividades Extraescolares llevó a cabo el evento del Día Mundial del Corazón, coordinado por la Mtra. Gabriela Martínez Romero, quien informó que el estudiantado y el personal participante se mostraron muy activos durante los ejercicios que realizaron bajo la instrucción del preparador físico invitado para tal fin. El personal de diferentes áreas de las oficinas del Tecnológico Nacional de México Roque realizó acti-

vación física laboral, y el estudiantado, activación física masiva en el Patio Principal de la institución. Así mismo, se instalaron módulos de RCP en el Patio Principal y módulos sobre concientización del abuso del alcohol. Este tipo de actividades permiten que las personas tomen conciencia respecto al cuidado del corazón, como de ejercicios que ayudan a mantenerlo en buen estado de salud previniendo posibles enfermedades cardiovasculares.

