Itinerari della salute

PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE

TRACCIA LA SALUTE DEL TUO CUORE

CONOSCI I FATTORI DI RISCHIO

Età, genere, abitudini e patologie già esistenti

ADOTTA UNO STILE DI VITA SANO

Alimentazione povera di grassi, attività fisica, niente fumo e alcool

EFFETTUA CONTROLLI PERIODICI

Pressione, frequenza e ritmo cardiaco, livelli di colesterolo, trigliceridi e glicemia

PER SAPERNE DI PIÙ INQUADRA QUI