

Care sunt factorii de risc pentru bolile cardiovasculare?



Sedentarismul
Dieta nesănătoasă
Fumatul
Consumul excesiv de alcool



Când apelăm de urgență la medic?

Dacă apare durere în piept bruscă
Dificultăți în respirație
Slăbiciune bruscă pe o parte la nivelul feței,
a unui braț sau al unui picior



Cum putem preveni bolile cardiovasculare?

Controale regulate la medic
Măsurarea constantă a tensiunii arteriale
Menținerea unei diete sănătatoase
Activitate fizică minimum 30 de minute
pe zi



Activitate din cadrul SA6.5. Organizarea unor campanii de informare și conștientizare referitoare la "planificare familială", "igiena și apă potabilă", "Protecția copilului" și "Separarea copilului de familia sa"