

L'EAP Pla d'Urgell celebra el Dia Europeu per a la Prevenció del Risc Cardiovascular

El 14 de març és el Dia Europeu per a la Prevenció del Risc Cardiovascular.

L'alimentació juga un paper molt important en la prevenció i el tractament de les malalties cardiovasculars (nivells elevats de colesterol en sang, tensió arterial elevada, sobrepès i obesitat, diabetis). Uns hàbits alimentaris saludables i satisfactoris poden prevenir l'aparició de factors de risc d'aquestes malalties.

Per això l'EAP Pla d'Urgell va organitzar algunes activitats per tal de conscienciar la població sobre aquests riscos.

Les infermeres de l'EAP van fer controls de Tensió Arterial i oferien consells sobre alimentació saludable, exercici físic, alcohol i tabac a la ciutadania; la possibilitat de passar a una consulta habilitada per a la mesura del risc cardiovascular.