

Salud cardíaca

Infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares

Factores de riesgo



Tabaquismo



Dieta
desequilibrada



Inactividad
física

¿Cómo prevenirlos?

- Realizar actividad física durante al menos 30 minutos todos los días.
- Comer al menos cinco raciones de frutas y hortalizas al día.
- Limitar el consumo de sal a menos de una cucharita diaria.

Hipertensión arterial

Es un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta. A mayor tensión, mayor es el esfuerzo que realiza el corazón para bombear.



Valores
normales

Tensión arterial máxima es de 120 mm Hg

Tensión arterial mínima es de 80 mm Hg

Síntomas

- dolor de cabeza
- dificultad respiratoria
- vértigos
- dolor torácico
- palpitaciones del corazón
- hemorragias nasales (poco frecuentes)



La mayoría de las personas con hipertensión no muestran ningún síntoma.

Charla

Salud Cardiovascular

El Dr. Juan Alberto Gagliardi nos hablará sobre la incidencia de la hipertensión arterial, el colesterol y el tabaquismo en nuestra salud coronaria, y el impacto de los factores psicosociales. Además conoceremos cómo prevenir enfermedades cardiovasculares.

Miércoles 14 de septiembre | 18.30 h | Aula Magna

Disertante:



Dr. Juan Alberto Gagliardi

Médico cardiólogo del Hospital General de Agudos "Dr. Cosme Argerich" y del Centro Cardiovascular "Dr. Carlos Maria Taquini".

Presidente del Comité de Ética en Investigación del Hospital Argerich.

Investigador asociado de la carrera de Investigador de Profesionales de la Salud del Ministerio de Salud del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires (GCBA). Miembro del Comité de redacción de la Revista Argentina de

Cardiología de la Sociedad Argentina de Cardiología. Fue Secretario Técnico Administrativo del Consejo de Investigación en Salud del GCBA y

Coordinador de Unidad Coronaria de la Clínica del Sol.

La charla otorgará créditos por valor.

Inscripciones: informes@itba.edu.ar

¿Qué son las enfermedades cardiovasculares?



Son un grupo de desórdenes del corazón y de los vasos sanguíneos.

Factores de riesgo comportamentales

- Dieta desequilibrada
- Inactividad física
- Tabaquismo
- Consumo nocivo de alcohol

Manifestación de sus efectos

- Hipertensión arterial
- Hiperglucemia
- Hiperlipidemia
- Sobrepeso u obesidad

Causas secundarias y no secundarias

cambios sociales, económicos y culturales:

globalización • urbanización • envejecimiento de la población
pobreza • estrés • factores hereditarios.