

BOLETÍN
 NÚMERO
1880

Carta del Seguro

El email diario para los profesionales del Seguro

f t in

Lunes, 30 de octubre de 2017

NOTICIAS DE SEGUROS

Volver al inicio

27 de octubre

 13:47
 2017

Redacción

Imprimir

Compartir



Fundació Agrupació conciencia a los mayores sobre salud cardiovascular

Fundació Agrupació ha organizado una conferencia dirigida a personas mayores sobre la **prevención en la salud cardiovascular**. La ha impartido el doctor **José Miguel Baena**, de CAP Marina de Barcelona, y ha tenido lugar en el Casal Municipal de la Gent Gran de Santes-Escorxador en Mataró.

Se han analizado los principales factores de riesgo, como la obesidad, la hipertensión, la diabetes tipo II y el tabaquismo. Y se ha profundizado en cómo llevar un estilo de vida saludable puede minimizarlos. Se aconseja seguir una **dieta mediterránea** en la alimentación y **realizar actividad física variada**, siendo suficiente con caminar 30 minutos al día.

Han asistido **más de 60 personas**, a quienes se les ha obsequiado con el libro 'Información y consejos para promover la salud cardiovascular', editado por Fundació Agrupació con la colaboración del Institut de l'Envel·liment de la Universitat Autònoma de Barcelona.

Votar: ★★★★★

Resultado: ☆☆☆☆☆

0 votos