



FUNDACIÓNSEFAC

DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN 2023

Infografía elaborada por el grupo de trabajo de hipertensión arterial y riesgo cardiovascular

 Mantén el estrés a raya



 Controla tu nivel de azúcar



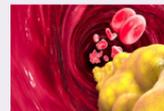
 Duerme entre 7 y 9 horas



 Haz ejercicio diariamente



 Revisa tu nivel de colesterol



 Vigila tu presión arterial



 Mantén un peso saludable



 Evita el tabaco



Consejos de tu farmacéutico para cuidar tu corazón

Imágenes tomadas de: **Canva.com**

Citar como: Díaz C, Lage M, Prado MA, Penín O. Día mundial del corazón 2023. [Infografía]. Madrid: Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC); 2023. DOI:10.33620/FC.2173-9218.(2023).IFG.047

www.sefac.org @sefac_aldia@farmaciafamiliarcomunitaria @sefac_aldia



©SEFAC. El propietario del copyright no puede ser considerado legalmente responsable de la aparición de información inexacta, errónea o difamatoria, siendo los autores los responsables de la misma. Los autores declaran no tener conflicto de intereses. Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada, transmitida en cualquier forma o medio alguno, electrónico o mecánico, incluyendo las fotocopias, grabaciones o cualquier sistema de recuperación de almacenamiento de información, sin permiso del titular del copyright.

DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN 2023

FUNDACIÓN SEFAC

Infografía elaborada por el grupo de trabajo hipertensión arterial y riesgo vascular

LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES SUPONEN LA PRIMERA CAUSA DE MUERTE EN EL MUNDO. TU FARMACÉUTICO PUEDE AYUDARTE A REDUCIR EL RIESGO CARDIOVASCULAR A TRAVÉS DE LOS SERVICIOS PROFESIONALES FARMACÉUTICOS ASISTENCIALES

Tu farmacéutico te puede ayudar a cuidar tu corazón

Depende de ti, eso sí, acompañado siempre por tu farmacéutico



CONTROL DE PARÁMETROS : GLUCEMIA, COLESTEROL, PRESIÓN ARTERIAL E INFORMACIÓN PARA UNA MEDIDA CORRECTA



AYUDA PARA DEJAR DE FUMAR (TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO+COGNITIVO CONDUCTUAL)



EDUCACIÓN NUTRICIONAL PARA ADQUIRIR HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO SALUDABLES QUE TE AYUDEN A MANTENER UN PESO ADECUADO ASI COMO CONSEJOS PARA PODER TENER UN DESCANSO ÓPTIMO



REVISIÓN DEL USO DE LOS MEDICAMENTOS, SEGUIMIENTO FARMACOTERAPÉUTICO Y MEJORA DE LA ADHESIÓN A LOS TRATAMIENTOS



Imágenes tomadas de :Canva.com

Mancia G, Kreutz R, Brunström M, Burnier M, Grassi G, Januszewicz A, et al. 2023 ESH Guidelines for the management of arterial hypertension The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension Endorsed by the European Renal Association (ERA) and the International Society of Hypertension (ISH). J Hypertens [Internet]. 2023; Publish Ahead of Print. Available from: <http://dx.doi.org/10.1097/hjh.0000000000003480>.

Penín O, Villasuso B, Domenech M, Moyá A, Torras J, Peña M J, et al. Guía para el abordaje de la hipertensión por el farmacéutico comunitario en el ámbito de la atención primaria: documento de consenso multidisciplinar. Madrid: SEFAC; 2022.

Foro de Atención Farmacéutica-Farmacia Comunitaria (Foro AF-FC). Guía práctica para los Servicios Profesionales Farmacéuticos Asistenciales en la Farmacia Comunitaria. Madrid: Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos; 2019. Citar como: Díaz C, Lage M, Prado MA, Penín O. Día mundial del corazón 2023. [Infografía]. Madrid: Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC); 2023. DOI:10.33620/FC.2173-9218.(2023).1FG.047

www.sefac.org @sefac_aldia @sefac_aldia



www.sefac.org



@sefac_aldia



@sefac_aldia



@sefac_aldia

©SEFAC. El propietario del copyright no puede ser considerado legalmente responsable de la aparición de información inexacta, errónea o difamatoria, siendo los autores los responsables de la misma. Los autores declaran no tener conflicto de intereses. Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada, transmitida en cualquier forma o medio alguno, electrónico o mecánico, incluyendo las fotocopias, grabaciones o cualquier sistema de recuperación de información, sin permiso del titular del copyright.