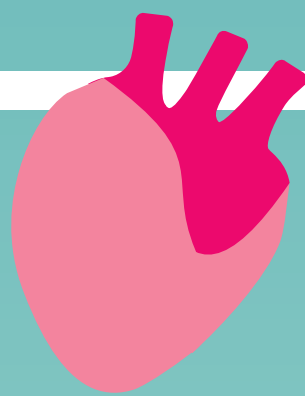
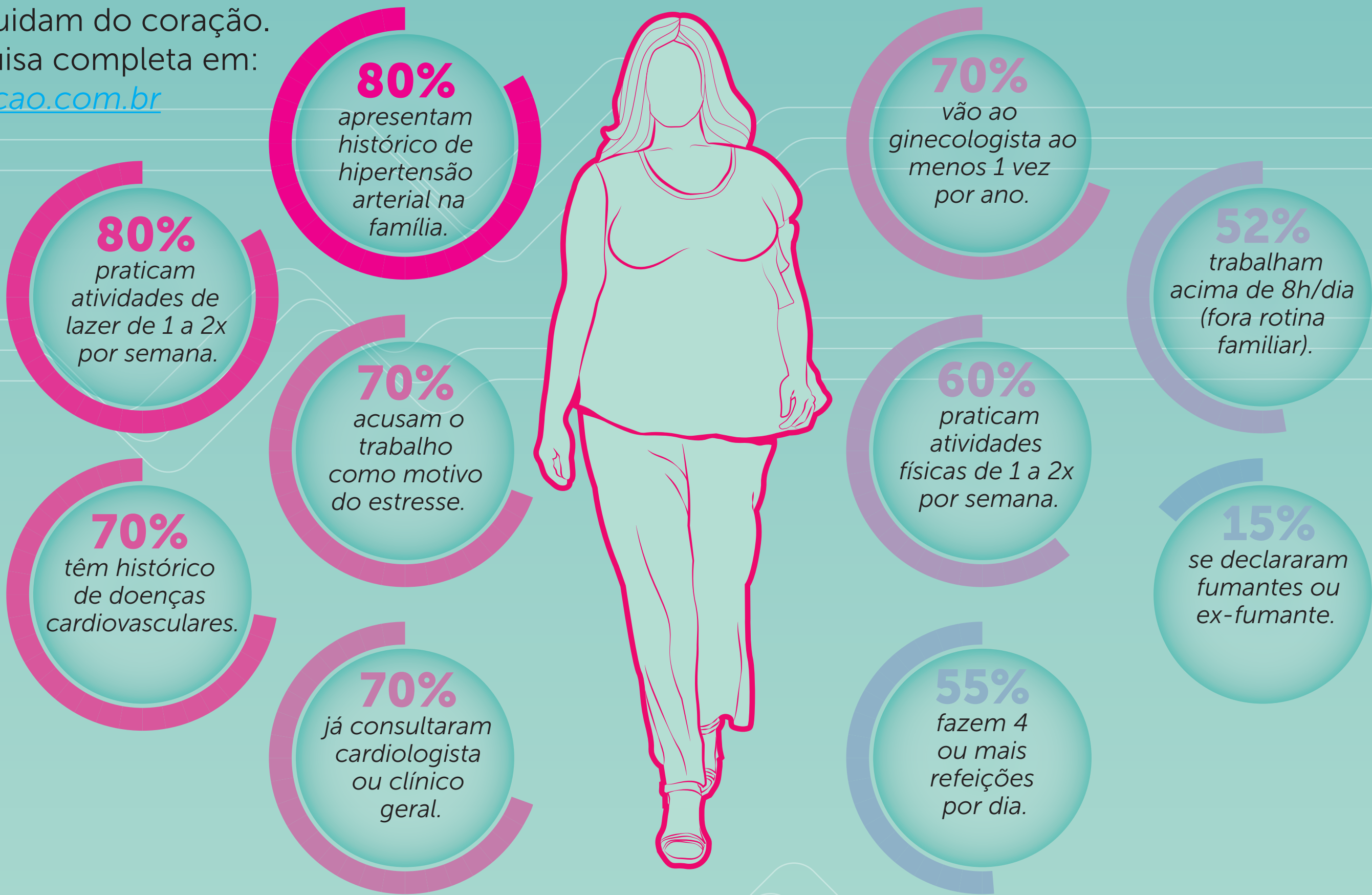




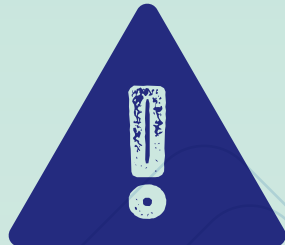
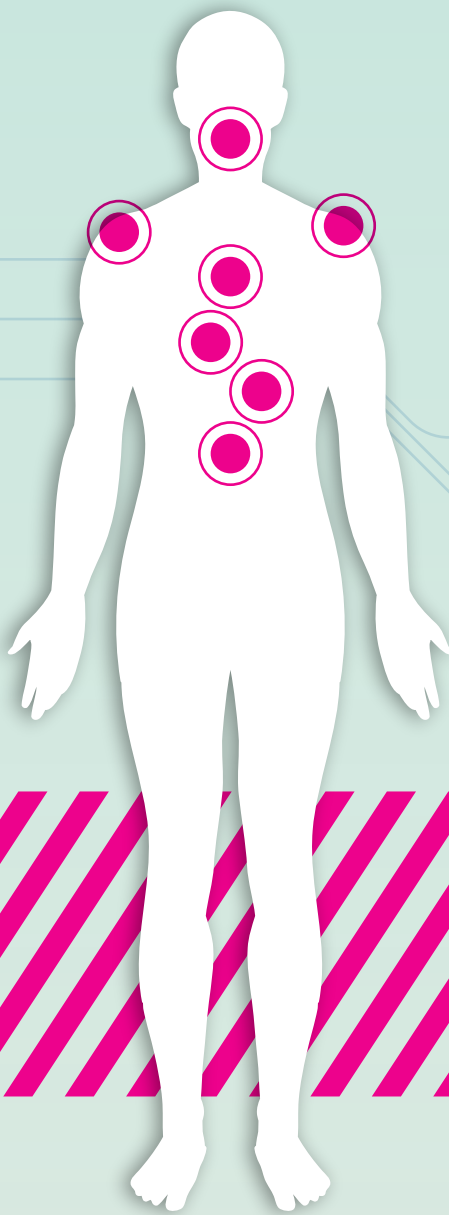
DOENÇAS CARDÍACAS EM MULHERES

Pesquisa realizada pela Sociedade Brasileira de Clínica Médica (SBCM) releva como as brasileiras cuidam do coração. Veja a pesquisa completa em: mulhercoracao.com.br



FATORES DE RISCO

- Uso de anticoncepcionais
- Hipertensão arterial
- Fatores genéticos
- Mobilidade urbana
- Assuntos familiares
- Estresse no trabalho
- Privação de sono
- Colesterol alto
- Ansiedade
- Violência
- Obesidade



SINAL DE ALERTA:

- Dores no peito.
- Dores abdominais.
- Dores na boca do estômago.
- Dores na mandíbula e no ombro.
- Sensação de náusea.

Dores acompanhadas de sudorese fria, progressiva e repetitiva, também exigem atenção.



GENÉTICA:

Antecedentes positivos diretos, ou seja, quando pai, mãe ou irmão mais velho teve um quadro cardíaco, os riscos de desenvolver uma doença cardíaca crescem 25%.

5 DICAS PARA TER UMA VIDA + SAUDÁVEL	• Alimentação moderada regularmente.
	• Dieta composta por frutas, vegetais, carboidratos, proteínas.
	• Atividade física regular.
	• Equilíbrio emocional.
	• Exames médicos periódicos.

