

BREVES

A COLACIÓN DEL DÍA EUROPEO PARA LA PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR

CECOVA alerta de que el 30% de la población tiene riesgo cardiovascular alto

- — VALENCIA 16 MAR, 2015 - 6:21 PM

A colación de la reciente celebración del Día Europeo para la Prevención Cardiovascular, el Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (CECOVA) ha alertado del hecho de que "el 30 por ciento de la población tiene riesgo cardiovascular alto", ante lo que recomienda prevenirlo con ejercicio físico "o una dieta completa y equilibrada".



Según expone esta institución colegial regional, las enfermedades cardiovasculares "son la segunda causa de muerte en accidente de trabajo, ya que representan el 30,7 por ciento del total de muertes en jornada laboral". Además, destaca que "producen cerca de 23.000 bajas laborales al año, lo que supone para las empresas un gasto aproximado de 2.500 euros anuales por trabajador".

El CECOVA, ante ello aboga, entre otros aspectos, por "abandonar por completo el consumo de tabaco, mantener el peso adecuado, practicar ejercicio habitualmente, mantener unos hábitos alimentarios completos y equilibrados, mantener bajo control los niveles de colesterol, vigilar y cuidar la tensión arterial, tener bajo control la glucemia y evitar la obesidad central".