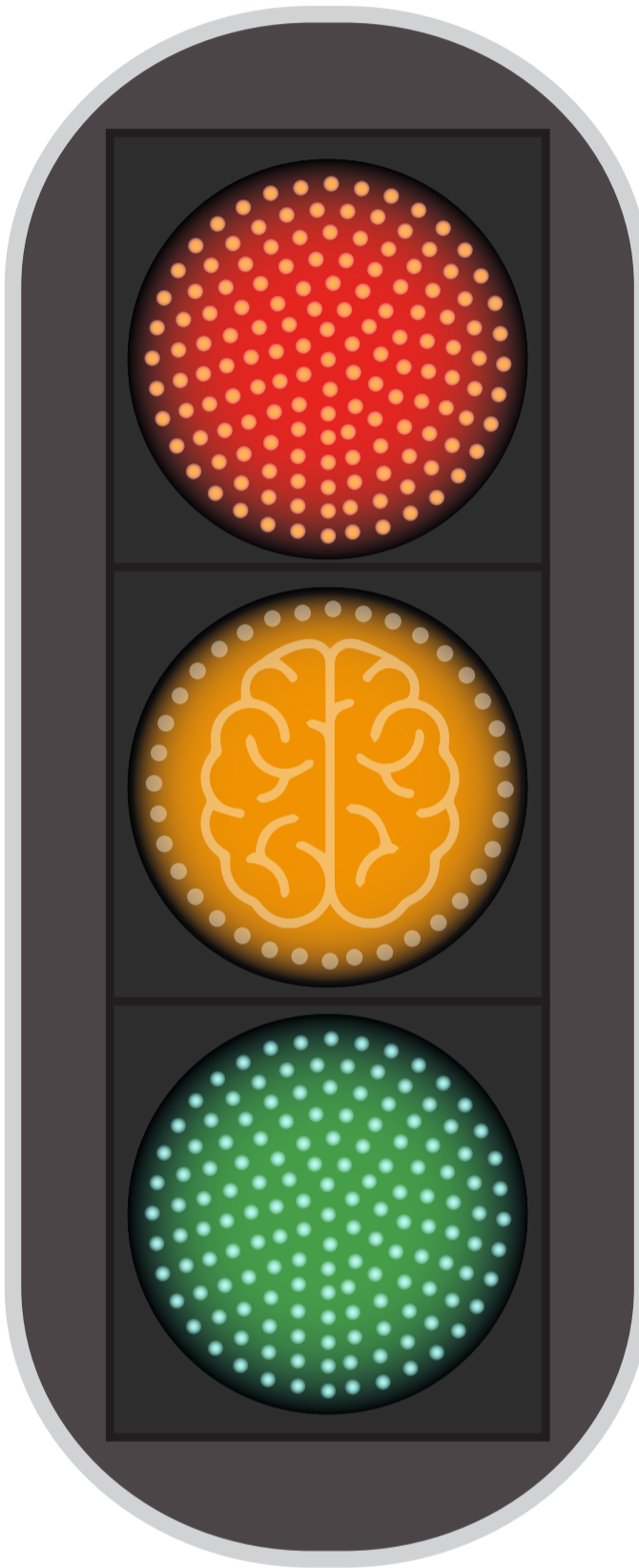


¿Sabes cómo prevenir un ictus?

EVITA
LOS FACTORES
DE RIESGO

EL 90%
DE LOS CASOS SON
PREVENIBLES

PARA TENER
UN CEREBRO SANO,
HAY QUE TENER
UN CUERPO SANO



- Hipertensión
- Colesterol elevado
- Tabaco, alcohol y drogas
- Inactividad física
- Diabetes
- Arritmias cardíacas
- Obesidad
- Estrés

- Dieta sana y variada
- Poca sal y baja en grasas
- Ejercicio moderado
- No al tabaco y alcohol
- Evita el estrés
- Realiza controles médicos periódicos

¡Elige salud!



Fundación
MAPFRE

LOGO EMPRESA