Publicado en Madrid el 15/03/2018

El CGCFE avisa que el ejercicio es clave para prevenir el riesgo cardiovascular

El Día Europeo para la Prevención del Riesgo Cardiovascular se celebra con el objetivo de concienciar a la población sobre los principales factores de riesgo que provocan dolencias cardiovasculares

En el Día Europeo para la Prevención del Riesgo Cardiovascular, el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE), quiere destacar la importancia del ejercicio físico como uno de los factores clave para la prevención de riesgos cardiovasculares, además de unos hábitos de vida y alimentación saludables. Esta fecha se celebra con el objetivo de concienciar a la población sobre los principales factores de riesgo que provocan dolencias cardiovasculares, entre los que se encuentra el sedentarismo, entre otros.

Según los datos de la OMS (Organización Mundial de la Salud), las enfermedades cardiovasculares provocan la mayoría de las muertes por enfermedad no transmisible (ENT). El consumo de tabaco, la inactividad, el consumo excesivo de alcohol y una dieta inadecuada aumenta el riesgo de enfermedad cardiovascular y máxime cuando se acumulan factores de riesgos como la obesidad, el colesterol “malo” alto, diabetes e hipertensión arterial, entre otros.

Cabe destacar la diferencia entre ejercicio físico y deporte, ya que la actividad física debe ser adecuada y personalizada, en función de la edad, las características físicas y de salud, etc. para que el ejercicio se desarrolle con garantías y de forma adecuada.

El fisioterapeuta es el especialista sanitario en movimiento y ejercicio terapéutico, por lo que una de sus funciones es evaluar de forma personalizada los riesgos y beneficios de la actividad física en cada paciente.

En los equipos especializados en cardiología, el fisioterapeuta desarrolla programas de ejercicios adaptados al perfil del paciente y aconseja sobre la actividad física, una vez el paciente está en fase de mantenimiento. La labor del fisioterapeuta es fundamental para ayudar al paciente a intentar conseguir la mayor independencia funcional y una pronta reincorporación laboral y social.

Datos de contacto:
Noelia Perlacia
915191005

Nota de prensa publicada en: Madrid

Categorías: Nacional Medicina Industria Farmacéutica Sociedad Medicina alternativa Otros deportes

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es