







USE KNOW



USA PER DIRE NO AL FUMO

-  E' la cosa migliore che puoi fare per migliorare la salute del tuo cuore
-  Due anni dopo aver smesso di fumare, il rischio di malattia coronarica è sostanzialmente ridotto
-  Dopo quindici anni il rischio di patologie cardiovascolari ritorna ai livelli di un non fumatore
-  L'esposizione al fumo è anche una causa di malattie cardiovascolari nei non-fumatori
-  Smettendo, o non iniziando nemmeno a fumare, non solo migliorerai la tua salute, ma anche quella di chi ti sta vicino
-  Se hai difficoltà a smettere, richiedi una consulenza professionale e aiuto nei centri antifumo

LO SAPEVI CHE?

Alti valori di colesterolo sono associati a circa 4 milioni di decessi all'anno. Chiedi al tuo medico di misurare il tuo colesterolo, il tuo peso e l'indice di massa corporea (BMI). Egli sarà in grado di valutare il rischio di patologie cardiovascolari in modo da poter pianificare come migliorare la salute del tuo cuore.



**GIORNATA
MONDIALE
PER IL
CUORE 29 SET**

ENGLISH VERSION:




COORDINATO IN ITALIA DA:



IN COLLABORAZIONE CON:



SEGUICI SU:

 Facebook

@worldheart

@aicruorerianimazione

@anpasinforma

@ircomunita


@Progetto.Vita.PC

 Instagram

@worldheartfederation

@cuoreerianimazioneonlus

@ircomunita

 LinkedIn

@worldheartfederation

 Twitter

@worldheartfed

@anpasnazionale

#UseHeart

#WorldHeartDay

WORLDHEARTDAY.ORG

#ItalyWorldHeartDay

WWW.AICR.EU

WWW.ANPAS.ORG

WWW.IRC-COM.IT

WWW.PROGETTO-VITA.EU