

farmacia  
**ETCHABERRY**



C/ Honduras, 12  
01012 Vitoria-Gasteiz  
Tel.: 945 24 38 48  
franciscoetchaberry@redfarma.org

C/ Cruz Blanca, 8  
01012 Vitoria-Gasteiz  
Tel.: 945 24 53 61  
farmacruzblanca@gmail.com

[www.farmaciaetchaberry.es](http://www.farmaciaetchaberry.es)



**ICTUS  
INFARTO**

**Un ataque silencioso  
No queremos que te pase**

# ICTUS / INFARTO

¿Como?

Controlándote estos simples valores metabólicos



## Los factores de riesgo son:

### 1. Presión sanguínea

· No superior a 130/85 mm de Hg

### 2. Glucosa en ayunas

· No superior a 100 mg/dl

### 3. Triglicéridos en ayunas

· No superior a 150 mg/dl

### 4. Colesterol HDL (Bueno)

· No superior a 40 mm de Hg en hombre

· No superior a 50 mm de Hg en mujer

### 5. Perímetro de la cintura si hay sobrepeso u obesidad central.

· No superior a 102 cm en hombre

· No superior a 88 cm en mujer

- 1. Fumar
- 2. No practicar ejercicio
- 3. Mala alimentación
- 4. Estrés y problemas psicológicos
- 5. Otros como la edad, sexo y antecedentes familiares

farmacia  
**ETCHABERRY**



En Farmacia Etchaberry te ayudamos a llevar un control de estos valores y hacemos un seguimiento anual.