

Nota de Prensa

Madrid, 14 de marzo de 2017

Hábitos saludables, clave para evitar el riesgo cardiovascular

El CGCFE quiere destacar, en el *Día Europeo para la Prevención del Riesgo Cardiovascular*, la importancia de llevar unos hábitos de vida saludables y de hacer ejercicio, para evitar la aparición de enfermedades cardiovasculares.

El fisioterapeuta es el encargado de establecer programas de ejercicios personalizados y adaptados al perfil de cada paciente, aconsejando la actividad física más apropiada

En el *Día Europeo para la Prevención del Riesgo Cardiovascular*, el **Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE)**, quiere subrayar el importante papel que tienen los hábitos de vida saludables, como mantener una dieta equilibrada, moderar el consumo de bebidas alcohólicas, no fumar ni consumir drogas, dormir unas 6-7 horas al día y realizar una actividad física 2-3 veces por semana, contribuye a retrasar y evitar los riesgos de padecer una enfermedad cardiovascular y una muerte en edad temprana.

Los **fisioterapeutas, como profesionales de la salud y expertos en la recuperación física**, aconsejan incorporar a nuestra vida cotidiana prácticas saludables que nos proporcionen un bienestar físico y una prevención primaria del riesgo cardiovascular.

En los equipos de recuperación cardíaca, **el fisioterapeuta es el encargado de establecer un programa de ejercicios personalizados y adaptados al perfil del paciente** e igualmente **debe informar y aconsejar la actividad física** que se puede desarrollar cuando el paciente se encuentra ya en una fase de mantenimiento, indicándole cuáles son sus límites.

La **labor del fisioterapeuta es fundamental como profesional dentro del equipo multidisciplinar sanitario que rodea el campo de la prevención y tratamiento de las enfermedades cardiovasculares**, ya que ayuda al paciente a intentar conseguir la mayor independencia funcional y una pronta reincorporación laboral y social.

Difundido por: Avance Comunicación S.A.

Para más información contacte con Noelia Perlacia en el 915191005 o noeliap@avancecomunicacion.com
www.avancecomunicacion.com



Nota de Prensa

Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España

El **Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE)** es el organismo que representa a los más de 43.000 fisioterapeutas que trabajan en España con el objetivo común de favorecer la salud de los ciudadanos. Además, ordena la profesión, tutela los intereses de la fisioterapia, así como su óptima aplicación y universalización.

Los fisioterapeutas son profesionales sanitarios, según lo previsto en la legislación vigente, acreditados con el grado universitario en Fisioterapia, impartido en 43 universidades españolas y poseedores de conocimientos teóricos y prácticos destinados a beneficiar la salud de la población. Además, cada vez hay un mayor número de doctorados y masters, que aseguran su elevada cualificación.

Más información en: www.consejo-fisioterapia.org

Contactos de Prensa

Vera Carballido (CGCFE) / Nieves Salido (CGCFE)

Tel: 911269888

Email: sede@consejo-fisioterapia.org

Noelia Perlacia (Avance Comunicación)

Tel: +34 91 5191005

Email: noeliap@avancecomunicacion.com

Difundido por: Avance Comunicación S.A.

Para más información contacte con **Noelia Perlacia** en el **915191005** o noeliap@avancecomunicacion.com
www.avancecomunicacion.com