

CUIDAS TU PIEL.

CUIDAS TU PELO.

CUIDAS TUS UÑAS.

¿CUIDAS TU *corazón...*?

LA VERDAD NO ES LINDA. MÁS MUJERES MUEREN A CAUSA DE ENFERMEDADES DEL CORAZÓN QUE DE CUALQUIER OTRA ENFERMEDAD.

Somos buenas para cuidar nuestros cuerpos, las partes que se ven. ¿Pero y lo de adentro?

¿Tienes presión sanguínea alta? ¿Colesterol alto en la sangre? ¿Diabetes? ¿No haces ejercicio? ¿Fumas? ¿Estás sobrepeso? Si tienes alguno de estos factores de riesgo, podrías poner en riesgo tu corazón, quedar incapacitada, tener un ataque al corazón o ambos.

Es fundamental cuidar la salud del corazón. Habla con tu médico para obtener las respuestas que podrían salvar tu vida. La verdad es que es mejor conocer los riesgos y tomar las medidas necesarias ahora.

www.hearttruth.gov



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (DHHS)
National Heart, Lung, and Blood Institute
National Institutes of Health
Office on Women's Health, DHHS

American Heart Association

WomenHeart: the National Coalition for Women with Heart Disease