

Atención cardiovascular y obesidad

La salud del corazón está influenciada por muchos factores, incluido el peso corporal. La obesidad es una enfermedad crónica influenciada por la genética, el entorno y el comportamiento, y abordar estos factores en conjunto puede ayudar a mantener una buena salud cardiovascular.



Otras afecciones que también pueden aumentar tu riesgo de enfermedad cardiovascular:



Diabetes tipo 2



Presión arterial elevada



Colesterol alto



Enfermedad renal crónica

Algunas maneras de cuidar la salud del corazón cuando se vive con obesidad pueden incluir:



Optimizar el patrón de alimentación.



Aumentar la actividad física.



Promover el bienestar emocional.



Utilizar medicamentos para la obesidad cuando sea apropiado.



Considerar la cirugía metabólica o bariátrica.



Controlar la glucosa en sangre.



Controlar la presión sanguínea.



Controlar el colesterol y los triglicéridos.

Habla con tu equipo de atención médica sobre:



- Un plan personalizado que se adapte a tus necesidades, preferencias y objetivos de salud.
- Los objetivos de salud cardiovascular que son más importantes para ti.
- Estrategias que apoyen tu salud y se adapten a tu vida diaria.
- Si los medicamentos u otros tratamientos pueden ayudarte a alcanzar tus objetivos.
- Cómo conectarte con profesionales de la salud y recursos que puedan apoyarte durante el proceso.