

## NOTA DE PREMSA

### **“CUIDA'T PER UNA SALUT CARDIOSALUDABLE”**

És la sisena conferència del cicle Dijous de Mútua i anirà a càrrec de la Dra. Empar Álvarez, cardiòloga d'Àptima Centre Clínic MútuaTerrassa

**Dijous, 2 de novembre de 2017 - 18 h**

**Edifici Docent MútuaTerrassa (C/ Sant Antoni, 39)**

La sala d'actes de l'edifici docent de MútuaTerrassa acollirà el proper dijous, 2 de novembre, a les 18h, la sisena conferència del cicle Dijous de Mútua 2017, la qual tractarà sobre la importància de comptar amb una salut cardiosaludable. Sota el títol “Cuida't per una salut cardiosaludable”, anirà a càrrec de la Dra. Empar Álvarez, cardiòloga d'Àptima Centre Clínic MútuaTerrassa.

En aquest sentit, la Dra. Empar Álvarez parlarà de la importància de conèixer els factors de risc cardiovasculars més freqüents com és el tabaquisme, la hipertensió arterial, els trastorns lipídics, l'obesitat, la vida sedentària, la diabetis mellitus i donarà eines per contribuir a la millora de la salut i el benestar de les persones.

En el transcurs de la conferència, la Dra. Álvarez també farà referència a la piràmide de l'alimentació saludable, la dieta mediterrània, l'exercici físic i proporcionarà consells per poder gaudir d'una bona salut emocional, tot plegat amb la voluntat de prevenir les malalties cardiovasculars que són la principal causa de mortalitat dels països desenvolupats.

El cicle d'aquest any conclourà el proper dijous, 30 de novembre amb la conferència “Càncer de pròstata: com afecta als homes”, a càrrec del Dr. Josep M<sup>a</sup> Caballero, cap de servei d'Urologia de l'HUMT.

### **Per a més informació i gestió d'entrevistes:**

Comunicació Corporativa de MútuaTerrassa

93 736 50 24

[comunicacio@mutuaterrassa.cat](mailto:comunicacio@mutuaterrassa.cat)

[www.mutuaterrassa.cat](http://www.mutuaterrassa.cat)