Docteur François MARINI
Médecin du Sport et du CDOS90

FACTEURS DE RISQUES CARDIO-VASCULAIRES

Principalement chez l'adulte :

• HTA (hypertension artérielle) • FC rapide permanente (Fréquence Cardiaque) • Sédentarité • Obésité, surpoids (masse grasse supérieure à 20 et 30 %) • Diabète • Tabac • Cholestérol LDL • Le stress inutile (le contraire du stress utile pour le combat)
• L'hérédité • L'âge

Les 8 premiers sont évitables.
Les 2 derniers, on n'y peut rien.

Les femmes : ce n'est plus car elles ont rattrapé les hommes (tabac / pilule).

Si 2 de ces facteurs = risque cardio-vasculaire probable avant 10 ans !

Docteur François MARINI