

# Nosotros estamos haciendo visibles las arterias



## ¿Por qué algunas personas presentan arterias más envejecidas que otras?

Muchos factores pueden contribuir al envejecimiento vascular prematuro, como la genética, llevar una dieta no saludable, un estilo de vida sedentario o niveles elevados de estrés.

## ¿Qué significa envejecimiento vascular?

El envejecimiento vascular refleja el cambio de los vasos sanguíneos a medida que envejecemos. El envejecimiento prematuro incrementa el riesgo de enfermedad cardíaca, ictus o muerte prematura.

## ¿Puedo modificar el envejecimiento vascular?

El envejecimiento vascular puede ser retrasado adoptando un estilo de vida saludable que incluya ejercicio regular, pérdida de peso, cese del tabaquismo, manejo adecuado del estrés o cumpliendo con el tratamiento prescrito para manejar los factores de riesgo.



Sus arterias funcionan como su propia red fluvial que nutre su „ecosistema” corporal.

## ¿Puedo yo medir el envejecimiento vascular y esto contribuiría a estimar mejor mi riesgo de sufrir un infarto de corazón o cerebral?

Sí, la edad vascular puede ser medida por un médico o investigador, le indica cuál es la salud de sus arterias y puede ayudar a estimar su riesgo.

## ¿Debería yo medir mi edad vascular?

Toda la población se puede beneficiar de la determinación de la edad vascular. Especialmente las personas con factores de riesgo como la presión arterial elevada, diabetes, obesidad, tabaquismo o personas sedentarias.

## ¿Cuál es mi edad vascular en relación con mi edad actual?

Sus arterias pueden aparecer más jóvenes, mayores o de la misma edad que Vd.