

Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de morbi-mortalidad de nuestra sociedad, sin embargo la actuación sobre sus principales factores de riesgo y un diagnóstico precoz permiten prevenir sus complicaciones y disminuir este riesgo con la consecuente mejoría sobre la calidad de vida futura. Este programa permitirá medir su riesgo cardiovascular en base a la evidencia científica actual y realizar una evaluación de su salud cardiovascular a través de pruebas no invasivas y analíticas; sí podremos asesorarle para que pueda mejorar su salud y su calidad de vida futura.

CONTENIDO DEL PROGRAMA

1. Evaluación y seguimiento médico: en una primera fase se realiza una valoración de sus antecedentes familiares, personales y de sus principales factores de riesgo cardiovascular, para continuar con una consulta médica en que se lleva a cabo una evaluación clínica de su estado de salud. Se completa este paso inicial con:

- Electrocardiograma y protocolo diagnóstico de hipertensión arterial.
- Pruebas Aparato respiratorio: Espirometría, Peak Flow y medición del Monóxido de carbono en aire espirado para valoración de la exposición al tabaco.
- Estudio antropométrico: peso, % masa grasa, perímetros corporales y plicometría.
- Perfil analítico: análisis de sangre y orina.
- Consulta cardiológica.
- Realización de un test de esfuerzo.

- Realización de un Eco-cardiograma diagnóstico.
- Realización de Eco-dopler vascular de carótidas.
- Realización de un Holter de Tensión arterial y/o de arritmias cardiacas según consejo de nuestro equipo médico.
- Postural Check Point
- Resultados de las pruebas y plan de recomendaciones según evaluación de riesgos.
- **Prueba OPCIONAL:** se puede realizar el CARDIOCHIP -extra de 700€- que es un análisis genético del riesgo de padecer eventos cardiovasculares. Se precisan al menos 6 semanas para sus resultados y es una prueba que se efectúa una vez en la vida ya que lo que indica es un riesgo genético -no modificable- pero su resultado permite personalizar las medidas preventivas y de control de riesgos cardiovasculares. Se puede completar el estudio de cada paciente con otras pruebas analíticas o diagnósticas según consejo del equipo médico -no incluidas-.

2. Plan dietético: el programa incluye el seguimiento de los datos antropométricos y seguimiento mensual de peso y % de masa grasa corporal, así como la evaluación plicométrica y perímetros corporales a la finalización del Programa -3 meses-. Se apoyará en un plan dietético básico cuando sea recomendable y en recomendaciones farmacológicas y/o complementos nutricionales.

3. Plan de ejercicio físico: para la realización de este Programa, se precisa el abono a Las Caldas Villa Termal en la modalidad que desee contratar según sea su horario de uso. Al menos durante 2 ó 3 días a la semana, acudirá a nuestro centro deportivo en donde se planificará y supervisará

el tipo de ejercicio a realizar dependiendo de los resultados del test de esfuerzo y su situación de riesgo cardiovascular para realizar el ejercicio más adecuado a sus necesidades.

4. Tratamientos balneoterapéuticos: podrá complementar el abordaje mediante la contratación opcional de diferentes tratamientos en nuestro Balneario Real. Estos tratamientos se aconsejarán por nuestro equipo médico en la consulta inicial o en las revisiones de seguimiento.

5. Acceso a Aquaxana: al abonarse a las Caldas Villa Termal, podrá hacer uso de las instalaciones de Aquaxana en los horarios indicados para cada modalidad de abono.

CONDICIONES DEL PROGRAMA

Duración mínima del programa 3 meses

PROGRAMA SALUD CARDIOVASCULAR	900 €
PAGO DE 3 MENSUALIDADES DEL ABONO A LAS CALDAS VILLA TERMAL según la modalidad elegida	bronce, plata, oro o platino

Se realizará el pago por anticipado en la contratación del programa -No es necesario el pago de la matrícula-. Una vez finalizado el programa de 3 meses, se podrá dar de baja, continuar en la modalidad de abonado o incrementar el tiempo de seguimiento del programa -coste añadido en este caso de 60€/mes-.

- Se aconseja aportar informes médicos recientes, tratamiento actual y últimos resultados analíticos disponibles para favorecer la evaluación médica. Se necesita reserva previa para planificación de consultas y pruebas.