

LE PLACCHE ATEROSCLEROTICHE



CARATTERISTICHE

- Le placche aterosclerotiche restringono il vaso sanguigno riducendo il passaggio di sangue.
- Provocano ischemie , infarti ed ictus cerebrali.

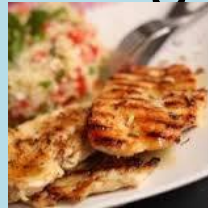


COS'È PERICOLOSO E COSA È MEGLIO FARE???

NON fumare



- Mangiare:
frutta e verdura;
legumi;
pesce, soprattutto pesce grasso;
oli vegetali;
carni magre;
- Muoversi di più.



ALCUNI CONSIGLI PER PREVENIRE LA PLACCA ATEROSCLEROTICA

- Fare 30 minuti di esercizio fisico
- Evitare la macchina per piccoli spostamenti
- Fare passeggiate
- Fare le scale al posto dell' ascensore



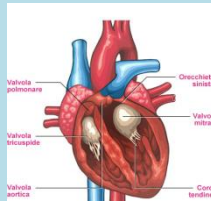
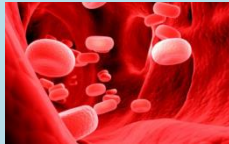
ED ORA ALCUNE INFO SULL'APPARATO CIRCOLATORIO.

- È composto da :

Vasi sanguigni ;

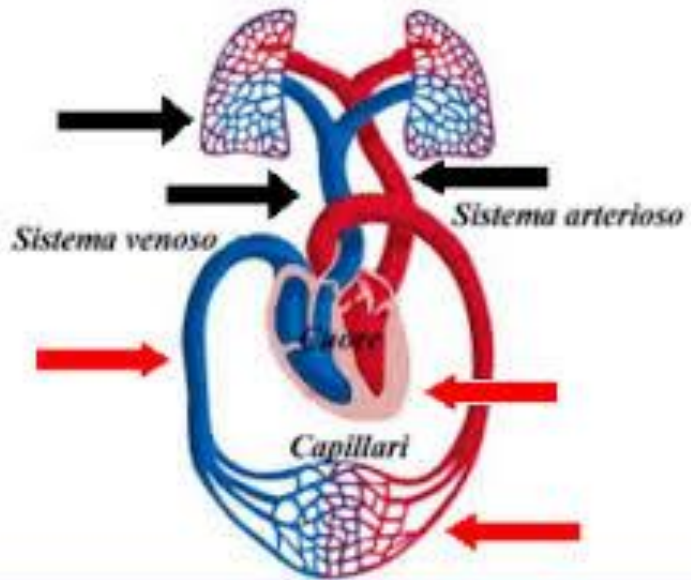
Cuore ;

Sangue ;



- I vasi sanguigni si dividono in vene , capillari e arterie , le quali sono più soggette alla placca aterosclerotica , soprattutto le coronarie che si occupano di trasportare il sangue contenente nutrimento per il cuore !

Apparato Cardiocircolatorio



Qui è descritta la grande e la piccola circolazione , la grande inizia nel ventricolo sinistro e termina nell'atrio destro ;
Quella piccola inizia nel ventricolo destro e termina nell'atrio sinistro

FINE

- FATTO DA
BENEDETTA
MICHELA
MARTINA
BEATRICE