

## **NOMBRE DE LA PRÁCTICA: Deteccion de factores de riesgo cardiovascular**

### **INTRODUCCIÓN:**

### **OBJETIVOS:**

**INDICACIONES:** Deberás medir a 4 personas lo siguiente:

- Talla
- Peso
- T/A
- Diámetro de la cintura
- IMC
- Hábitos perniciosos: Tabaco, alcohol, sedentarismo, alimentación balanceada

### **MATERIALES:**

- Baumanómetro
- Estetoscopio
- Cinta métrica
- Báscula

### **RESULTADOS:**

	Sujeto 1	Sujeto 2	Sujeto 3	Sujeto 4
Peso				
Talla				
T/a				
Diámetro C.				
IMC				
Tabaco				
Alcohol				
Sedentarismo				
alimentación				

### **CONCLUSIONES**

#### **Actividad adicional:**

Busca los siguientes principios activos y elabora una ficha técnica donde contenga lo siguiente: Nombres comerciales, dosis ponderal, indicaciones, interacciones medicamentosas y contraindicaciones: • Atenolol, • Verapamilo, • Clonidina, • Captopril, • Espironolactona, • Simvastatina, • Dihidroergocristina

#### **Qué es el Índice de Masa Corporal (IMC)**

Es un cálculo que permite identificar problemas de peso.

#### **Cómo se saca la cuenta**

**1** Pesate y medí tu altura

$$\text{IMC} = \frac{\text{peso}}{\text{altura}^2}$$

El peso dividido por la altura al cuadrado (o altura por altura).

#### **Un ejemplo**

Si pesás 70 kg y medís 1,65...

$$\text{IMC} = \frac{70}{1,65 \times 1,65}$$

**IMC = 25,4**

**2** Luego, compará el valor que te dio con la escala:

