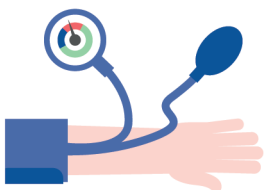


PREVENIR

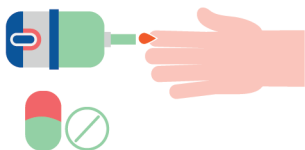
O Acidente Vascular Cerebral



Não fume e evite o consumo de álcool



Controle a pressão arterial



Controle o colesterol e a glicemia



Controle o peso corporal



Faça uma alimentação saudável



Durma o suficiente



Faça exercício físico regularmente



Região Autónoma da Madeira
Governo Regional

Secretaria Regional da Saúde
Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM