



Les malalties cardiovasculars són la primera causa de mort als països desenvolupats. A Catalunya, una de cada quatre persones mor per problemes al cor o a les artèries.

Poden afectar tothom, tant homes com dones. I a qualsevol edat, des d'infants fins a gent gran. Per això la prevenció és fonamental.

No avisen. I poden arribar quan menys les esperes. Conèixer els símptomes i actuar ràpid (trucant al 112) pot salvar una vida.

Les malalties cardiovasculars poden afectar diferents òrgans del cos, sobretot les **artèries del cor** i el **cervell**.

Hi ha moltes malalties que afecten la salut cardiovascular. Les més greus són la **insuficiència cardíaca**, l'**infart de miocardi**, l'**ictus** i la **mort sobtada**.

Les malalties cardiovasculars **són la primera causa d'ingrés hospitalari**. I l'ictus és el principal factor de discapacitat a llarg termini. **Amb les malalties cardiovasculars cada segon compta**. La intervenció a temps pot salvar vides.

La majoria de malalties del sistema cardiovascular són degudes a factors de risc coneguts, com la **hipertensió arterial**, el **colesterol**, la **diabetis** o el **tabaquisme**, entre altres. Però encara hi ha moltes causes que es desconeixen; només se sap que algunes tenen **factores genètics** i **hereditaris**.

Gràcies a la recerca en salut cardiovascular, es podrà avançar en la **prevenció**, **reduir el temps de diagnòstic** i **comptar amb tècniques quirúrgiques** menys invasives i **tractaments a mida**. L'objectiu és aconseguir **reduir al màxim la mortalitat** i que els pacients visquin més anys i amb **més qualitat de vida**.

La Marató



Per la salut cardiovascular



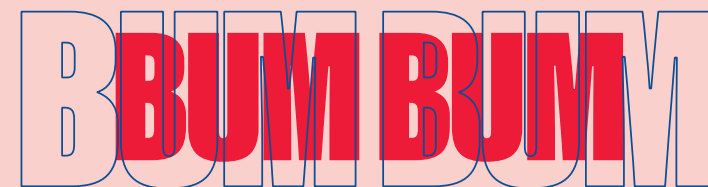
La Marató sempre batega

Fundació

La Marató



La Marató sempre batega



Activitats solidàries per a

La Marató
per la salut
cardiovascular

Amb la col·laboració de:



Ajuntament
d'Arenys de Munt



**Escola
Sant Martí**



AFA Sant Martí
Associació de Famílies d'Alumnes
Escola Sant Martí, Arenys de Munt

APAAM
associació de la part alta d'Arenys de Munt



Colla de Geganters
d'Arenys de Munt



DESEMBRE 2022

Dijous 15

A les 17 h, a la seu de Voluntaris per Arenys de Munt (c. de les Flors, 54)

♥ **Taller de centres de Nadal per vendre el dia de la Marató, a càrrec d'Antonia Tarrés**

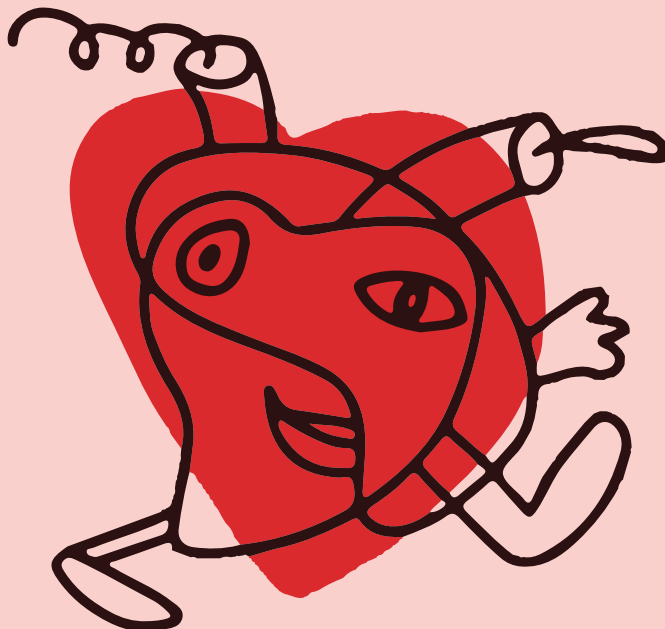
Amb la col·laboració de Voluntaris per Arenys de Munt.

Divendres 16

De les 16.30 a les 20 h, a la plaça de l'Església

♥ **Tarda infantil, xocolatada, tallers, pintacares i jocs**

Amb la col·laboració d'AFA Sant Martí, AFA Sobirans i Voluntaris per Arenys de Munt.



BUM BUM

Dissabte 17

De 10 a 14 h, a la plaça de l'Església

♥ **Activitat gegantera, xocolatada i arrossada popular**

Preu de l'arrossada: 6 €. Els tiquets es vendran a l'Esplai de manera anticipada. Caldrà dur plat o carmanyola.

Amb la col·laboració de la Colla de Geganters d'Arenys de Munt, Voluntaris per Arenys de Munt, APAAM i Esplai de Jubilats Verge del Remei.

D'11 a 12.30 h, a l'Escola Sobirans

♥ **Pessebre vivent**

Amb coreografies de balls, venda de manualitats i xocolatada.

Organitzat per Escola Sobirans, AFA Sobirans i Picant de Mans.

Diumenge 18

D'11 a 14 h, a la plaça de l'Església

♥ **Ball de country**

Amb la col·laboració del Grup de Country d'Arenys de Munt i Voluntaris per Arenys de Munt.