



Realizado por.

Redacción Guía Médica Familiar.

Revisado por:

Dr. Erick Cedeño Viteri

CÓMO PREVENIR LA TROMBOSIS?

Información básica sobre lo que se tiene que hacer a fin de prevenir la trombosis, desde la Coronaria, Cerebral, Tromboflebitis o de Venas Profundas.

- [No fumar.](#)
- Tratar de mantener el [peso adecuado](#).
- Después de una intervención quirúrgica es conveniente poner el cuerpo en movimiento tan pronto como sea posible.
- Las personas hipertensas y las diabéticas deben seguir su [dieta de forma estricta](#) y no abandonar la medicación.
- Seguir un programa de [ejercicios regulares](#), ya que la **trombosis** es menos frecuente entre las personas activas o que mantienen un buen estado físico.
- Las mujeres mayores de 35 años que toman píldoras anticonceptivas deben tomar medidas de prevención, pues los **riesgos de la trombosis** asociados a la píldora aumenta con la edad; este riesgo se potencia con el consumo de tabaco y el sedentarismo.

Más información sobre la Trombosis en la web.

Índice de contenidos sobre la Trombosis

[Trombosis Causas – Síntomas – Tratamiento](#)

[Qué es la trombosis?](#)

[Causas de la Trombosis](#)

[CÓMO PREVENIR LA TROMBOSIS?](#)

[Vídeos sobre Trombosis](#)

[TROMBOSIS CORONARIA o ataque cardíaco](#)

[Trombosis Cerebral](#)

[Tromboflebitis](#)

[Trombosis de Venas Profundas](#)