

Las preguntas que siguen a continuación son sobre enfermedades del corazón. Por favor haga un círculo alrededor de verdadero o falso; si no está seguro de la respuesta correcta, haga un círculo en “no sé”.

1. Una persona siempre sabe cuando tiene una enfermedad del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
2. Si ha habido personas con enfermedades del corazón en su familia, usted corre el riesgo de desarrollar enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
3. Entre mayor sea la persona, mayor es el riesgo de tener una enfermedad del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
4. El fumar es una factor de riesgo para enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
5. Una persona que deja de fumar disminuirá el riesgo de desarrollar enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
6. La presión alta de la sangre es un factor de riesgo para las enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
7. El mantener la presión sanguínea bajo control reducirá el riesgo que corre una persona de desarrollar enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
8. El colesterol alto es un factor de riesgo para desarrollar enfermedades del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
9. El comer alimentos altos en grasa no afecta los niveles de colesterol en la sangre:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
10. Si su colesterol “bueno” (LAD) está alto usted corre el riesgo de tener una enfermedad del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
11. Si su colesterol “malo” (LBD) está alto usted corre el riesgo de tener una enfermedad del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
12. El tener sobrepeso incrementa el riesgo que tiene una persona de tener una enfermedad del corazón:
a. Verdadero b. Falso c. No sé
13. El ejercicio físico frecuente disminuye las posibilidades de que una persona desarrolle enfermedades del corazón”
a. Verdadero b. Falso c. No sé
14. Solamente el ejercicio en un gimnasio o en una clase de ejercicio le puede ayudar a una persona a disminuir las posibilidades de desarrollar enfermedades del corazón:

