

CAMPANIA

”Inimi în dar”

Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!

Decembrie 2023

Bolile cardiovasculare (BCV) continuă să rămână principala cauză de morbiditate și mortalitate în lume. Decesele cauzate de BCV rămân alarmant de ridicate și se estimează că în 2030 vor atinge cifra de 23 milioane, deși ratele generale ale mortalității s-au redus în ultimele decenii.

Grupul bolilor cardiovasculare includ afecțiuni ale inimii, boala vasculară cerebrală și boli ale aparatului circulator. Acestea cuprind toate bolile inimii și ale sistemului circulator, incluzând hipertensiunea arterială, cardiopatia ischemică, insuficiența cardiacă și accidentul vascular cerebral. Factorii de risc cardiovascular sunt multipli și se pot împărți în două categorii: neinfluențabili și influențabili. Primii includ, genul, vârsta, poziția socioeconomică, factorii de mediu și antecedentele familiale ale bolii. Factorii de risc modificabili pentru bolile cardiovasculare includ hipertensiunea arterială, diabetul, obezitatea, hipercolesterolemia, consumul de tutun și produse conexe, stresul, tulburările de somn, stilul de viață sedentar, consumul dăunător de alcool și alimentația nesănătoasă. De asemenea, prezența hipertensiunii arteriale reprezintă un factor de risc pentru apariția accidentului vascular cerebral, infarctului miocardic, etc.

Situația bolilor cardiovasculare:

- Conform datelor Societății Europene de Cardiologie în anul 2019, s-a estimat că sunt aproximativ 113 milioane persoane care trăiesc cu boli cardiovasculare. În România, conform datelor medicilor de familie 1 din 4 persoane deci peste 4 milioane de români se aflau în evidență cu o boală cardiovasculară.
- Bolile cardiovasculare reprezintă principala cauză de deces în UE. În 2020 au existat 1,7 milioane decese cauzate de bolile sistemului circulator, un procent echivalent cu 32,7% din totalul deceselor. În România 1 din 2 persoane au decedat printr-o afecțiune cardiovasculară, reprezentând un procent de 52%, aproape dublu față de ponderea de la nivelul UE:
- Ratele standardizate ale mortalității prin boli cardiovasculare în România sunt de două ori și jumătate mai mari decât media europeană
- Boala ischemică cardiacă și accidentul vascular cerebral ocupă primele două locuri în ierarhia afecțiunilor care generează dizabilitate și deces prematur pentru români
- În România, ratele mortalității prin accident vascular cerebral au fost de trei până la patru ori mai mari decât media UE
- În România, factorii de risc pentru bolile cardiovasculare sunt la valori mari, astfel: consum redus de fructe și legume: 98%, activitate fizică inadecvată: 92%, supraponderie și obezitate: 59%, colesterol crescut: 55%, consum episodic abuziv de alcool: 35%, fumat: 19%, hipertensiune arterială: 16%, valori crescute ale glicemiei: 15%.

S-a dovedit faptul că, prin renunțarea la fumat, reducerea cantității de sare, consumul mai mare al fructelor și legumelor, activitatea fizică regulată și evitarea consumului excesiv de alcool se reduce riscul apariției de boli cardiovasculare. Politicile de sănătate, precum și identificarea persoanelor cu risc crescut cardiovascular sunt esențiale. Astfel, decesele premature prin boli cardiovasculare ar putea fi prevenite. De asemenea, identificarea persoanelor cu risc crescut cardiovascular permite un tratament adecvat precoce. De aceea, cunoașterea factorilor de risc și a parametrilor relevanți pentru boala cardiovasculară poate contribui la prevenirea inițierii procesului patologic și severității bolii.

În acest context, campania privind prevenția bolilor cardiovasculare, derulată la nivel național în decembrie 2023, are ca temă prevenirea bolilor cardiovasculare prin depistarea și reducerea influenței factorilor de risc modificabili, sub sloganul „**Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!**”.

Scopul acestei campanii este informarea adulților cu privire la factorii de risc cardiovascular și efectele acestora asupra sănătății în vederea creării unor comportamente orientate către sănătate.

Obiectivele campaniei sunt:

- Înțelegerea faptului că la nivel populațional riscul cardiovascular este unul foarte crescut. Românii au un risc mare de îmbolnăvire prin boală cardiovasculară, un risc mare de deces prin boli cardiovasculare și o prevalență mare a factorilor de risc pentru boli cardiovasculare.
- Creșterea nivelului de informare și conștientizare al adulților cu privire la factorii de risc cardiovascular și necesitatea controlului și reducerii acestora.
- Creșterea nivelului de informare și conștientizare al pacienților cu factori de risc metabolici (hiperglicemie, hipercolesterolemie) cu privire la importanța parametrilor care reflectă factorii de risc cardiovascular și importanța respectării recomandărilor și tratamentului prescris de medic.
- Promovarea utilizării ghidurilor preventive privind factorii de risc pentru bolile cardiovasculare în rândul cadrelor medico-sanitare de la nivelul asistenței medicale primare.

Mesajele principale ale campaniei sunt:

- Bolile cardiovasculare sunt frecvente
- Bolile cardiovasculare sunt grave, chiar în lipsa simptomelor
- Pentru pacienții cu boala cardiovasculară diagnosticată este vital să urmeze sfaturile medicului
- Este important să ne cunoaștem riscul individual de boală cardiovasculară. Consultația preventivă la medic este necesară încă de la vârsta de 40 de ani
- Este important să reducem factorii de risc
- Este important să cunoaștem valorile optime ale analizelor care reflectă riscul metabolic
- Promovarea utilizării ghidurilor de prevenție la nivelul serviciilor din medicina primară (medicul de familie și asistența medicală comunitară)

În România, implicarea cadrelor medicale de la toate nivelurile, a pacienților și a promotorilor sănătății în stimularea schimbării comportamentale a populației, prin adoptarea unui stil de viață sănătos, reprezintă o modalitate de scădere a riscului cardiovascular.

De asemenea, mediatizarea largă a campaniei din 2023 **”Inimi în dar”** și a sloganului: **Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!** prin toate canalele de informare, poate să orienteze și să ajute oamenii să conștientizeze importanța luării de măsuri pentru a reuși prevenirea bolilor cardiovasculare și a complicațiilor acestora.