



► 29 Septiembre, 2014

España, más años de vida y más riesgo CV que Europa

Los españoles fuman más, tienen más sobrepeso y algo más de diabetes que sus vecinos europeos, si bien tienen más años de esperanza de vida

MADRID

ISABEL GALLARDO PONCE

igallardo@diariomedico.com

La mortalidad cardiovascular (CV) se ha reducido progresivamente en España en las últimas décadas. "Desde 2014 se ha observado una ralentización de la disminución. Arrancábamos de una posición muy buena, con un 30 por ciento de la mortalidad -sólo aventajados por Francia con un 25- respecto a la media europea del 47 por ciento. Sabemos que la disminución se ha debido en cerca del 80 por ciento a las medidas de prevención, y el 20 a las terapéuticas", ha explicado a DM Leandro Plaza, presidente de la Fundación Española del Corazón (FEC). Insistir en la necesidad de adoptar hábitos preventivos, en el control de los factores de riesgo y en la educación sanitaria de la población es el objetivo del Día Mundial del Corazón, que se celebra hoy con el lema *Por un corazón feliz*.

En los últimos 30 años, la esperanza de vida ha aumentado 6 años, de los cuales, según Plaza, 4 son el reflejo de la reducción en la mortali-

dad CV. Plaza comenta que, aunque se cree que la tendencia es pasajera, no debe bajarse la guardia, ya que la enfermedad CV se está convirtiendo en una plaga.

Según Ignacio Fernández Lozano, secretario de la FEC, el aumento de la mortalidad puede deberse a la relajación en los estilos de vida, al envejecimiento de la población y a que algunos factores de riesgo están por encima de la media europea. "Es necesario concienciar a la población y a las administraciones de que aún se pueden prevenir mu-

chos factores". El 6,5 por ciento de los españoles tiene diabetes, poco más que el 6,4 de Europa, y muy por encima del 4,4 sueco. En cuanto al tabaco, la media europea es del 22,5 y la españo-

la del 24. España se lleva la palma en obesidad, situándose como el noveno país con más obesos, con un 17 por ciento de la población, frente al 16,6 de Europa, mientras que el 42 por ciento de los adultos y el 39 de los europeos no hace actividad física. "Estamos mejor en hipertensión, con un 36,7 por ciento frente al 41,8".

Fernández Lozano insiste en que se puede hacer más insistiendo en la adherencia a los tratamientos y en la educación de la población. Plaza coincide y añade que "los profesionales debemos continuar enviando mensajes de prevención. La población tiene miedo al cáncer pero la enfermedad CV no se cura, así que hay que evitar que aparezca".

A propósito de la celebración, se han realizado programas de concienciación y educación cardiovascular de adultos y de la población infantil en los colegios, donde también se les ha formado en resucitación cardiopulmonar. Según Fernández Lozano, es básico mejorar la implantación de desfibriladores externos automáticos, ya que cada año se producen 30.000 muertes en España por muerte súbita.

Fomentando el autocuidado del corazón

El reto mundial del Día del Corazón, que se celebra hoy, es crear entornos cardiosaludables en la sociedad y elevar la conciencia social sobre la necesidad de realizar elecciones cardiosaludables en la vida cotidiana. Para visibilizar este objetivo, la Fundación Española del Corazón y la Fundación Atlético de Madrid han elaborado una campaña en la que Tiago Mendes, jugador rojiblanco, es el protagonista.

