



COMUNICAT DE PRESĂ

Campania de prevenție a bolilor cardiovasculare "Alege ritmul potrivit pentru inima ta: Trăiește sănătos!" Decembrie 2024

Slogan "Inima ta contează! Alege stilul de viață care o protejează!"

În luna decembrie 2024 Institutul Național de Sănătate Publică și Direcțiile Județene de Sănătate Publică și a Municipiului București derulează campania de informare, educare și conștientizare cu privire la factorii de risc pentru bolile cardiovasculare, finanțată de Ministerul Sănătății.

Campania vizează creșterea gradului de informare și conștientizare în rândul populației generale privind problematica bolilor cardiovasculare, având ca țintă implicarea activă a fiecărui individ în deciziile referitoare la menținerea și îmbunătățirea propriei sănătăți.

Grupul bolilor cardiovasculare și cerebro-vasculare include 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.

Bolile cardiovasculare și cerebrovasculare (BCV) continuă să rămână principala cauză de morbiditate și mortalitate în lume, reprezentând o provocare semnificativă pentru sănătatea publică. La nivel global, se observă o creștere importantă a proporției bolilor cardiovasculare, consecința a îmbătrânirii populației, de la 40% la adulții cu vârste cuprinse între 40 și 59 de ani, la 75% la cei cu vârsta cuprinsă între 60 și 79 de ani și la 86% la cei peste 80 de ani.

Decesele cauzate de BCV rămân alarmant de ridicate ca număr și se estimează că, la nivel global, în 2030 vor atinge cifra de 23 milioane, deși ratele generale ale mortalității s-au redus în ultimele decenii.

La nivelul Uniunii Europene (UE), BCV sunt responsabile de 42,5% din numărul global de decese anual, respectiv aproximativ 10 000 de decese/ zi.

În anul 2023, în România au fost înregistrate 600,8 decese prin boli cardiovasculare la 100000 locuitori, bolile aparatului circulator ocupând primul loc în structura mortalității pe clase de boli la noi în țară. Aproximativ 1 din 2 persoane în România a decedat din cauza bolilor aparatului circulator, fiind raportate 43460 decese prin boală ischemică a inimii și 42826 decese cauzate de boli cerebro-vasculare în anul 2023.

Rata standardizată a mortalității prin boli cardiovasculare în România este de 2,5 ori mai mare decât media UE.

În anul 2023, conform datelor de la nivelul cabinetelor medicilor de familie, bolile cardiovasculare (cardiopatia ischemică și bolile cerebro-vasculare) ocupau împreună cu boala hipertensivă, diabetul și bolile pulmonare cronice obstructive primele 5 poziții în ierarhia bolilor cronice.

România se află printre statele membre ale UE cu cea mai mare mortalitate evitabilă, înregistrând valori înalte ale deceselor, atât din cauze prevenibile prin intervenții de sănătate



publică, cât și din cauze tratabile prin îngrijiri de calitate adecvate. Principalele cauze ale mortalității evitabile în România rămân bolile cardiovasculare cu valori de 1,5 - 3 ori mai mari decât media UE 27.

Etiologia BCV este multifactorială, factorii de risc putând fi împărțiți în două categorii: neinfluențabili și influențabili.

Factorii de risc nemodificabili includ: factorii genetici, genul, vârsta și în unele clasificări antecedentele heredo-colaterale.

Factorii de risc modificabili pentru bolile cardiovasculare sunt strâns legați de stilul de viață și de mediul înconjurător și includ consumul de tutun și produse conexe, stresul, tulburările de somn, stilul de viață sedentar, consumul dăunător de alcool și alimentația nesănătoasă. Hipertensiunea arterială, diabetul zaharat, obezitatea și hipercolesterolemia reprezintă, de asemenea, factori de risc importanți pentru accidentul vascular cerebral (AVC) și infarctul miocardic acut (IMA).

Între factorii de risc care se asociază cu bolile cardiovasculare, consumul de tutun a fost identificat ca fiind cel mai mare risc de sănătate evitabil.

Hipertensiunea arterială este principalul factor de risc pentru deces și dizabilitate în regiunea europeană, fiind responsabil de aproape un sfert din decese și 13% din dizabilități, această regiune având cea mai mare prevalență a hipertensiunii arteriale din lume.

Consumul excesiv de sare este principalul factor al hipertensiunii arteriale și, ulterior, al deceselor cauzate de bolile cardiovasculare, astfel încât reglementarea cantității de sare din alimentele procesate are potențialul de a avea un impact pozitiv asupra sănătății.

Astfel, devine extrem de importantă conștientizarea de către populația generală a faptului că, în România, riscul cardiovascular la nivel populațional este unul crescut. Românii au un risc mare de îmbolnăvire prin boală cardiovasculară, un risc mare de deces prematur prin boli cardiovasculare și o prevalență mare a factorilor de risc pentru boli cardiovasculare. Fiecare individ se poate implica activ în controlul și reducerea factorilor de risc cardio-vasculari.

Cu ocazia acestei campanii, Institutul Național de Sănătate Publică reiterează faptul că renunțarea la fumat, reducerea cantității de sare, consumul de fructe și legume în cantitate optimă, activitatea fizică regulată și evitarea consumului excesiv de alcool, reduc semnificativ riscul apariției bolilor cardiovasculare. De asemenea, identificarea persoanelor cu risc crescut cardiovascular permite instituirea unui tratament adecvat precoce. Creșterea nivelului de informare și conștientizare al pacienților cu factori de risc metabolici (ex:hiperglicemie, dislipidemii, HTA,etc) cu privire la importanța parametrilor care reflectă factorii de risc cardiovascular și importanța respectării recomandărilor și tratamentului prescris de medic, poate salva un număr important de vieți. Promovarea adoptării unui stil de viață sănătos, de timpuriu, la preșcolari și școlari este la fel de importantă, comportamentele sanogene formându-se devreme în copilărie.