

La mejor defensa es la prevención

AMENAZAS

Tensión elevada
Diabetes
Tabaco
Alcohol
Colesterol elevado
Obesidad



PROTEGE TU CORAZÓN

Dieta cardiosaludable
Ejercicio físico
Control periódico de tensión
Vigilar niveles de azúcar y colesterol

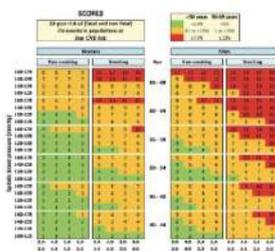


29 de Septiembre: Día Mundial del Corazón



Importancia

- La enfermedad cardiovascular (ECV) es la 1ª causa de mortalidad en nuestro país pese a que la mayor parte de los factores de riesgo son conocidos y modificables.
- El aumento de los factores de riesgo provocará un aumento en la incidencia de eventos cardiovasculares.
- Por ello, resulta fundamental validar un modelo de predicción actualizado para estimar el riesgo de ECV fatal y no fatal en personas sin ECV previa.



29 de Septiembre



Características clave de los algoritmos de predicción SCORE2

- Modelos de predicción de riesgo específicos por sexo
- Riesgo estimado de ECV fatal o no fatal a 10 años
- Calibrado para las tasas de ECV más contemporáneas y representativas
- Disponible para 4 regiones europeas de distinto riesgo
- Puede actualizarse para reflejar la incidencia futura de ECV y los perfiles de factores de riesgo

Algoritmo de predicción SCORE2

A quién evaluar el riesgo cardiovascular (RCV)

| RECOMENDACIONES PARA LA EVALUACIÓN DEL RCV | Clase | Nivel |
|---|-------|-------|
| Evaluación sistemática del riesgo CV en individuos con riesgo CV incrementado - Historia familiar de ECV precoz - Hipertensión familiar - FRCV mayores (fumadores, HTA, DM o con hipercolesterolemia) - Comorbilidades que incrementan riesgo CV (Insuficiencia renal) | I | C |
| Evaluación sistemática del riesgo CV en varones > 40 años y mujeres > 50 años (post-menopáusicas) | Ib | C |
| Evaluación sistemática en varones < 40 años y mujeres < 50 años sin FRCV conocidos | III | C |

¿Cómo?

Tabla SCORE

¿Qué hacer para reducir el riesgo?

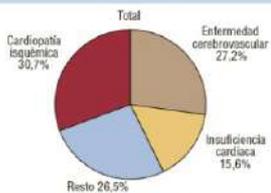
Decálogo para un corazón saludable



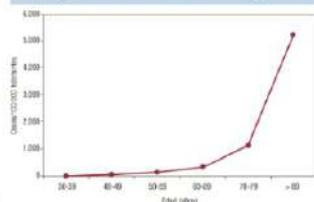
Principales factores de riesgo

| | |
|-----------------------|-------------------|
| Tabaquismo | Diabetes mellitus |
| Hipertensión arterial | Dislipemia |

Causas de mortalidad por ECV en España



Mortalidad por ECV según rangos de edad en España



Mortalidad por ECV según Comunidades Autónomas



Bibliografía recomendada: 1. Bertomeu V, et al. Rev Esp Cardiol. 2008; 8: 2E-9E. 2. SCORE2-OP working group and ESC Cardiovascular risk collaboration. Eur Heart J. 2021; 42 (25): 2455-2467.

Abreviaturas: ECV (enfermedad cardiovascular), RCV (riesgo cardiovascular).

Autores: Miguel Turégano Yedro, Elena Jiménez Baena. GT HTA y ECV de SEMERGEN.