

El 10% de muertes se derivan de infartos y FIDEC pide adoptar medidas contra la obstrucción arterial

Bilbao ofrece chequeos cardiovasculares en la XXV Semana de la Arteriosclerosis y Enfermedades Cardiovasculares

BILBAO, 10 May. (EUROPA PRESS) -

El 10% de los fallecimientos en Euskadi son derivados por infartos de miocardio, motivo por el cual, el presidente de la Fundación para la investigación y docencia de Enfermedades Cardiovasculares (FIDEC), Ricardo Franco, ha defendido la necesidad de adoptar medidas para evitar una obstrucción de las arterias que puede derivar en infartos o ictus, y que pasan por una dieta cardiosaludable, no fumar o evitar el sedentarismo.

Franco ha presentado la XXV Semana de Prevención de la Arteriosclerosis y Enfermedades Cardiovasculares que se celebra en Bilbao de martes a jueves y que ofrece chequeos gratuitos para que quien lo desee pueda conocer su situación cardiovascular y diseñar una dieta adecuada y personalizada.

Ante la carpa en el que se ofrece este servicio, Franco ha indicado que la capital vizcaína celebra la XXV Semana sobre la arteriosclerosis, organizada por FIDEC, que según ha dicho "lleva 25 años intentando sensibilizar a la población de lo que es la arteriosclerosis".

Según ha explicado, esta dolencia "no es otra cosa que la base lesional que va a provocar, a la larga o a la corta, depende de los factores de riesgo, la obstrucción de las arterias".

Ha indicado que cuando una arteria se obstruye, se genera una falta de riego en los tejidos de dicha arteria y que si la que se obstruye es una arteria coronaria se produce una angina de pecho o un infarto de miocardio, mientras que, si ocurre en el cerebro, la obstrucción provoca un ictus.

FACTORES DE RIESGO

El doctor Franco ha afirmado que existen una serie de factores de riesgo vascular, algunos de los cuales son modificables y controlables y otros no, "pero la mayoría sí se puede modificar para evitar todo este proceso lesional que acaba con la obstrucción de las arterias".

Se trata, según ha dicho, de medidas como no fumar, tomar una dieta cardiosaludable, evitar el sedentarismo, caminar al menos una hora al día "a paso ligero", practicar cualquier deporte que sea adecuado a la edad y la condición de la persona, así como evitar situaciones de estrés o tratar la diabetes si se padece.

Franco ha aludido también a factores como la obesidad y ha afirmado que "estamos en un país donde se come fantásticamente, pero se come y se bebe en exceso". Según ha dicho, el alcohol son calorías vacías que se convierten en grasa abdominal genera sustancias que pro-inflan el propio endotelio de las arterias, propiciando la arteriosclerosis.

El presidente de FIDEC, que ha agradecido la colaboración de la BBK y las instituciones, ha afirmado que está en manos de pacientes proactivos "corregir toda una serie de factores de riesgo".

Ha afirmado también que los accidentes vasculares son la causa principal de muerte en personas a partir de cierta edad y el 40 ó 50% de la población adulta tiene obesidad, algo que conduce a la diabetes, que en si misma es un "serio trastorno metabólico".

Respeto a la prevalencia de hombres o mujeres en este tipo de dolencias, Franco ha afirmado que "cada vez nos estamos igualando más" Antes, ha asegurado, "todos los hábitos insalubres" correspondían al sexo masculino, pero las mujeres "tienen comportamientos o actitudes muy similares hoy en día".

La semana de FIDEC tiene como finalidad sensibilizar a los ciudadanos en la importancia de autogobierno de su salud, a través de conferencias y coloquios con relevantes especialistas en la materia.

Además, la citada semana contará con Unidades de Consulta para calcular el riesgo cardiovascular y diseñar una dieta personalizada y adecuada. Profesionales de enfermería del Hospital de Basurto ofrecerán este servicio, que tendrá lugar de martes a jueves de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 20.00 en la carpa instalada entre las calle Diputación y Gran Vía.

© 2016 Europa Press. Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de todo o parte de los servicios de Europa Press sin su previo y expreso consentimiento.