

### DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN

**E**sta iniciativa se inició hace 8 años, con el auspicio de la Federación mundial del corazón, esta es una organización no gubernamental, con sede en Ginebra, su misión es la prevención y el control de las enfermedades del corazón, con enfoque especial en países con recursos medianos o bajos, cuenta con la afiliación de 196 Sociedades de Cardiología de más de 100 países, incluida nuestra sociedad.

El objetivo es concientizar a la población acerca de la importancia de las enfermedades cardiovasculares y como prevenirlas, motivando a las persona a formar comunidades mas sanas desde el punto de vista cardiovascular, desde el año 2000 todos los últimos domingos del mes de setiembre celebramos este día rindiendo homenaje a este órgano noble que nos da la vida cada segundo.

Como es sabido las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte a nivel mundial, ocasionando mas de 17.5 millones de decesos al año, tanto como el SIDA, la tuberculosis, cáncer, diabetes mellitus y enfermedades respiratorias juntas, estas cifras vienen en ascenso especialmente en países en desarrollo, debido a que hemos ido adquiriendo malos hábitos y estilos de vida, comidas con alto grado de grasas saturadas y colesterol, menor actividad física, desarrollando mayores índices de obesidad, hipertensión arterial como se demuestran en nuestras propias estadísticas de factores de riesgo, a esto se une el stress y el ritmo de vida de los tiempos actuales. Considerando además el aumento de la expectativa de vida, que incrementa la incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles, en ellas las

enfermedades cardiovasculares.

Actualmente estamos encontrando complicaciones de enfermedad coronaria en gente más joven, así como en mujeres, en las que se demuestra que su calificación y atención es subvalorada, reciben menos pautas de prevención, menos procedimientos diagnósticos o terapéuticos, siendo en la mujer mayor la mortalidad. La comunidad médica realiza grandes esfuerzos, para establecer pautas de calificación de riesgo y guías para el manejo dela prevención primaria, sin embargo existen múltiples barreras que impiden una óptima aplicación en la población.

El proceso aterosclerótico se inicia en las primeras décadas de la vida, es allí donde debería empezar la educación y la prevención de este problema, no sólo en los clubes del corazón que la mayor parte ya ha tienen la enfermedad o han tenido algún evento, la educación debe iniciarse en el hogar y en los colegios, informando a través de los medios sobre las enfermedades cardiovasculares y mejores hábitos de vida.

Existen muy buenas iniciativas en algunos países de Sudamérica, desarrollando programas de educación en escolares, auspiciados por sociedades médicas cardiológicas y con soporte del ministerios de educación y de salud, algunos se han avanzado algo mas y han desarrollado programas de prevención en medios dirigidos a niños, como el caso de Sesame Workshop, donde los personajes de Plaza Sésamo alientan a los niños y sus padres a adoptar haábitos saludables, para el cuidado del corazón, los padres juegan un rol importante en ayudar a sus hijos adquirir estilos de

---

---

vida saludables, que ayuden a controlar los factores de riesgo, las enfermedades cardiacas y mejore la calidad y expectativa de vida, mas adelante.

Como comenta el Dr Valentín Fuster ex presidente de la Federación Mundial del Corazón los niños incluso desde los 10 años de edad, reflejan los hábitos alimenticios de la familia, sus compañeros, y de su medio ambiente social, las investigaciones actuales señalan que los hábitos alimenticios y el ejercicio se consolidan a esta edad y los acompañan por el resto de su vida.

Este año el lema ha sido conoce tu riesgo , una excelente idea de unir los países alrededor de un mensaje , animando a los prestadores de salud y la comunidad en general a conocer el riesgo global, motivando la educación y prevención de las enfermedades cardiovasculares, en la familia, poniendo énfasis en niños y madres, en la mujer se han desarrollado programas para mejorar su atención y manejo como el del vestido rojo, que contó con la participación de connotadas mujeres entre ellas la primera dama de estados unidos.

En el Perú se ha venido participando de esta iniciativa, los miembros de la directiva y colegas socios, nuestras esposas, hijos y familiares, cada año con un nuevo

lema, distintos recorridos, pero el mismo entusiasmo, se acompañan con aplausos, cánticos, barras, pancartas con mensajes de salud, la alegría de las bandas de música, con el apoyo de la industria farmacéutica y de alimentos saludables, entidades públicas y privadas, que se adhieren a esta causa , realizando chequeos médicos preventivos gratuitos, obsequiando camisetas alusivas, globos, refrigerios, hidratantes, etcétera.

Siempre con la entusiasta coordinación del Dr. Raúl Ames, encargado del consejo de Prevención y Rehabilitación Cardiacas de nuestra Sociedad y la infaltable participación de Alberto, Janet y José nuestros fieles colaboradores, con el importante y desinteresado apoyo de nuestras esposas que se organizan para llevar adelante esta iniciativa.

La Sociedad Peruana de Cardiología promueve esta actividad y la considera dentro de la agenda anual de actividades, invita a una mayor participación el próximo año, para educar y prevenir las enfermedades cardiovasculares.

**Dr" Walter Cabrera**

Secretario General de la Sociedad Peruana de  
Cardiología