



# 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

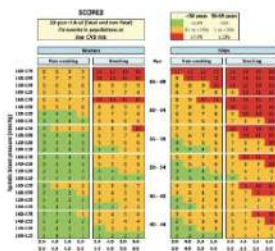


# 29 de Septiembre: Día Mundial del Corazón



## 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.



## Algoritmo de predicción SCORE2

29 de Septiembre



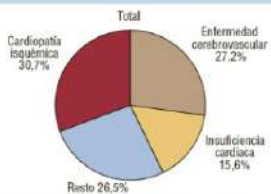
## Características clave de los algoritmos de predicción SCORE2

- 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

## Principales factores de riesgo

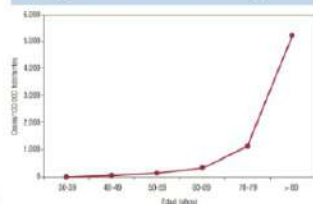
Tabaquismo	Diabetes mellitus
Hipertensión arterial	Dislipemia

## Causas de mortalidad por ECV en España



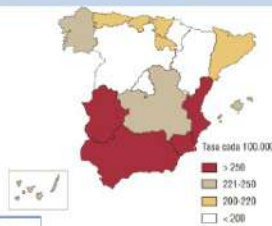
Bibliografía recomendada: 1. Bertomeu V, et al. Rev Esp Cardiol. 2008; 8: 2E-9E. 2. SCORE2-OP working group and ESC Cardiovascular risk collaboration. Eur Heart J. 2021; 42 (25): 2455-2467.

## Mortalidad por ECV según rangos de edad en España



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

## Mortalidad por ECV según Comunidades Autónomas



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

## 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

