



## ***PRECIPIO, RECUPERATIO***

### **SOCIETATEA ROMÂNĂ DE CARDIOLOGIE GRUPUL DE LUCRU „CARDIOLOGIE PREVENTIVĂ”**

Nr.9/10, Ianuarie-  
Aprilie 2012

„Singurul lucru care contează este frumusețea luptei”



Iarna prelungită (vă mai amintiți de „freezing rain” și de munții de nămeți?) a făcut, parcă , să ne înghețe și cerneala din stilouri, astfel încât, deși evenimente despre care să relatăm s-au găsit, ne-am trezit destul de greu din amorțea hibernă și abia acum încercăm, timid, o recapitulare a ceea ce a fost și o prezentare a celor ce vor fi. Sigur, am putea începe cu imagini și relatări de la oricare dintre manifestări, dar de data aceasta o să începem un pic altfel.

Între preocupările noastre din actualul mandat, program publicat în Infocard și pe Cardioportal.ro, intră și acordarea unui premiu anual de excelență, l-am numit noi, pentru merite deosebite în susținerea și promovarea activităților de prevenție și recuperare. Avem o tradiție care trebuie continuată și privirea noastră se îndreaptă către acei oameni care prin munca lor, de multe ori trecută cu vederea sau poate insuficient apreciată, spun „poate”, au contribuit la crearea acestei tradiții și la consolidarea a ceea ce astăzi reprezintă prevenția și recuperarea în bolile cardiovasculare. În vremurile de astăzi, din ce în ce mai multă lume începe să se orienteze spre prevenție, se înființează noi asociații și societăți, multe congrese primesc un sufix „...și de prevenție”, ori în acest context, trebuie să ne amintim de cei care au îndrăznit și cărora le datorăm , în parte, ceea ce încercăm să dezvoltăm și să modernizăm astăzi. Printre acești domni (nu mulți), de-a lungul timpului ne-a atras atenția un confrate aparent puțin îngăduitor, „rău” în dârzenia cu care își apăra ideile și cu care nu era deloc ușor să te pui. A conceput mai multe programe de prevenție, încă din anii '70. În 1982 a lansat un „Program de prevenire și combatere a hipertensiunii arteriale” în județul în care activa și activează încă, în 1983 elaborează un „Program comunitar de prevenție a bolilor cardio și cerebro-vasculare de etiologie aterosclerotică” , marcând în cadrul acestui program „Ziua Inimii”, care ulterior a devenit Ziua Internațională a Inimii, iar mai aproape de zilele noastre elaborează , în 1996, „Programul național de prevenire a bolilor cardio și cerebro-vasculare”, iar în

2002 „Programul SRC pentru profilaxia bolii coronariene”. Între timp, prin 1997 înființează la Sibiu „Liga contra tabagismului” și elaborează o schiță de „Program Național Antitabagic”, iar în 1998 abordează „Politica nutrițională în România”, contribuind la elaborarea „Recomandărilor SRC privind alimentația sănătoasă pentru prevenirea bolilor cardiovasculare”, prezentate la congresul național de cardiologie din același an.

Multe dintre programele propuse nu au putut fi puse în practică, în principal datorită neînțelegerii adecvate, ca importanță, de către miniștrii care s-au succedat.

Desigur, efortul domnului doctor a fost susținut de către „grii” de la conducerea Societății noastre, dar nu a fost suficient. În urmă cu câțiva ani, la Congresul național, când a fost prezentată Strategia de Prevenție a Societății Române de Cardiologie, a avut o scurtă intervenție în care felicita pe cei care au îndeplinit „ceea ce noi nu am reușit să facem”.

A fost recompensat, printre altele, cu Ordinul Meritul Sanitar în grad de cavalier.

Alături de amploarea activității și entuziasmul său, ne-a impresionat și ultimul rând din scurta prezentare pe care ne-a trimis-o:

„Toate sunt deșertăciuni. Singurul lucru care contează este frumusețea luptei”.

Așadar, cu speranța că nu vom răni orgolii, **primul nostru premiu anual se acordă, pentru 2011, domnului doctor GHEORGHE NANDRIȘ, din Sibiu, pentru efortul constant în promovarea prevenției bolilor cardiovasculare.**

Premiul va fi înmănat în cadrul Sesiunii Grupurilor de lucru din mai.



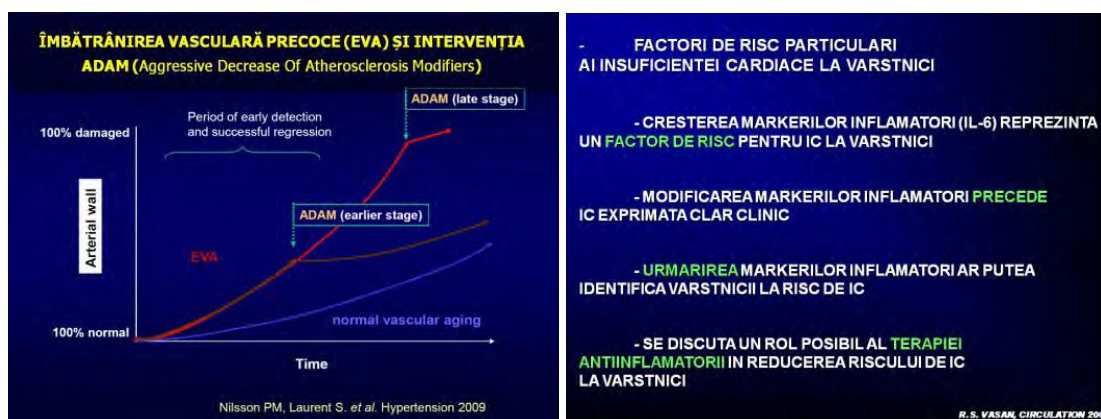
Dr.Dr.Gheorghe Nandriș din Sibiu- Premiul de excelență pe 2011

### **CARDIOSEN – Particularități ale bolilor cardiovasculare la vârstnic**

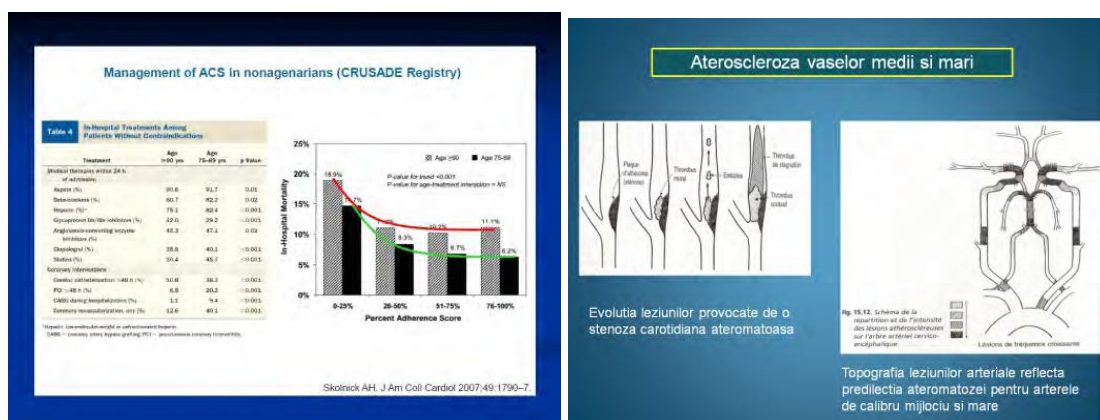
În "Anul european al îmbătrânirii active și al solidarității între generații" și în seria cursurilor dedicate așa ziselor populații speciale, în 16 martie, la Iași, s-a desfășurat prima ediție a unui nou curs, ce abordează particularitățile patologiei cardiovasculare la vârstnic, o temă de actualitate, dat fiind fenomenul constant de îmbătrânire a populației și de creștere a numărului de pacienți vârstnici. Se apreciază de către OMS că în următorii ani, pentru prima dată în istorie, numărul persoanelor vârstnice (de peste 60 de ani), va depăși numărul copiilor (cu vârstă sub 5 ani).

În sesiunea de dimineață, în prima conferință, doamna profesor Cătălina Arsenescu Georgescu a făcut o interesantă trecere de la fiziologic la patologic, prezentând date despre îmbătrânirea vasculară precoce, ce poate fi depistată prin evaluare subclinică

de organ (EVA-early vascular ageing) și metodele de intervenție (ADAM – aggressive decrease of atherosclerosis modifiers), dl.conf.Mitu a trecut în revistă particularitățile factorilor de risc la vârstnic și dificultatea evaluării riscului cardiovascular, dna profesor Ginghină a abordat, într-o prezentare comprehensivă, un mic curs, insuficiența cardiacă la vârstnic, pornind de la fiziopatologie, trecând prin particularități clinice, factori de risc, explorări și terminând cu abordarea terapeutică, iar în finalul sesiunii, dna profesor Mariana Graur ne-a vorbit despre țintele terapeutice pentru persoanele vârstnice, diabetice.



În sesiunea de prânz, dl.dr.Radu Roșu a prezentat tulburările de ritm la vârstnic, dl profesor Mircea Popescu - hipertensiunea arterială la vârstnic, insistând asupra țintelor terapeutice și a necesității individualizării tratamentului medicamentos, ce trebuie corelat cu afectarea organelor țintă, dl. dr Gabriel Gușețu, într-o frumoasă prezentare a vorbit despre cardiopatia ischemică a vârstnicului, un subiect care merită toată atenția, dna conferențiar Aurora Constantinescu a prezentat punctul de vedere al neurologului asupra patologiei vasculare cerebrale, des întâlnită în practică, iar în încheierea sesiunii, dl.dr.Daniel Gherasim a prezentat dificultățile evaluării pacientului vârstnic la testul de efort, dat fiind prezența modificărilor ECG de repaus, capacității funcționale mai reduse, dar a subliniat și creșterea sensibilității testului datorită creșterii prevalenței bolii coronariene ischemice la această populație.



În sesiunea de după amiază, dna dr. Suceveanu a vorbit despre schimbarea stilului de viață în programele de prevenție dedicate vârstnicilor, dna conferențiar Ioana Alexa, pornind de la o prezentare de caz, a demonstrat dificultățile asigurării unei bune compliance, datorită multitudinii de scheme terapeutice indicate în practică, dat fiind asocierea de comorbidități (în cazul de la care s-a pornit, se contorizaseră 24 de



medicamente și 46 de administrări zilnic, sub diferite forme), dl profesor Pal Kikeli a abordat dimensiunea umană a îmbătrânirii, o incursiune istorică asupra percepției individului vârstnic de către societate, iar în final, dna dr. Magda Mitu a asigurat revenirea la practica curentă printr-o instructivă prezentare de caz.

Cursul a avut succes, discuțiile din pauze, comentariile de după curs, evaluarea din final îndreptându-ne să facem această afirmație. Au fost prezenți, pe parcursul întregii zile, 180 de participanți, suportul material și logistic fiind asigurat de Astra Zeneca (Nora Boeru și echipa) și Media Med (Ileana Pena și echipa), cărora le mulțumim și pe această cale pentru sprijin. Următoarea ediție a cursului se va desfășura în toamnă, la București, pe 19 octombrie. Rezumatele prezentărilor le puteți găsi pe „cardiportal.ro”, secțiunea grupului nostru de lucru.



Anul 2012 a fost declarat de către Consiliul Uniunii Europene și de Parlamentul European drept "Anul european al îmbătrânirii active și al solidarității între generații", propunându-și consolidarea unei mentalități sănătoase de implicare activă a vârstnicilor în viața și dezvoltarea socială și economică a unei națiuni, fără a fi discriminați în nici un fel. Se marchează astfel, aniversarea a 10 ani de când a fost adoptat Planul Internațional de Acțiune Împotriva Îmbătrânirii (International Plan of Action on Ageing), semnat în aprilie 2002 de către toate statele membre ale Uniunii Europene. Prin acest plan, statele semnatare s-au angajat să promoveze și să susțină îmbătrânirea activă, prin includerea în politicile sociale și în programele economice naționale a nevoilor și drepturilor vârstnicilor și prin promovarea unei societăți pentru toate vârstele. De asemenea, tema pentru Ziua Mondială a Sănătății din acest an a fost „Îmbătrânirea și sănătatea”.



### Good health adds life to years



Karsten Thormaehlen

03 April 2012 -- Ageing and health is the theme of this year's World Health Day on 7 April. The Day will focus on how healthy behaviours throughout life can help older men and women lead full and productive lives and be a resource for their families and communities.

[Visit the World Health Day page](#)

[Read the press release](#)

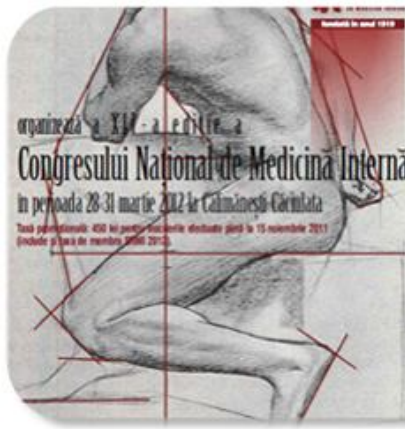
Helmut Wirz din Dortmund, fost farmacist, care în acest an, la 86 de ani, a depășit pragul de 100 de salturi cu coarda elastică (s-a apucat târziu de bungee jumping, la 72 de ani), exemplul ales de OMS pentru a demonstra că „Sănătatea adaugă viață anilor”.

În luna martie au mai avut loc două manifestări în cadrul cărora au susținut prelegeri membri ai grupului nostru de lucru. În 23 martie, la București, s-a desfășurat cursul inițiat de către colegii de la „Ateroscleroză și Aterotromboză” cu Ghidul european de management al dislipidemiilor: Lipid School, directori de curs fiind prof. Dan Gaiță și prof. D. Vinereanu. Dl.conf. Florin Mitu a prezentat date despre optimizarea stilului de viață, o prezentare comprehensivă a tuturor componentelor ce pot fi influențate- în principal prin dietă și exercițiu fizic, dar trebuie să mai remarcăm și alte prelegeri deosebit de interesante, care au captat atenția publicului, cum ar fi abordarea din perspectiva datelor de genetică a Heart Score (dna prof.Ginghină), trecerea în revistă, comparativ, a diverselor scale de risc (prof.Cinteză), precum și prezentările de caz care au aseasonat fiecare dintre cele trei sesiuni.

La Grupurile de lucru din mai vom avea o interesantă sesiune în care se analizează evaluarea riscului cardiovascular din perspective și în situații diverse.

Între 28 și 31 martie, la Călimănești, s-a desfășurat Congresul național de medicină internă, manifestare tradițională, a cărei calitate științifică și organizatorică a crescut vizibil de la o ediție la alta. Teme interesante, cursuri pre-congres, sesiuni comune cu alte societăți (pentru anul următor am primit propunerea, din partea dnei profesor Minerva Muraru, adresată grupului nostru, de a organiza o sesiune comună cu Societatea de medicină internă) și multe alte activități (de exemplu, demonstrații

practice cu tehnici de relaxare și de respirație sau de gătit sănătos, fără foc). Ca să vedeți similitudinea, la Dublin, la EuroPrevent (luna următoare), sunt trecute în program ședințe matinale de tai chi pentru participanții la congres. La Călimănești, dl.conf.Mitu, împreună cu colaboratorii, a coordonat un curs de actualități în sindromul metabolic și o masă rotundă având ca temă rigiditatea arterială (metode de evaluare, rigiditatea arterială-marker sau factor de risc, cazuri clinice). În cadrul unui simpozion moderat de domnul profesor Apetrei (Paradoxul obezității) au fost dezbătute relația obezitate - riscul cardiovascular (D.Gherasim), obezitate-cardiopatie ischemică (E.Apetrei), obezitate-arteriopatii periferice (M.Croitoru) și obezitate-diabet zaharat (prof.Bruckner), sesiune interesantă care a dat naștere la multe comentarii și discuții la final. Problema obezității va fi reluată și de către grupul nostru de lucru la Poiana Brașov în cadrul unei sesiuni intitulată Generația XXL (printre vorbitori, dl.prof.Mencinicopschi, prezent și la Călimănești).



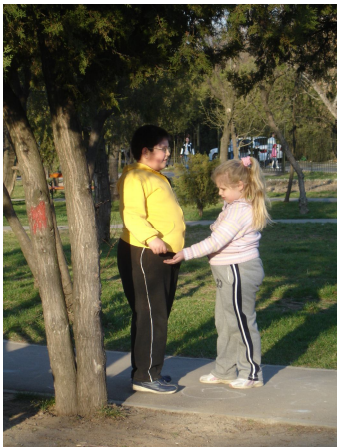
## Conferința Națională a Grupurilor de Lucru 10-12 mai Brașov

Pentru că am adus în discuție Sesiunea grupurilor de lucru, vă prezentăm programul celor 4 segmente patronate de grupul nostru de lucru, sesiuni-zicem noi-cu subiecte atrăgătoare și la care vă invităm să participați.

În prima zi, joi 10 mai, vom avea sesiunea dedicată obezității, în sala III (Sport), între orele 16-17.30

### Generatia XXL

Moderatori : F.Mitu (Iași), Dana Pop(Cluj)



1. Rolul adipokinelor și țesutului adipos în apariția aterogenezei – Dana Pop
2. Intervenția prin antrenament fizic – unul dintre obiectivele tratamentului obezității -D.Zdrenghia
3. Calitatea alimentului-între nutriție și nutriționism- Gh.Mencinicopschi
4. Paradoxul obezității - o realitate ? E.Apetrei



Vineri 11 mai , vom avea următoarele sesiuni:  
sala II (Bradul), interval orar 9.00-10.30

### **Recuperarea cardiovasculară : care este cel mai bun model pentru România ?**

Moderatori : F.Mitu, D.Gherasim



1. Evaluarea pacienților care intră într-un program de recuperare- F.Mitu (Iași)
2. Recuperarea instituționalizată – modelul Timișoara –D.Gaiță
3. Recuperarea instituționalizată - modelul german – Oana Istrățescu (Germania)
4. Recuperarea în ambulator – modelul francez (Christine Iliou, Franța)
5. Recuperarea la domiciliu – D.Gherasim (București)
6. Programul RO-STEMI, o reușită per primam. Și apoi ? (Dr.Arafat)

Sala II (Bradul)

Interval orar 15-16.30

### **Interpretarea testului de efort-atelier practic**

Moderatori : prof.dr.Carmen Ginghină, prof.dr.D.Zdrenghia



1. Testul de efort ECG – D.Zdrenghia
2. Testul de efort cardiopulmonar – D.Gherasim, M.C.Iliou, cu sprijinul companiei Hellimed (demonstrație practică)
3. Testul de mers de 6 minute - Carmen Ginghină
4. Scintigrama de stres – Ana Frunteală
5. Ecografia de stress – Monica Roșca

Sala II (Bradul)

Interval orar: 17-18.30

### **Evaluarea riscului.Care risc ?**

Moderatori: M.Popescu, M.Suceveanu

1. Grila SCORE in populația generală-noutăți (I.Kulcsar)
2. Framingham, Procarn, Assign –care este cel mai bun ?(M.Popescu )
3. Afectarea subclinică de organ-risc adițional (M.Iurciuc)
4. Evaluarea riscului preoperator (P.Kikeli)
5. Factorii de mediu și riscul cardiovascular- (A.Tase)
6. Diabet, sindrom metabolic-evaluarea riscului (M.Suceveanu)





### Groupe Exercice Réadaptation Sport (G.E.R.S.)

Les dernières actualités du groupe... - Référentiel des bonnes pratiques de la réadaptation cardiaque de l'adulte en 2011. - DIU : Prévention - Réadaptation Cardiovasculaires, - Les communications du congrès de Tours



Marie-Christine Iliou este președintele Grupului de lucru Exercițiu fizic, recuperare și sport (GERS) din cadrul Societății Franceze de Cardiologie, șeful Serviciului de recuperare cardiacă și prevenție secundară din Hopitaux Universitaires Paris Ouest-Corentin Celton, membru în consiliul de administrație al Federației Franceze de Cardiologie, coordonator național pe prevenție cardiovasculară și, de asemenea, membru al Asociației Francofone de Prevenție și recuperare cardiacă. A avut amabilitatea să răspundă la câteva întrebări adresate de dl.dr.D.Gherasim.

Întrebare: Care este situația recuperării cardiovasculare în Franța ?

M.C.Iliou: La réadaptation cardiovasculaire en France a fait ses premiers pas il y a une trentaine d'années, mais reste très sous utilisée. Toutefois, la réorganisation par décret national des établissements de "soins de suite et réadaptation", la mise à jour des recommandations de la Société Française de Cardiologie et l'intégration de la réadaptation dans le parcours du patient font que cette spécialité cardiologique est promise à se développer dans les années futures. Elle s'appuie sur un trépied comprenant l'éducation thérapeutique (devenue récemment obligatoire), le réentraînement physique et l'adaptation thérapeutique. L'offre de soins est inégalement répartie sur le territoire, elle est à 65 % publique ou assimilée. Les enjeux pour améliorer la prise en charge sont le développement de structures plus souples, ambulatoires permettant d'améliorer la fluidité de la filière cardiologique.

(Recuperarea cardiovasculară a făcut primii pași în urmă cu 30 de ani, dar continuă să rămână mult subutilizată. Totuși, reorganizarea prin decret național a centrelor de „îngrijire post acut și recuperare”, actualizarea recomandărilor Societății franceze de cardiologie și integrarea recuperării în parcursul pacientului, toate acestea dau speranțe în dezvoltarea recuperării în anii viitori. Ea se sprijină pe un trépied ce cuprinde educația terapeutică (devenită recent, obligatorie), antrenamentul fizic și recuperarea terapeutică. Oferta în domeniu este repartizată inegal în teritoriu, ea fiind în proporție de 65% în sistemul public. Pentru ameliorarea situației actuale, soluția ar fi dezvoltarea de structuri mai suple, ambulatorii care să permită ameliorarea fluidității filierei cardiologice.)



Întrebare: Ce părere aveți de recuperarea în ambulator ? Putem, de asemenea, vorbi de un sistem de recuperare la domiciliu în Franța ?

M.C.Iliou: La réadaptation ambulatoire est un des leviers de l'amélioration de la participation en réadaptation. En effet, elle correspond à la prise en charge de la cardiologie moderne, elle permet d'accompagner le patient dans la reprise de la vie active et permet surtout de raccourcir les durées d'hospitalisation. Pour être efficace, celle-ci doit toutefois répondre au même cahier des charges que la réadaptation en hospitalisation. En France les programmes de réadaptation proprement à domicile non supervisés par des cardiologues sont exceptionnels et ne pourraient se concevoir qu'après une phase de réadaptation supervisée. Il est probable que le développement de la télémédecine permettra d'ajouter ce type de prestations à la palette de l'offre en réadaptation cardiaque.

(Recuperarea în ambulator reprezintă o pârghie în îmbunătățirea participării la programe de recuperare. Într-adevar, corespunde cerințelor cardiologiei moderne, reprezintă un suport pentru pacient în reluarea activității obișnuite și, mai ales, permite scurtarea perioadei de spitalizare. Pentru a fi eficientă, ea trebuie, totuși, să îndeplinească aceleași cerințe ca și recuperarea din spital. În ceea ce privește recuperarea la domiciliu, în Franța tipul acesta de programe nesupravegheate se întâlnește în mod excepțional și un astfel de program nu poate fi conceput decât după o fază de recuperare supervizată. Este posibil ca dezvoltarea telemedicinii să permită să adăugăm acest tip de programe la paleta ofertelor din recuperarea cardiacă.)

Întrebare: Ați vizitat deja România cu ocazia diferitelor congrese. Ce impresie v-a făcut ?

J'ai effectivement visité la Roumanie à l'occasion d'un précédent congrès de la Société Roumaine de Cardiologie. J'en garde le souvenir d'un très grand pays, avec une grande richesse patrimoniale, historique et culturelle. Ce très fort potentiel me semble complété par les qualités de ses habitants, en particulier le dynamisme des cardiologues roumains que j'ai eu le privilège de rencontrer et dont la francophonie participe au tissage de liens privilégiés.

(Am vizitat România cu prilejul unui Congres al Societății române de cardiologie. Păstrez amintirea unei țări foarte mari, cu un patrimoniu bogat, istoric și cultural. Acest foarte puternic potențial este completat de calitățile locuitorilor, de asemenea remarc dinamismul cardiologilor români pe care am avut privilegiul să îi întâlnesc și legăturile particulare care s-au legat și datorită francofoniei.)

Ce răspuns mai frumos am fi putut auzi ?

M.C. Iliou va participa la o importantă sesiune, vineri dimineața, începând cu ora 9, titlul sesiunii fiind „Recuperarea cardiovasculară-care este cel mai bun model pentru România?”, alături de colegii F.Mitu, D.Gaița și D.Gherasim, ceilalți invitați ”speciali” fiind Oana Istrătescu din Germania și dl.Raed Arafat.

De asemenea, M.C.Iliou va participa și la o demonstrație practică, alături de colegul D.Gherasim, în cadrul atelierului de testare de efort de vineri după-amiaza, sala II, începând cu ora 15.

## Zilele Europene ale Societății franceze de cardiologie



Le thème privilégié des XXIIes Journées Européennes de la Société Française de Cardiologie est « *Modes de vie et Prévention cardiovasculaire* ». Afin de mieux le mettre en valeur, le Comité d'Organisation a mis en place un espace particulier au sein du Congrès : le **Village Prévention**.

Ce village est constitué de deux composantes, géographiquement situées au niveau 3 du Palais des Congrès en un espace signalisé regroupant :

La Paris, la începutul anului, s-a desfășurat o nouă ediție a Zilelor Europene ale Societății Franceze de Cardiologie, având ca temă principală „Modul de viață și prevenția cardiovasculară” (ce vă spuneam în prima pagină à propos de sufixele adăugate diferitelor manifestări?). Congresul a fost deosebit de atractiv și generos legat de tema anunțată, a fost amenajat și un spațiu dedicat, „Village prevention”, unele sesiuni fiind interactive, pe teme de prevenție: sarea și riscul cardiovascular, Doctore, vreau să slăbesc, Reluarea activității fizice și profesionale după un sindrom coronarian acut, Stimulatoarele cardiace, defibrilatoarele și conducerea auto, Recuperarea în insuficiența cardiacă, Testul de stres și multe altele, o aceeași temă putând fi reluată în zile diferite, dar cu alți vorbitori și desigur, cu alte opinii. Un program bogat, completat, ca de obicei de o ofertă generoasă de materiale de informare și educaționale, exemplificări de moduri de alimentație sănătoasă, totul într-o atmosferă de „familie”, dacă pot să mă exprim astfel.

Physical activity benefits in coronary disease	
1- Effects on risk factors	
Risk factor	Physical activity effect
Diabetes (1)	Decrease Hb A1c 0.8%
Dyslipidemia (2)	Decrease TG, improved lipid profile, HDL-C 0.25 mg/dl ↑
HTA (3)	Decrease SBP 3-6 DBP 2-4 mm Hg
Smoking (4)	Better smoking cessation 3 and 12 months
Obesity (5)	Must be associated to healthy diet 6-7 kg /year Decrease of adiposity
Psychological (6)	Benefits on anxiety, depression and stress

1. Snowling NJ, Hopkins WG. *Diabetes Care*. 2006;29:2518-27  
 2. Kodama S, et al. *Arch Intern Med*. 2007;167:999-1009  
 3. Sirtani CR, et al. *Med Sci Sports Exerc*. 2001;33:1988-1992  
 4. Mittleman BS, et al. *Arch Intern Med*. 1999;159:1229-34  
 5. Whellan DJ, et al. *N Engl J Med*. 2008;358:2543-50  
 6. Mitsuda NV, Lane CJ. *Am J Med*. 2009;122:931-38



Seara de gală s-a desfășurat seara târziu, în sălile de la Louvre

## Evaluarea riscului cardiovascular la femei în e-journal al ESC

Ne face o deosebită plăcere să anunțăm că ultimul număr, 25, vol.10, din 9 aprilie 2012 a jurnalului electronic de cardiologie al ESC este redactat de doi români: soții Calomfirescu. Dna doctor Calomfirescu este cardiolog și membră a Grupului nostru de lucru, iar dl. dr. Calomfirescu este specialist obstetrică-ginecologie. Numărul la care facem referire se ocupă, în principiu, de evaluarea riscului prin scorul Reynolds, ce ia în considerare nivelul HDL, proteina C reactiva de înaltă sensibilitate, dar și date de istoric (deces la rude de gradul I) și alți factori de risc (fumat, HTA), precum și

vârsta și, de asemenea, comentează asupra lipsei de corelație între scorul amintit și nivelul de adiponectină plasmatică la femei cu sindrom metabolic. Bibliografia include și referințe românești. Încă o dată felicitări autorilor (și desigur, celor pe lângă care s-au format).

## Assessing women's cardiovascular risk

An article from the ESC Council for Cardiology Practice

**Topics:** Cardiovascular Disease Prevention - Risk Assessment and Management

**Authors:** Calomfirescu NE, Calomfirescu MV



Calomfirescu NE, Calomfirescu MV

The Reynolds Risk Score and the measure of adiponectin are new and useful tools to evaluate cardiovascular risk in women more accurately.

## Background

Cardiovascular disease in women, their specific symptoms in presenting myocardial infarction and the Women at Heart initiative have been brought to you in a previous volume of the **e-Journal**, in 2006. Since, the ESC/EACPR 2007 **guidelines** have exposed the misleading or incomplete issues regarding this category of risk - being female- in a dedicated a section (1) and among issues raised were:

- Cardiovascular disease (CVD) in women appears ten years later than in men. We now know that despite this fact the total number of deaths due to major cardiovascular events in women (55%) is higher than in men (43%).
- Obesity, metabolic syndrome and diabetes are more prevalent in middle-aged and elderly women who appear to carry a greater risk of cardiovascular death.
- Women are at a disadvantage at all stages of evolution of cardiovascular disease.

Taken together, these findings indicate that the Heart Score and/or other classical charts are not fully suited to quantify risk in women. New tools, whether methods or charts, are needed for better evaluation of women's specific cardiovascular risk, especially at its early stages.

## Reynolds Risk Score

The Reynolds Risk Score (RSS), is a special risk chart dedicated to women (2) that includes HDL cholesterol and hs CRP.

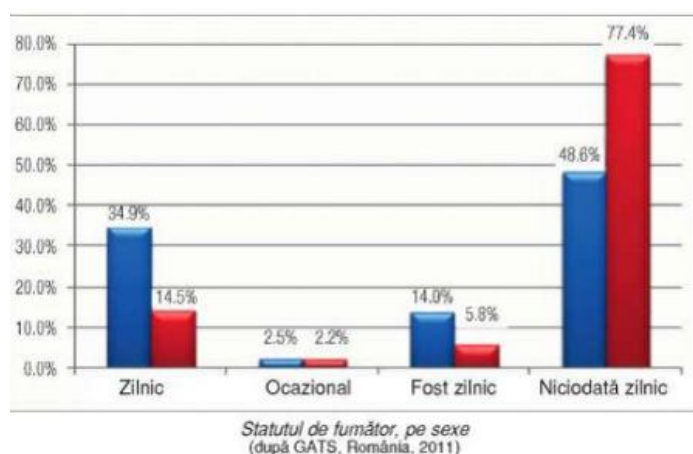
- Lower HDL cholesterol values are associated with higher cardiovascular risk. To determine HDL cholesterol, testing can be carried out on a routine basis. Low HDL is also a common characteristic of obesity, metabolic syndrome and diabetes mellitus thus it is reasonable to think it contributes highly to



## Global Adult Tobacco Survey

La 5 martie a.c, la București au fost date publicității rezultatele primului Studiu Global privind Fumatul la adulți (GATS) pentru România. Studiul furnizează informații despre consumul de tutun, renunțarea la fumat, fumatul pasiv, aspecte economice, media și cunoștințe, atitudini și percepții referitoare la consumul de tutun.

Astfel, rata globală a prevalenței fumătorilor curenți în țara noastră este de 26,7%, în mod deosebit crecută la bărbați (37,45%) față de femei (16,7%). Cei mai mulți dintre fumători au început să fumeze la vârsta de 17-19 ani (43,1%). Mai mult de jumătate din grupul studiat (51,1%) a declarat că fumează peste 20 de țigări pe zi. O imagine a dependenței produse de consumul de tutun este dată de faptul că 69,5% dintre fumătorii zilnici își aprind prima țigară din zi în cel mult la 30 de minute de la trezire (26,2% dintre aceștia, în primele cinci minute). Mai mult de o treime (35,4%) din persoanele de 15 ani și peste au fost expuse la fum de țigară ambiental la domiciliu, iar marea majoritate au raportat expunerea la fum în baruri/cluburi de noapte (94,4%) și restaurante (86,6%). Pentru interzicerea fumatului în restaurante sau baruri s-au pronunțat 72%, respectiv 57%. Aproape toți adulții (96,3%) consideră că fumatul cauzează boli grave. Studiul GATS poate fi vizualizat de pe site-ul Ministerului Sănătății.



**“Având în vedere că în România mai mult de 4,4 milioane de persoane fumează zilnic, aproape 6,5 milioane persoane sunt expuse la fumul de țigară la domiciliu (dintre care peste 3 milioane de nefumători) și 2 milioane la locul de muncă, la care se adaugă expunerea ridicată la fumul de tutun ambiental în diverse spații publice, este de o importanță vitală ca Guvernul să așeze controlul tutunului pe lista priorităților legislative”, a declarat RITLI Ladislau, ministrul Sănătății.**

A propoz de dl.ministru al Sănătății, acesta a precizat că face sport sistematic, alergând cel puțin o dată sau de două ori pe săptămână ( a participat, la Oradea, la un cros organizat cu prilejul Zilei mondiale a Sănătății).

**„As cardiologists and members of the European Society of Cardiology, we should practice what we preach”**

Grupul nostru de lucru a promovat, de-a lungul timpului, beneficiile practicării activității fizice în mod regulat, nu numai în diferitele segmente populaționale, dar și în rândul colegilor de breaslă. Societatea Europeană de Cardiologie a sugerat, cu o insistență crescândă în ultimii ani, ca medicii cardiologi să dea exemplul personal;

revista noastră a prezentat, în numere anterioare, activități popularizate ale liderilor din cardiologia europeană sau mondială.

Cei care practică exercițiu fizic regulat se pot înscrie acum în nou înființatul club al cardiologilor români, despre a cărui constituire suntem convinși că ați aflat deja.

Athletic Cardio Club își propune stimularea desfășurării activității fizice în rândul medicilor, cardiologi dar și de alte specialități și ne referim aici nu doar la alergare, ci la orice formă de activitate fizică : înot, ciclism, alpinism, drumeții montane, patinaj, etc,(deja sunt conturate câteva secțiuni în cadrul clubului), prin intermediul acestei promovări sperându-se să se obțină un bun impact în rândul populației care să conștientizeze, și prin acest mijloc, efectele benefice pentru sănătate ale practicării exercițiului fizic, atât în prevenția primară, cât și în prevenția secundară.

Un al doilea obiectiv îl reprezintă susținerea medicilor cu preocupări sportive în vederea participării la competiții oficiale.

După cum știți, președintele clubului este dl. dr Tatu Chițoiu, iar vicepreședinte dl.conf.Florin Mitu.



Activitatea ACC va fi popularizată și la standul SRC / FRI din cadrul EuroPrevent de la Dublin. De notat că, în programul EuroPrevent, nu este menționată și organizarea unui cros, ca la edițiile precedente. Asta nu îi va împiedica pe cei care vor fi prezenți acolo să alerge(sau să se plimbe) în tricoul Ro ACC.

Pentru a vă face o idee despre diversitatea preocupărilor sportive în cadrul clubului, vă prezentăm mai jos două fotografii dintr-o recentă incursiune pe Mont Blanc a colegului Dan Deleanu, membru „Gold” al Ro-ACC.



Alte imagini din expediția în Alpii Francezi puteți vizualiza folosind urmatorul link.

<https://picasaweb.google.com/102419370796271857735/AlpiiFrancezi?authkey=Gv1sRgCNeHi4v1slv0Jg#slideshow/5726761540565143154>

### **Aleg în pas cu Paul**

Legat de activitatea sportivă, mai notăm inițiativa laudabilă a unui alergător de cursă lungă, Paul Dicu, care participă în aceste zile în Sahara, la maratonul nisipurilor (Marathon de sables), o întrecere dură în care trebuie să parcurgi, pe parcursul a 7

zile, distanța de 250 de km. prin deșert. În acest an, Paul Dicu aleargă cu un scop: strângerea de fonduri pentru Asociația Inima Copiilor, adică pentru finalizarea lucrărilor la Spitalul de chirurgie cardiovasculară de la Marie Curie. Cei care aleargă „în pas cu Paul” în perioada 8-13 aprilie pot contoriza zilnic kilometri parcurși, iar partenerul acestei acțiuni, ING Asigurări de viață va dona câte 10 euro pentru fiecare kilometru parcurs în alergare. În zilele care au mai rămas, vă îndemnăm să contribuiți și d-vs la aceasta acțiune nobilă. În plus, faceți mișcare pentru sănătatea d-vs. și pentru clubul sportiv al cardiologilor români, Athletic Cardio Club.

Pe scurt, **asociația Inima Copiilor** – pentru care aleargă de această dată Paul Dicu – își propune să **strângă fonduri** pentru Departamentul de cardiochirurgie din cadrul spitalului Marie Curie, bani care vor fi folosiți în special pentru asigurarea de burse de perfecționare pentru personalul medical angajat aici ca și pentru asigurarea materialelor medicale necesare (instrumentar, consumabile etc).

**Orice alergător poate contribui** simplu la strângerea acestor bani. Pentru fiecare kilometru parcurs în alergare, **ING Asigurări de viață va dona 10 euro** asociației Inima Copiilor.



**Contorizarea kilometrilor** parcurși se face iarăși simplu. În perioada 8-13 aprilie, orice alergător – după antrenament, competiție sau pur și simplu o ieșire în parc la o alergare – poate intra pe site-ul [www.inpascupaul.ro](http://www.inpascupaul.ro) și să-și înregistreze distanța parcursă. Se poate trimite un mail la adresa [paul@inpascupaul.ro](mailto:paul@inpascupaul.ro), indicând numele, vârsta, distanța parcursă și locul în care ai alergat. Pot fi trimise, dar nu e obligatoriu, filme sau fotografii care să dovedească faptul că ai alergat.

La finalul zilei, organizatorii vor face publice lista cu participanții și distanța adunată.

În deșert, **Paul Dicu s-a descoperit pe sine**. "La un moment dat inima te lasă. Nu ai ce să faci. Sunt oameni excepționali acolo. Am avut surpriza să văd și oameni la 60 de ani. Marathon des Sables e mai mult decât o cursă de alergare. La sfârșit, cursa asta construiește ceva", declara Paul pentru revista Alerg. "Lucrurile se întâmplă așa: tu ești dezghecat, dezmembrat, făcut bucăți și la sfârșit, dacă ai noroc, renaști, te recompu. Sunt câțiva maratonisți care vin acolo pentru puncte și pentru locuri în clasamente, dar ceilalți se bat doar cu ei. Nici nu contează ce loc ocupi, pur și simplu e treaba ta cu tine. Punct. Problema nu este să alergi toți cei 250 de kilometri, ci să nu te oprești".

### Studii de prevenție în derulare

Mai multe centre din țară, cu activitate de recuperare, participă la studiul SURF-Survey of Risk Factor management, care înrolează pacienți coronarieni ce se prezintă la evaluare în ambulator (out-patients clinics) și care, așa cum este menționat în titlatură, caută să determine un profil al factorilor de risc și modalitățile de tratament, atât farmacologic, cât și nonfarmacologic, respectiv recuperare cardiacă.

Coordonatorul studiului este Ian Graham, iar pentru România, prof. Dan Gaiță.





## **SURF: Survey of Risk Factor Management**

### **A simple audit of cardiovascular risk factor management**

Ian Graham, Marie-Therese Cooney, Alexandra Dudina, Eva Prescott and Lars Ryden for the consideration of the Steering Committee.



A large proportion of all participants were taking less than the recommended amount of physical activity; 30 minutes of moderately vigorous activity most days of the week. Exceeding the recommended amount of physical activity was more common in Asian men and women.

European participants were more likely to be overweight and obese;  $p < 0.0001$  for men. Abdominal obesity was particularly common in European participants; 95% of European women and 76% of European men were in this category.

	Europe – Both genders	Asia – Both genders	p for diff	Europe – Men	Asia – Men	Europe – Women	Asia – Women
% Current smokers	15%	14%	<0.0001	17%	17%	11%	2%
% Ex-smokers	50%	33%		56%	40%	28%	6%
% Never smoked	35%	53%		27%	43%	61%	92%
% less than recommended physical activity levels	41%	45%	0.0002	37%	42%	55%	56%
% recommended physical activity levels	40%	28%		41%	29%	35%	25%
% more than recommended physical activity levels	19%	27%		22%	29%	10%	19%
Waist circumference (mean)	101 cm	92 cm	<0.0001	102 cm	92 cm	99 cm	90 cm
% abdominal obesity	80%	28%	<0.0001	76%	20%	95%	55%
BMI (mean)	28.7	26.2	<0.0001	28.7	26.1	28.5	26.6
% overweight or obese	79%	59%	<0.0001	82%	58%	69%	60%
% obese	33%	16%	<0.0001	32%	15%	36%	20%

Table 2: Lifestyle risk factors

Rezultate din studiul pilot, desfășurat în trei state europene și patru țări asiatice

O prezentare a studiului SURF va fi făcută la Grupurile de lucru de către colectivul de la Timișoara (dna dr. Stela Iurciuc).

### **Comenius Vitabalance Med -Life long learning**

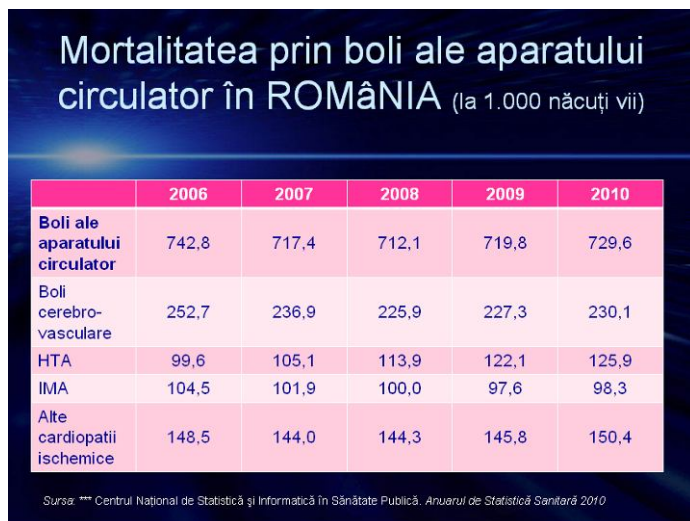
La Covasna, dna dr. Suceveanu coordonează aplicarea unui proiect educațional în școlile din teritoriu (copii până în 8 ani), proiect ambițios inițiat de către Antonio Rui Leal din Portugalia și care se desfășoară în mai multe țări din Europa, Asia, Statele Unite și America de Sud.

### **Mortalitatea prin boli cardiovasculare în România**

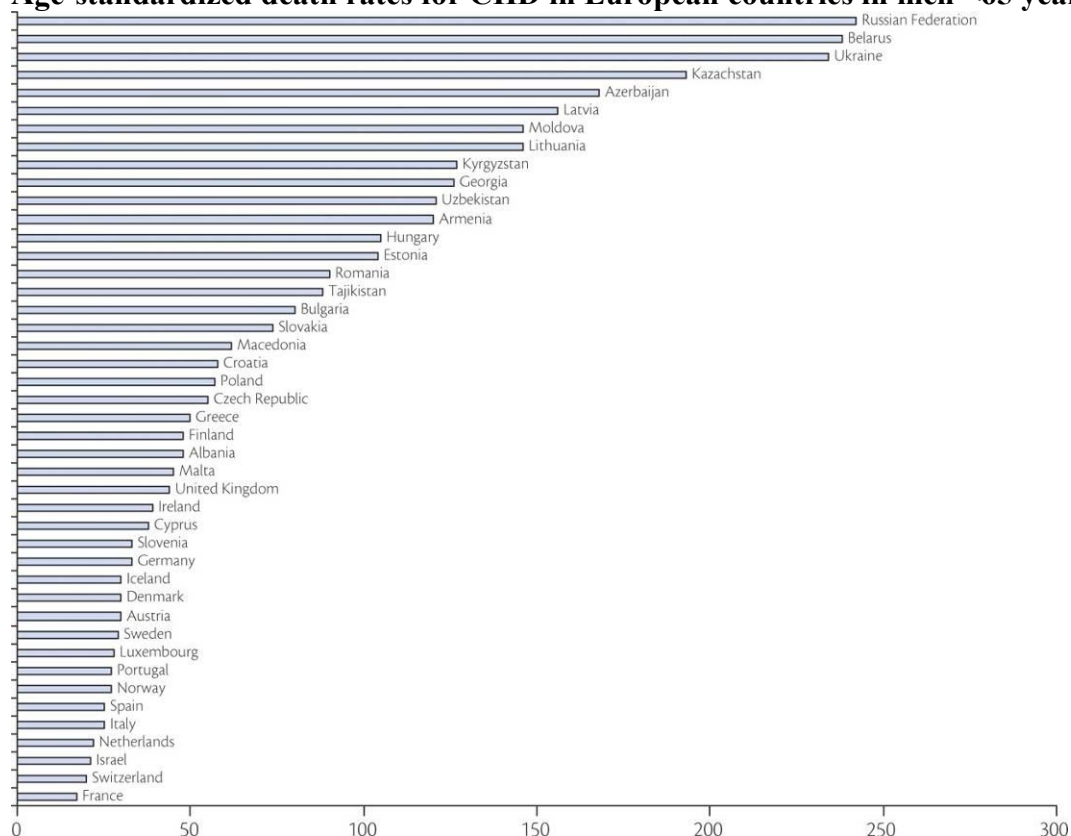
Referitor la mortalitatea cardiovasculară în țara noastră, nucleul activ al grupului nostru a semnalat în 11 februarie 2012 conducerii SRC, neconcordanța unor date prezentate ca oficiale în diferite comunicate de presă ; astfel, un comunicat Agerpres arată că ne situăm pe locul 3 în lume în ceea ce privește mortalitatea cardiovasculară.

Drept urmare, în prezent se lucrează la o punere la punct și la constituirea unei baze de date oficiale privind epidemiologia BCV în România, care va fi publicată pe site-

ul SRC. Dificultățile redactării unui astfel de raport au fost subliniate în cadrul recent încheiatei Conferințe naționale de aterotromboză (6 aprilie, București), de către președintele SRC, dl.conf. Coman, într-o conferință cu titlul „Evoluția epidemiologică a bolii aterosclerotice în Europa”.



### Age-standardized death rates for CHD in European countries in men <65 years



Rosengren, A. et al. ESC Textbook of Cardiovascular Medicine

Vă prezentăm mai jos principalele manifestări de specialitate din săptămânile și lunile următoare.

**World Congress of Cardiology -Dubai, United Arab Emirates, 18-21 aprilie**  
<http://www.world-heart-federation.org/congress-and-events>



**European Meeting on Hypertension and Cardiovascular Protection**  
 London, 26-29 aprilie 2012

<http://www.esh2012.org/wp-content/uploads/2011/09/1st-announcement>



**EuroPrevent 2012, 3-5 mai, Dublin,**

<http://www.escardio.org/congresses/europrevent-2012/Pages/welcome.aspx>

Conferința Națională a Grupurilor de Lucru 10-12 mai Brașov  
<http://www.cardioportal.ro/>

Congresul anual ESC 25 -29 aug., München

EACPR Cardiac Rehabilitation Training Course, 17 – 22 sept., Berna

EACPR Training Course on the use of Cardiopulmonary Exercise Testing in Cardiology, 9-10 nov, Veruno (Italia)





## EuroPrevent Dublin 2012

Notăm, din program, prezentarea noului ghid de prevenție al ESC, prima dată când un ghid este prezentat la un alt congres decât cel anual al ESC, ceea ce spune mult despre importanța care se acordă prevenției și acestui eveniment (desigur, nu trebuie neglijat nici contextul, Ian Graham, coordonator principal al ediției anterioare și unul dintre cei care au dezvoltat Heart Score, aflându-se la el acasă; pentru această a 5-a ediție a ghidului, coordonator principal este Joep Perk ). O altă sesiune interesantă (aveți mai jos programul), condusă de profesorul Saner, compară epidemiologia și modul de abordare a prevenției din două zone diferite: Europa și Japonia. O sesiune asemănătoare, axată în principal pe recuperare, s-a desfășurat la ediția precedentă, de la Geneva și a fost deosebit de interesantă, japonezii punând mare preț pe recuperare, care este susținută puternic de sistemul public. Nu trebuie uitat nici cursul de o zi din 3 mai, Master class in Preventive Cardiology-Hypertension.

Adunarea Generală se va ține sâmbătă 5 mai, între orele 14-15, în sala Liffey B; cu această ocazie se va anunța și rezultatul alegerilor pentru noul board 2012-2014 (prof.Dan Gaiță, fost președinte al grupului nostru, în prezent trezorier pentru EAPCR, candidează pentru funcția de secretar; se votează electronic până pe 30 aprilie. Dl.conf.Florin Mitu a candidat pentru membru în nucleul de recuperare.

### ESC Prevention Clinical Practice Guidelines take centre stage

For the first time ESC guidelines are being launched at a sub-specialty cardiology meeting, as opposed to the more usual annual ESC Congress meeting. “Launching guidelines at EuroPrevent2012 provides a real opportunity for delegates to explore them in detail, with plenty of scope for wide ranging discussions,” says Adams.

In the latest [guidelines](#), which will be presented at the meeting on Friday 4 May, the ESC has for the first time introduced a double grading system, where in addition to the normal approach to grading they provide easy to follow advice.

“The guidelines will explicitly state whether you should do something, should probably do something, should probably not do something or should definitely not do something,” explains Graham, from Trinity College, Dublin.

#### Session Information ■ ■ ■

Title: The new European Guidelines on CVD Prevention 2012  
 Date: 04 May 2012  
 Time: 08:30-10:00  
 Type: Symposium, Guidelines  
 Room: Liffey B - Lecture Room  
 Chairperson: G De Backer (St Martens Latem, BE), J Perk (Kalmar, SE)

Time	Final Prog. Number	Title	Speakers
08:30	185	Introduction by the chairpersons.	

08:48	186	Who should benefit from preventive cardiology?	I M Graham (Dublin, IE)
09:06	187	How can cardiovascular disease prevention be used: behavioural factors.	M Verschuren (Bilthoven, NL)
09:24	188	How can cardiovascular disease prevention be used: risk factors.	Z Reiner (Zagreb, HR)
09:42	189	Where should programmes be offered?	H Gohlke (Ballrechten-Dottingen, DE)

#### Session Information ■ ■ ■

Title: New Guidelines for preventing atherosclerosis cardiovascular disease: East meets West  
 SubTitle: Joint session with JACR  
 Date: 04 May 2012  
 Time: 16:30-18:00  
 Type: Symposium, Joint Session, Guidelines  
 Room: Liffey Hall 1 - Lecture Room  
 Chairperson: H Saner (Bern, CH), H Itoh (Tokyo, JP)

Time	Final Prog. Number	Title	Speakers
16:30	253	Epidemiology of cardiovascular diseases in the East	H Daida (Tokyo, JP)
16:52	254	Epidemiology of cardiovascular diseases in the West	S Sans Menendez (Barcelona, ES)
17:15	255	Highlights of the Japanese guidelines.	K Saku (Fukuoka, JP)
17:37	256	Highlights of the European guidelines.	G De Backer (St Martens Latem, BE)





The Convention Centre Dublin (CCD) Spencer Dock, North Wall Quay

### Mici recomandări culturale

Pentru cei care merg la Dublin, la Europrevent, dar nu numai pentru ei, avem o recomandare de lectură: seria de autor James Joyce, apărută la editura Humanitas: „Oameni din Dublin” (traducere de Radu Paraschivescu) și „Portret al artistului la tinerețe” (traducere de Antoaneta Ralian). „Într-o scrisoare din 1904, Joyce atrăgea atenția: „Când te gândești că Dublinul e capitală de mii de ani, că e al doilea oraș al Imperiului Britanic, că e aproape de trei ori mai mare decât Veneția, e ciudat că nici un artist nu l-a oferit încă lumii”. În Oameni din Dublin, el își asumă tocmai rolul de a pune pe harta artistică a lumii locul copilăriei și tinereții sale. Însă portretul pe care îl face orașului e departe de a fi măgulitor” (am citat din prefața redactată de Dana Crăciun).

Iar acum, în Săptămâna Mare, alături de o carte bună, merge și un film bun: vă recomandăm ultimul film al lui Radu Mihăileanu, „La source de femmes” (Izvorul femeilor). **La source des femmes** este un "omagiu adus femeilor arabe și, de fapt, femeilor în general", spune Mihăileanu. Inspirat de o poveste reală care s-a petrecut în Turcia în 2001, filmul relatează o întâmplare dintr-un sat din Maroc în care tradiția locului spune că femeile trebuie să aducă apă în fiecare zi dintr-un izvor săpat în munte. Revoltate de accidentele repetate care s-au întâmplat de-a lungul timpului, femeile musulmane, conduse de Leila (Leila Bekhti), o tânără mireasă non-conformistă, intră într-o grevă a iubirii și a sexului pentru a-i determina pe bărbați să preia responsabilitatea aducerii apei în sat.





La final de număr vă dorim multă sănătate, mult senin în viața și gândurile d-vs și să vă bucurați de zile de sărbătoare cât mai liniștite alături de cei dragi.



Președinte  
Dr.Daniel Gherasim



Fost președinte  
Conf.Florin Mitu

