

FORUMUL NAȚIONAL DE PREVENȚIE A BOLILOR CARDIOVASCULARE

**“Prevenția cardiovasculară în actualitate.
Programe de succes în Europa”**

18 februarie, Hotel Crown Plaza

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Subiecte abordate

- **Dr. Dan Deleanu, Președinte Societatea Română de Cardiologie - Situația actuală a afecțiunilor CV în România**
- **Prof. Dr. Dan Gaiță, Coordonator Național de Prevenție Cardiovasculară, Membru Societatea Română de Cardiologie – Proiecte derulate la ora actuală în România în vederea prevenției bolilor cauzate de afecțiunile CV**
- **Prof. Dr. Pekka Puska, Președinte World Heart Federation – Programe de succes de prevenție în Europa. Despre Proiectul North Karelia.**
- **Dr. Angelika de Bree, Nutriționist Unilever – Despre o altă inițiativă de prevenție cardiovasculară în Europa - istoria BECEL (cum a apărut și de ce este o margarină destinată sănătății inimii)**
- **Prof. Dr. Dan Cheța, Președinte Fundația pentru Alimentație Sănătoasă – Prezentarea Declarației de la Barcelona privind importanța Calității Grăsimilor din Alimentație pentru sănătate**
- **Discuții și concluzii cu privire la subiectele discutate**

Invitați prezenți

Dr. Dan Deleanu	Societatea Romana de Cardiologie
Prof. Dr. Dan Gaita	Cordonator National de Preventie
Dr. Iulia Kulcsar	Cordonator National de Preventie
Dr. Ana Maria Vintila	Societatea de Medicina Interna
Prof. Dr. Mircea Cinteza	Colegiul Medicilor Romania
Prof. Dr. Radu Lichiardopol	Societatea Romana de Diabet, Nutritie si Boli Metabolice
Dr. Irina Strambu	Reprezentant Soc. De Pneumologie
Prof. Dr. Miron Bogdan	Societatea Romana de Pneumologie
Dr. Mihai Bogdan	Societatea Romana de Nutritie
Conf. Dr. Gabriela Roman	Asociatia Romana pentru Studiul Obezitatii
Dr. Daciana Toma	Societatea Natională de Medicina Familiei

Dr. Carmen Angheluta	Scoala Nationala de Sanatate Publica
Dr. Mircea Iurciuc	UMF Timisoara
Dr. Corina Popovici	Spital Judetean Timisoara
Prof. Dr. Florin Mitu	UMF Iasi
Marta Petre	Ministerul Sanatatii
Dr. Mihaela Armanu	Ministerul Sanatatii
Prof. Dr. Dan Cheta	Societatea Romana de Diabet, Nutritie si Boli Metabolice
Prof. Dr. Maria Mota	UMF Craiova
Prof. Dr. Assen Goudev	Societatea Bulgara de Cardiologie, viitor presedinte
Prof. Dr. Vladimir Pilosoff	Societatea Bulgara de Cardiologie, presedinte actual
Prof. Dr. Sebastian Dumitrache	Institutul de Sanatate Publica

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



În anul 2005 am avut o 160.000 morți datorate bolilor cardiovasculare, un număr egal cu al Franței care are o populație de 3 ori mai mare și un număr aproape egal cu al Poloniei, iată o țară din Europa de Est care are de 2 ori mai multă populație.

**Dr. Dan Deleanu - Președinte Societatea Română de Cardiologie;
Șef Departamentul Cateterism Cardiac, Angioplastie și Cardiologie
Intervențională Institutul de Boli Cardiovasculare “Prof. Dr. C.C. Iliescu”**

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Stăm rău într-un clasament al îmbolnăvirii și al mortalității cardiovasculare. Vestea bună este că toate aceste complicații pot fi prevenite. De fapt, prevenția e mai mult decât o prevenire de complicații. Este vorba în primul rând de menținerea stării de sănătate prin metode simple, la îndemâna noastră. Ne-am focalizat pe 3 lucruri importante: pe reducerea fumatului, pe activitate fizică zilnică - 30 de minute în fiecare zi și pe o alimentație mai sănătoasă.

**Prof. Dr. Dan Gaiță –Coordonator Național de Prevenție Cardiovasculară;
Membru Societatea Română de Cardiologie;
Vice Rector al Departamentului Științific și de Cercetare al Universității de Medicină și
Farmacie “Victor Babeș”**

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Dieta are un rol crucial în prevenirea bolilor cardiovasculare, deoarece nivelul colesterolului, principalul inamic al vaselor de sânge, este influențat de grăsimile din alimentație.

**Prof. Dr. Pekka Puska - Președinte World Heart Federation;
Director General al Institutului Național de Sănătate Publică, Finlanda;
Vicepreședinte al Asociației Internaționale a Institutelor Publice de Sănătate**

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa



Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa

Alimentația joacă un rol decisiv în prevenirea bolilor cardiovasculare

FACTORI ● Doi din trei români mor în urma afecțiunilor cardiovasculare, față de doar unul din trei europeni din nucleul tradițional al Europei de Vest

madalina.chitu@gandul.info

Cercetările demonstrează că 80 la sută din decesele provocate de afecțiuni cardiovasculare ar putea fi prevenite, dacă s-ar controla optim factorii de risc cardiovascular. Potrivit statisticilor, România ocupă un loc fruntaș la mortalitate și incidența bolilor cardiovasculare (BCV). Astfel, 42 la sută din decesele înregistrate în rândul bărbaților și 55 la sută dintre cele înregistrate în rândul femeilor sunt cauzate de BCV. „Doi din trei români mor în urma afecțiunilor cardiovasculare, față de doar unul din trei europeni din nucleul tradițional al Europei de Vest”, spune prof. dr. Dan Gaiță, Coordonator Național de Prevenție.

În Europa de Vest, mortalitatea din cauze cardiovasculare a scăzut în



Foto: Publimedia

ultimele decenii datorită faptului că aici gravitatea factorilor de risc cardiovascular a fost pe deplin înțeleasă de populație ca urmare a programelor de prevenție derulate de autoritățile implicate, susține președintele World Heart Federation, prof. dr. Pekka Puska. „Oamenii au început să facă schimbări în ceea ce privește principalii factori de risc cardiovascular – alimentația cu un conținut ridicat de grăsimi saturate și sare, lipsa mișcării, fumatul – și rezultatele se văd”, adaugă prof. dr. Puska. Specialiștii recomandă prevenție atunci

când alegem o măsură de contracepție, deoarece anumite anticoncepționale cresc riscul de formare a cheagurilor de sânge. „Riscul de a suferi de boli cardiovasculare crește dacă aceste anticoncepționale sunt asociate cu fumatul. Dacă aveți acest viciu, este de preferat să îi spuneți medicului ginecolog pentru a vă recomanda anticoncepționalele adecvate”, recomandă dr. Sharonne N. Hayes, de la Clinica Mayo din Rochester, Minnesota.

Dr. Jennifer H. Mieres, medic cardiolog la Universitatea de Medicină din New York, spune că, odată cu înaintarea în vârstă, somnul are un rol esențial în prevenirea bolilor de inimă. Astfel, pentru a reduce riscul de creștere a tensiunii arteriale este indicat să dormim cel puțin șapte ore pe noapte. „Lipsa somnului are drept consecință și luarea în greutate. Kilogramele în plus sunt un factor principal în apariția bolilor de inimă. Atunci când dormim puțin crește nivelul hormonului cortizol, cunoscut și sub numele de hormonul stresului”, explică dr. Mieres.

Gândul – 22.02. 2010

Prevenția cardiovasculară în actualitate. Programe de succes în Europa

Decesele cauzate de bolile de inimă pot fi prevenite

PREVENȚIE

Alina Boghiceanu

alina.boghiceanu@adevarul.ro

●● Aproximativ 42 la sută din decesele înregistrate în rândul bărbaților și 55 la sută din cele în rândul femeilor sunt cauzate de boli cardiovasculare, acestea fiind principala afecțiune mortală în România, arată cele mai noi date statistice.

Din această cauză, în România va fi demarată o campanie de prevenire a bolilor cardiovasculare, prin care se va urmări eliminarea factorilor de risc cardiovascular: alimentația bogată în grăsimi saturate, lipsa mișcării și fumatul. Cercetările au demonstrat că 80 la sută din decesele provocate de afecțiuni cardiovasculare pot fi prevenite prin eliminarea factorilor de risc cardiovascular, în special prin consumul alimentelor care nu dăunează inimii și vaselor de sânge, adică cele cu grăsimi nesaturate. Prin această campanie se



Peștele este cea mai bună sursă de grăsimi „bune”

urmărește reducerea cu 10 la sută a mortalității din cauze cardiovasculare, în următorii cinci ani.

CE GRĂSIMI TREBUIE SĂ CONSUMĂM

„Dieta are un rol crucial în prevenirea bolilor cardiovasculare, deoarece nivelul colesterolului, principalul inamic al vaselor de sânge, este influențat de grăsimile din alimentație”, explică profesorul doctor Pek-

ka Puska, președintele Federației Mondiale a Inimii. Pentru a preveni afecțiunile cardiovasculare trebuie redus consumul alimentelor bogate în grăsimi saturate și trans-, precum untul, brânzeturile sau carnea grasă. Acestea ar trebui înlocuite cu produse bogate în grăsimi nesaturate, precum uleiul de floarea-soarelui, de soia, de măsline, cu fructe oleaginoase (migdale, alune, fistic) și pește gras. ●

Adevărul – 22.02. 2010

- **Apariții TV**

- PRIMA TV – 18.02.2010

- www.mediaimage.ro/WEB/jurnalistic/emisiuni/prima_18-02-2010_18-33_18-35.avi

- **Apariții online**

- **18 februarie:**

- <http://www.jurnalul.ro/stire-viata-sanatoasa/afectiunile-cardiovasculare-ucid-2-din-3-romani-536287.html>
- <http://foto.agerpres.ro/index.php?i=4098783>
- http://www.pensiata.ro/actualitate/dr_pekka_puska_presedintele_world.html
- <http://www.eva.ro/sanatate/stiri/alimentatia-cu-putine-grasimi-saturate-si-trans-previne-bolile-de-inima-articol-29100.html>
- <http://oviata.net/>
- <http://www.unica.ro/detalii/articole/suntem-tineri-inima-3257.html>

19 februarie:

- <http://www.i-medic.ro/stiri/preventia-bolilor-cardiovasculare-tema-unui-forum-national>
- http://www.ziar.com/articol-din-ziar.php3?id_syndic_article=1667868
- <http://www.romedic.ro/preventia-bolilor-cardiovasculare-tema-unui-forum-national-0N17282>
- <http://medicpentrutine.ro/index.php?actiune=preventii>
 - <http://medicpentrutine.ro/?actiune=detalii&subactiune=articole&id=528>
- http://www.hotnews.ro/stiri-intreaba_un_medic-6932941-pekka-puska-presedintele-world-heart-federation-trebuie-schimbata-stilul-viata-populatiei-romaniei.htm
- <http://www.gandul.info/sanatate-food-drink/cardiologii-propun-un-program-pentru-scaderea-cu-10-in-cinci-ani-a-mortalitatii-prin-boli-de-inima-5555232>
- <http://www.evz.ro/articole/detalii-articol/887074/Inima-cum-o-pastrezi-asa-o-ai/>
- http://www.sfatulmedicului.ro/Boli-ale-inimii-si-vaselor/2-din-3-romani-mor-in-urma-afectiunilor-cardiovasculare_6232
- http://www.sfatulmedicului.ro/Alimentatia-sanatoasa/importanta-calitatii-grasimilor-pentru-prevenirea-bolilor-cardiovascular_6234
- http://www.paginamedicala.ro/stiri-medicale/Forum-national-pe-tema-preventiei-bolilor-cardiovasculare_6196/
- http://www.sfatulmedicului.ro/Comunicate-de-presa/margarina-becel-contribuie-la-mentinerea-sanatatii-inimii_6235
- http://www.121.ro/ce_e_nou/sanatate-wellness/nou_alimentatia-cu-continut-scazut-in-grasimi-saturate-si-trans-una-dintre-masurile-importante-in-prevenirea-afectiunilor-cardiovasculare.html
- <http://stiri.rol.ro/content/view/578647/3/>

21 februarie:

- [http://www.adevarul.ro/societate/sanatate/Decesele cauzate de bolile de inima pot fi prevenite 0 212379133.html](http://www.adevarul.ro/societate/sanatate/Decesele-cauzate-de-bolile-de-inima-pot-fi-prevenite-0-212379133.html)
- [http://www.infosanatate.ro/articol,132,1604,Preventia cardiovasculara in actualitate Programe de succes in Europa.html](http://www.infosanatate.ro/articol,132,1604,Preventia-cardiovasculara-in-actualitate-Programe-de-succes-in-Europa.html)

22 februarie:

- <http://www.infonews.ro/stire/504858-alimentatia-joaca-rol-decisiv-prevenirea-bolilor-cardiovasculare.html>
- <http://www.healthy.ro/articol/print/6242/Spune-ce-mananci-ca-sa-ti-spunem-ce-inima-ai.html>
- <http://medicpentrutine.ro/?actiune=detalii&subactiune=articole&id=533>



**SOCIETATEA ROMÂNĂ
DE CARDIOLOGIE**