

Centros de salud de la región realizan mañana pruebas a población de entre 40 y 70 años, en el Día Europeo de Prevención de este tipo de patologías

La Comunidad evalúa el riesgo que tienen los madrileños de sufrir enfermedades cardiovasculares

- Las tasas de mortalidad en Madrid por esta causa se han reducido a la mitad en los últimos 20 años
- Atención Primaria realizó en 2023 estudios vinculados a la prevención y detección precoz a más de un millón de personas
- Los expertos aconsejan una dieta equilibrada, limitar los alimentos ricos en grasas saturadas, controlar el consumo de alcohol, no fumar y mantener una vida activa

13 de marzo de 2024.- La Comunidad de Madrid evalúa el riesgo que tiene la población con edades comprendidas entre 40 y 70 años de sufrir una enfermedad cardiovascular. Los profesionales de Enfermería de más de 120 centros de salud realizan mañana estas pruebas, en el marco del Día Europeo de Prevención de estas patologías, que se conmemora cada 14 de marzo. La información de los puntos asistenciales donde se lleva a cabo esta iniciativa está disponible en la [web de Atención Primaria](#).

El objetivo es dar a conocer a los ciudadanos la estrecha relación que existe entre el estilo de vida y la salud del corazón, fomentando el autocuidado en todas las esferas personales (corporal, psicoemocional y en las relaciones personales). De igual modo, se pretende destacar el papel de la Enfermería de Atención Primaria en la prevención y control.

En la campaña de concienciación de este año se incluyen actividades como mesas informativas, proyección de vídeos, paseos saludables y yincanas en las que es posible valorar los diferentes factores que influyen en el estado del órgano muscular que bombea la sangre por todo el cuerpo.

Una de las herramientas para tasar el estado cardiovascular de las personas que participan voluntariamente en esta iniciativa es la tabla *SCORE*, que permite realizar este cálculo a 10 años a partir del análisis de diferentes factores como la edad, el peso, la presión arterial o el colesterol, entre otras variables. Se considera alto cuando la probabilidad de muerte por esta causa es igual o superior al 5%, y proporciona una información útil que permite guiar las decisiones clínicas.

La iniciativa está impulsada por la Gerencia Asistencial de Atención Primaria del Servicio Madrileño de Salud (SERMAS), a través de su área de Salud Comunitaria, y cuenta con la colaboración de la Red de Enfermería en Cuidados Cardiovasculares de Atención Primaria (REccAP) y el grupo de trabajo de la Sociedad Madrileña de Enfermería Familiar y Comunitaria (SEMAP), y alineadas con la *Estrategia de Salud Cardiovascular* del Sistema Nacional de Salud.

1,1 MILLONES DE PRUEBAS DE DETECCIÓN EN 2023

En 2023 los profesionales de los centros de salud realizaron 1,1 millones de pruebas para la detección del riesgo cardiovascular y otros problemas de salud prevalentes en el adulto a un total de 1.191.779 usuarios. Esta valoración se incluye dentro de la *Cartera de Servicios Estandarizados de Atención Primaria* de la Comunidad de Madrid, que identifica una serie de prestaciones prioritarias y que cuentan con un seguimiento especial, dada la importancia de este tipo de patologías y su impacto en la sociedad.

TASA DE MORTALIDAD REDUCIDA A LA MITAD EN 20 AÑOS

En los últimos 20 años, las tasas de mortalidad por enfermedades del sistema circulatorio se han reducido a la mitad en la región. En concreto, se ha producido un descenso del 46% en hombres y un 50% en mujeres, según destaca el último [Informe del Estado de Salud de la Población de la Comunidad de Madrid 2023](#).

Entre los consejos de los expertos sanitarios para evitar el riesgo cardiovascular destacan llevar una dieta equilibrada, con una ingesta adecuada de frutas, verduras, frutos secos y legumbres y limitar los alimentos ricos en grasas saturadas, controlar el consumo de alcohol, no fumar y mantener una vida activa.