

Hoy se celebra el Día Europeo de Prevención de este tipo de enfermedades

---

## La Comunidad de Madrid organiza en los centros de salud actividades de sensibilización y pruebas para medir el riesgo cardiovascular

- La campaña se extenderá a lo largo de la semana, y está dirigida a la población de 40 a 70 años
- Para evitar este tipo de patologías, Sanidad recomienda una alimentación saludable, practicar ejercicio físico y no fumar
- La región tiene la esperanza de vida más alta de España, con 84,6 años, y la tasa más baja en mortalidad por enfermedades del sistema circulatorio

**14 de marzo de 2023.-** La Comunidad de Madrid ha organizado, a lo largo de esta semana, actividades de concienciación y pruebas a personas de 40 a 70 años para determinar el riesgo que tienen de padecer una enfermedad coronaria o cerebrovascular en los próximos 10 años. Se trata de una actividad que la Consejería de Sanidad viene realizando desde hace más de 10 años y con motivo de la celebración del Día Europeo de Prevención del Riesgo Cardiovascular.

A través de la Gerencia Asistencial de Atención Primaria, la Dirección General de Salud Pública y en colaboración con la Red de Enfermería en Cuidados Cardiovasculares de Atención Primaria (REccAP), Sanidad impulsa esta campaña para informar y sensibilizar a la población de la importancia de un estilo de vida saludable en la prevención y control de estas enfermedades, además de difundir el rol del personal de Enfermería de Atención Primaria en la prevención y control de estas patologías.

Las sesiones educativas grupales se realizan en los centros de salud y las pruebas se hacen aplicando una tabla de medición específica (SCORE) que tiene en cuenta la edad, sexo, consumo de tabaco, presión arterial y niveles de colesterol. También se dispondrá de material informativo sobre una buena alimentación, sobrepeso, o recomendaciones sobre hábitos sanos, entre otros.

La Consejería de Sanidad recuerda que la mayoría de las enfermedades cardiovasculares podrían prevenirse promoviendo un estilo de vida saludable y actuando sobre los factores de riesgo modificables. En concreto, incide en la importancia de no fumar, reducir el consumo de sal, aumentar el de frutas y verduras, y caminar o realizar otro tipo de actividad física cada día.

## LA ESPERANZA DE VIDA MÁS ALTA DE ESPAÑA

La Comunidad de Madrid lidera la esperanza de vida más alta de España, con 84,64 años, según el último informe del Instituto Nacional de Estadística de 2021. De acuerdo con este organismo, las niñas que nazcan ahora en la región llegarán, como media, a los 87,14, y los niños a los 81,81.

Esto se debe, principalmente, al menor impacto de las principales causas de mortalidad. Y es que la región madrileña cuenta con las tasas más bajas de fallecimiento en España debido a tumores y a enfermedades relacionadas con el sistema circulatorio, que son las principales causas de óbito, e incluso lo fueron en 2020, primer año de la pandemia por COVID-19.

En 2021, Madrid presentó las tasas de mortalidad más bajas para las muertes relacionadas con el sistema circulatorio, con 157,7 por cada 100.000 habitantes, frente a la media nacional de 213,8. En el caso de las asociadas a tumores, la Comunidad registró 191,8 defunciones, mientras que en el conjunto de España fue de 221,7.