

Presentación

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) son un grupo de trastornos del corazón y los vasos sanguíneos que incluyen la enfermedad coronaria (ataques al corazón), la cerebrovascular (ictus), la hipertensión (tensión alta), la insuficiencia cardíaca y la enfermedad cardíaca reumática, entre otras.

Las ECV constituyen la primera causa de muerte en el mundo, según la Organización Mundial de la Salud. En Estados Unidos causan el 35,3% de los fallecimientos. En Europa son responsables de 4,3 millones de muertes al año. Incluso cuando no son mortales, estas afecciones pueden dejar secuelas que limitan severamente la calidad de vida de los afectados. Suponen, además, una importante carga económica para las sociedades y la ciudadanía, que en la Unión Europea se estima en 192.000 millones de euros al año entre asistencia sanitaria, pérdida de productividad y cuidados familiares.

Desde la invención en 1903 del electrocardiograma, la investigación en esta área se ha convertido en paradigma de la capacidad de la ciencia para mejorar la calidad de vida de las sociedades contemporáneas y ha arrastrado en este empeño a otros ámbitos de la medicina. Esos hitos recorren los siglos XX y XXI y entre ellos figuran el primer trasplante de corazón, el baipás, la angioplastia y los desfibriladores implantables o el uso de la terapia genética para desarrollar nuevos vasos sanguíneos en humanos, así como los ensayos con células madre para la regeneración del músculo cardíaco dañado por el infarto.

El ingente esfuerzo investigador desarrollado en este terreno durante los últimos sesenta años se ha traducido en mejoras para el diagnóstico y el tratamiento (también farmacológico) que han elevado sustancialmente la tasa de supervivencia. Según los Institutos Nacionales de la Salud de Estados Unidos, las tasas de muerte por enfermedades cardiovasculares se han reducido en un 63% en las últimas tres décadas y las muertes por ictus han descendido un 70%.

El protagonismo del ciudadano en la prevención mediante la adopción de estilos de vida saludable y su participación activa en el manejo de la enfermedad a través del autocuidado han adquirido un papel creciente según ha avanzado el conocimiento sobre los factores de riesgo de las ECV. No en vano, tabaco, obesidad, sedentarismo e hipertensión son condicionantes graves y principales sobre los que cada individuo puede influir optando por una dieta equilibrada, haciendo ejercicio regularmente y dejando, en su caso, de fumar.

Se abren aquí apasionantes campos de actuación para las autoridades sanitarias y educativas, así como para las sociedades científicas, unidades asistenciales y otras entidades que promueven la mejora de oportunidades individuales y colectivas, en un entorno al que no es ajeno el debate sobre la búsqueda de soluciones imaginativas que contribuyan a la sostenibilidad financiera del sistema sanitario. Estudios recientes muestran que las personas que a partir de los 50 años abordan con decisión cinco factores de riesgo —tabaco, sobrepeso u obesidad, inactividad física, presión arterial elevada, colesterol alto y diabetes tipo 2— pueden añadir entre ocho y once años a su vida. Asimismo, se ha comprobado que las mujeres que mantienen su peso en niveles adecuados, consumen una dieta sana, practican regularmente ejercicio suave (como andar), no fuman y beben moderadamente tienen un 82% menos de ataques al corazón e ictus que las que no cuidan estos aspectos.

Este libro sobre salud cardiovascular está pensado, diseñado y escrito para ofrecer la información más actualizada con un lenguaje inteligible que huye de tecnicismos y mantiene al mismo tiempo el máximo rigor científico, con el objetivo siempre puesto en el lector al que va destinado: el ciudadano. Es resultado de la colaboración entre la Fundación BBVA y el Hospital Clínico San Carlos, que ha puesto al frente, en la tarea de dirección y coordinación de la obra,

a los doctores Carlos Macaya Miguel y Antonio López Farré, responsables de la clínica y la investigación en materia cardiovascular en el centro. Ellos han dirigido el trabajo de noventa y dos profesionales de reconocido prestigio, a través de setenta y siete capítulos que explican de manera comprensible los fundamentos científicos y médicos que nos permiten entender los conceptos, patologías y hasta mecanismos moleculares implicados en la prevención, el tratamiento y la investigación cardiovascular más actual.

La Fundación BBVA y el Hospital Clínico San Carlos ponen en sus manos este volumen en la confianza de poder ayudar a sus lectores, pues el primer paso para afrontar debidamente un potencial problema de salud es estar bien informado, es decir, poder situarlo en su contexto y entenderlo. Es deseo de ambas instituciones que esta información adecuada y rigurosa permita ampliar el espacio de toma de decisiones sobre su salud por parte de todas las personas.

Francisco González
Presidente de la Fundación BBVA

José Soto Bonel
Director Gerente del Hospital Clínico San Carlos