Día Mundial del Corazón 2026: anticiparse a la enfermedad cardiovascular puede cambiar vidas

29/09/2026

Con motivo del **Día Mundial del Corazón**, que se celebra hoy 29 de septiembre bajo el lema 'Don't Miss a Beat', el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III (CNIC) ha llevado a cabo la campaña '**Cada latido cuenta**', una iniciativa destinada a acercar a la sociedad algunos de los avances científicos que están transformando la prevención y el tratamiento de las enfermedades cardiovasculares.

A través de esta iniciativa, el CNIC muestra cómo sus distintos programas científicos convergen en una misma visión: adelantarse a la enfermedad cardiovascular para mejorar la salud y la calidad de vida de la población.

Desde la salud digital y la inteligencia artificial hasta la regeneración cardiaca, pasando por la enfermedad cardiometabólica y la conexión entre corazón y cerebro, las investigaciones desarrolladas en el centro comparten un objetivo común: transformar el conocimiento científico en herramientas que permitan detectar antes, prevenir mejor y tratar de forma más eficaz las enfermedades cardiovasculares.

La campaña refleja el trabajo que desarrolla el centro en cuatro áreas estratégicas: la salud digital para mejorar la prevención cardiovascular, las terapias regenerativas preventivas, la enfermedad cardiometabólica y la salud cardiovascular y cerebral.

Estudios como PESA, REACT y REBOOT, junto con iniciativas europeas de implementación como JACARDI, ayudan a convertir el conocimiento en prevención real.

Porque cuando se trata de salud cardiovascular, cada dato, cada señal, cada célula y cada conexión cuentan. Y cada latido también.

- **Cada dato cuenta: Salud digital para mejorar la prevención cardiovascular**

Anticiparse a la enfermedad cardiovascular también significa saber leer e integrar las señales que proporcionan los datos. A través del programa **Salud digital para mejorar la prevención cardiovascular**, el CNIC utiliza la salud digital, la inteligencia artificial, la imagen avanzada y los biomarcadores para detectar el riesgo cardiovascular antes de que aparezcan los síntomas.

En este ámbito, estudios como **PESA-Health Santander** y REACT, que integran información clínica, datos de actividad física, calidad del sueño, imagen cardiovascular y análisis ómicos, ayudan a comprender mejor cómo se desarrolla la enfermedad cardiovascular antes de que aparezcan sus manifestaciones clínicas.

La iniciativa europea JACARDI, en la que participa el CNIC, trabaja para mejorar la recopilación, armonización e intercambio de datos sobre enfermedades cardiovasculares y diabetes entre países europeos, contribuyendo a crear una red europea de registros de estas enfermedades.

Otros ejemplos con este enfoque son COMPASS y GRACE, proyectos europeos en los que participa el CNIC y que incorporan inteligencia artificial, biomarcadores, resonancia magnética, dispositivos portátiles y herramientas digitales para mejorar la detección y la atención cardiovascular.

Integrar todos estos datos permite conocer mejor el riesgo, personalizar la prevención y tomar decisiones con antelación.

- **Cada señal cuenta: identificar el riesgo metabólico antes del diagnóstico**

El programa de **Enfermedad cardiometabólica** del CNIC tiene como objetivo comprender las

alteraciones cardiovasculares que aparecen incluso antes del diagnóstico de prediabetes o diabetes.

La enfermedad cardiovascular y la diabetes comparten factores de riesgo y, con frecuencia, empiezan a desarrollarse mucho antes de que sean diagnosticadas.

En el CNIC se estudia cómo factores como los cambios metabólicos, la acumulación temprana de aterosclerosis, las alteraciones vasculares o determinados hábitos de vida pueden actuar durante años sin producir síntomas. Por eso, el CNIC analiza las señales que permiten intervenir a tiempo: cambios en el metabolismo, la presión arterial, el colesterol, la glucosa, la composición corporal o los hábitos de vida.

Estudios como PESA-CNIC-Santander, PESA Health y REACT están permitiendo identificar estas señales tempranas y conocer mejor los mecanismos que preceden a la enfermedad cardiovascular.

En esta línea se enmarca el proyecto AI-POCVUS-REACT, liderado por el CNIC, que ha desarrollado un dispositivo portátil de ultrasonido vascular asistido por inteligencia artificial para facilitar la detección precoz de alteraciones arteriales y favorecer una prevención cardiovascular más personalizada.

Otro ejemplo del impacto de la investigación del CNIC en la práctica clínica es el ensayo REBOOT, coordinado por el centro, que identificó que algunos pacientes con infarto no obtienen beneficio del uso sistemático de betabloqueantes. Sus resultados han contribuido a optimizar el tratamiento de determinados pacientes tras un infarto de miocardio.

- **Cada célula cuenta: investigar antes de que el daño sea irreversible**

Intervenir antes de que el daño cardiovascular sea irreversible es uno de los grandes retos de la investigación. Cuando el daño ya se ha producido, también es preciso encontrar formas de repararlo o limitar sus consecuencias.

La investigación básica y traslacional es la base del programa de T**erapias regenerativas preventivas** del CNIC, orientado a intervenir en las fases iniciales del daño miocárdico antes de que este progrese hacia la insuficiencia cardiaca.

Dentro de este ámbito, el CNIC tiene en marcha REACTIVA, un proyecto que explora cómo reactivar mecanismos propios del corazón adulto para promover su regeneración y abrir nuevas vías para reparar el tejido cardiaco dañado.

Además, CNIC desarrolla investigaciones dirigidas a proteger la salud cardiovascular de las personas que están recibiendo un tratamiento para el cáncer.

Estudios como RESILIENCE buscan prevenir la cardiotoxicidad asociada a determinados tratamientos contra el cáncer, las antraciclinas, además de identificar el daño cardiovascular en sus fases más tempranas. COMPASS es otro ejemplo de este enfoque, mediante inteligencia artificial, biomarcadores e imagen avanzada para detectar precozmente las complicaciones cardiovasculares en pacientes con cáncer y supervivientes.

- **Cada conexión cuenta: cuidar el corazón también protege el cerebro**

La salud cardiovascular y la salud cerebral están profundamente conectadas. De hecho, controlar los factores de riesgo cardiovascular y prevenir la aterosclerosis también ayuda a proteger el cerebro.

El programa de Salud cardiovascular y cerebral del CNIC tiene como objetivo comprender los mecanismos que vinculan los factores de riesgo cardiovascular y la aterosclerosis con el deterioro

cognitivo y la demencia.

En este contexto, el estudio PESA-Brain CNIC-Santander constituye uno de los ejemplos más relevantes. Sus investigaciones analizan la relación entre la aterosclerosis subclínica y las alteraciones cerebrales tempranas, aportando evidencia sobre cómo los cambios que se producen silenciosamente en las arterias pueden afectar también a la salud cerebral décadas antes de que aparezcan los síntomas.

Los resultados obtenidos hasta ahora refuerzan la importancia de controlar factores de riesgo como la hipertensión, el colesterol elevado, la diabetes, el tabaquismo o el sedentarismo, no solo para prevenir la enfermedad cardiovascular, sino también para preservar la función cognitiva y la salud cerebral a largo plazo.

Source URL:https://www.cnic.es/en/node/244398