El Dr. Valentín Fuster imparte el Curso magistral “Molecular, Clinical & Population Bases of Cardiovascular Disease and Health”

25/07/2017

El Curso Magistral, organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP), patrocinado por Laboratorios Ferrer, persigue “motivar y enseñar para el futuro” a los más de 300 asistentes

El director del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III (CNIC) y del Instituto Cardiovascular del Hospital Mount Sinai, el Dr. Valentín Fuster, cree que la forma de abordar la epidemia cardiovascular, primera causa de muerte en los países desarrollados y a punto de serlo también en los países pobres, ha de cambiar radicalmente. Los esfuerzos, advierte el prestigioso cardiólogo, han de centrarse más en la promoción de la salud y consecuente prevención de este tipo de patologías que en la propia reducción del impacto de la enfermedad.

El Dr. Fuster ha impartido el Curso Magistral “**Molecular, Clinical & Population Bases of Cardiovascular Disease and Health**”, organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP), patrocinado por Laboratorios Ferrer, en el que ha intentado “motivar y enseñar para el futuro” a los más de 300 asistentes, la mayoría cardiólogos, aunque también asisten expertos en medicina interna u otras especialidades. Este año ha contado con la presencia de profesionales de más de 15 países, muchos de ellos de América Latina y Europa.

La forma de abordar la epidemia cardiovascular, primera causa de muerte en los países desarrollados y a punto de serlo también en los países pobres, ha de cambiar radicalmente

Por vez primera este curso se ha celebrado en Cardona (Barcelona), ciudad que ha puesto en marcha la iniciativa ‘Cardona Integral’, un proyecto donde la salud se convierte en un elemento prioritario para los ciudadanos de Cardona y en una herramienta de promoción social y económica

para la ciudad. El evento además ha servido para inaugurar el Centro de Convenciones, CCCardona.

Mensaje fundamental

Durante el curso, el Dr. Fuster ha analizado las bases para un lograr un envejecimiento saludable, una edad media sana y una infancia y adolescencia saludables. “Cuidar de nuestra salud es una cuestión de responsabilidad individual y de un cambio general de actitud y de estilos de vida. Y hay que insistir en un mensaje fundamental: **Nunca es tarde para cuidarse**”, subrayó el Director General del CNIC. “La promoción de comportamientos de un estilo de vida saludable, que incluyen no fumar, evitar la obesidad, una actividad física regular y un patrón de dieta saludable, debe ser la base de las estrategias actuales para mejorar la salud cardiovascular entre la población general”, afirmó.

Vida sana

Porque un estilo de vida saludable puede incluso con los genes que favorecen la enfermedad cardiovascular. En contra de la visión determinista de la predisposición genética de la enfermedad coronaria, cada vez hay más evidencias científicas que demuestran que este riesgo genético puede ser atenuado por un estilo de vida saludable: es decir, no fumar, practicar ejercicio y evitar el exceso de peso. De hecho, un reciente estudio publicado en *The New England Journal of Medicine* demostró que la población con una elevada predisposición genética a desarrollar una enfermedad cardiovascular puede reducir su riesgo de infarto o de episodio de muerte súbita a la mitad por el simple hecho de adoptar un estilo de vida saludable

De los resultados de este importante estudio, señala Fuster, se pueden extraer **tres importantes conclusiones:** en primer lugar, que tanto la herencia genética como los factores del estilo de vida contribuyen de forma independiente a la susceptibilidad de la enfermedad coronaria; además, que un estilo de vida saludable se asocia con reducciones similares del riesgo cardiovascular en cada estrato de riesgo genético y, aunque la reducción absoluta del riesgo asociada con la adherencia a un estilo de vida saludable fue mayor en el grupo con alto riesgo genético, los resultados apoyan los esfuerzos de salud pública que enfatizan un estilo de vida saludable para toda la población. Y, por último, proporcionan evidencia de que los factores del estilo de vida pueden modificar poderosamente el riesgo independientemente del perfil de riesgo genético del paciente.

El Dr. Fuster recordó que a nivel mundial la enfermedad cardiovascular es una patología relacionada con el envejecimiento y es la principal causa de muerte en los ancianos de los países desarrollados. **A partir de 2013, el 65% de las muertes atribuidas a la enfermedad cardiovascular se produjeron entre los pacientes de 75 años o más. Y a pesar de que la mortalidad ha ido descendiendo en los últimos 25-30 años, sobre todo en los países con más recursos económicos, actualmente se da la paradoja de que la prevalencia de la enfermedad cardiovascular continúa en aumento**. Y esto es consecuencia de los grandes avances que se han producido en la tecnología y en los tratamientos que previenen la mortalidad, pero con un efecto secundario: una terrible carga económica. La solución a esta paradoja es clara: promover la salud y prevenir la enfermedad cardiovascular.

A nivel mundial la enfermedad cardiovascular es una patología relacionada con el envejecimiento y es la principal causa de muerte en los ancianos de los países desarrollados

En este sentido, según los últimos datos del estudio PESA (Progression of Early Subclinical Atherosclerosis) CNIC-Santander, que acaba de publicar en The Journal of the American College of Cardiology *(JACC)*, las nuevas técnicas de imagen, como la ecografía 3D vascular, pueden convertirse en una herramienta clave para identificar individuos con riesgo de enfermedad cardiovascular. Las conclusiones del **PESA-CNIC-Santander** demuestran que la valoración de la carga de aterosclerosis global (la cantidad de colesterol acumulado en la pared de diferentes arterias del organismo) es, junto con los factores de riesgo tradicionales (colesterol, tensión arterial, diabetes, tabaco, ejercicio, obesidad), una herramienta muy valiosa para la estratificación del riesgo cardiovascular de una persona.

Nuevo concepto

El experto abogó entonces por un nuevo concepto: “De la enfermedad cardiovascular a la salud cardiovascular, del envejecimiento al nacimiento”. En él es importante la educación para “cuidar nuestra salud desde que somos pequeños”. “La esperanza radica en educar a los niños”, dice. “La etapa de nuestra vida en el que más captamos y aprendemos se sitúa entre los tres y cinco años”.

Pero no hay que olvidar a los adultos. Así explicó que se están usando herramientas de “terapia de grupo” que ya han dado sus frutos en otros campos. En España, por ejemplo, “se ha aplicado un sencillo programa de intervención comunitaria de promoción de la salud integral, con grupos de 10 o 15 individuos que se reúnen una vez cada 2 a 4 semanas, similar a las terapias de grupo que se llevan a cabo en programas de dependencia de sustancias. Y se ha logrado un importante beneficio en el control de los 5 factores de riesgo cardiovascular más relevantes”. Y el último paso es el concepto de “**ciudad saludable**”, que debe además contemplar otros determinantes de salud como la creación de entornos físicos y sociales que promuevan la salud, zonas deportivas, auditorios enfocados a la educación de hábitos saludables, etc. Eso es lo que está haciendo con un programa en Cardona”.

El ADN no dicta nuestro destino

Mirando al futuro, el Dr. Fuster cree que habrá una serie de protagonistas en la enfermedad cardiovascular: el envejecimiento, la enfermedad degenerativa del cerebro y la enfermedad de Alzheimer; la identificación y gestión de la enfermedad subclínica en los jóvenes; los niños como promotores de la salud, y, por último, la genética y medicina precisión en la enfermedad cardiovascular.

Pero, concluyó, el mensaje de nuestro estudio es simple: el ADN no dicta nuestro destino. “Hay muchas personas, y no solo entre la población general, sino también entre los médicos, que piensan que el riesgo genético es inevitable. Pero parece que esto no es así en lo que concierne al infarto de miocardio”.

URL de origen:https://www.cnic.es/es/noticias/dr-valentin-fuster-imparte-curso-magistral-molecular-clinical-population-bases