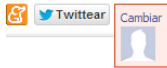


19:10 h. EN PACIENTES DE ALTO RIESGO

El Reina Sofía realiza estudio cómo prevenir episodios cardiovasculares

El complejo sanitario y el IMIBIC se suman al llamamiento masivo para celebrar el Día Europeo de la prevención del riesgo cardiovascular



0 Comentarios [añade a tu blog](#) [valorar](#) [imprimir](#) [enviar](#)

REDACCIÓN 13/03/2013

Profesionales del Hospital Universitario Reina Sofía y del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) llevan a cabo un estudio que intenta prevenir episodios cardiovasculares en pacientes de alto riesgo que han sufrido previamente una enfermedad coronaria (infarto o angina de pecho en la mayoría de los casos). Se trata de un ensayo clínico pionero a nivel mundial que compara dos tipos de dietas para conocer cómo influyen en la prevención secundaria de estas patologías.

Los especialistas del complejo sanitario se suman así mañana 14 de marzo al llamamiento de concienciación que con motivo del Día Europeo de la Prevención del Riesgo Cardiovascular realizan las sociedades científicas. Las enfermedades cardiovasculares están consideradas una de las principales causas de muerte en los países europeos, de ahí la importancia de identificar los factores de riesgo y tratar de prevenirlos (hipertensión, diabetes, sobrepeso, tabaquismo y sedentarismo). En la denominación de enfermedades cardiovasculares se incluyen las patologías coronarias – infarto y angina de pecho-, las enfermedades cerebrovasculares –ictus y hemorragias- y los problemas circulatorios de las extremidades, fundamentalmente.

Se estima que en España mueren cada año cerca de 124.000 personas por enfermedad coronaria (infarto o angina de pecho), mientras la cifra en Europa asciende a 4,3 millones y los especialistas señalan que muchas de ellas podrían evitarse siguiendo un estilo de vida adecuado y saludable.

www.juntadeandalucia.es/servicios/noticias/actualidad.html Delegación del Gobierno de la Junta en Córdoba En este sentido, Francisco Fuentes, de la Unidad del Lípidos del Hospital Reina Sofía, señala que "llevar un modelo de vida sano que tenga como piedra angular la dieta mediterránea y el ejercicio físico es el mejor aliado para la prevención de enfermedades cardiovasculares; se evitarían muchos ingresos por esta causa y la población disfrutaría de una mejor calidad de vida".

El especialista señala que "la alimentación debe ser rica en frutas, verduras, vegetales y cereales; hay que consumir pescado y carnes blancas de manera moderada y carnes rojas de forma esporádica. También se ha demostrado que pequeñas cantidades de vino ayudan a prevenir estas patologías".

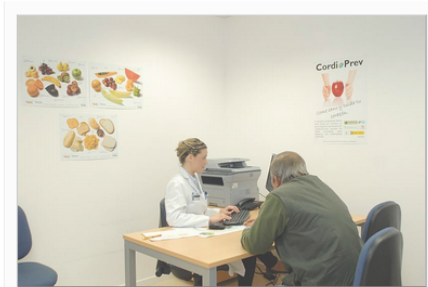
Además, se recomienda completar la dieta con ejercicio físico aeróbico, regular y constante de 30 a 45 minutos cada día o 5 veces a la semana, prosigue el doctor Fuentes, que añade que "se puede hacer andando, corriendo o montando en bici, por ejemplo. También es mejor subir las escaleras que coger el ascensor e ir andando al trabajo o a los recados siempre que se pueda".

Cordioprev El estudio que llevan a cabo en el Hospital Reina Sofía sobre prevención secundaria de eventos cardiovasculares se denomina Cordioprev, se inició en 2009 y durará 5 años. Ya se ha reclutado a cerca de un millar de pacientes para tratar de reducir la frecuencia de aparición de problemas cardíacos en estas personas que han sufrido un infarto agudo de miocardio o una angina de pecho previamente. Este trabajo parte de la premisa de que aproximadamente un tercio de los pacientes con enfermedad coronaria presentará nuevas recaídas si no se actúa sobre los factores de riesgo.

Los participantes –pacientes de la provincia de Córdoba y también de Jaén- siguen, de un modo aleatorizado, uno de los dos modelos de alimentación cardiosaludable que se proponen, uno que toma como referencia la dieta mediterránea y otro que incorpora alimentos con menos grasas. Se comparan ambos tipos de alimentación para www.juntadeandalucia.es/servicios/noticias/actualidad.html Delegación del Gobierno de la Junta en Córdoba conocer cuál es mejor en base a su capacidad para reducir y normalizar los factores de riesgo, los mecanismos implicados en la arteriosclerosis y el riesgo de sufrir episodios cardiovasculares.

La mitad de los pacientes recibe una dieta relativamente pobre en grasa (hasta un 28% del aporte calórico) y rica en hidratos de carbono complejos, con una composición que múltiples entidades, agencias y sociedades implicadas en la prevención cardiovascular consideran que es beneficiosa para estas personas. Por su parte, la otra mitad sigue un modelo de dieta de tipo mediterráneo, con mayor aporte calórico graso (hasta un 34%), y que también se postula como una alternativa dietética beneficiosa para reducir el riesgo cardiovascular. Hasta el momento, no existe ningún estudio de intervención, comparativo y aleatorizado que demuestre si ambas dietas son igual, más o menos beneficiosas para la prevención secundaria de enfermos con cardiopatía isquémica.

La dirección de este trabajo –por parte de los profesores Pérez Jiménez y López Miranda y que llevan a cabo profesionales adscritos al Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC)- corresponde a la Unidad de Lípidos del Reina Sofía y en él participan especialistas de Medicina Interna, cardiólogos y dietistas, entre otros.



La nutricionista explica su dieta a uno de los pacientes. CÓRDOBA

PUBLICIDAD

Calcula tu seguro con **Línea Directa** y ahorra.



Seguro de coche

Seguro de moto

Seguro de hogar

Selecciona tu seguro

902 123 305

Las noticias más...

Adapta tu vivienda a tus necesidades **2a FASE**
PROYECTO ABIERTO
 ULTIMAS VIVIENDAS
 LA FASE VENDIDA
 Tel: 617 361 008
www.manantalarrazafa.com

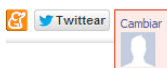
Leídas Valoradas Comentadas Enviadas

- Rescatan a una mujer en Paraíso Arenal
- Un hombre de entre 55 y 60 años aparece muerto en una cuneta
- La auténtica cuenta atrás
- La lluvia de estrellas llegará esta noche a su máximo
- Históricos para una Liga vibrante
- El fuego calcina unos 300 metros junto al río
- La auténtica cuenta atrás
- Trece patios ultiman las 2 rutas que podrán visitarse todo el año pagando
- Detenido al portar 71 'bellotas' de hachís
- La Diputación invierte 2 millones en mejorar la red viaria provincial

ICCIDRD

Los científicos de Boston descubrieron un método para perder peso. 1 método simple para bajar 10 kg...
[Leer el artículo >>](#)

Los científicos de Boston descubrieron un método para perder peso. 1 método simple para bajar 10 kg...
[Leer el artículo >>](#)



0 Comentarios [añade a tu blog](#) [valorar](#) [imprimir](#) [enviar](#)



> MÁS