

# Riscul cardiovascular

Bolile cardiovasculare constituie astăzi cea mai importantă cauză de deces, atât la nivel mondial, cât și în România. Din acest motiv, atât comunitățile medicale, cât și autoritățile caută să dezvolte diferite măsuri pentru reducerea impactului bolilor cardiovasculare asupra sănătății întregii populații.

Principalele categorii de boli cardiovasculare care determină creșterea mortalității sunt boala coronariană ischemică (care poate să determine producerea unui infarct miocardic) și accidentul vascular cerebral.

## Ce este riscul cardiovascular?

Riscul cardiovascular reprezintă probabilitatea ca o persoană să sufere în viitor un eveniment cardiovascular: infarct miocardic sau accident vascular cerebral. Această probabilitate se exprimă în procente și se calculează de obicei pe o perioadă definită în timp (de exemplu pe 10 ani), dar poate fi estimată și ca risc cardiovascular pe toată durata vieții.

Riscul cardiovascular reprezintă efectul combinat al așa-numiților **"factori de risc"**. Efectul factorilor de risc poate fi estimat cu ajutorul unor **calculatoare de risc cardiovascular**, care au fost dezvoltate de către comunitatea științifică pentru a putea evalua modul în care să gestioneze starea de sănătate a unei persoane sau pacient.

Ghidurile medicale actuale au definit mai multe categorii de risc cardiovascular:

- Risc scăzut
- Risc moderat
- Risc înalt
- Risc foarte înalt
- Risc extrem

Dacă o persoană suferă de anumite boli, ea poate fi clar încadrată într-una din categoriile având risc cardiovascular crescut, fără a mai fi nevoie de aplicarea calculatoarelor de risc, conform tabelului de mai jos:

| Risc înalt                                                                                                                                                                                                                           | Risc foarte înalt                                                                                                                                                                                                                                                              | Risc extrem                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Persoane cu diabet zaharat de tip 2 bine controlat, mai recent de 10 ani, fără afectare a organelor țintă și fără evenimente cardiovasculare<br><br>Persoane cu hipercolesterolemie familială, chiar dacă nu au alți factori de risc | Persoane care au suferit un infarct miocardic, un accident vascular ischemic sau atac ischemic tranzitor<br><br>Persoane care au diabet zaharat de tip 2, cu afectare severă a organelor țintă (proteinurie – prezența de proteine în urină, neuropatie – afectarea nervilor – | Persoane care suferă un nou eveniment (infarct miocardic, accident vascular cerebral) la mai puțin de 2 ani de la un alt eveniment anterior (fie infarct miocardic, fie angină instabilă, fie accident vascular cerebral) |

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Persoane cu boală cronică de rinichi moderată | amorțeli, furnicături etc.,<br>retinopatie – afectarea vederii)<br><br>Persoane care au hipercolesterolemie familială și alți factori de risc major<br><br>Persoane cu boală cronică de rinichi severă (RFG <sub>e</sub> (rata de filtrare glomerulară estimată) <30 ml/min/1,73 m <sup>2</sup> ) |  |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

Calculatoarele de risc se folosesc pentru persoanele aparent sănătoase, dar care au factori de risc, pentru a estima impactul acestor factori de risc asupra probabilității de a face evenimente cardiovasculare (infarct miocardic, accident vascular cerebral) într-o anumită perioadă de timp.

Factorii de risc pentru a dezvolta boală cardiovasculară sunt de două feluri:

- factori nemodificabili (vârsta, factorii genetici)
- factori modificabili (nivelul colesterolului, tensiunea arterială crescută, fumatul, consumul de alcool etc.)

De asemenea, unele boli pot constitui ele însele elemente de risc pentru bolile cardiovasculare: obezitatea, diabetul zaharat etc.

**Mergeți la medic pentru a vă identifica potențialii factori de risc cardiovascular și pentru estimarea riscului dumneavoastră de evenimente cardiovasculare**

În cele ce urmează, găsiți informații despre principalii factori de risc cardiovascular modificabili, adică cei pentru care stă în puterea dumneavoastră să le reduceți impactul!

Neglijarea gestionării factorii de risc poate duce la producerea de evenimente cardiovasculare precum cele menționate anterior (infarct miocardic, accident vascular cerebral).

**La fiecare jumătate de oră, câte un român moare de infarct miocardic**

Și sunt tot mai multe cazurile în care pacienții cu boli de inimă încă nu au împlinit 40 de ani. Odată ce un astfel de eveniment a apărut în viața unei persoane, aceasta trebuie să urmeze tratament pe tot restul vieții.

**Discutați cu medicul dumneavoastră despre gestionarea factorilor de risc, mai ales dacă ați suferit un eveniment cardiovascular major**