Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Anuncian campaña y actividades en el HCG con motivo del Día Mundial del Corazón

Con el lema “Usa el corazón para cada corazón”, especialistas advierten la importancia de hacer ejercicio y tener una alimentación saludable

Las muertes por enfermedades cardiovasculares fueron más altas que las ocasionadas por el COVID-19 a nivel mundial, afirmó el Director del Hospital Civil de Guadalajara (HCG) Fray Antonio Alcalde, doctor Rafael Santana Ortiz, al anunciar en rueda de prensa las actividades con motivo del Día Mundial del Corazón, a celebrarse el próximo 29 de septiembre; entre éstas, la Campaña gratuita de detección oportuna de factores de riesgo cardiovascular y cardiopatías, que lleva por lema “Usa el corazón para cada corazón”.

Señaló que las causas de la enfermedad cardiovascular están relacionadas con la dieta, la falta de ejercicio y el nivel de estrés.

El especialista advirtió sobre la dieta abundante de grasas saturadas y aconsejó la reducción del consumo de carnes rojas, y comer preferentemente carnes blancas como pescado y pollo. Aconsejó no comer tantos alimentos industrializados o procesados como refrescos y embutidos, por ejemplo. Recomendó también el consumo de frutas y verduras.

Santana Ortiz destacó la conveniencia de hacer ejercicio aeróbico por lo menos tres veces por semana, durante 30 minutos y de modular el estrés haciendo meditación y regulando las actividades en el trabajo.

Advirtió que el tabaquismo es lo peor para el corazón. Es, junto con una dieta inadecuada, la principal causa de muerte por enfermedad cardiovascular. “El tabaquismo es grave, y las drogas, sobre todo sintéticas, tampoco son recomendables”, añadió.

Dio asimismo los pormenores de la Campaña gratuita de detección oportuna de factores de riesgo cardiovascular y cardiopatías que se llevará a cabo en el HCG Fray Antonio Alcalde del 26 al 29 de septiembre, de 9:00 a 12:00 horas.

Los estudios que serán realizados a las personas son electrocardiograma para la detección de cardiopatías, toma de presión arterial para la detección de hipertensión arterial, toma de sangre para la medición de los niveles de glucosa en sangre y toma de niveles de colesterol.

Los interesados tendrán que acudir a la explanada del Servicio de Cardiología, donde se localiza el Corazón de piedra, frente al VIH. El requisito es ir en ayunas para toma de muestra.

La campaña está dirigida al público en general, aunque, de acuerdo con Santana Ortiz, están invitadas personas arriba de los 20 o los 30 años que creen no padecer males como hipertensión arterial. Uno de los objetivos es detectar nuevos casos, ya que las personas que saben que tienen esta dolencia ya tienen sus citas de control. Posterior a la realización de los estudios se brindará un refrigerio saludable a los asistentes.

El Jefe del Servicio de Cardiología Adultos de la unidad Fray Antonio Alcalde, doctor Christian González Padilla, detalló que durante todo el año este servicio está en la disposición de atender a pacientes con cardiopatía, e informó que a través del Instituto Nacional de Salud y Bienestar hay la cobertura para la atención universal del infarto agudo al miocardio.

Pacientes de cualquier edad que sufren un infarto agudo al miocardio pueden ser atendidos en el HCG Fray Antonio Alcalde. “En el Fray Antonio Alcalde hay en funciones una sala de ***hemodinamia las 24 horas del día, los 365 días del año”.***

La Jefa del Servicio de Cardiología del HCG Doctor Juan I. Menchaca, doctora Ana María de León Flores, mencionó que en dicho hospital se cuenta con un programa de rehabilitación cardiaca, único en la zona Occidente del país a nivel público, y aunque hay similares en las instituciones privadas, está fuera del alcance de la mayoría de las personas.

“Este programa es gratuito, o de bajo costo, y se trata de un programa multidisciplinario que intenta llevar al paciente que tuvo un infarto, cirugía de revascularización o insuficiencia cardiaca al mejor condicionamiento posible con ejercicios, apoyo psicológico, nutricional, consulta de cardiología y terapia física”, informó.

Además, en el HCG Doctor Juan I. Menchaca, del 26 al 30 de septiembre, habrá conferencias para reforzar los conocimientos y capacidades de los médicos residentes y personal de salud. Entre los temas que serán tratados están: la utilidad de la resonancia magnética cardiaca; cardiopatía isquémica en la mujer; y qué se ha logrado en torno al código infarto.

Se organizó también un curso de reanimación cardiopulmonar para el jueves 29 de septiembre, con cupo limitado a 50 personas; es básico para todo personal que trabaja en una institución pública.

Las enfermedades cardiovasculares y las repercusiones que tienen sobre diferentes sistemas, particularmente el sistema nervioso central y el sistema renal representan las principales causas de morbimortalidad en el mundo, afirmó el Director General del HCG, doctor Jaime F. Andrade Villanueva.

Estas enfermedades tienen repercusiones en la calidad de vida de las personas y sobre su funcionamiento global, generando altos costos en la atención a la salud de estas personas.

Detalló que durante los pasados dos años se dejaron de hacer actividades de sensibilización de manera intensa, como ahora retoman ambas unidades hospitalarias con sus respectivos equipos a fin de reducir el riesgo que representan las mismas.

El lema de este año es “Usa el corazón para cada corazón”, dijo, y agregó que el acceso a tratamiento y apoyo para las enfermedades cardiovasculares varía ampliamente en el mundo. Más de 75 por ciento de las muertes por enfermedades cardiovasculares ocurren en países de ingresos bajos a medianos, pero el acceso puede ser un problema en cualquier lugar.

Añadió que la contaminación del aire es responsable de 25 por ciento de las muertes por enfermedades cardiovasculares y acaba con la vida de siete millones de personas cada año; concluyó que el estrés psicológico puede duplicar el riesgo de sufrir un infarto.

Atentamente
“Piensa y Trabaja”
“2022, Guadalajara, Hogar de la Feria Internacional del Libro y Capital Mundial del Libro”
Guadalajara, Jalisco, 22 de septiembre de 2022

Texto: Martha Eva Loera
Fotografía: Laura Herrera

Etiquetas:
Rafael Santana Ortiz [1]

URL Fuente:
https://comsoc.udg.mx/noticia/anuncian-campana-y-actividades-en-el-hcg-con-motivo-del-dia-mundial-del-corazon

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/rafael-santana-ortiz