



PromoSan-CRSP București

ZIUA NAȚIONALĂ A INIMII - ZNI, 4 mai 2017

Comunicat de presă

ZNI abordează an de an factorii de risc/protecție privind sănătatea cardiovasculară, ce pot fi influențați prin schimbări în stilul de viață la nivel individual sau comunitar. În ultimii ani ZNI a focalizat pe stresul psihosocial, hipertensiune arterială, activitate fizică, obezitatea la femei și consumul de alcool la tineret.

În 2017, ZNI actualizează statisticile privind sănătatea cardiovasculară a României în Euro-context și încearcă să pună în lumină efecte sano-genetice specifice atributelor existențiale pozitive, descrise prin termeni precum împlinire, mulțumire, satisfacție, bucurie, fericire în viață. Sub tema: “*Satisfacția vieții și sănătatea inimii*”, sloganul “*Satisfacția vieții influențează esențial sănătatea inimilor noastre!*” încearcă să sublinieze că întâmpinarea stresului psihosocial indus de problemele cotidiene ar trebui să încline mai degrabă către seninătate și optimism, dacă ținem la “longevitatea” inimilor noastre.

*

În Europa, dintre factorii de risc (FR) stil de viață, se consideră că alimentația are cea mai mare contribuție la decesul prin boli cardiovasculare (BCV), în timp ce hipertensiunea arterială (HTA) este cel mai important dintre factorii de risc biologici (urmat de colesterol, obezitate și diabet).

Prevalența fumatului a scăzut în cea mai mare parte a Europei, deși global ritmul descreșterii s-a redus în ultimii ani, din cauza prevalențelor stabile sau în creștere în unele țări, în special în rândul femeilor. Puțini adulți practicau în 2015 activitatea fizică la nivelul recomandat, cu sedentarism mai frecvent în rândul femeilor decât al bărbaților. De-a lungul ultimilor 30 de ani, consumul de alcool a scăzut treptat atât în Europa cât și în UE.

Nivelul colesterolului a scăzut în aceeași perioadă în aproape toate țările europene. Atât în Europa geografică cât și în UE, nivelurile de obezitate au rămas în general ridicate, atât la adulți cât și la copii, în ciuda variațiilor substanțiale între țări. Prevalența diabetului în Europa rămâne ridicată în urma creșterii susținute (cu peste 50%, în multe țări) în ultimii zece ani.

Per total, BCV costau economia UE circa 210 miliarde €/an, dintre care aprox 53% (111 miliarde €) reprezentau costuri de sănătate, 26% (54 de miliarde €) pierderi de productivitate, iar 21% (45 miliarde €) cheltuieli pentru îngrijire la domiciliu a persoanelor cu BCV.

*

DALY (Disability Adjusted Life Years) reprezintă suma anilor de viață pierduți prin decese premature și a anilor trăiți cu dizabilitate dată de prezența bolii, corectați pentru gravitatea bolii. Povara BCV estimată prin DALY plasează pe primul loc boala cardiacă ischemică (incluzând infarctul miocardic acut); aceasta este de 2-3 ori mai mare în **România** decât în țările din Vest, cu circa 10% mai mare decât în Polonia și cu circa 50% mai mică decât în Bulgaria. Accidentul vascular cerebral (AVC), a doua cauză DALY în țările din estul Europei, este de 3-4 ori mai mare în **România** decât în Vest, cu circa 30% mai mare decât în Polonia și cu circa 60% mai mic decât în Bulgaria. HTA este, în termenii DALY, de 18 ori mai mare în **România** decât în Olanda, de 15 ori mai mare decât în Marea Britanie, de 4 ori mai mare decât în Germania, de 5 ori mai mare decât în Polonia și cu circa 75% mai mare decât în Bulgaria.

*

World Happiness Report publica în 2016 date privind distribuția satisfacției vieții în 157 de țări. Scorul corespunzător unei țări reprezintă media răspunsurilor unor eșantioane reprezentative de circa 1000 subiecți la chestionare aplicate în intervalul 2013-2015, începând cu întrebarea: *“La ce nivel vă apreciați viața personală pe o scară de la 0 = cea mai rea posibilă la 10 = cea mai bună posibilă?”*.

Satisfacția medie a vieții pentru primele 10 țări (7,4) - între care Danemarca, Islanda, Norvegia, Finlanda și Elveția - este de peste două ori mai mare față de media ultimelor 10 clasate (3,4). **România** ocupă locul 71/157 de țări analizate, cu scorul 5,528.

O analiză bazată pe celelalte întrebări ale chestionarului compara 6 componente considerate esențiale/cheie pentru satisfacția vieții: PIB-ul/locuitor (prosperitatea); suportul social: *“Vă puteți baza pe cineva în caz de mare nevoie?”*; speranța de viață sănătoasă; libertatea alegerii în viață; generozitatea: *“Ați făcut vreo donație umanitară în ultima lună?”*; controlul corupției în public și privat. În cazul **României** satisfacția vieții se bazează în primul rând pe PIB/locuitor (traducând prosperitatea, ca și în alte țări mai bine plasate), apoi pe suportul social și speranța de viață sănătoasă (practic ex-equo) urmate de libertatea alegerii în viață, în sfârșit pe generozitate; satisfacția provenind din controlul corupției era practic invizibilă la noi (date 2012-2013!).

Cercetările sugerează că satisfacția vieții cenzurează destul de convingător mortalitatea și prevalența unor factori de risc majori pentru BCV. Scorurile de satisfacție semnificativ mai ridicate în țările din Euro-grupul nord-vest asociază mortalități BCV totale și premature mai mici, precum și nivele semnificativ mai scăzute pentru alcool și HTA; prevalența fumatului tinde la rândul său către nivele mai scăzute. Aceste rezultate sunt compatibile cu opinia multor analiști privind corelarea insatisfacției vieții cu fumatul, alcoolul, HTA sau chiar cu obezitatea; dimpotrivă, satisfacția vieții s-ar corela cu nivelul activității fizice.

*

Se poate astfel argumenta că în România, ca și în alte țări, satisfacția vieții are efecte pozitive asupra sănătății cardiovasculare, chiar dacă deocamdată relația reciprocă – legând morbi-mortalitatea prin BCV de insatisfacția vieții - este mai bine studiată.

În privința creșterii satisfacției vieții în țara noastră, la îndemâna promotorilor sănătății sunt acțiunile ținând creșterea suportului social, încurajarea alegerii libere în viață și a generozității, precum și conștientizarea rolului individual și comunitar în controlul corupției.

Informații suplimentare la DSP: Biroul de Promovare a sănătății

Promovarea Sanatatii Mehedinti

Str. Traian nr. 115

Drobeta Turnu Severin

Tel. 0252 323638, fax 0252 325040

www.dsp.severin.rdsnet.ro