

Montevideo, 31 de agosto de 2022

Ponele ♥ a iluminar de rojo

Nos dirigimos a usted con motivo de la conmemoración de la 31ª Semana del Corazón, dispuesta por la ley 16.626. Este año, se realizará del 24 al 30 de setiembre de 2022.

Cuenta con el apoyo del Ministerio de Salud Pública y de la Organización Panamericana de la Salud. El objetivo de esta Semana, es promover la salud cardiovascular en toda la población uruguaya.



Con el lema: “Ponele ♥, tu compromiso ponelo en acción” buscamos generar conciencia en la población sobre acciones que podemos tomar para mejorar nuestra salud cardiovascular, la de nuestras familias y comunidad, somos nosotros mismos quienes a través de nuestros hábitos y acciones podemos generar un cambio.

A nivel mundial, cada año se pide que el **29 de setiembre, Día Mundial del Corazón**, se *iluminen de rojo monumentos, edificios y lugares emblemáticos* de cada ciudad, para *crear conciencia sobre las enfermedades cardiovasculares*, la principal causa de muerte en el mundo.

Desde la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular **invitamos a las diferentes instituciones de todo el país a sumarse a esta iniciativa mostrando así el compromiso de cada corazón por el cuidado de la salud cardiovascular.**

Las Enfermedades Cardiovasculares (ECV), son enfermedades que afectan al corazón y las arterias de todo el organismo, sobre todo del corazón, el cerebro, los riñones y los miembros inferiores. Son un importante problema de salud, con gran impacto en la persona, su familia y la sociedad.

En Uruguay, son la primera causa de muerte. Cuando se discriminan las diferentes causas, nos encontramos que las Enfermedades Cerebrovasculares están en primer lugar para el sexo femenino y las Enfermedades Isquémicas del Corazón, para el sexo masculino.

Aproximadamente un 20% de las muertes por ECV son muertes prematuras (personas que fallecen entre 30 y 69 años de edad).

La inactividad física y el sedentarismo, la alimentación poco saludable (con exceso de sal, azúcar y grasas), el consumo de tabaco y/o nicotina (en cualquiera de sus formas) y alcohol, constituyen los principales factores de riesgo comportamentales que llevan a presentar otros como la hipertensión arterial, obesidad, diabetes y dislipemia; principales causas para desarrollar las ECV.

La adopción de comportamientos y hábitos saludables, junto a la eliminación de conductas de riesgo para la salud haría posible evitar un 80% de las ECV.

Esperando contar con el apoyo de su Institución, saluda atentamente.

Dra. Laura Garré

Directora Ejecutiva

Comisión Cardiovascular

PONELE 

Semana del Corazón

Tu compromiso, ponelo en acción.