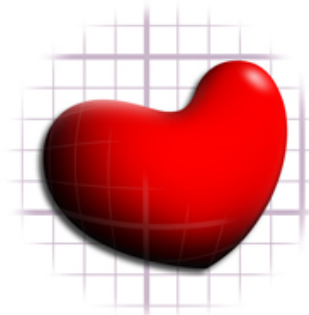




carta  
europeia do  
**coração**



Sociedade Portuguesa de  
**CARDIOLOGIA**

# 1as. Jornadas Lusófonas de Cardiologia – Cabo Verde

20de Janeiro de 2009



Sociedade Portuguesa de  
**CARDIOLOGIA**



**EUROPEAN  
SOCIETY OF  
CARDIOLOGY®**



**LUSOPHONE  
NETWORK**

with the support of



EUROPE



carta  
europeia do  
**coração**



Sociedade Portuguesa de  
**CARDIOLOGIA**

---

# Importância de receber um testemunho



20de Janeiro de 2009



with the support of



EUROPE



carta  
europeia do  
**coração**

# Apresentação da Carta Europeia do Coração

***“Toda a criança nascida no novo milénio tem o direito de viver, pelo menos até aos 65 anos de idade, sem sofrer de uma doença cardiovascular evitável”***

20de Janeiro de 2009



with the support of



EUROPE



carta  
europeia do  
coração

## O que é a Carta Europeia do Coração?

O primeiro documento destinado a **prevenir a doença cardiovascular na Europa.**

*"This Charter on CVD in Europe has the full support of both WHO and the European Commission. It provides a clear message that WHO and the European Commission are working hand-in-hand with cardiologists from the ESC and public organizations from EHN to form a strong, visible alliance against Europe's greatest killer."*

*Dr Jill Farrington - WHO Regional Office for Europe*

20 de Janeiro de 2009



with the support of





## Impacto da Doença Cardiovascular na Europa

- A doença cardiovascular é a **primeira causa de morte** entre os homens e mulheres europeus
- A doença cardiovascular é responsável por cerca de **metade de todas as mortes ocorridas na Europa**
  - causando todos os anos 4,35 milhões de mortes nos 52 Estados membros da Região Europeia da Organização Mundial de Saúde (OMS)
  - causando mais de 1,9 milhões de mortes na União Europeia (25) todos os anos
- A doença cardiovascular custa à economia europeia **169 mil milhões de euros** por ano
- A doença cardiovascular **mata** mais pessoas que todas as formas de cancro combinadas



## Impacto da Doença Cardiovascular em Portugal

- A doença cardiovascular é a **primeira** causa de morte entre os homens e mulheres portugueses
- A doença cardiovascular é responsável por cerca de **36%** de todas as mortes ocorridas em **Portugal**
- A doença cardiovascular é responsável por **41%** de todas as mortes das **mulheres** em Portugal e de **32%** dos **homens**, matando mais pessoas que todas as formas de cancro combinadas

Fonte: INE (Dados de 2004)

20 de Janeiro de 2009



with the support of





### Manter a saúde cardiovascular

- Não consumir tabaco
- Actividade física adequada – pelo menos 30 minutos, 5 vezes por semana
- Hábitos alimentares saudáveis
- Ausência de excesso de peso
- Pressão arterial inferior a 140/90 mmHg
- Colesterol inferior a 5mmol/L (190mg/dl)
- Metabolismo da glicose normal
- Evitar *stress* excessivo.



carta  
europeia do  
**coração**

*"The cost to the EU from CVD in terms of lives and productivity is **already enormous**. Rising levels of obesity in some parts of Europe, a failure to decrease smoking in young women, the unavailability of healthy foods to some sectors of the populations, rising blood pressure levels - **all these are only set to lead to an increase in CVD.**"*

*Prof. Georgs Andrejevs MEP*

20 de Janeiro de 2009



with the support of





Os factores de risco associados aos acidentes cardiovasculares podem ser divididos em três categorias:

Biológicos	Associados ao estilo de vida	Outros factores determinantes	
		Fixos	Modificáveis
Pressão arterial elevada	Consumo de tabaco	Idade	Rendimentos
Elevação de açúcar no sangue	Dieta pouco saudável	Sexo	Educação
Elevação de colesterol no sangue	Consumo excessivo de álcool	Genética	Condições de vida
Excesso de peso/ obesidade	Sedentariedade	Etnia	Condições de trabalho



## Objectivos da Carta Europeia do Coração - II

- Reduzir substancialmente o **peso da doença** cardiovascular na União Europeia e na Região Europeia da OMS
- Reduzir as **desigualdades** no peso da doença, dentro de cada país e entre os vários países
- Colocar o combate à doença cardiovascular na **agenda política** da União Europeia e dos seus estados-membros
- Disponibilizar um conjunto de informações para **melhorar o conhecimento** da população sobre a doença cardiovascular e os seus factores de risco, com o intuito de serem facilmente utilizadas pelas entidades oficiais, organizações de saúde e outras associações



## Princípios de Actuação na Carta Europeia do Coração

- **Promover** e **apoiar** políticas e medidas dedicadas a reduzir o peso da doença cardiovascular
- **Incentivar** e **apoiar** o desenvolvimento e a execução de estratégias de saúde abrangentes, a nível europeu, nacional, regional e local
- Apostar na **formação** e **capacitação** da população e dos doentes, envolvendo os meios de comunicação, aumentando a publicidade e assegurando a mobilização comunitária



carta  
europeia do  
**coração**



Sociedade Portuguesa de  
**CARDIOLOGIA**

Obrigado

20de Janeiro de 2009



with the support of



EUROPE