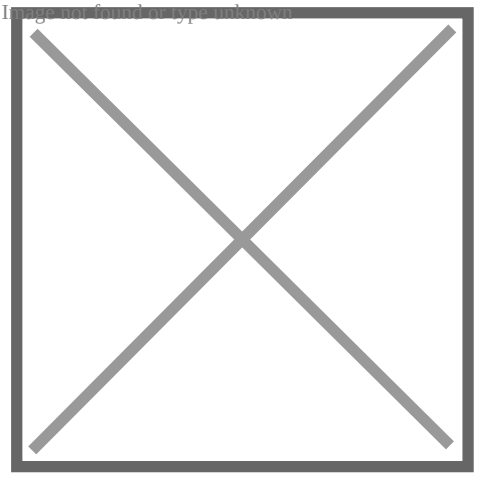
OPINIÓN | Salud

Emprende el camino hacia un corazón sano

Día Mundial del corazón

Fundación Española del Corazón
Lunes 30 de septiembre de 2013 - 18:39



En la actualidad la enfermedad cardiovascular ECV causa 17,3 millones de muertes al año, y es la principal causa de mortalidad en todo el mundo. Un elevado porcentaje de estas muertes son prematuras y ocurren antes de los 70 años de edad, acabando con la vida de personas en su edad más productiva y causando un devastador impacto económico y emocional en las familias.

Con el fin de concienciar sobre estas enfermedades y promover medidas preventivas capaces de reducir su impacto en la sociedad, la Federación Mundial del Corazón estableció el Día Mundial del Corazón, un evento que se celebra en más de 100 países cada 29 de septiembre. La Fundación Española del Corazón participa activamente en esta inciativa a través de actividades organizadas en Madrid y eventos programados en otros puntos de la geografía española.

Este año el lema de la campaña es 'Emprende el camino hacia un corazón sano', una frase con la que Federación quiere recordar que cada persona puede tomar el control sobre su salud cardiovascular y la de su familia para vivir una vida mejor y más larga. ¿Cómo? A través de una alimentación equilibrada, realizando actividad física a diario y evitando el tabaquismo.