



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL  
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

# Campania Națională Inimi în dar

**Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi!  
Cunoașteți-vă riscul și preveniți  
apariția bolilor cardiovasculare!**



# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## □ INTRODUCERE

- Boala cardiovasculară (BCV) continuă să rămână principala cauză de morbiditate și mortalitate în lume. Decesele cauzate de BCV rămân alarmant de ridicate ca număr și se estimează că în 2030 vor atinge cifra de 23 milioane, deși ratele generale ale mortalității s-au redus în ultimele decenii [1].
- S-a dovedit faptul că, prin reducerea factorilor de risc (renunțarea la fumat, reducerea cantității de sare, consumul mai mare al fructelor și legumelor, activitatea fizică regulată și evitarea consumului excesiv de alcool) se reduce riscul apariției de boli cardiovasculare, iar decesele premature prin boli cardiovasculare ar putea fi prevenite [2].
- În 2023, în luna decembrie se derulează prin Institutul Național de Sănătate Publică și Direcțiile Județene de Sănătate Publică și a municipiului București, campania de informare, educare și conștientizare cu privire la factorii de risc pentru bolile cardiovasculare, finanțată de Ministerul Sănătății.
- Campania reprezintă o oportunitate pentru creșterea gradului de conștientizare în rândul populației privind bolile cardiovasculare.

[1]. Sursa: Fawzy A M , Lip G, Cardiovascular disease prevention: Risk factor modification at the heart of the matter The Lancet Regional Health - Western Pacific, 17, 2021

[2]. Sursa: [https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases#tab=tab_1)

# Campania “Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

Grupul bolilor cardiovasculare includ afecțiuni ale inimii, boala vasculară cerebrală și boli ale aparatului circulator [3]. Acestea cuprind toate bolile inimii și ale sistemului circulator, incluzând hipertensiunea arterială, cardiopatia ischemică, insuficiența cardiacă și accidentul vascular cerebral.

Factorii de risc cardio-vascular sunt multipli și se pot împărți în două categorii: neinfluențabili și influențabili [4,5].

## ❑ Factorii de risc neinfluențabili includ:

- genul
- vârsta
- poziția socioeconomică
- factorii de mediu
- antecedentele familiale ale bolii

## ❑ Factorii de risc pentru bolile cardiovasculare modificabili includ:

- hipertensiunea arterială
- diabetul
- obezitatea
- hipercolesterolemia
- consumul de tutun și produse conexe
- stresul
- tulburările de somn
- stilul de viață sedentar
- consumul dăunător de alcool și alimentația nesănătoasă.

De asemenea, prezența hipertensiunii arteriale reprezintă un factor de risc pentru apariția accidentului vascular cerebral, infarctului miocardic, etc [4,5]

[3]. Sursa: European Society of Cardiology: Cardiovascular disease statistics 2021, European Heart Journal (2022) 43, 716–799

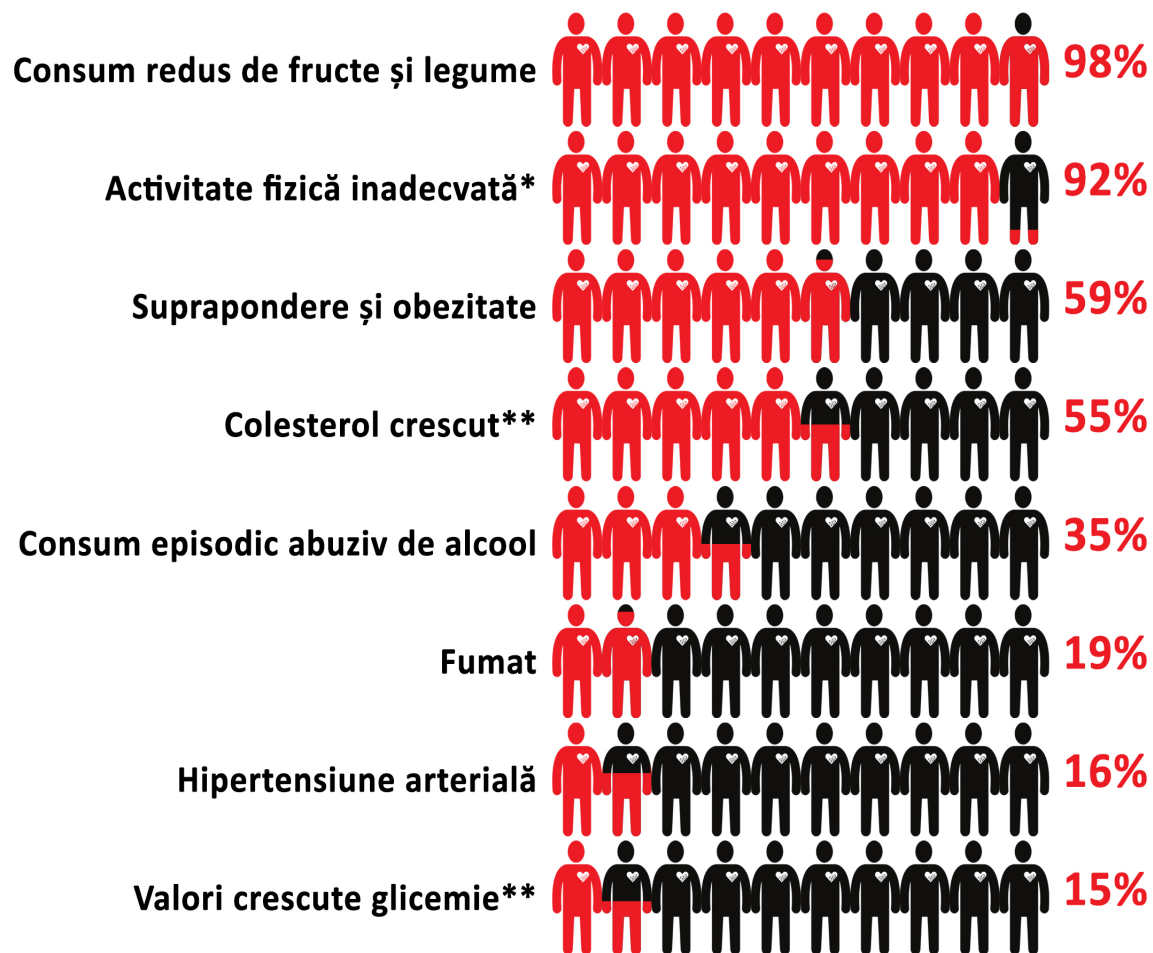
[4]. Sursa: HEARTS technical package for cardiovascular disease management in primary health care: risk based CVD management, World Health Organization 2020

[5]. Sursa: Dipannita Adhikary , Shanto Barman , Redoy Ranjan , Hana Stone , A Systematic Review of Major Cardiovascular Risk

# Campania “Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

Principali factori de risc pentru bolile cardiovasculare, România, 2021

## Frecvența factorilor de risc pentru boala cardiovasculară în populație



\*=<150min pe săptămână

\*\* = valori rezultate din proiectul "Totul pentru inima ta"

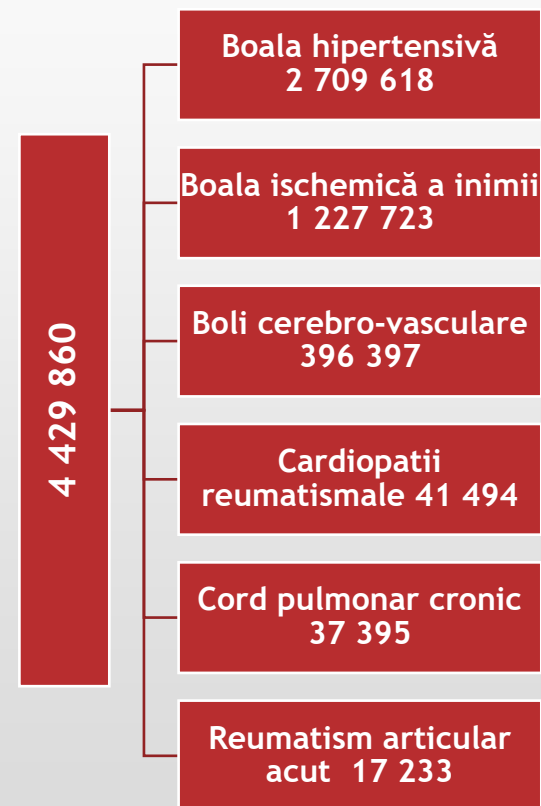
[6]. Sursa: "Infografic, Campania Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!"



# Campania “Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## Prevalența bolilor cardiovasculare

- 1 din 4 persoane în România, în 2021 se afla în evidența medicilor de familie cu o boală cardiovasculară [7].
- prevalența pentru bolile cardiovasculare, standardizată în funcție de vârstă era pentru România una dintre cele mai ridicate, cu o valoare de 7141‰, după valorile înregistrate în Ungaria (7698‰ locuitori), Italia (7499‰) și Lituania (7170‰) [2].



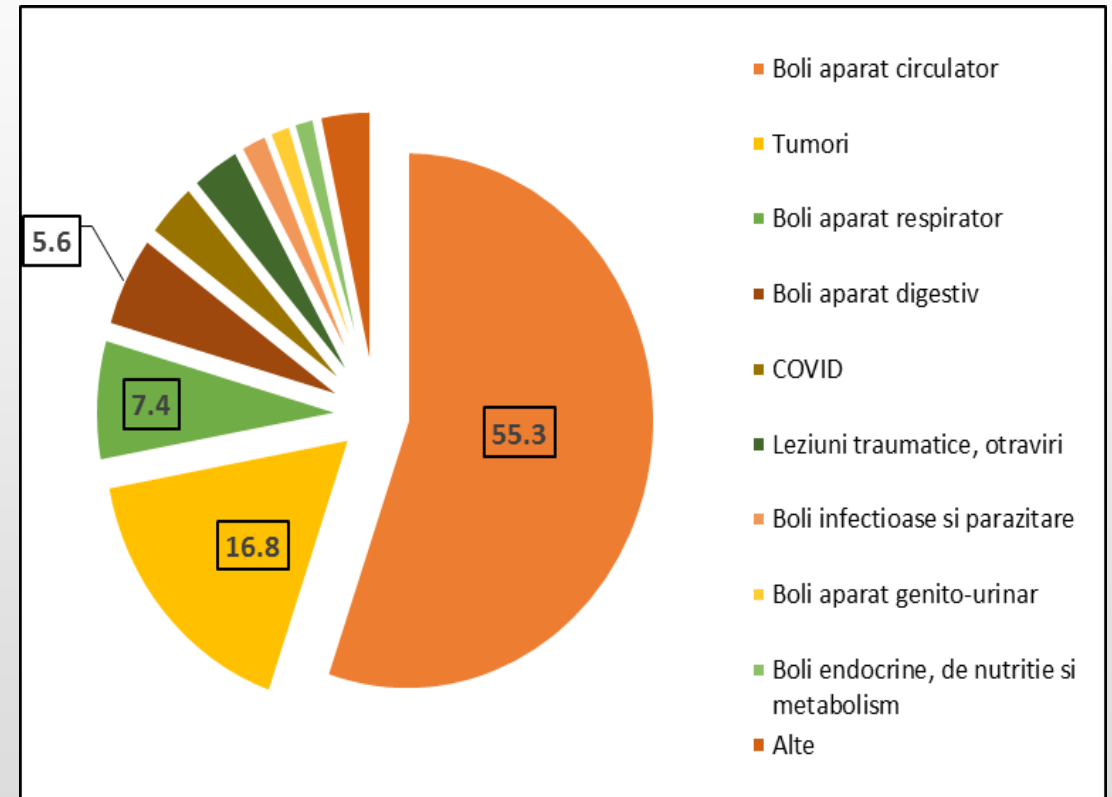
[7]. Sursa: CNSSP – INSP: Raport Național privind Starea de Sănătate a Populației României 2021

[2]. Sursa: European Society of Cardiology: Cardiovascular disease statistics 2021, European Heart Journal (2022) 43, 716–799

# Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## ☐ Mortalitatea prin boli cardiovasculare

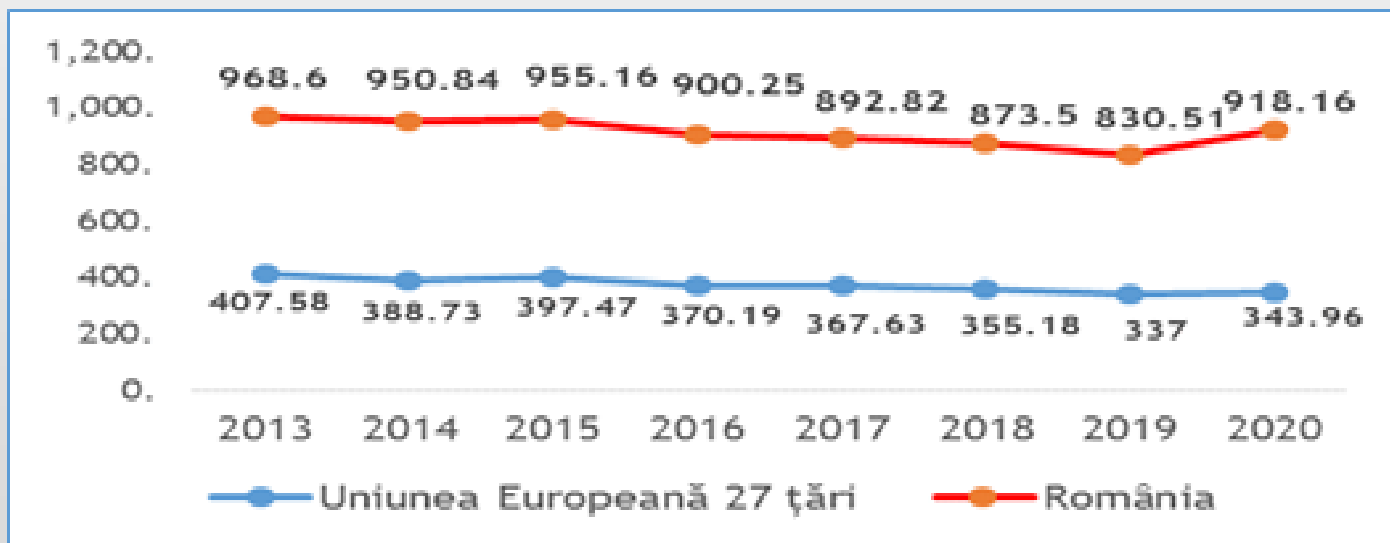
- 1 din 2 persoane în România, în 2021 a decedat din cauza bolilor aparatului circulator
- Cele mai frecvente cazuri de deces în România în 2021, au fost prin boli ale aparatului circulator, reprezentând 52,2% în structura mortalității pe clase de boli [8].



Structura mortalității pe clase de boli 2022  
Sursa: INSP

[8]. Sursa: INSP – Factsheets proiect cardio

# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”



Ratele standardizate ale mortalității prin boli ale aparatului circulator în perioada 2013-2020

Sursa: INSP

# Campania “Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## Decesul prematur și dizabilitatea prin boli cardiovasculare

- Bolile cardiovasculare generează 1 din 4 ani de viață pierduți prin decese premature și anilor trăiți cu dizabilitate (DALY BCI =16% și DALY AVC=13%) [6].

Ierarhia în 2009	DALYs la 100 000 loc			Ierarhia în 2019	DALYs la 100 000 loc	% schimbare în perioada 1999-2019	
Boală ischemică cardiacă	5719,4	①		①	Boala ischemica cardiacă	5636,12	4,39
Accident vascular cerebral ischemic	2863,95	②		②	Accident vascular cerebral ischemic	2867,07	22,34
Hemoragie intracerebrală	1587,22	③		③	Dureri lombare	1544,89	14,52
Dureri lombare	1485,95	④		④	Cancer trahee, bronhii si plamani	1420,29	53,03
Infecție respiratorie inferioară	936,33	⑤		⑤	Hemoragie intracerebrală	1334,34	-14,18
Cancer trahee, bronhii si plamani	1299,92	⑥		⑥	Hipertensiune arteriala	953,3	53,46
Căderi	881,57	⑦		⑦	Căderi	945,24	-17,84
BPOC	838,56	⑧		⑧	BPOC	884,71	-24,18
Ciroza alcoolica	762,12	⑨		⑨	Infecție respiratorie inferioară	871,72	-60,4
Hipertensiune arteriala	932,13	⑩		⑩	Diabet zaharat tip II	860,97	84,69

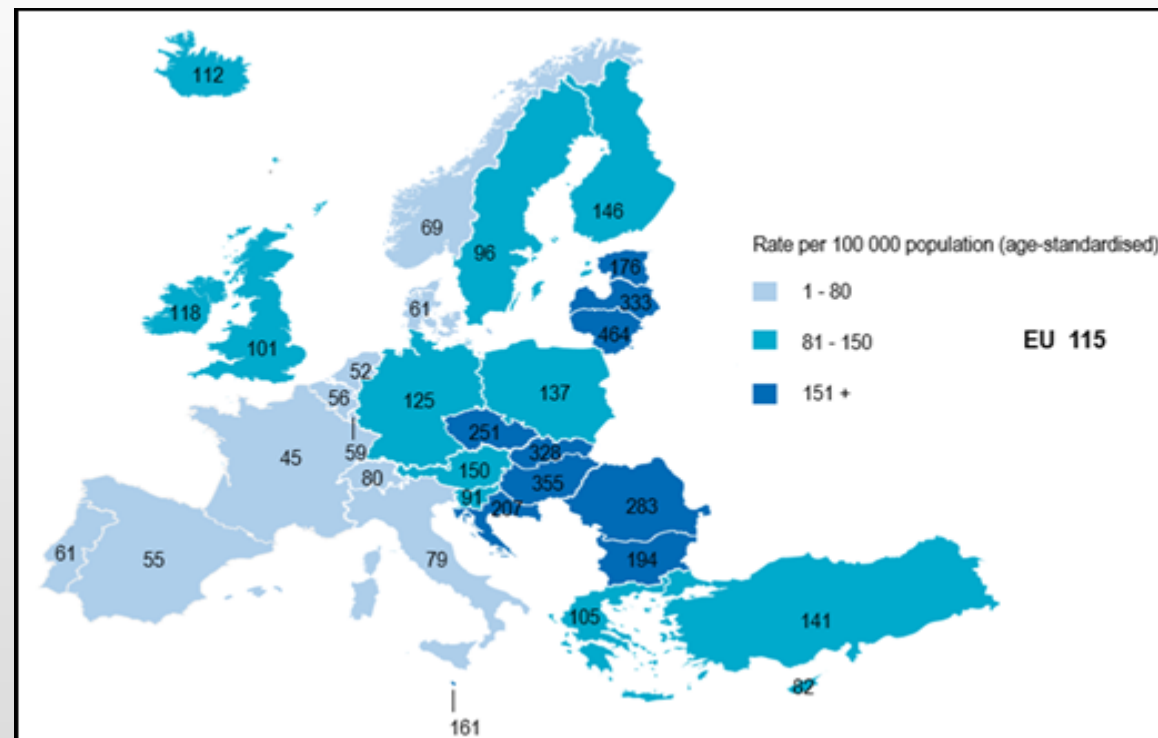
[6]. Sursa: “Infografic, Campania Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”



# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## □ BOLILE ISCHEMICE ALE INIMII

- **Boala cardiacă ischemică** este definită ca boală a arterelor coronare, determinată de ateroscleroză, conducând la infarct miocardic acut sau ischemie. Boala cardiacă ischemică este cauzată de obstrucție coronariană și este cea mai frecventă manifestare a bolilor cardiovasculare.
- Conform datelor Eurostat privind decesele prin boli ischemice ale inimii în jurul anului 2019 se observa că România (283.0) avea printre cele mai mari rate de mortalitate prin boli ischemice ale inimii [9].
- Boala ischemică cardiacă și accidentul vascular cerebral ocupau primele două locuri în ierarhia afecțiunilor care generează dizabilitate și deces prematur pentru români.



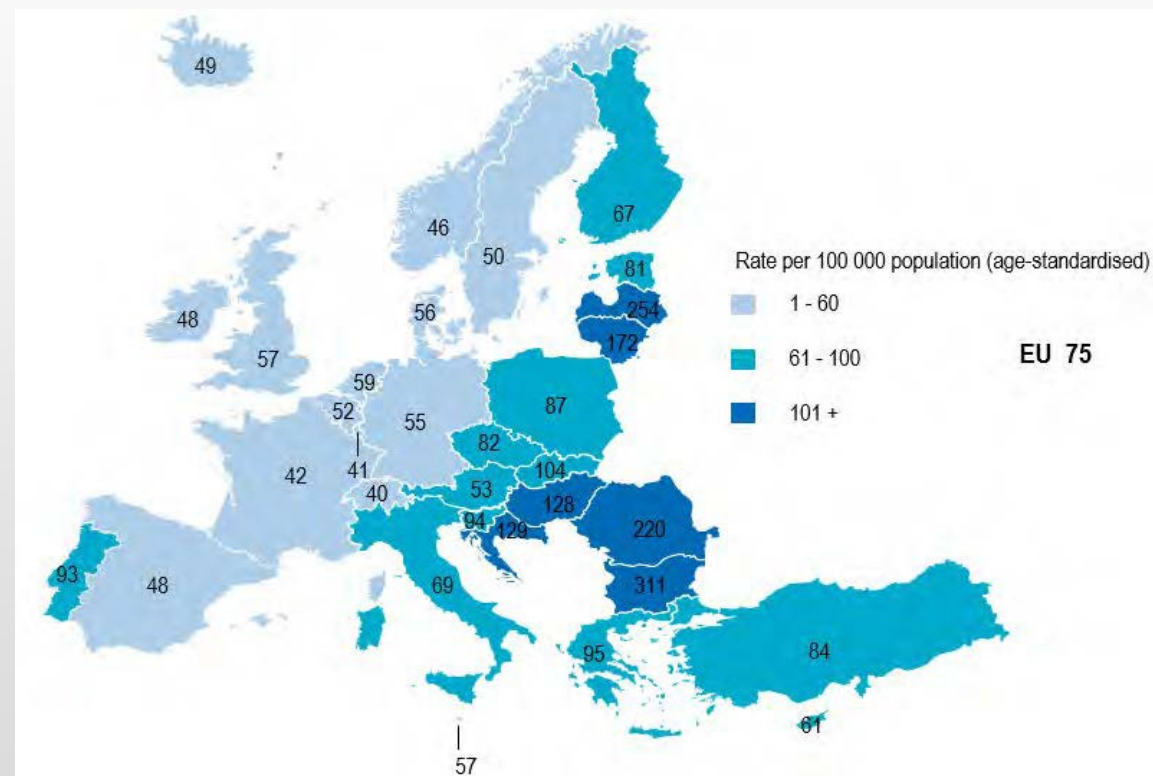
Mortalitatea prin boli ischemice ale inimii, 2019 (sau cel mai apropiat an)  
Sursa: *Health at a Glance: Europe 2022*

# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## □ BOLILE CEREBROVASCULARE

**Accidentul vascular cerebral**, conform criteriilor OMS, este definit ca o afecțiune cu evoluție clinică rapidă cu semne de tulburare (de obicei focală) a funcției cerebrale, de durată mai mare de 24 ore sau care poate duce la deces. Accidentul vascular cerebral poate fi hemoragic sau ischemic

- În context european, bolile cerebrovasculare au fost responsabile pentru aproximativ 355 000 de decese, reprezentând unul din 12 decese (8%).
- În România, ratele mortalității prin accident vascular cerebral au fost de trei până la patru ori mai mari decât media UE [9].



Mortalitatea prin boli cerebro-vasculare, anul 2019 (sau cel mai apropiat an)  
Sursa: *Health at a Glance: Europe 2022*

# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

☐ Perioada de derulare a campaniei:

Luna decembrie 2023

☐ Sloganul campaniei

“Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

# Campania “Dăruieți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

## □ Mesajele principale ale campaniei

- Bolile cardiovasculare sunt frecvente
- Bolile cardiovasculare sunt grave, chiar în lipsa simptomelor
- Pentru pacienții cu boala cardiovasculară diagnosticată este vital să urmeze sfaturile medicului
- Este important să ne cunoaștem riscul individual de boală cardiovasculară. Consultația preventivă la medic este necesară încă de la vârsta de 40 de ani
- Este important să reducem factorii de risc
- Este important să cunoaștem valorile optime ale analizelor care reflectă riscul metabolic
- Promovarea utilizării ghidurilor de prevenție la nivelul serviciilor din medicina primară (medicul de familie și asistența medicală comunitară)

# Campania “Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

Decesele prin boală cardiovasculară pot fi prevenite prin intervenții la medicul de familie

♥ prin prevenție primară (screening factori de risc și comportamente sănătoase)

♥ 30% din decesele prin boala ischemică a inimii

♥ prin tratament:


♥ 31% din decesele prin boală ischemică a inimii

♥ 19% din decesele prin boli cerebro-vasculare și

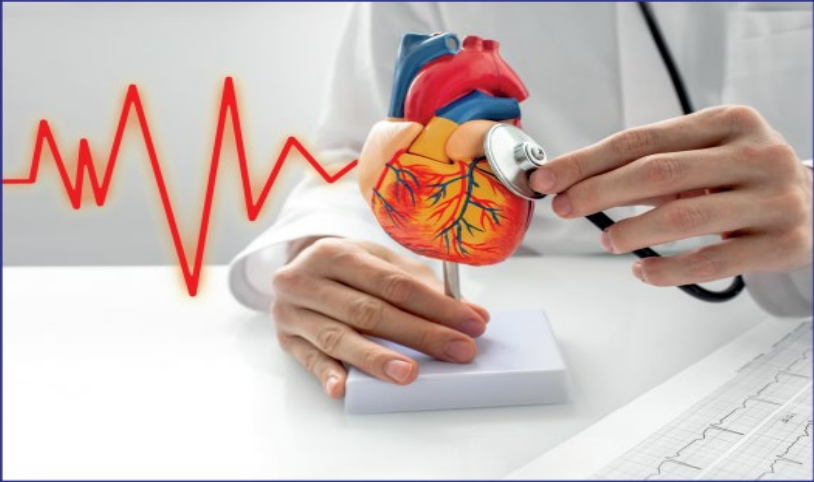
♥ 16% din decesele prin boală hipertensivă

[6]. Sursa: “Infografic, Campania Dăruți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

[10]. Sursa: <https://proiect-pdp1.insp.gov.ro/ghiduri/>

 „Consolidarea rețelei naționale de furnizori de îngrijiri primare de sănătate pentru îmbunătățirea stării de sănătate a populației, copii și adulți (inclusiv populație vulnerabilă)”

## GHID DE PREVENȚIE PENTRU MEDICUL DE FAMILIE




### INTERVENȚII PREVENTIVE INTEGRATE ADRESATE RISCURILOR PRIORITARE LA ADULT RISCU CARDIOMETABOLIC

Pentru mai multe detalii: <https://www.eeagrants.ro>, <https://proiect-pdp1.insp.gov.ro/>

**Lucrăm împreună pentru o Europă sănătoasă!**

Programul „Provocări în sănătatea publică la nivel european” finanțat prin Mecanismul Financiar al Spațiului Economic European (SEE) 2014-2021  
Operator de Program - Ministerul Sănătății, Promotorul Proiectului - Institutul Național de Sănătate Publică





# Campania “Dăruțiți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

□ Decesele prin boală cardiovasculară pot fi prevenite prin intervenții ale asistenților medicali comunitari

♥ prin prevenție primară (screening factori de risc și comportamente sănătoase)

♥ 30% din decese prin boala ischemică a inimii

♥ prin tratament:

♥ 31% din decese prin boală ischemică a inimii

♥ 19% din decese prin boli cerebro-vasculare și

♥ 16% din decese prin boală hipertensivă

[6]. Sursa: “Infografic, Campania Dăruțiți o inimă sănătoasă celor dragi! Cunoașteți-vă riscul și preveniți apariția bolilor cardiovasculare!”

[10]. Sursa: <https://proiect-pdp1.insp.gov.ro/ghiduri/>

Consolidarea rețelei naționale de furnizori de îngrijiri primare de sănătate pentru îmbunătățirea stării de sănătate a populației, copiii și adulții (inclusiv populație vulnerabilă)

**GHIDURI de PRACTICĂ**  
PENTRU ASISTENȚA MEDICALĂ COMUNITARĂ

Programul "Proiectul în servitiile publice de nivel european" finanțat prin Mecanismul Financiar al Spațiului Economic European (SEE) 2014-2021  
Operator de Program - Ministerul Sănătății, Proiectului Proiectului - Institutul Național de Sănătate Publică

Lucrăm împreună pentru o Europă **sănătoasă!**