

**No âmbito do Dia Nacional do Doente Coronário, a Fundação Portuguesa de  
Cardiologia promove iniciativa para a população**

## **A cada hora morre um português por Enfarte do Miocárdio**

**Lisboa, 04 Fevereiro 2015**—Anualmente morrem por Enfarte do Miocárdio mais de 8000 portugueses, o que equivale sensivelmente a uma morte a cada hora. Estima-se que em 2020 serão as doenças cardiovasculares a principal causa de incapacidade e mortalidade no Mundo.

Em Portugal, apesar de algum decréscimo nas últimas décadas, as doenças cardiovasculares continuam a ser a principal causa de morte.

Segundo Dr. Carlos Catarino, médico da Fundação Portuguesa de Cardiologia, “um dos grandes desafios neste início de século é o de travar o flagelo das doenças cardiovasculares. Os números são assustadores, com Portugal a liderar a maior taxa de mortalidade por doenças cardiovasculares na Europa Ocidental.”. Salaria ainda que, “esta situação é facilmente explicada, se tivermos em conta que 70% da população adulta tem colesterol elevado, 20% é fumadora, mais de 30% é obesa, 40% é hipertensa, a maioria é sedentária (somos o país da União Europeia com menos praticantes de atividade física) e o número de diabéticos tem vindo a aumentar consideravelmente.”

A prevalência elevada de fatores de risco (hipertensão, colesterol elevado, tabagismo, obesidade e diabetes) leva à aterosclerose, a qual, afeta todo o sistema cardiocirculatório, sendo causa de AVC (acidentes vasculares cerebrais) e de doença das artérias coronárias (principalmente o enfarte do miocárdio).

Sabendo que, a aterosclerose é a principal causa de morte a nível mundial, com redução substancial da esperança média de vida após a primeira complicação cardiovascular, 8 a 12 anos depois dos 60 anos, investir na prevenção dos fatores modificáveis, já que são fatores concomitantes e agravantes, derivados do comportamento e estilo de vida, é essencial.

# Comunicado de Imprensa



A Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC) desenvolve um papel fundamental na luta por Corações (mais) Saudáveis e, neste âmbito, no Dia Nacional do Doente Coronário, irá promover uma série de iniciativas assentes na temática “Como prevenir o Enfarte do Miocárdio”.

Neste sentido, no próximo dia 14 de Fevereiro, entre as 10h e as 13h, o Porto de Recreio de Oeiras será palco da iniciativa “PASSEIO COM O CORAÇÃO - um parceiro para a vida”, uma caminhada orientada promovida pela Fundação Portuguesa de Cardiologia em parceria com a Câmara Municipal de Oeiras. No local, para além dos rastreios cardiovasculares gratuitos e de um espaço com aconselhamento nutricional, estarão presentes também a Associação de Produtores da Maçã de Alcobaça, com oferta de fruta e sumos, e o Museu do Pão, com oferta de Pão São. No seu conjunto, este evento pretende ser uma referência à importância da adoção de estilos de vida saudável, que inclua a prática de atividade física e uma alimentação saudável.

A antever o “Passeio com o Coração – um parceiro para a vida”, a clínica LifeBeat junta-se às comemorações deste dia, abrindo as suas portas nos dias 12 e 13 de Fevereiro para promover gratuitamente o exame de avaliação da espessura da camada íntima média da artéria carótida.

**Para mais informações:**

Gabinete de Comunicação da Fundação Portuguesa de Cardiologia  
Flávia Cunha Espada  
21 3815006  
e-mail: [Fpcardio@fpcardiologia.pt](mailto:Fpcardio@fpcardiologia.pt)