

SALUT **CARDIOLOGIA**

La salut cardiovascular és també cosa de dones

■ Les malalties del cor i l'aparell circulatori són la primera causa de mort entre les dones ■ Un dels reptes de la recerca és erradicar la bretxa de gènere i incidir també en factors socioeconòmics

Virtudes Pérez
BARCELONA

Sovint pensem que les malalties cardiovasculars afecten més els homes que les dones i que cal incidir en l'obesitat i el tabac com a factors de risc. Però en aquesta imatge també hi ha un factor de gènere que cal superar amb noves recerques que tinguin en compte també la població femenina. I més encara quan és precisament entre les dones que les malalties cardiovasculars són la primera causa de mort, quan entre els homes és la segona, molt igualada amb el càncer. El cap de la unitat de cardiologia de l'Hospital Universitari de Bellvitge, Josep Comín, insisteix en la necessitat de trencar aquest estereotip i recorda que malalties cardiovasculars no és només l'infart. També hi ha la hi-

La frase

“Cal posar fi a aquesta negligència. El gènere o el sexe són un repte a l'hora d'abordar solucions”

Josep Comín
CAP DE CARDIOLOGIA DE L'HOSPITAL UNIVERSITARI DE BELLVITGE

pertensió, la insuficiència cardíaca i l'ictus. “Cal posar fi a aquest oblit, amb aquesta negligència i posar en relleu que el gènere o el sexe suposen un repte a l'hora d'abordar estratègies específiques.”

La prevenció és clau per aconseguir establir els casos de malalties cardiovasculars. De fet, Comín assegura que el 50% de la millora de la mortalitat és deu a recerca basada en la prevenció, a evitar amb hàbits saludables que persones amb factors de risc



Una dona, en un descans, durant la cursa solidària contra l'ictus celebrada el 20 de novembre a Girona ■ MANEL LLADÓ

desenvolupin certes patologies. Però hi ha també factors socials i econòmics sobre els quals és possible també incidir perquè està clar, assenyala Comín, “que tot el que ens envolta ens influeix a l'hora de desenvolupar un trastorn cardiovascular”. I en aquest tot també s'hi inclou la contaminació, com a element desencadenant.

“Si parlem de salut cardiovascular i no de malaltia és perquè el que volem és ampliar el focus i innovar en la recerca des del punt de vista de la prevenció”, subratlla Comín, que destaca també com cada cop més “els factors extramèdics hauran de tenir més pes en la recerca com també s'haurà d'incorporar el pacient en el disseny de la recerca”.

Una de cada quatre

A Catalunya una de cada quatre persones moren per malalties cardiovasculars. I, malgrat els avenços, la xifra de malalts en lloc de disminuir augmenta. “El fet que aconseguim mitigar la mortalitat provoca també que la incidència sigui més gran”, aclareix Comín, que insisteix a explorar noves vies de recerca, entre les quals “l'ús intel·ligent de les dades per fer millors consells preventius”.

“Després d'un ictus, estàs sol”

TESTIMONI • Rosa Rubio explica en un llibre la seva experiència i la d'altres pacients després de patir una hemorràgia o una isquèmia cerebral **VISIBILITZAR** • Insisteix en la necessitat d'acompanyar emocionalment en la recuperació als afectats

V. Pérez
BARCELONA

Durant dos mesos, va tenir tot tipus de símptomes: marejos, desequilibris, nàusees, visió doble, cansament extrem... Va anar al metge i ho van atribuir a l'estrès. Però, una nit, va sentir que anava perdent les forces, que no podia ni cridar. La seva filla gran, de 12 anys, va telefonar a un metge, que li va diagnosticar gastroenteritis. Trenta minuts després marxar el metge, no es podia moure, “era com un nadó”. No va ser fins llavors que la van traslladar, primer, a la clínica Corachan i, després, a l'hospital General de Catalunya, on van trigar 20 hores a fer-li les proves. Havia tingut un ictus

per una malformació de naixement. La van operar. Va estar 15 dies a l'UCI i, quan la van passar a planta, en cadira de rodes, no podia parlar i continuava veient-hi doble. Li van dir que no havia quedat del tot bé i que l'havien de tornar a operar. Durant l'operació, va tenir una segona hemorràgia, que la va deixar en coma. “Tot el que havia aconseguit recuperar el primer cop ho vaig perdre. I vaig haver de començar de nou”, recorda Rosa Rubio, una dona de Barcelona que va patir aquest doble ictus fa deu anys, quan en tenia 42, i que ara ha publicat la seva experiència i la d'altres pacients i també de professionals en el llibre *El poder d'estimar*. És una obra amb què pretén visibilitzar el que senten aquestes



Rosa Rubio va patir un doble ictus quan tenia 42 anys ■ CEDIDA

persones i fer un crit d'alerta al “poc acompanyament que tenen un cop sobreviuen a l'ictus i

comencen la recuperació”. “Als set mesos, jo ja estava treballant, perquè, en lloc de les

tres hores setmanals que cobreix la sanitat pública, feia sis hores diàries de rehabilitació, però, emocionalment, he trigat anys a tancar la ferida perquè en el procés et sents molt sol”, explica la Rosa, que, tot i així, vol donar un missatge d'esperança: “A vegades, et diuen que el que no s'aconsegueix recuperar en un any ja no es recupera, i jo els dic que no s'ho creguin, que continuïn lluitant”, afirma.

Elogia el codi ictus, el protocol d'atenció urgent, però insisteix que cal millorar l'atenció en el procés de recuperació, amb més hores i, fins i tot, amb un centre, com el que hi ha a Madrid, per a persones amb dany cerebral adquirit, on es poden fer vuit hores de recuperació diàries. ■