



7 Febrero, 2015

Elena Genillo

BARCELONA- Con motivo de la conmemoración del centenario del Hospital del Mar, el prestigioso cardiólogo Valentí Fuster acudió ayer a sus instalaciones para hablar del «reto de la década», la conexión de la enfermedad subclínica –aquella que no está latente y carece de manifestaciones evidentes– y el cerebro.

En su ponencia, arropada por multitud de profesionales sanitarios que siguieron sus palabras con expectación, Fuster expuso como idea principal la necesidad de cuantificar para este 2015 «la vulnerabilidad para sufrir dolencias cardiacas», como el infarto de miocardio, una enfermedad que constituye la principal causa de muerte en los países desarrollados. En este sentido, habló de la importancia no sólo de asumir los factores de riesgo que incrementan hasta un 95 por ciento las posibilidades de sufrirlo –como el sedentarismo, el tabaquismo y la obesidad–, sino también de «concienciar a la población de que verdaderamente hay estilos de vida que perjudican a la salud» y que pueden llegar a afectar de la forma más grave incluso a la gente joven.

Porque según el doctor Fuster la sociedad actual a menudo se autoengaña para creer que está sana cuando realmente no es así, por lo que el reto está más «en el cerebro que en el corazón», pues es donde se toman las decisiones para llevar hábitos de vida saludables. La causa indirecta de este comportamiento está, en buena medida, en el sistema consumista en el que la población está inmerso por lo que el cardiólogo rompió una lanza a favor de un paradigma social al-

truista «para conseguir un cambio en el sistema de valores que ayude al hombre a tener cuidado de sí mismo».

Pero, ¿cómo se consigue cambiar los hábitos de vida en los adultos? El cardiólogo apuntó que el enorme problema radica en que «la gente no está motivada para hacerlo». Las recetas para cambiar la tendencia: la comunicación, el marketing y otras iniciativas como las terapias de grupo aplicadas, tal

«La gente se autoengaña para creer que está sana cuando no es así»

El cardiólogo Valentí Fuster habla de la importancia de conectar cerebro y corazón para prevenir infartos



El cardiólogo Valentí Fuster, ayer en su ponencia en el Hospital del Mar.

es el caso de «Alcohólicos Anónimos». En el caso de los niños, el secreto está en «promover a través de la educación en todos los ámbitos –colegio, familia y medios de comunicación– la importancia de una alimentación saludable». El toque humorístico llegó cuando Fuster bromeó con que la mayor aportación de su carrera profesional haya sido «lograr que el Monstruo de las Galletas, de 'Barrio Sésamo' se pasara a la fruta», concluyó.

Primer centenario

«El equipo facultativo del Hospital del Mar es de una excelencia extraordinaria», con estas palabras su invitado de honor, el director del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III, Valentí Fuster, quiso felicitar a los responsables y trabajadores del centro, que este año celebra sus 100 años de existencia. En esta línea, aprovechó para dar aliento a todos los sanitarios del país, asegurando que «España es el lugar donde más talento he visto» pero lamentó que se desperdicie «con críticas constantes que les impide trabajar».

El doctor Fuster, firme promotor de la salud cardiovascular, abrió el ciclo de conferencias científicas que tendrán lugar con motivo de la conmemoración del primer centenario del Hospital del Mar. Junto a él estuvieron los rectores de las Universidades Autónoma de Barcelona y Pompeu Fabra, los profesores Ferrán Sancho y Jaume Casal, que aplaudieron las palabras del protagonista de la jornada cuando afirmó que «hay que promover más la salud que trabajar la prevención», ya que es un concepto que habla más de enfermedad que no de salud.

«Estar motivado es el gran reto para mejorar la salud de la población»

«Menos consumismo y más altruismo, la clave para cambiar los hábitos de vida»

«El sedentarismo, la obesidad y el tabaquismo aseguran el infarto»

«La gente joven también es vulnerable a sufrir dolencias cardiacas»