



El necesario e importancia control de las enfermedades cardiovasculares, así como la prevención y su tratamiento, fueron ratificados en la Primera Jornada Provincial de Cardiología efectuada en en la ciudad de Holguín, con la participación de más de un centenar de profesionales de varias especialidades médicas y estudiantes de la carrera de Medicina.

Precisamente, los 11 conferencistas, incluidos tres estudiantes, abordaron desde sus investigaciones aspectos relacionados con la diabetes mellitus, insuficiencia cardiaca, el Alzheimer, la fibrilación atrial y el envejecimiento prematuro, entre otros temas de actualidad.

Como novedad el evento tuvo la presentación de dos mesas redondas con temáticas referentes a situaciones de salud y en las que tuvieron una acertada contribución jóvenes en formación profesional, una versó sobre el efecto de la nutrición sobre la calidad de la microbiota intestinal y la otra acerca de la prevención de las enfermedades cardiovasculares asociadas al envejecimiento prematuro.

El doctor Reyber Jesús Domínguez Pérez, presidente del Capítulo Holguín de la Sociedad Cubana de Cardiología, reconoció que es alta la incidencia de las enfermedades cardiovasculares (EC) en la provincia, por eso el esfuerzo por aumentar el grado de conocimiento de los encargados de la atención de estos problemas para así incidir, de manera positiva, y actuar de forma cohesionada y consecuente en bien de la salud del pueblo.

Las EC constituyen la primera causa de muerte en la provincia, de ahí que el 29 de septiembre, Día del Corazón, esté destinado a la prevención y tratamiento de esta problemática, cuya prevalencia es alta no solo en Holguín, sino en Cuba y el mundo y son esas enfermedades la principal responsable en la reducción de expectativa de años y calidad de vida de la población.

Por eso el doctor recomendó llevar una vida lo más saludable posible. “Es necesario beber abundante agua, porque la hidratación del organismo es esencial; la alimentación debe tener un componente importante de alimentos crudos, es decir frutas y vegetales; evitar hacer ayunos y comer después de las ocho de la noche; caminar todos los días lo más posible, dormir siete horas diarias y sortear el mal hábito de fumar y tomar bebidas alcohólicas; así como la ingestión de dulces, principalmente en los niños y mantener un peso corporal adecuado”. / Lourdes Pichs Rodríguez -Ahora.