

COMO PACIENTE CARDIOVASCULAR

DEBES
SABER QUE...

**La gripe y la neumonía
son enfermedades infecciosas
respiratorias de riesgo:**

pueden provocar complicaciones
médicas en los pacientes
con enfermedades crónicas.

Vacunarte forma parte de la
prevención que debes llevar a cabo
para mejorar tu salud

¿QUÉ VACUNAS NECESITAS?

La vacuna contra la gripe, de forma anual, para protegerte contra la gripe estacional.

Las vacunas antineumocócicas para protegerte contra las enfermedades neumocócicas graves, como la **neumonía neumocócica** (infección de los pulmones).

Para más información:

www.cardioalianza.org

¡**Síguenos** en Facebook y Twitter!

@cardioalianza

Fuentes:

Asociación Española de Vacunología (AEV). Gripe Estacional. Enfermedad Neumocócica.

[<http://www.vacunas.org/gripe-2/>]

[<http://www.vacunas.org/enfermedad-neumococica/>]

Fundación Española del Corazón (FEC). Cómo incrementa la gripe el riesgo cardiovascular.

[<http://www.fundaciondelcorazon.com/prevencion/riesgo-cardiovascular/gripe.html>]

Documento de consenso 2012 de Sociedades Científicas Españolas, Consejo General de Enfermería y Grupo de Estudio de la Gripe. Coordinación: R. Cisterna. Vacunación de los grupos de riesgo frente al virus de la gripe.

J.J. Picazo et al. Consenso sobre la vacunación anti-neumocócica en el adulto con patología de base, 2013. Rev. Esp. Quimioter. 2013;26(3):232-252

U.S. Department of Health and Human Services Centers for Disease Control and Prevention. HCVG15-ADU-121. May 3, 2016.

Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología. Recomendaciones de vacunación para adultos y mayores 2016-2017.

Instituto Nacional de Estadística (INE). Defunciones según la causa de muerte 2015. Defunciones por causas (lista detallada) sexo y edad.

[<http://www.ine.es/jaxi/Tabla.htm?path=/t15/p417/a2015/10/&file=01000.px&L=0>]

Entrevista a Valentí Fuster. 4 de septiembre 2017. Diario La Razón.

[<http://www.larazon.es/atusalud/salud/valentin-fuster-el-90-de-la-patologia-cardiovascular-responde-a-siete-factores-de-riesgo-GM15919069>]

Con la colaboración de:



ENFERMEDADES INFECCIOSAS RESPIRATORIAS EN LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

¿Cómo puedes
prevenirlas?

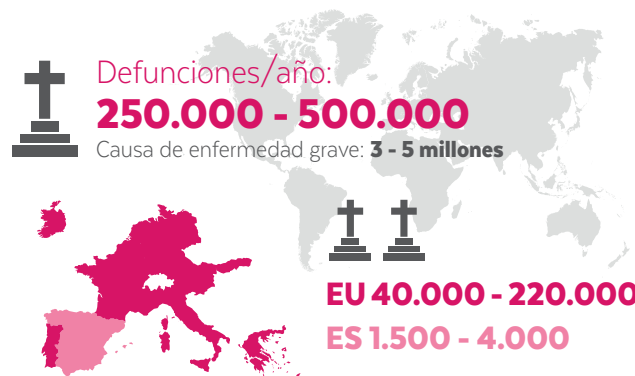
**Las enfermedades cardiovasculares
causan en España el
29% del total de muertes**

**Evitar las complicaciones de éstas
es responsabilidad de todos.**

Cardio  Alianza

LA GRIPE EN CIFRAS

La **gripe** es una infección causada por el virus influenza, caracterizada por el inicio súbito de fiebre alta, dolor de cabeza, dolores musculares y articulares y cansancio extremo. Se trata de una de las enfermedades contagiosas más significativas y habituales y una causa frecuente de morbilidad y mortalidad.



¿Sabías que **en España**, las vacunas antigripales reducen la mortalidad general entre el **39 y el 75%**, durante las temporadas de gripe?

RIESGOS PARA EL PACIENTE CARDIOVASCULAR

La **gripe puede agravar la enfermedad cardiovascular**, aumentando el riesgo de episodios de infarto de miocardio, agravando los síntomas en pacientes con insuficiencia cardíaca y raras veces, infectando directamente al corazón a través de una inflamación del mismo (miocarditis).

5-10% de los pacientes con ECV infectados por gripe, pueden experimentar síntomas cardiovasculares. La afectación cardíaca ocurre **entre 4 días y 2 semanas** después del contagio de gripe.

LA ENFERMEDAD NEUMOCÓCICA EN CIFRAS

La **infección neumocócica** y en especial la **enfermedad neumocócica invasiva (ENI)** es una importante causa de morbilidad y mortalidad en el mundo y la principal causa de mortalidad potencialmente prevenible mediante vacunación.

Las infecciones más comunes son sinusitis, infección del oído, sepsis (reacción inflamatoria severa del cuerpo a la infección) y meningitis. Sin embargo, la forma grave de enfermedad neumocócica invasiva más común es la **neumonía neumocócica** (infección de los pulmones).

Esta enfermedad representa un importante problema de salud pública en personas mayores y adultos más jóvenes con factores de riesgo, de los países desarrollados.

Letalidad estimada de la **ENI**:



REDUCCIÓN DE RIESGOS PARA EL PACIENTE CARDIOVASCULAR

La **vacunación antineumocócica** en estos pacientes reduce de forma significativa el número de eventos cardiovasculares mayores al año de seguimiento (muerte u hospitalización por síndrome coronario agudo, por insuficiencia cardíaca o por ictus).

En aquellos pacientes cardíacos con al menos una patología crónica asociada, como la hipertensión, el asma, la diabetes o el cáncer, se reduce el riesgo de accidentes cardiovasculares y cerebro-vasculares durante los tres primeros días de infección.



RECUERDA:

El papel del paciente es clave en la prevención de la enfermedad cardiovascular

Toma tu medicación y sigue un estilo de vida saludable, evitando los principales factores de riesgo:

- Tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, tensión arterial alta, azúcar en sangre elevado, colesterol alto, obesidad o sobrepeso.
- Opta por una dieta baja en sal y grasas saturadas.

Vacunarte también forma parte de la prevención:

- Consulta con tu profesional sanitario qué vacunas necesitas y dónde acudir para vacunarte.
- Los efectos secundarios de las vacunas generalmente son leves y desaparecen solos.
- La vacunación frente a la gripe y el neumococo no produce un incremento en el riesgo de eventos vasculares.