

# 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](http://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:



SANOPI PASTEUR

# ENFERMEDADES INFECCIOSAS RESPIRATORIAS EN LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

¿Cómo puedes  
prevenir las?

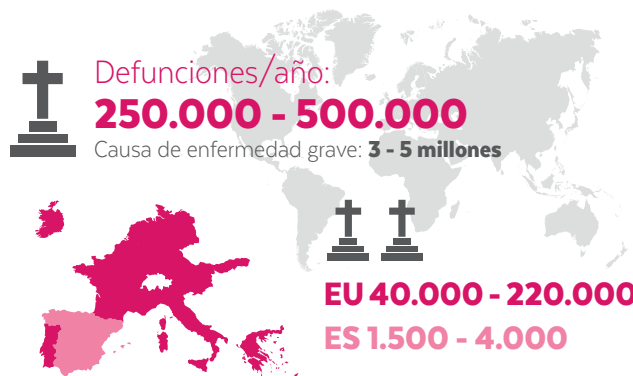
**Las enfermedades cardiovasculares  
causan en España el  
29% del total de muertes**

**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.