



## El CECOVA pide incrementar las políticas de educación para atajar las enfermedades cardiovasculares

[Europa Press](#) | 29/09/2015 - 12:38

El



Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA) y los colegios de Enfermería de Valencia, Castellón y Alicante, han pedido este lunes a las Administraciones Públicas que incrementen las políticas de educación para la salud y de prevención para atajar la principal causa muerte en la Comunitat Valenciana, las enfermedades cardiovasculares.

En este sentido, recalcan que Enfermería tiene que participar activamente para revertir las causas que conllevan las enfermedades cardiovasculares que, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron la primera causa de mortalidad en la Comunitat en 2013.

Por este motivo, sugieren a la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública que tenga en cuenta este registro para aumentar el número de profesionales de Enfermería de cara a la próxima OPE, de 1.216 plazas según lo anunciado.

Al respecto, señalan que se trata de una cifra "insuficiente" que no cubre el ni el 10% del déficit de profesionales que existe actualmente en la Comunitat Valenciana. Así, cuenta con una ratio de 477 enfermeros por cada 100.000 habitantes, lo que supone un "déficit" de 16.562 profesionales de la Enfermería respecto a la media de la Unión Europea (UE) que se sitúa en los 828 enfermeros).

PREVENCIÓN

El papel educador de los profesionales de Enfermería es necesario para reducir el principal factor de riesgo cardiovascular, la obesidad, mediante métodos tan sencillos como hacer ejercicio de forma regular e incluir la dieta mediterránea como base de nuestra alimentación, reducir las bebidas con teína, disminuir el consumo de grasas y azúcares y también de sal. Igualmente es obligatorio abandonar la ingesta de alcohol y el tabaco. Así, siguiendo estas premisas y controlando las situaciones de estrés, podremos reducir al mínimo los factores de riesgo.

Asimismo, recomendamos la realización de chequeos médicos periódicos a partir de los 45 años en las mujeres y de los 65 en los hombres, periodo en el que incrementan las probabilidades de desarrollar una enfermedad cardiovascular.

Además, desde CECOVA resaltan la importancia de implantar en todos los centros escolares la figura de la Enfermera Escolar para educar y enseñar hábitos de vida saludables desde la infancia.