Heart Attacks Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Ciertos comportamientos también suponen un riesgo de sufrir una enfermedad cardíaca. Entre ellos se encuentran:

1. Fumar: El tabaquismo es una de las principales causas de las enfermedades cardiovasculares y provoca aproximadamente 1 de cada 4 muertes por enfermedades del corazón.
2. Llevar una dieta inadecuada: Una dieta rica en grasas, sal, azúcar y colesterol puede contribuir al desarrollo de enfermedades del corazón.
3. No hacer ejercicio: Aunque el ejercicio físico reduce el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y de muerte prematura, sólo la mitad de los estadounidenses realiza la cantidad recomendada de actividad aeróbica.
4. Beber alcohol en exceso: El consumo excesivo de alcohol puede aumentar el riesgo de infarto, insuficiencia cardíaca y muerte. El consumo excesivo de alcohol puede dañar el corazón incluso antes de que aparezcan los síntomas.
5. Depresión: Los adultos con un trastorno depresivo o con síntomas de depresión tienen un 64% más de riesgo de desarrollar una enfermedad coronaria.
6. Obesidad: El sobrepeso o la obesidad están relacionados con varios factores que aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, como la diabetes y la hipertensión arterial.
7. Las enfermedades del corazón son las responsables de la mayoría de las muertes en todo el mundo, tanto en hombres como en mujeres de todas las razas.

ESTADÍSTICAS

- En 2018, 30,3 millones de adultos estadounidenses fueron diagnosticados con enfermedades del corazón. Cada año,

alrededor de 647.000 estadounidenses mueren de enfermedades del corazón, lo que la convierte en la principal causa de muerte en los Estados Unidos. Las enfermedades del corazón causan 1 de cada 4 muertes.

- Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), aproximadamente cada 40 segundos un estadounidense sufre un ataque al corazón. Cada año, 805.000 estadounidenses sufren un ataque al corazón, 605.000 de ellos por primera vez.
- Aproximadamente el 12% de las personas que sufren un ataque al corazón morirán a causa de él.
- La enfermedad coronaria, una obstrucción de las arterias que suministran sangre al corazón, es el tipo más común de enfermedad cardíaca. La enfermedad coronaria afecta a unos 18,2 millones de estadounidenses de 20 años o más, y mató a casi 366.000 en 2017.
- Las enfermedades del corazón son la primera causa de muerte para la mayoría de los grupos raciales y étnicos. En 2015, fue responsable del 23,7% de las muertes en personas blancas y del 23,5% en personas negras.