

IMPACTUL STILULUI DE VIAȚĂ ASUPRA BOLILOR CARDIOVASCULARE ȘI PROFILAXIA LOR

Ana Fuior

(Cond. șt. – Elena Ciobanu, dr. șt. med., conf. univ., cat. Igiena Generală)

Introducere. Bolile cardio-vasculare (BCV) reprezintă principala cauză de mortalitate în lume. În anul 2012 în Moldova au fost înregistrați 504,5 mii bolnavi cu maladii cardiovasculare, dintre care 69,1 mii bolnavi cu diagnostic stabilit pentru prima dată.

Scop. Estimarea impactului stilului de viață asupra BCV.

Material și metode. Au fost anchetate 30 persoane cu BCV. Vârsta medie a constituit $51,8 \pm 0,7$ ani. Parametrii înregistrați au fost: tensiunea arterială, greutatea corporală, talia, colesterolul.

Rezultate. În studiu au participat 40% femei și 60% bărbați. În rezultatul anchetării s-a stabilit că 60% din intervievați efectuau un efort fizic mediu, 30% înalt și 10% nu efectuau efort fizic. Din totalul persoanelor investigate 40% erau fumători, dintre care 25% fumau mai mult de 3 pachete de țigări în zi. 60% consumau alcool ocazional. Doar 10% din persoane practicau sportul, iar indicele masei corporale atesta la 80% dintre persoane – pre-obeizitate. Alimentația persoanelor cu BCV era săracă în legume și fructe, 90% se alimentau mixt și 10% - alimentație pur animalieră. Dintre persoanele cu BCV, 20% nu s-au adresat niciodată la cardiolog. De asemenea, 50% dintre cei chestionați au trăit situații stresante săptămânal.

Concluzii. BCV sunt cauzate în mare parte și de stilul de viață, alimentație. Diminuarea morbidității poate fi efectuată prin respectarea unui complex de măsuri de profilaxie adecvate.

Cuvinte cheie. Boli cardiovasculare, stil de viață, profilaxie.

LIFESTYLE'S IMPACT ON CARDIOVASCULAR DISEASES AND THEIR PROPHYLAXIS

Ana Fuior

(Sci. adviser: Elena Ciobanu, PhD., associate prof.; chair of General Hygiene)

Introduction. Cardiovascular diseases are the main cause of death in the world. In 2012 in the Republic of Moldova were registered: 504, 5 thousand patients that were suffering of a CV disease and 69, 1 thousand of them were diagnosed for the first time with a CVD.

Purpose. The estimation of lifestyle's impact on CVD.

Material and methods. For the realization of the goal, 30 persons with CV diseases were examined. The average age was – 51, $8 \pm 0, 7$. Registered parameters: blood pressure, body weight, height, cholesterol.

Results. In the research 40% of women and 60% men took part. After questioning we found out that 60% of persons did a medium physical effort, 30% - high and 10% didn't at all. From the whole number of investigated persons 40% were smokers and 25% of them smoke more than 3 packs of cigarettes per day. About 60% were consuming alcohol occasionally. Only 10% were practicing sport and the body mass index showed that 80% of persons were overweighted. The CV patients' alimentation was poor in vegetables and fruits, about 90% were consuming mixed food and about 10% - pure animals' production. 20% of persons that suffered from a Cardiovascular Disease never went to a cardiologist; 50% of those questioned were suffering from stress situations once a week.

Conclusions. The way of living and the alimentation also have an impact in developing the cardiovascular diseases. In order to decrease the mortality some prevention measures must be respected.

Key words. Cardiovascular diseases, lifestyle, prophylaxis.