

ASCAHIFA

[HTTPS://WWW.HIPERCOLESTEROLEMIAFAMILIAR.ORG](https://www.hipercolesterolemiafamiliar.org)



>>> ASCAHIFA EN LA JORNADA DE LÍPIDOS Y SALUD EN EL CLÍNIC

El día 30 de junio en el Campus del Clínic de Barcelona, ASCAHIFA participó a la Jornada de lípidos y salud organizada por la asociación Cardioalianza, con Tomás Fajardo al frente. Junto con pacientes de otras asociaciones como Síndrome de Quilomicronèmia Familiar (SQM) y Déficit de Lipasa Ácida Lisosomal (LAL-D), intervinieron también médicos como la doctora Mercè Roqué, cardióloga del Hospital Clínic de Barcelona, el doctor Emilio Ortega endocrinólogo de la unidad de lípidos y riesgo vascular del mismo hospital y el doctor Lluís Masana, director la Unidad de medicina vascular y metabolismo del Hospital Universitario de Reus. La apertura estuvo a cargo de Glòria Gálvez, secretaria de Atención Sanitaria y Participación del Departamento de Salud de la Generalitat de Cataluña. En una jornada híbrida en que se habló de lípidos (colesterol, lipoproteína A, triglicéridos), un elemento

capital en la salud cardiovascular de las personas, los especialistas explicaron conceptos importantes de las dislipidemias, insistieron en la importancia de la detección temprana de las enfermedades con las pruebas existentes y

dieron cifras y porcentajes de pacientes afectados con enfermedades cardiovasculares.

Para visionar la grabación de la jornada, haz clic en el siguiente [enlace](#).



HABLEMOS DE LOS MEDICAMENTOS: DECIDAMOS JUNTOS



El Plan integral de la política del medicamento (PIPMED) ha impulsado un proceso participativo donde, después de recoger la visión de los profesionales, se ha pedido la participación de la ciudadanía. Se quieren recoger percepciones, experiencias, preocupaciones y propuestas ciudadanas en relación con los principales retos presentes y futuros de la política del medicamento en Cataluña. Después de sesiones deliberativas que han tenido lugar entre el 22 de septiembre y el 22 de octubre, se ha podido hacer una compilación de propuestas. Se prevé que haya un retorno a la ciudadanía a principios de año.

>>> 24 SEPTIEMBRE: DIA HF

Como cada 24 de septiembre, ASCAHIFA ha llevado a cabo actividades en el marco del Día Internacional de la Hipercolesterolemia Familiar. En el Hospital Sant Joan de Reus, con una mesa informativa, y en el Ayuntamiento de Ulldecona con dos charlas: “¿Por qué tenemos que saber qué colesterol tenemos?” a cargo de la Dra. Núria Plana Gil y, “Hábitos de vida saludables en la población”, a cargo de la Dra. Mónica Bellver Ricagni y la Enf. Neus Bel Berga. ASCAHIFA agradece la colaboración del Ayuntamiento de Ulldecona y el Hospital Universitario de Sant Joan de Reus.



EL ESTILO DE VIDA COMO MEDICINA: MENOS CONSEJOS Y <<< MÁS PRESCRIPCIÓN

Con motivo de las 28 jornadas de la Red de Unidades de Lípidos y de arteriosclerosis celebradas en Barcelona el 1 y 2 de octubre, la dietista-nutricionista Cèlia Rodríguez Borjabad defendió que hay que superar consejos genéricos como «comer mejor» o «hacer ejercicio». El estilo de vida no está formado por hábitos aislados, sino por una exposición acumulada a lo largo de la vida que condiciona la salud cardiovascular. Según la especialista, se requiere una prescripción estructurada con dosis, pauta, seguimiento y objetivos SMART concretos para transformar las intenciones en resultados reales. Para leer la presentación haz clic en este [enlace](#).



>>> CUIDAR LOS HÁBITOS DE VIDA: UNA PARTE ESENCIAL DEL CONTROL DE LA HF

Con motivo del día del HF, en la charla “Hábitos de vida saludables en la hipercolesterolemia familiar”, la Dra. Mónica Bellver Ricagni y la Enf. Neus Bel Berga expusieron los puntos que podemos modificar en nuestro estilo de vida. La alimentación y la calidad de las grasas, la actividad física y el sedentarismo, el tabaco, el alcohol y el peso corporal, la presión arterial, la diabetes son factores que podemos modificar para reducir la exposición a LDL. Para leer la presentación haz clic en este [enlace](#).