

Un major nombre de pulsacions del cor s'associa amb més risc de mort

- ***El risc de mort per qualsevol causa s'incrementa un 30% per cada increment de 10 pulsacions per minut a partir de les 70 pulsacions per minut***
- ***L'estudi, liderat per investigadors de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques, ha analitzat dades de més de 10.000 participants en l'estudi REGICOR per a establir la relació entre el ritme cardíac i el risc de malaltia cardiovascular i mort***
- ***Es tracta d'un indicador senzill de mesurar, que també proporciona informació sobre el risc de presentar malaltia cardiovascular. El treball es publica a la revista European Journal of Preventive Cardiology***

Barcelona, 26 d'octubre de 2021. – Tenir **més de 70 pulsacions per minut** es relaciona amb un major risc **de desenvolupar una malaltia cardiovascular i mort**, segons els resultats d'un estudi liderat per investigadors del Grup de recerca en Epidemiologia i Genètica Cardiovascular de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM-Hospital del Mar), que publica la revista *European Journal of Preventive Cardiology*. El treball ha analitzat dades de més de **10.000 persones**, fet que ha permès identificar l'increment de les pulsacions com una manera per a obtenir informació sobre el risc de desenvolupar aquest tipus de patologies.

Els investigadors van analitzar dades de 10.466 participants en l'estudi REGICOR (Registre Gironí del Cor). Se'ls van mesurar, a través d'electrocardiograma, les **pulsacions després de cinc minuts de repòs** i se'ls va realitzar seguiment de forma regular durant més de 10 anys per a avaluar el seu estat de salut. 1.398 d'ells van morir durant el període de duració de l'estudi i gairebé un miler (962) van presentar un problema de salut cardiovascular. L'estudi ha utilitzat les dades del programa d'anàlisi de dades per a la recerca i la innovació en salut (PADRIS) de la Generalitat de Catalunya.

Més risc a partir de 70 pulsacions/minut

Aquest seguiment ha permès establir que existeix una relació entre un **major nombre de pulsacions** i un increment del risc de desenvolupar malalties cardiovasculars i mortalitat. En concret, l'estudi ha situat en 70 pulsacions per minut el llindar a partir del qual creix aquesta possibilitat. Per sobre d'aquesta xifra augmenta un 30% per cada increment de 10 pulsacions per minut.

"La relació entre major nombre de pulsacions i major risc de mortalitat ja s'havia observat en altres poblacions. Però aquest és el primer estudi realitzat a la nostra població. A més, observem que la relació apareix a freqüències cardíques per sobre de 70 batecs per minut", explica el Dr. Roberto Elosua, investigador principal de l'estudi i de l'IMIM. El treball dels investigadors ha permès situar de forma concreta aquesta xifra i relacionar-la amb l'increment del risc de morir a 10 anys, ***"és a dir, de mitjana, les persones que tenen 80 batecs per minut en repòs tenen un 30% més de risc de morir en els pròxims 10 anys comparat amb les persones que tenen 70 batecs per minut"***, afegeix el Dr. Albert Clará, cap del Servei d'Angiologia i Cirurgia Vasculard de l'Hospital del Mar i signant de l'estudi.

Els resultats indiquen que un indicador senzill com les pulsacions pot proporcionar informació útil sobre el risc de presentar malalties cardiovasculars o mort en els pròxims 10 anys. En aquest sentit, el Dr. Roberto Elosua apunta ***"a evitar el consum de substàncies estimulants o promoure la pràctica d'activitat física o de meditació com a activitats que ens poden ajudar a reduir el nombre de pulsacions"***. El control del nombre de pulsacions respon a les necessitats del nostre organisme a cada moment i està regulat per una part del sistema nerviós que s'anomena autònom, amb dos tipus d'activitat principals, el simpàtic, que activa i incrementa les pulsacions, i, el vago, que les redueix.



Institut Hospital del Mar
d'Investigacions Mèdiques

Nota de premsa

A l'estudi han participat també investigadors del CIBER de Malalties Cardiovasculars (CIBERCV), la Universitat de Vic-Central de Catalunya, la Universitat Autònoma de Barcelona, l'IDIAP Jordi Gol, l'IDIBGI i l'Hospital Germans Trias i Pujol.

Article de referència

Puig E, Clará A, Pérez S, Degano IR, Subirana I, García-García C, Martí R, Ramos R, Marrugat J, Elosua R. *Resting heart rate, cardiovascular events, all-cause mortality: the REGICOR study.* European Journal of Preventive Cardiology 2021. doi: [10.1093/eurjpc/zwab148](https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwab148)

Més informació

Servei de Comunicació IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 mcalsina@imim.es, David Collantes 600402785 dcollantes@hospitaldelmar.cat