

Un mayor número de pulsaciones del corazón se asocia con mayor riesgo de muerte

- ***El riesgo de muerte por cualquier causa se incrementa un 30% por cada incremento de 10 pulsaciones por minuto a partir de las 70 pulsaciones por minuto***
- ***El estudio, liderado por investigadores del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas, ha analizado datos de más de 10.000 participantes en el estudio REGICOR para establecer la relación entre el ritmo cardíaco y el riesgo de enfermedad cardiovascular y muerte***
- ***Se trata de un indicador sencillo de medir, que también proporciona información sobre el riesgo de presentar enfermedad cardiovascular. El trabajo lo publica la revista European Journal of Preventive Cardiology***

Barcelona, 26 de octubre de 2021. – Tener **más de 70 pulsaciones por minuto** se relaciona con un mayor riesgo **de desarrollar una enfermedad cardiovascular y muerte**, según los resultados de un estudio liderado por investigadores del Grupo de investigación en Epidemiología y Genética Cardiovascular del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM-Hospital del Mar), que publica la revista *European Journal of Preventive Cardiology*. El trabajo ha analizado datos de más de **10.000 personas**, hecho que ha permitido identificar el incremento de las pulsaciones como un medio para obtener información sobre el riesgo de desarrollar este tipo de patologías.

Los investigadores analizaron datos de 10.466 participantes en el estudio REGICOR (Registre Gironí del Cor). Se les midieron, a través de electrocardiograma, las **pulsaciones tras cinco minutos de reposo** y se les realizó seguimiento de forma regular durante más de 10 años para evaluar su estado de salud. 1.398 de ellos murieron durante el período de duración del estudio y casi un millar (962) presentaron un problema de salud cardiovascular. El estudio ha utilizado los datos del programa de analítica de datos para la investigación y la innovación en salud (PADRIS) de la Generalitat de Catalunya.

Más riesgo a partir de 70 pulsaciones/minuto

Este seguimiento ha permitido establecer que existe una relación entre un **mayor número de pulsaciones** y un incremento del riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares y mortalidad. En concreto, el estudio ha situado en 70 pulsaciones por minuto el umbral a partir del cual crece esta posibilidad. Por encima de esta cifra aumenta un 30% por cada incremento de 10 pulsaciones por minuto.

"La relación entre mayor número de pulsaciones y mayor riesgo de mortalidad ya se había observado en otras poblaciones. Pero este es el primer estudio realizado en nuestra población. Además, observamos que la relación aparece a frecuencias cardíacas por encima de 70 latidos por minuto", explica el Dr. Roberto Elosua, investigador principal del estudio y del IMIM. El trabajo de los investigadores ha permitido situar de forma concreta esta cifra y relacionarla con el incremento del riesgo a morir a 10 años, ***"es decir, de promedio, las personas que tienen 80 latidos por minuto en reposo tienen un 30% más riesgo de morir en los próximos 10 años comparado con las personas que tienen 70 latidos por minuto"***, añade el Dr. Albert Clará, jefe del Servicio de Angiología y Cirugía Vasculardel Hospital del Mar y firmante del estudio.

Los resultados señalan que un indicador sencillo como las pulsaciones puede proporcionar información útil sobre el riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares o muerte en los próximos 10 años. En este sentido, el Dr. Roberto Elosua apunta ***"a evitar el consumo de sustancias estimulantes o promover la práctica de actividad física o de meditación como actividades que nos pueden ayudar a reducir el número de pulsaciones"***. El



Institut Hospital del Mar
d'Investigacions Mèdiques

Nota de premsa

control del número de pulsaciones responde a las necesidades de nuestro organismo en cada momento y está regulado por una parte del sistema nervioso que se llama autónomo, con dos tipos de actividad principales, el simpático, que activa y aumenta las pulsaciones, y, el parasimpático, que las reduce.

En el estudio han participado también investigadores del CIBER de Enfermedades Cardiovasculares (CIBERCV), la Universitat de Vic-Central de Catalunya, la Universitat Autònoma de Barcelona, el IDIAP Jordi Gol, el IDIBGI y el Hospital Germans Trias i Pujol.

Artículo de referencia

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)

Más información

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