



American  
Heart  
Association.

## Hoja de Datos de la Actualización de Estadísticas de Enfermedades Cardíacas y Ataques o Derrames Cerebrales del 2025 Salud Cardiovascular

### Resumen de la Salud Cardiovascular (CVH) de Todos los Estadounidenses

- La salud cardiovascular (CVH, por sus siglas en inglés), como lo define Life's Essential 8 de la American Heart Association (Asociación Americana del Corazón), incluye la dieta, la actividad física (AF), la exposición a la nicotina, la salud del sueño, el índice de masa corporal (IMC), los lípidos en sangre, la glucemia y la presión arterial (PA).
- Para la mayoría de los componentes de la CVH entre el 2013 y marzo del 2020, la media de las puntuaciones fue más alta en los niños estadounidenses (dentro de los rangos etarios correspondientes de los componentes) que en los adultos estadounidenses ( $\geq 20$  años), con la excepción de la puntuación de la dieta y de la salud del sueño, ya que la media de estas puntuaciones fue más baja en los niños que en los adultos. La media de las puntuaciones de la dieta fue la más baja entre los 8 componentes de la CVH tanto en el caso de los niños como en el caso de los adultos estadounidenses.

### La CVH en Niños

- Entre los niños estadounidenses desde el 2013 hasta marzo del 2020, la PA, la glucemia y la exposición a la nicotina fueron los componentes de la CVH que obtuvieron las puntuaciones más altas, con todas las puntuaciones medias en los 80 y los 90 (de 100 puntos como puntuación ideal) en todos los grupos raciales y étnicos. Por el contrario, la media de las puntuaciones de AF, lípidos y salud del sueño en los rangos etarios correspondientes se encontraba dentro de los 70 puntos en todos los grupos raciales y étnicos.
- Desde el 2013 hasta marzo del 2020, la puntuación de la CVH en general, si se consideran las puntuaciones de salud de los 8 componentes, era, en promedio, de 73.6 para todos los niños estadounidenses entre los 16 y los 19 años. La media de la puntuación de la CVH general correspondiente fue de 78.4 en el caso de los niños asiáticos no hispanos (NH), de 74.1 en los de raza blanca NH, de 72.7 en los mexicoestadounidenses y de 71.3 en los de raza negra NH.

### La CVH en Adultos

- Desde el 2013 hasta marzo del 2020, entre los adultos estadounidenses, la media más baja de las puntuaciones para la CVH se observó en los componentes de la dieta, la AF y el IMC, con una media de las puntuaciones que variaba de los 30 a los 50 puntos en todas las categorías raciales y étnicas. Las puntuaciones de la salud del sueño eran las más altas entre los componentes de la CVH en los adultos estadounidenses, con una media de las puntuaciones en los 80 puntos en todos los grupos raciales y étnicos, con la excepción de la población de los adultos de raza negra NH, quienes obtuvieron una media de puntuación de 75.6. La media de las puntuaciones para los lípidos en sangre, la glucemia y la PA entre los adultos estadounidenses se encontraba entre los 60 y los 70 puntos en todas las categorías raciales y étnicas.

A menos que se indique lo contrario, todas las estadísticas de esta hoja de datos corresponden a los Estados Unidos. Consulta la publicación de Estadísticas completa para obtener referencias e información adicional sobre estas estadísticas.

©2025 American Heart Association, Inc. Todos los derechos reservados. Se prohíbe el uso no autorizado.

- Desde el 2013 hasta marzo del 2020, la media de la puntuación de la CVH en general fue de 65.2 para todos los adultos estadounidenses, con una media de puntuación de 69.6 en el caso de los adultos asiáticos NH, de 66.0 en los de raza blanca NH, de 63.5 en los mexicanoestadounidenses y de 59.7 en los de raza negra NH.

### Componentes de la CVH y Raza

- Las siguientes estadísticas comparan estos grupos raciales/étnicos: raza negra NH, raza blanca NH, asiáticos NH y mexicanoestadounidenses. Para todas las categorías de CVH que se indican a continuación, las puntuaciones más altas demuestran condiciones más óptimas de la CVH.
- Entre los componentes de la CVH desde el 2013 hasta marzo del 2020 (del 2013 al 2018 para el componente de la dieta) en los niños estadounidenses:
  - Las puntuaciones de la dieta fueron las más altas en los niños asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de la AF fueron las más altas en los niños de raza blanca NH.
  - Las puntuaciones de la exposición a la nicotina fueron las más altas en los niños asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de la salud del sueño fueron las más altas en los niños de raza blanca NH.
  - Las puntuaciones del IMC fueron las más altas en los niños asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de los lípidos en sangre fueron las más altas en los niños de raza negra NH.
  - Las puntuaciones de la glucemia fueron las más altas en los niños de raza blanca NH.
  - Las puntuaciones de la PA fueron las más altas en los niños asiáticos NH.
- Entre los componentes de la CVH desde el 2013 hasta el 2020 (entre el 2013 y el 2018 para el componente de la dieta) en los adultos estadounidenses:
  - Las puntuaciones de la dieta fueron las más altas en los adultos asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de la AF fueron las más altas en los adultos asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de la exposición a la nicotina fueron las más altas en los adultos asiáticos NH.
  - Las puntuaciones de la salud del sueño fueron las más altas en los adultos asiáticos NH.
  - Las puntuaciones del IMC fueron las más altas en los adultos de raza blanca NH.
  - Las puntuaciones de los lípidos en sangre fueron las más altas en los adultos de raza negra NH.
  - Las puntuaciones de la glucemia fueron las más altas en los adultos de raza blanca NH.
  - Las puntuaciones de la PA fueron las más altas en los adultos mexicanoestadounidenses.

Las hojas informativas, infografías y publicaciones actuales y anteriores de Actualización de Estadísticas pueden descargarse en el siguiente enlace:

[Heart and Stroke Association Statistics | American Heart Association](#) (Sitio web en inglés).

Muchas estadísticas de esta hoja de datos provienen de tabulaciones no publicadas compiladas para el documento de Actualización de Estadísticas y se pueden citar mediante la cita del documento que se indica a continuación. Las fuentes de datos utilizadas para las tabulaciones se enumeran en el documento completo. Además, algunas estadísticas provienen de estudios publicados. Si citarás alguna de las estadísticas de esta hoja de datos, revisa por completo el documento de Estadísticas sobre Enfermedades Cardíacas y Ataques o Derrames Cerebrales para determinar las fuentes de datos y las citas originales.

La American Heart Association solicita que se cite el documento completo de la siguiente manera:

Martin SS, Aday AW, Allen NB, Almarzooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Bansal N, Beaton AZ, Commodore-Mensah Y, Currie ME, Elkind MSV, Fan W, Generoso G, Gibbs BB, Heard DG, Hiremath S, Johansen MC, Kazi DS, Ko D, Leppert MH, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Parikh NI, Perman SM, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, Springer MV, St-Onge M-P, Thacker EL, Urbut SM, Van Spall HGC, Voeks JH, Whelton SP, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Palaniappan LP; en nombre del Comité de Estadísticas de Epidemiología y Prevención, y del Comité de Estadísticas de Ataques o Derrames Cerebrales de la American Heart Association (Asociación Americana del Corazón). 2025 Heart disease and stroke statistics: a report of US and global data from the American Heart Association. *Circulation*. Publicado en línea el 27 de enero del 2025.

Envía todas las consultas de los medios de comunicación al Departamento de Relaciones con los Medios de Comunicación en <http://newsroom.heart.org/newsmedia/contacts> (Sitio web en inglés).