

# Enfermedades cardiovasculares son segunda causa de muerte en la región

Las defunciones por estas patologías se ubican sólo por debajo del cáncer, según el DEIS. En el Mes del Corazón el llamado es a prevenirlas.

Ricardo Muñoz Espinoza  
 rmuñoz@estrellanorte.cl

## 710

personas fallecieron en la región por enfermedades cardiovasculares durante 2021.

Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en Chile. De acuerdo con los datos del Departamento de Estadísticas e Información de Salud (DEIS) del Minsal, el 2021 (año más reciente registrado para el conteo de estas cifras) se contabilizaron 31.729 defunciones esta causa en todo el país.

En el caso de la Región de Antofagasta las cifras son concordantes al panorama nacional, anotando en 2021 un total de 710 decesos por esta causa, siendo sólo superadas por las muertes por distintos tipos de cáncer en la zona (830).

A eso se agrega que de acuerdo al Minsal, casi el 30% de los pacientes más críticos con Covid-19 mantenían este tipo de enfermedades como su principal comorbilidad.

Con ello en cuenta es que nuevamente surge la importancia de conocer los cuidados que se deben tener -sobre todo en adultos mayores- y los riesgos que implican

este tipo de enfermedades al sistema circulatorio, algo que habitualmente es reiterado internacionalmente durante agosto, mes que es conocido por ser el "del corazón". Esto con el objetivo de tomar conciencia de esta patología.

Es por eso que el cardiólogo de la Unidad de Telemedicina del Hospital Clínico de la Universidad de Antofagasta (HCUA), Lucio León reafirma la importancia que se debe tener en la prevención.

"Los factores de riesgo cardiovascular se dividen en dos categorías: no modificables, como la edad, el sexo y los antecedentes familiares; y modificables, como la hipertensión, niveles elevados de colesterol, diabetes, tabaquismo, sedentarismo y obesidad. Es crucial intervenir en estos últimos para re-



ESPECIALISTAS LLAMAN A REDUCIR LOS FACTORES DE RIESGO COMO EL SEDENTARISMO, OBESIDAD O TABAQUISMO.

ducir el riesgo de sufrir un evento cardiovascular", explica el doctor León.

Para el especialista también es importante en diferenciar un infarto al corazón, un accidente vascular y la insuficiencia cardíaca, señalando que, si bien todas afectan al sistema cardiovascular, las causas y manifesta-

ciones son diferentes.

Por ejemplo, entre los síntomas más comunes de un infarto al corazón, León menciona el dolor intenso en el pecho, sudoración, palidez y falta de aire, indicando que este dolor puede extenderse a los brazos, cuello o mandíbula, requiriendo atención médica urgente.

Sin embargo y pese a su alta prevalencia en el país, este tipo de enfermedades son prevenibles si es que el paciente mantiene un estilo de vida más saludable.

"El ejercicio regular, una dieta equilibrada, la abstinencia del tabaco y el manejo del estrés son cambios cruciales que, aunque difi-

les de lograr, pueden significar una vida más sana y larga", afirma.

Finalmente, el especialista advierte que la exposición a contaminación, metales pesados (como arsénico, plomo o cadmio) agravan las condiciones de los pacientes y hasta podrían aumentar la mortalidad. ☺

## Escuelas se quedan con la final