



## Infartos, hipertensión y diabetes cada vez más tempranas

**E**l reciente fallecimiento del futbolista uruguayo Juan Izquierdo, quien colapsó en pleno partido, ha puesto en evidencia un problema creciente: las afecciones cardiacas en personas cada vez más jóvenes. El caso del deportista su deceso obedeció a un infarto producto de una arritmia, una afección que también ha ido ganando terreno en Chile.

Tradicionalmente, se consideraba que los infartos eran un problema de los mayores; sin embargo, los datos actuales muestran un aumento en la incidencia de infartos en menores de 45 años. Se estima que alrededor del 10% de los infartos ocurren en personas menores de 40 años, una estadística que debería preocuparnos a todos.

A nivel nacional la edad promedio para sufrir un infarto en los hombres es de 64 años, mientras que en las mujeres es de 74 años. Además, los hombres presentan una tasa de mortalidad más alta, con un 24% falleciendo antes de llegar a recibir atención hospitalaria. Para los menores de 50 años, los principales factores de riesgo para un infarto incluyen la obesidad, la falta de actividad física, el consumo de tabaco y una dieta poco saludable. En el caso de las mujeres jóvenes, el tabaquismo y el estrés emocional son factores especialmente determinantes.

Según la Organización

Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente el 36% de la población chilena padece hipertensión, superando el promedio global del 33%. Se ha observado que la hipertensión se está diagnosticando con mayor frecuencia en personas jóvenes, lo que plantea serios desafíos para la salud pública, en especial porque si bien 71% de las personas han sido diagnosticadas, solo el 59% está en tratamiento y apenas el 34% tiene su condición controlada.

Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en Chile, representando el 30% de los fallecimientos. Dentro de estas, el 30% se debe a accidentes vasculares y el 29% a infartos. Entre las principales enfermedades que afectan a los chilenos en este sentido se encuentran la hipertensión arterial, el infarto agudo de miocardio, la insuficiencia cardíaca y las enfermedades cerebrovasculares. Además, la arritmia cardíaca, especialmente la fibrilación auricular, se ha convertido en una preocupación creciente debido a su capacidad para provocar accidentes vasculares a través de la formación de coágulos que pueden migrar al cerebro.

El panorama empeora cuando consideramos factores como la diabetes, que ya se clasifica como una enfermedad cardiovascular debido al daño que provoca en los vasos arteriales. A nivel nacional esta patología tiene una prevalencia

subdiagnosticada del 13%, aunque se estima que la cifra real es aún mayor.

Los factores de riesgo más prevalentes son el sedentarismo afecta al 86,7% de la población, el 74,2% presenta malnutrición por exceso de peso, con un 40% en sobrepeso y un 34,2% en obesidad; el 27,6% de la población es hipertensa y un 33% fuma activamente, mientras que el tabaquismo pasivo afecta al 15,2%. El consumo riesgoso de alcohol está presente en el 11,7% de los chilenos. Investigaciones vincularían, además, el Covid-19 con afecciones cardiacas.

Para reducir el riesgo de infartos, especialmente en la población joven, es crucial modificar nuestras conductas. El sistema de salud ha avanzado y la implementación del GES (Garantías Explícitas en Salud) ha mejorado la atención de salud en el país. Sin embargo, mientras persistan los hábitos de vida poco saludables y la tendencia a acudir al médico solo cuando los síntomas son graves no lograremos reducir estas tasas. La falta de prevención sigue siendo un gran obstáculo en la lucha contra las enfermedades cardiovasculares por lo que cada uno debe tomar protagonismo para romper esta tendencia.

**Claudia Unda García**  
Académica de Medicina  
Universidad Andrés Bello,  
Concepción