

Editorial

Un mes para acordarse del corazón

Se ha señalado que las enfermedades cardiovasculares son la causa de casi un tercio de las defunciones en nuestro país. Anualmente en el mundo fallecen poco más de 17 millones de personas debido a enfermedades cerebro o cardiovasculares, lo que habla de la importancia que tiene el tratamiento de estos males.

Por eso, las autoridades de salud han desarrollado durante agosto actividades por el Mes del Corazón. No es para menos si se considera que las enfermedades al corazón y al sistema circulatorio se han convertido en trastornos silenciosos pero claramente mortales. Sólo en el caso de la hipertensión, uno de los principales factores de riesgo para estos males, se presenta como uno de los desafíos de salud pública más importante del país y eje para programas que buscan evitar muertes prematuras, debido a su difícil diagnóstico y a la prevalencia creciente en la población.

En Chile, mueren 45 personas al día por estas causas. Según cifras del Ministerio de Salud, en nuestro país estas enfermedades representan un 30% de las defunciones, siendo la primera causa de muerte en hombres mayores de 35 años y mujeres mayores de 50 años. A eso, se debe agregar que el 60% de los chilenos presenta entre dos a cuatro factores de riesgo, como sobrepeso, colesterol y glicemia sobre los valores normales, y la hipertensión.

Dado este panorama, con el Mes del Corazón se ha buscado crear conciencia sobre las enfermedades cardiovasculares, sus causas, efectos y prevención. En general, los médicos destacan tres aspectos que son fundamentales para cuidar este órgano: una alimentación sana, realizar actividad física adecuada y llevar una vida que controle especialmente el estrés y la presión que tiene cada día.

Sin embargo, cada uno de estos puntos plantea desafíos en términos de salud, como también en políticas que ayuden a promover la vida sana. El Estado está trabajando en el control y rotulación de alimentos, poniendo especial atención en el sodio, por ejemplo. Pero

es sólo uno de todos los pasos que se deben recorrer en este largo camino por prevenir las enfermedades cardiovasculares.

Los expertos señalan que el principal riesgo de la enfermedad cardiovascular es que usualmente no presenta síntomas y que los hábitos cada vez más sedentarios de las personas, así como la mala alimentación y estimulantes adquieren relevancia en las causas de esas patologías.

Las enfermedades al corazón y al sistema circulatorio se han convertido en trastornos silenciosos pero claramente mortales. Sólo en el caso de la hipertensión, uno de los principales factores de riesgo se presenta como uno de los desafíos de salud pública más importante del país y eje para programas que buscan evitar muertes prematuras, debido a su difícil diagnóstico y a la prevalencia creciente en la población.

Nuestra Región del Biobío tiene tasas de mortalidad que están por sobre el promedio nacional. La incidencia de estas patologías en adultos jóvenes se ha incrementado de forma rápida, si se consideran las cifras de coronariografías, angioplastias y cirugías cardíacas realizadas a pacientes de esas edades en el Hospital Regional Guillermo Grant Benavente. Hasta hace unos años, el 2% de las coronariografías o exámenes que permiten visualizar las arterias, correspondían a adultos jóvenes, pero en la actualidad, en ese centro asistencial éstos representan el 6%. Y las cirugías coronarias para ese segmento crecieron del 1% a más del 4%, lo que es preocupante porque de no haber cambios se podría transformar en una tendencia.

El consumo de tabaco, la presencia de estrés crónico, ingesta excesiva de alcohol y de sal, colesterol elevado, sedentarismo, presencia de hipertensión arterial, obesidad y diabetes, son las principales causas de los problemas coronarios. Todos ellos están directamente ligados a un estilo de vida y conductas poco saludables.

Las enfermedades cardiovasculares representan un 30% de las defunciones y son la primera causa de muerte en hombres mayores de 35 y en mujeres mayores de 50 años.