

# Infartos

Es lamentable ver cómo salen a la luz nuevos casos de personas jóvenes que sufren infartos al miocardio, en aquellos que están en el rango entre 35 a 44 años de edad, e incluso menores. Antes se consideraba que el cuidado del corazón era una preocupación sólo para los adultos mayores de 65 años, pero hoy ya se habla de la importancia de tomar conciencia a temprana edad y de fomentar las conductas de autocuidado de manera preventiva. El estilo de vida actual característicamente poco saludable, con una dieta desequilibrada, el sedentarismo y los altos niveles de estrés, han contribuido al desarrollo de enfermedades cardíacas de manera

más prematura. El consumo de tabaco, alcohol y drogas es otro factor de riesgo. Asimismo, padecer enfermedades como la obesidad, diabetes, hipertensión, hipercolesterolemia o contar con antecedentes genéticos de enfermedades cardíacas, son parte de la riesgosa ecuación. Si bien los infartos en personas jóvenes son menos comunes y frecuentes que en los adultos mayores, pueden ocurrir igualmente y tienen relación con factores de riesgo significativos.

**JORGE TORRES**