

## Mes del Corazón:

# La prevención es clave para hacer frente a la mayor causa de muerte en Chile

- Las enfermedades al sistema circulatorio fueron la principal causa de muerte en Chile en 2023, mientras que los datos apuntan a un alza de infartos al miocardio en la población adulta joven.
- Por ello, es indispensable que los pacientes tomen conciencia y consulten a especialistas, para una detección temprana de la enfermedad cardiovascular y conocer si se benefician de un tratamiento con ácido acetilsalicílico.

En el marco del Mes del Corazón surge la necesidad de reflexionar sobre la importancia de prevenir las enfermedades cardiovasculares, como por ejemplo la enfermedad cardiovascular aterosclerótica, provocada por la acumulación de placas de grasa en las arterias, y cómo se puede prevenir un evento cardiovascular con un tratamiento diario con ácido acetilsalicílico.

La detección temprana de enfermedades cardiovasculares jugaría un rol central en el país, dado que el Departamento de Estadísticas e Información de Salud (DEIS) reveló que, en 2023, las enfermedades del sistema circulatorio se consolidaron como la principal causa de muerte en Chile. Al mismo tiempo, diferentes indicadores nacionales han detectado un aumento de infartos agudos al miocardio en adultos jóvenes, específicamente, en el rango de 30 a 49 años.

Esto no solo está sucediendo en Chile: numerosos estudios internacionales alertan sobre un alza de infartos agudos al miocardio en población joven en países como Estados Unidos y España. En respuesta a esta preocupante situación, la actualización de las guías de prevención primaria del American

College of Cardiology/American Heart Association entrega importantes recomendaciones. Entre ellas, destaca el tratamiento con dosis bajas de ácido acetilsalicílico para adultos de 40 a 70 años con un alto riesgo de evento cardiovascular.

“Estos datos subrayan la urgencia de expandir la perspectiva sobre la prevención de estas enfermedades. Necesitamos adoptar medidas que involucren tanto a la comunidad médica como a la población general para mitigar el impacto de las enfermedades cardiovasculares”, subrayó la Dr. Paola Varleta, presidenta de la Fundación de la Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular (SOCHICAR). La profesional agregó que “la detección temprana de estas dolencias es un desafío médico a

nivel mundial. Debemos enfrentarlo de forma íntegra y a la luz de las nuevas revisiones y descubrimientos científicos para indicar un tratamiento eficaz en la reducción de riesgos”.

Los cuidados como paciente

Junto a los descubrimientos e innovaciones médicas para la detección temprana de riesgo cardiovascular, los cuidados personales de cada paciente también son indispensables como medida preventiva, sobre todo en aquellas personas que presenten factores de riesgo como tabaquismo, hipertensión arterial y colesterol elevado.

Por ello, desde la Fundación SOCHICAR recomiendan llevar una vida saludable partiendo en una temprana edad, desarrollar actividad física

y mantener una alimentación balanceada. Hay que tener en cuenta que la formación de placas de colesterol en los vasos sanguíneos puede comenzar durante la juventud en personas sedentarias, con malos hábitos alimenticios o con algunos de los factores de riesgo mencionados previamente.

Asimismo, es necesario que cada paciente esté informado sobre su historial familiar de enfermedades cardiovasculares y se realice chequeos preventivos con especialistas. Para disminuir el riesgo de eventos cardiovasculares, su médico le entregará indicaciones de estilo de vida y tratamiento para controlar la presión arterial, estatinas para reducir los niveles de colesterol y ácido acetilsalicílico, si el resultado de los exámenes lo amerita.

