

## EDITORIAL

# Un enemigo silencioso

**E**l 17 de mayo se conmemora el Día Mundial de la Hipertensión, una jornada que anualmente apunta a fomentar la conciencia en la población global sobre la importancia de prevenir, diagnosticar y controlar la hipertensión arterial. Esta condición, silenciosa pero peligrosa, afecta a millones de personas en todo el mundo y es un factor de riesgo clave para enfermedades cardiovasculares, renales y otras complicaciones graves de salud.

Según la “Sexta Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez 2022” realizada por la Universidad Católica y Caja Los Andes, un 53% de los adultos mayores de Chile padecen de hipertensión. Esta cifra es preocupante, pues revela que más de la mitad de nuestros mayores viven con una condición que, si bien puede ser manejada con medicación, dieta y estilo de vida saludable, sigue representando un ries-

go significativo para su bienestar. La casi totalidad de estos pacientes están medicados, lo que subraya la dependencia de tratamientos farmacológicos para mantener su salud, y destaca la



**La hipertensión, también conocida como presión arterial alta, es una enfermedad que no suele mostrar síntomas evidentes”.**

necesidad de políticas públicas efectivas y sostenibles que promuevan la prevención y el control de la hipertensión.

La hipertensión, también conocida como presión arterial alta, es una enfermedad que no suele mostrar síntomas eviden-

tes, lo que la convierte en un “asesino silencioso”. Sin un control adecuado, puede llevar a complicaciones graves como accidentes cerebrovasculares, infartos y daño renal. Por ello, es crucial que las personas conozcan sus cifras de presión arterial y adopten medidas preventivas, tales como llevar una dieta equilibrada baja en sodio, mantener un peso saludable, realizar actividad física regularmente y evitar el consumo excesivo de alcohol y tabaco.

Es fundamental que la sociedad tome conciencia sobre la gravedad de esta enfermedad. Nuevamente las campañas de educación y prevención son claves, a lo que se suma necesidad de mejorar el acceso a servicios de salud para diagnóstico y tratamiento de la hipertensión, asegurando que todas las personas, independientemente de su edad o condición económica, puedan recibir la atención que necesitan.