



# Infarto en mujeres: síntomas distintos que pueden salvar vidas

**Matiz.** Especialistas alertan que el ataque cardíaco femenino suele manifestarse con señales más sutiles que en hombres.

En Chile, las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en mujeres, superando incluso al cáncer de mama, según datos del Ministerio de Salud y el Instituto Nacional de Estadísticas. Sin embargo, la sociedad aún subestima este riesgo y desconoce que el infarto en mujeres puede presentarse de forma muy diferente al patrón clásico asociado a los hombres.

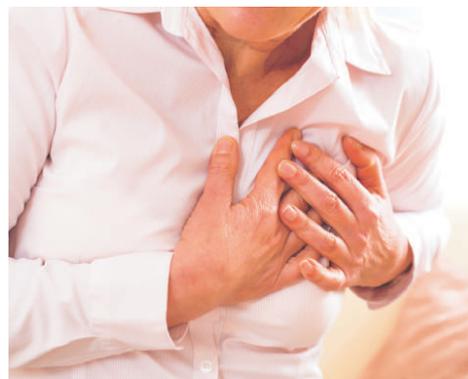
Michel Garat, director de la carrera de Enfermería Campus República de la Universidad Andrés Bello, explica que

mientras el imaginario colectivo vincula el infarto con un dolor intenso en el pecho irradiado al brazo izquierdo, en las mujeres los síntomas suelen ser más insidiosos y vagos. "Pueden experimentar fatiga extrema, falta de aire, náuseas, mareos, dolor en la mandíbula, cuello, parte superior de la espalda o molestias digestivas, señales que en muchos casos se manifiestan días o semanas antes del evento agudo", detalla.

La evidencia científica internacional, publicada en bases

como PubMed, confirma que estas diferencias responden a factores biológicos y al histórico sesgo en la investigación cardiovascular, conocido como síndrome de Yentl, que ha priorizado el estudio de los síntomas masculinos. Esto ha derivado en protocolos de diagnóstico poco sensibles a la presentación femenina, aumentando el riesgo de mortalidad.

En promedio, las mujeres sufren infartos diez años después que los hombres, coincidiendo con la disminución de la protección hormonal tras la menopausia. Garat destaca que la prevención es clave. "Llevar una dieta equilibrada rica en frutas, verduras, legumbres y pescado; reducir



Los síntomas de un infarto femenino pueden ser vagos. / GENTILEZA

grasas saturadas y sal; realizar actividad física al menos 150 minutos por semana; controlar la presión arterial, la glucosa y el colesterol; dejar de fumar; y realizar chequeos médicos regulares, sobre todo si existen antecedentes familiares", recomienda el docente.

El llamado es a no ignorar síntomas como fatiga in-

usual, dificultad para respirar sin causa aparente o dolor en zonas atípicas. Ante cualquier sospecha, es esencial llamar de inmediato a los servicios de emergencia, porque el tiempo, en estos casos, es músculo cardíaco.

El especialista plantea que es urgente fortalecer la educación en salud cardiovascular



"(Las mujeres) Pueden experimentar fatiga extrema, falta de aire, náuseas, mareos, dolor en la mandíbula, cuello, parte superior de la espalda o molestias digestivas".

**MICHEL GARAT**  
Académico de la UNAB

con enfoque de género, capacitando a profesionales para identificar signos atípicos y desarrollando campañas públicas que derriben el mito del infarto como "cosa de hombres". "Las enfermedades cardiovasculares no tienen género, pero se manifiestan distinto. Conocer esas diferencias puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte", concluye Garat.

**PUBLIMETRO**