

EDITORIAL

Salud cardiovascular

Al concluir agosto, Mes del Corazón, es fundamental reflexionar sobre la salud cardiovascular y los desafíos que enfrenta nuestro país. En Chile, las enfermedades del corazón siguen siendo la principal causa de muerte, representando cerca del 27% de los decesos anuales. Hipertensión, colesterol elevado, diabetes, tabaquismo y sedentarismo continúan siendo factores de riesgo persistentes, y aunque los avances en prevención y tratamiento son evidentes, queda mucho por hacer para mejorar la salud cardiovascular de la población.

Durante este mes, diversas campañas nacionales destacaron la importancia de los controles médicos regulares, la alimentación saludable y la actividad física constante. Sin embargo, el verdadero impacto del Mes del Corazón no reside únicamente en los mensajes difundidos, sino en la capacidad de la

ciudadanía de mantener estas prácticas a lo largo del año.

La prevención efectiva requiere un compromiso diario, desde revisar la presión arterial hasta fomen-



Agosto nos recuerda que cuidar el corazón es una responsabilidad compartida y un compromiso con nuestra propia vida”.

tar hábitos de vida saludables en la familia y la comunidad.

El desafío no es solo individual. Las autoridades y la sociedad tienen un papel esencial en crear condiciones que faciliten la prevención: espacios públicos seguros para la actividad físi-

ca, campañas educativas permanentes, promoción de alimentación equilibrada y acceso a controles médicos oportunos son medidas indispensables.

La educación sobre el riesgo cardiovascular y la promoción de hábitos saludables deben ser continuas, y no limitarse a un mes de campañas, si se busca impactar de manera real y sostenida.

Agosto nos recuerda que cuidar el corazón es una responsabilidad compartida y un compromiso con nuestra propia vida. Mantener esta conciencia más allá del calendario implica motivar a quienes nos rodean, fortalecer la prevención en todos los niveles y convertir los hábitos saludables en parte de nuestra rutina diaria.

La salud cardiovascular es un patrimonio que debemos proteger, día a día, con decisiones que pueden salvar vidas y mejorar la calidad de nuestra vida presente y futura.