

2 | Viernes 22 | Agosto | 2025 | www.eha.cl

## OPINIÓN

### Infarto femenino y diferentes síntomas

**E**n Chile, las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en mujeres, superando incluso al cáncer de mama. Sin embargo, muchas aún desconocen que el infarto femenino suele presentarse con síntomas distintos y más sutiles que en los hombres, lo que retrasa el diagnóstico y pone vidas en riesgo.

El imaginario colectivo asocia el infarto a un dolor intenso en el pecho irradiado al brazo izquierdo. En las mujeres, las señales pueden ser menos evidentes, entre las que aparecen fatiga extrema, falta de aire, náuseas, mareos, dolor en la mandíbula, cuello o espalda alta, e incluso molestias digestivas. Estos síntomas pueden aparecer días o semanas antes del evento agudo.

La ciencia ha demostrado que estas diferencias responden a factores biológicos y a un sesgo histórico en la investigación cardiovascular, el llamado “síndrome de Yentl”, que ha priorizado el estudio en hombres, dejando protocolos menos efectivos para la detección femenina.

En promedio, las mujeres sufren infartos diez años más tarde que los hombres, generalmente después de la menopausia, cuando disminuye la protección hormonal. Por eso, la prevención es fundamental y resulta importante preocuparte de tener una dieta equilibrada, hacer ejercicio de forma regular, control de presión, glucosa y colesterol, evitar el tabaco y realizar chequeos periódicos, especialmente si hay antecedentes familiares.

Ante cualquier sospecha, tales como fatiga inusual, dificultad para respirar sin causa aparente o dolor en zonas atípicas, se debe acudir de inmediato a un servicio de urgencias. En estos casos, el tiempo es músculo cardíaco.

Además, urge educar a la población y capacitar al personal de salud con enfoque de género, para que estas señales no pasen desapercibidas. Los infartos no son “cosa de hombres”, y conocer sus diferencias puede salvar vidas.

**Michel Garat**  
Director de la carrera de Enfermería  
Universidad Andrés Bello

