

Enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en Chile: casi 4.500 fallecidos por infartos en 2025

Los expertos advierten sobre el aumento de infartos, los que afectan cada vez a personas más jóvenes y representan la principal causa de muerte en Chile. Además, aprovechando el mes del corazón, buscan concientizar que las mujeres presentan síntomas distintos a los hombres, lo que retrasa la atención oportuna.



► Los especialistas recomiendan realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana para ayudar a prevenir las enfermedades cardiovasculares.

Ignacia Canales

Desde hace un tiempo la tendencia no cambia: las enfermedades cardiovasculares siguen siendo la principal causa de muerte en Chile. Infartos y derrames cerebrales encabezan el listado de patologías que cada año cobran miles de vidas, un fenómeno que especialistas vinculan al envejecimiento poblacional, la obesidad y los hábitos poco saludables.

Durante agosto, el mes del corazón, los expertos han puesto el foco en los infartos, un problema que, hasta cierto punto, puede ser prevenido. Sin embargo, según el Departamento de Estadística e Información de Salud (DEIS), en lo que va del año ya han fallecido 4.474 chilenos por esta causa.

Magdalena Fariás, directora médica del Centro Nuclínic, afirma que “las cifras de mortalidad cardiovascular en el 2025 muestran un escenario preocupante: un

creciente número de muertes impulsadas por factores de riesgo crónicos como la obesidad como enfermedad”.

Además, debido al estilo de vida actual los especialistas aseguran que el tipo de paciente ha cambiado. Por ejemplo, Camila Hernández, diabetóloga y nutrióloga del Hospital de La Florida, asevera que “hoy estamos viendo personas jóvenes enfermar del corazón antes de tiempo. La preocupación no es solo un tema para mayores de 50 o 60 como era antes”.

En ese contexto, Rodrigo Alonso, codirector del Centro Avanzado de Medicina Metabólica y Nutrición de Chile, indica que “cuidar el corazón empieza por casa. Comer de manera saludable, reducir la sal y evitar ultraprocesados es una inversión directa en salud”.

Hombre y mujeres

Por otra parte, la directora médica del Centro Nuclínic afirma que entre sexos hay

una diferencia importante relativa a este problema cardiovascular: “En las mujeres los infartos muchas veces no siguen el patrón o la sintomatología clásica. Reconocer las señales atípicas puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte”.

Marianella Seguel, cardióloga del Centro de Enfermedades Cardiovasculares de la Clínica U. de los Andes coincide que “los hombres tienen una mayor incidencia de infarto miocárdico, pero la mortalidad es mayor en mujeres. En alguna estadística incluso puede duplicar la mortalidad a la de los hombres. Esto se debe principalmente a que en las mujeres el infarto se presenta a veces con síntomas atípicos, lo que no les permite consultar muy precozmente, sino que más bien en una etapa más avanzada del curso del infarto miocárdico”.

Los especialistas alertan que los síntomas de un infarto en mujeres pueden ser más sutiles y distintos al patrón clásico masculino. Mientras que en hombres suele pre-

sentarse dolor torácico intenso, en mujeres es frecuente el malestar digestivo, la falta de aire o dolor en mandíbula, cuello o espalda, sin dolor en el pecho. En ese contexto, advierten que estas diferencias retrasan el diagnóstico y la atención oportuna.

Con todo, en lo que va de 2025 han fallecido 1.686 mujeres y 2.788 hombres a causa de un infarto. En 2024, en tanto, los decesos alcanzaron a 2.845 mujeres y 4.658 hombres.

En ese contexto, los especialistas explican que la menopausia temprana, el síndrome de ovario poliquístico y la preeclampsia, junto con factores de estilo de vida como el tabaquismo y el estrés crónico, aumentan el riesgo cardiovascular en las mujeres. Por ello, recomiendan realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana, llevar una dieta rica en frutas, verduras y legumbres, reducir el consumo de sal y grasas saturadas, y mantener chequeos médicos periódicos. ●