



## Enfermedad coronaria en jóvenes: un riesgo creciente

*Por Dr. Marcelo Potthoff, cardiólogo de Clínica Alemana Osorno.*

**E**n cardiología, hablamos de "enfermedad coronaria prematura" cuando se presenta un infarto agudo antes de los 55 años en hombres y de los 65 en el caso de las mujeres. Sin embargo, cuando estos ocurren en menores de 45 años, la situación es aún más preocupante. Estudios internacionales indican que un 20% de los infartos se dan en menores de 45 años, una tendencia que se ve reflejada también en Chile, donde factores como la obesidad, hipertensión y diabetes van en alza.

Sin duda, el estilo de vida juega un papel fundamental en este aumento. El sedentarismo, la mala alimentación, el tabaquismo, el estrés crónico y el consumo de drogas, especialmente de cocaína, son factores de riesgo importantes. Esta última puede provocar infartos incluso en corazones sin lesiones previas. Además, los antecedentes familiares son cruciales, pues un paciente con un padre que sufrió un infarto antes de los 55 años tiene un riesgo mayor, aunque lleve una vida saludable.

Los síntomas de un infarto son siempre del mismo estilo: dolor en el pecho, que puede irradiar al brazo izquierdo, cuello o mandíbula, y que viene acompañado de sudor, palidez o dificultad para respirar. Sin embargo, muchos jóvenes tienden a restar-

les importancia, confundiéndolos con estrés o contracturas, lo que retrasa la consulta médica.

Cualquier dolor o molestia en el pecho que no ceda con el reposo debe ser evaluado sin demora. Exámenes como el ecocardiograma, angio-TAC coronario o test de esfuerzo permiten detectar estos problemas antes de que ocurran. Con un diagnóstico temprano, es posible tratar la enfermedad y prevenir complicaciones graves.

El tratamiento depende de la gravedad de la enfermedad y puede incluir medicamentos, angioplastia o cirugía. Sin embargo, lo más importante es el control agresivo de los factores de riesgo y el cambio de hábitos.

La prevención es clave. Si tienes factores de riesgo como hipertensión, colesterol alto o antecedentes familiares, realiza chequeos preventivos a partir de los 30 años. En Clínica Alemana Osorno contamos con un equipo especializado en detección precoz y tratamiento de enfermedades coronarias. Nuestro objetivo es educar a la comunidad sobre la importancia de cuidar el corazón desde jóvenes.

No esperes a tener síntomas. La prevención es la mejor herramienta para evitar un infarto prematuro. Cuida tu corazón, porque tu salud cardiovascular es vital para una vida larga y saludable.

