

CARTAS AL DIRECTOR

ENVIAR A: editor@elpinguino.com

HIPERTENSIÓN: EL ENEMIGO SILENCIOSO QUE AÚN NO LOGRAMOS CONTROLAR

Señor Director:

Cada 17 de mayo se conmemora el Día Mundial de la Hipertensión Arterial, una instancia que invita a detenernos y mirar con atención una de las principales amenazas para la salud pública. Se trata de una condición que, pese a su alta prevalencia, sigue avanzando en silencio, muchas veces sin síntomas evidentes, pero con consecuencias profundas en el organismo.

La hipertensión arterial es uno de los factores de riesgo más relevantes para enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares y renales. En Chile, afecta aproximadamente a uno de cada tres adultos, una cifra que refleja la magnitud del problema. Sin embargo, más preocupante aún es que una parte importante de estas personas no sabe que padece la enfermedad o, si lo sabe, no logra mantener un control adecuado de su presión.

Esta realidad plantea un desafío urgente: mejorar el diagnóstico precoz y fortalecer la educación en salud. No basta con disponer de tratamientos eficaces si estos no se acompañan de hábitos saludables y de un seguimiento constante. Aquí es donde el sistema de salud, y en particular la atención primaria, juega un rol clave.

En este escenario, la enfermería se posiciona como un actor estratégico. Su cercanía con las personas, familias y comunidades permite una intervención directa y permanente, no solo en el control de la presión arterial, sino también en la detección de factores de riesgo y en la promoción de estilos de vida saludables. La labor de enfermería va más allá del acto clínico: implica educar, acompañar y empoderar a las personas en su autocuidado.

La Organización Panamericana de la Salud ha sido enfática en señalar que la hipertensión sigue siendo una de las causas prevenibles más importantes de enfermedad cardiovascular en la región. Programas como HEARTS en las Américas han reforzado esta mirada, poniendo en el centro la atención primaria y el manejo integral del riesgo cardiovascular, donde enfermería cumple un papel fundamental.

La conmemoración de este día no debiese ser solo simbólica. Es una oportunidad para reforzar el compromiso con la prevención, promover controles regulares y valorar el rol de los equipos de salud. Detectar a tiempo, educar con claridad y acompañar de manera continua son acciones que pueden marcar la diferencia.

La hipertensión no avisa, pero sí se puede prevenir y controlar. El desafío está en asumirlo colectivamente.

Patricia Donoso,
Directora de carrera de Enfermería,
U. Andrés Bello, sede Viña del Mar