

## Un llamado urgente a cuidar el corazón

El infarto al miocardio, históricamente una de las principales causas de muerte en Chile y el mundo, está experimentando un inquietante repunte. Durante años, los avances médicos y el acceso a tratamientos más eficaces habían logrado reducir la mortalidad, pero hoy los especialistas advierten que su frecuencia vuelve a subir, impulsada por el envejecimiento poblacional, el estrés crónico, el sedentarismo y los malos hábitos alimenticios.

En Interclínica, que tiene cinco establecimientos en cuatro regiones del país, los ingresos a urgencia por infarto crecieron en promedio un 54,71% durante el primer semestre de 2025 respecto al mismo periodo de 2024.

Lejos de ser un fenómeno local, esta tendencia se observa también a nivel global. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, las enfermedades cardiovasculares continúan liderando las causas de muerte en el planeta, cobrando más de 17,9 millones de vidas cada año, muchas de ellas por infarto. El riesgo no solo afecta a personas mayores: los estilos de vida poco saludables están adelantando la edad de presentación de los cuadros coronarios.

Frente a este panorama, la prevención se presenta como el único camino sostenible. Mantener una alimentación equilibrada, hacer actividad física regularmente, controlar el estrés, dejar de fumar y moderar el consumo de alcohol son medidas simples pero efectivas. Además, hay factores de riesgo que se han vuelto más comunes, como el consumo excesivo de café y el uso de drogas como la marihuana o la cocaína, hábitos que, con el tiempo, pasan una alta factura a la salud cardiovascular.



**Dr. Raúl Sued**  
Cardiólogo  
Cordillera Interclínica

Sumado a esto, es fundamental la realización de chequeos médicos preventivos, incluso en personas que parecen estar saludables, para identificar posibles factores de riesgo antes de que sea demasiado tarde.

Porque cuando se trata del corazón, cada minuto cuenta: un diagnóstico rápido y una atención inmediata pueden significar la diferencia entre la vida y la muerte. Y aunque la medicina ha avanzado, la mejor batalla contra el infarto sigue librándose mucho antes de que comience la emergencia.