En el Día del Padre: médicos llaman a priorizar la salud masculina con foco en la prevención

Este domingo se celebra el Día del Padre, y más allá de los festejos, esta fecha es una oportunidad clave para reflexionar sobre el cuidado de la salud masculina. Las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión silenciosa y los accidentes cerebrovasculares están afectando con mayor frecuencia a hombres en edad productiva.

“El hombre tiende a restarle importancia a los síntomas o a postergar sus chequeos, muchas veces por falta de tiempo o por minimizar lo que siente. Pero hoy sabemos que ese descuido tiene un costo alto”, afirma la Dra. Paz Arias, neuróloga de Cordillera Interclínica.

Anuncio Patrocinado

Según cifras del grupo médico —presente en cuatro regiones del país con cinco centros de atención—, los ingresos por diagnóstico de accidentes cerebrovasculares aumentaron un 22% en 2024, en comparación con el mismo periodo del año anterior. De esos casos, un 48,7% correspondió a hombres.

“Estamos viendo un aumento sostenido de ACV en hombres de entre 40 y 60 años, muchos de ellos sin enfermedades diagnosticadas previamente. Eso demuestra lo importante que es realizar controles periódicos, aunque uno se sienta ‘bien’”, enfatiza la doctora Arias.

Por su parte, el Dr. Juan Pablo Bernal, médico general y jefe de urgencia de San José Interclínica, llama a prestar atención a los signos que pueden indicar un accidente cerebrovascular. “Dolor de cabeza repentino e intenso, pérdida de fuerza en un lado del cuerpo, visión doble o dificultad para hablar deben ser señales de alerta. En estos casos, actuar rápido puede marcar la diferencia entre una buena recuperación o secuelas graves”.

Además, subraya que la prevención no se basa solo en exámenes: “Llevar una dieta saludable, evitar el tabaquismo, dormir bien y manejar el estrés son fundamentales. También es momento de hablar sobre salud mental en los hombres, porque muchas enfermedades físicas tienen un origen emocional que no se aborda”, agrega el doctor Bernal.

Desde Interclínica enfatizan la importancia de que las familias se involucren en el cuidado de la salud masculina. El Día del Padre puede convertirse en una instancia

significativa para impulsar conversaciones sobre prevención, agendar controles médicos pendientes o incluso comenzar a incorporar hábitos más saludables en conjunto.

En esa línea, la misma red está desarrollando la campaña “Expertos en salvar vidas”, que busca educar a la población sobre la importancia de la detección temprana, el tratamiento oportuno y la prevención de enfermedades como los ACV, patologías broncopulmonares y cardíacas. La iniciativa contempla charlas, difusión de contenidos informativos y una atención clínica más activa en casos de riesgo.

y tú, ¿qué opinas?