

Hoy es clave visibilizar una realidad que durante años ha permanecido subestimada: la enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en mujeres tanto en el mundo como en Chile. En nuestro país, cada día fallecen 9 mujeres por infarto al miocardio y 11 por enfermedad cerebrovascular. Pese a estas cifras, muchas aún desconocen que su principal riesgo en salud no es el cáncer, sino las enfermedades del corazón.

A diferencia de lo que históricamente se creyó, el corazón femenino no es simplemente una versión más pequeña del masculino. Existen diferencias biológicas y funcionales relevantes que influyen en cómo se desarrollan y manifiestan las enfermedades cardiovasculares. “El corazón de las mujeres es relativamente más pequeño, tiene las arterias coronarias más finas, menos distensibles y con más tendencia a tener alteraciones en la microvasculatura, lo que puede provocar alteraciones en los vasos más pequeños y generar infartos o angina incluso sin obstrucciones visibles”, explica la Dra. Mónica Acevedo, Directora de Sochicar y de la Fundación Sochicar. Esta particularidad hace que muchas veces los exámenes tradicionales no detecten de manera oportuna el problema.

Anuncio Patrocinado

Además, las mujeres suelen presentar síntomas distintos a los descritos clásicamente en los hombres. La falta de aire, la fatiga extrema, molestias difusas en el pecho, en la mandíbula, el cuello o en la espalda pueden ser señales de alerta. Sin embargo, estos signos suelen confundirse con estrés o agotamiento, lo que retrasa la consulta y el diagnóstico. A esto se suma una brecha histórica en la atención médica, ya que durante décadas los estudios clínicos y protocolos se basaron principalmente en población masculina.

Los cambios hormonales también juegan un papel clave. Antes de la menopausia, el estrógeno ejerce un efecto protector sobre el sistema cardiovascular. No obstante, tras la menopausia —especialmente si ocurre de manera temprana o por cirugía— el riesgo de enfermedad coronaria aumenta significativamente. Incluso algunos tratamientos hormonales pueden incrementar este riesgo, lo que refuerza la necesidad de evaluación médica personalizada. En este sentido, antes de los 45 años deben consultar con un especialista, ya que es fundamental para reducir el riesgo cardiovascular a futuro.



WAVM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

-  Impresiones
-  Manejo de redes sociales
-  Videos y fotografías profesionales

 **Conversemos por WhatsApp**

Frente a este escenario, la prevención es una herramienta esencial. Mantener una alimentación saludable, realizar actividad física regular, evitar el tabaquismo, dormir adecuadamente y controlar factores como la presión arterial, el colesterol y la glucosa son medidas fundamentales. Pero también es imprescindible avanzar hacia una atención más equitativa y con enfoque de género. “Las enfermedades cardiovasculares son igual de graves en hombres y mujeres, pero ellas tienen menos probabilidades de ser diagnosticadas y tratadas a tiempo. Esa brecha en la atención se traduce directamente en una mayor mortalidad femenina”, advierte la Dra. Acevedo.

La educación y la concientización pública cumplen un rol central. Si bien las primeras recomendaciones preventivas específicas para mujeres se publicaron recién en 1999 y han sido actualizadas en los últimos años, aún queda camino por recorrer para que estas diferencias sean plenamente incorporadas en la práctica clínica y en las políticas de salud.

En este Día de la Mujer, el llamado es claro: escuchar el corazón femenino, reconocer sus particularidades y garantizar una atención oportuna y equitativa no es solo una prioridad médica, sino también un acto de justicia en salud. Porque el corazón de la mujer late distinto, pero su derecho a vivir con bienestar debe ser el mismo.

y tú, ¿qué opinas?