# “No perder un latido” es el lema del Día Mundial del Corazón

## Description

**La principal causa de muerte en Chile son las enfermedades cardiovasculares, y los expertos encienden las alertas dado el aumento de jóvenes que son víctimas de infartos.**

“No perder un latido” es el lema de la actual campaña que se desarrolla a 25 años de que la Federación Mundial del Corazón, con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) designara el 29 de septiembre para esta conmemoración.

Según los expertos las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en el mundo.

Lamentablemente, la mayoría de estas defunciones ocurren en países de ingresos bajos y medios.

Factores como una dieta poco saludable, inactividad física, el estrés, el consumo de tabaco y el uso nocivo del alcohol contribuyen a que estas cifras sigan en aumento.

Los infartos de miocardio y los accidentes cerebrovasculares se cobran más de 17 millones de vidas al año, y se estima que la cifra ascenderá a 23 millones para el 2030.

Una de cada cinco personas morirá prematuramente de enfermedades cardiovasculares que se cobran más vidas que el cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas juntas.

Sin embargo, hasta el 80 por ciento de las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares son prevenibles mediante un acceso asequible a la atención sanitaria, pruebas de detección precoz y más oportunidades para tomar decisiones saludables en materia de nutrición y mantenerse activo.

Una gran proporción de estas muertes podría evitarse con una alimentación saludable que reduzca el consumo de sal, con ejercicio físico y evitando el consumo de tabaco.

El Maipo/PL

**Date Created**
Septiembre 2025