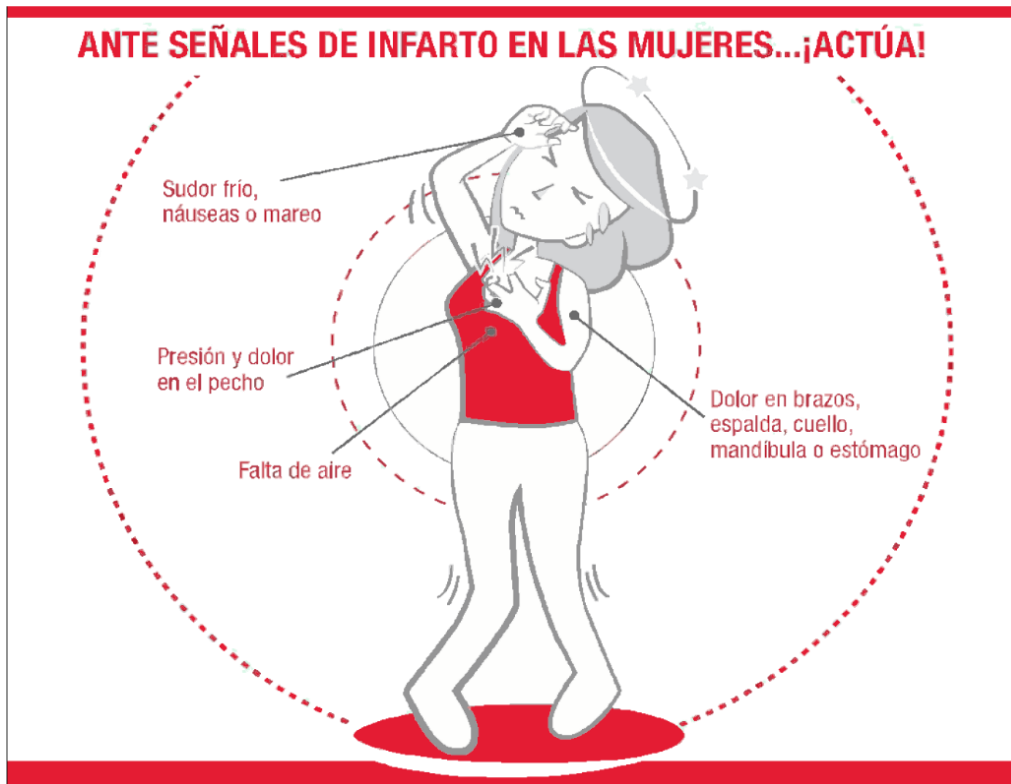


LOS INFARTOS Y OTRAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES: NO SON EXCLUSIVAS DE LOS HOMBRES

Infartos y problemas cardiovasculares son más frecuentes y más graves en las mujeres.



Además de común la **enfermedad cardiovascular** en la mujer es más grave, se sabe por ejemplo que los hombres tienen una probabilidad de morir del 30% en un primer infarto mientras que en ellas la cifra se eleva hasta un 50%; esto se debe por **factores genéticos**, por **condicional social**, por **condiciones ambientales** y por este rol que ha tenido hoy en día la mujer en la sociedad moderna, es decir, adquiere una cantidad de estrés también en su vida que no tiene nombre, además las mujeres se consulta mucho más tarde que los hombres por encima de las 4 horas y el hombre generalmente consulta antes de las 4 horas.

Por eso las mujeres deben estar atentas a factores de riesgo, como por ejemplo: la **menopausia**, el **sobrepeso**, la **tensión alta**, la **diabetes** y el **consumo de tabaco** y conocer claramente las señales de alarma: la presión de dolor tipo típica retroesternal que se va al cuello o la espalda y se puede irradiar al brazo y tiene sudoración,



Por lo anterior se hace el llamado a consultar a tiempo hace la diferencia sin embargo el llamado más importante es a la prevención 8 de 10 infartos se pueden evitar mediante una **dieta balanceada**, reducir el **exceso de grasa** de origen animal, reducir el **consumo de sal**, reducir el **exceso de harina** y **hacer ejercicio** de manera habitual.

El corazón de la mujer es diferente, no solo en lo emocional, por ejemplo los vasos son más pequeños y factores como las hormonas impactan de manera decisiva.

Recuerde: la enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en la población femenina por encima de otras enfermedades asociadas a la mujer como el cáncer de mama.

Fuente: [Clínica Cardiovascular Corazón Joven](#) | 25 de julio de 2018 09:31 a.m.



**Sección
Informativa**