

## **Enfermedades cardiovasculares, entre principales causas de muerte en México y en el mundo**

Hasta 30% de la población mayor de 20 años puede ser hipertensa en el país

Las enfermedades cardiovasculares están entre las primeras causas de muerte en el país y en el mundo, ya que generalmente ocasionan infartos al miocardio, accidentes vasculares cerebrales (embolias) y daños a los órganos, informó el doctor José Zacarías Parra Carrillo, jefe del departamento de Clínicas Médicas del CUCS (Centro Universitario de Ciencias de la Salud) y director del Instituto de Enfermedades Cardiovasculares con sede en el Hospital Civil “Dr. Juan I. Menchaca”.

Datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del 2006 señalan que hasta 30 por ciento de la población mayor de 20 años en el país es hipertensa, porcentaje aplicable también en la entidad, dijo el especialista y agregó que en el inicio la hipertensión regularmente es asintomática, posteriormente se puede manifestar con dolor de cabeza, mareos y sensación de opresión en el pecho; sin embargo, lo preocupante es que según estudios de la Organización Mundial de la Salud (OMS), correspondientes a 2008, la hipertensión es la causa original del 54 por ciento de las embolias, 47 por ciento de los infartos y 27 por ciento de los casos de insuficiencia renal crónica.

“Un tercio de las muertes del mundo son por enfermedad cardiovascular. La hipertensión arterial es la elevación sostenida de la presión arterial por arriba de los límites que marcamos de lo normal, en el caso del adulto se considera que hay hipertensión cuando supera 140/90 milímetros de mercurio”, precisó el experto.

Parra Carrillo dijo que la hipertensión arterial es el factor de riesgo más importante para desarrollar una enfermedad cardiovascular, seguida por el tabaquismo, la alteración de los lípidos (grasas), modificación de los niveles de azúcar y el sedentarismo. Para evitar la hipertensión se recomienda fomentar desde la niñez, un estilo de vida sano, mayor actividad física con los hijos y una dieta saludable, baja en grasa y azúcares.

Al año, en la clínica de hipertensión del Hospital Civil “Dr. Juan I. Menchaca” se otorgan 2 mil 200 consultas a personas mayores de 20 años, siendo el primer paso tomar la presión de forma consecutiva durante uno o dos meses.

Además de la herencia como factor de riesgo, también está la edad, el sexo y estilo de vida, ya que después de los 50 años es más frecuente la hipertensión en mujeres que en hombres, señaló.

**Guadalajara, Jal., 24 de abril de 2012**

**Texto: Hospitales Civiles**

**Fotografía: Internet**

## Edición de noticias en la web: Lupita Cárdenas Cuevas

### Etiquetas:

[enfermedades cardiovasculares](#) [1]

[hcg](#) [2]

[José Zacarías Parra Carrillo](#) [3]

---

### URL Fuente:

<https://comsoc.udg.mx/noticia/enfermedades-cardiovasculares-entre-principales-causas-de-muerte-en-mexico-y-en-el-mundo>

### Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/enfermedades-cardiovasculares>

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hcg>

[3] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/jose-zacarias-parra-carrillo>