

Registra Chihuahua más de 22 mil nuevos casos de padecimientos cardiovasculares en 2026

-En el marco del Día Mundial del Corazón, la dependencia invita a la población a adoptar hábitos saludables y acudir a revisiones médicas preventivas

En el marco del Día Mundial del Corazón, que se conmemora cada 29 de septiembre, la Secretaría de Salud (SS) informó que al corte de la semana epidemiológica 37 de 2026, en Chihuahua se registraron 18 mil 558 casos nuevos de hipertensión arterial y 3 mil 524 de enfermedades isquémicas de dicho órgano, que suman 22 mil 82 diagnósticos.

Ante esta realidad, la SS invita a la población a fortalecer su salud cardiovascular, con hábitos saludables y revisiones médicas que permitan prevenir y detectar oportunamente cualquier situación.

Los municipios con más casos registrados de hipertensión arterial son Juárez con 6 mil 904; Chihuahua con 5 mil 802; Cuauhtémoc con mil 023; Delicias con 695; y Parral con 617.

En cuanto a enfermedades isquémicas del corazón, Chihuahua reporta mil 208 casos; Juárez mil 122; Delicias 287; Cuauhtémoc 175, y Nuevo Casas Grandes 164.

La dependencia estatal señaló que la hipertensión arterial puede desarrollarse durante varios años sin presentar síntomas evidentes, por lo que destacó la importancia de medir periódicamente la presión arterial, especialmente en personas adultas o con factores de riesgo.

Para proteger la salud cardiovascular, recomendó mantener una alimentación equilibrada, consumir frutas y verduras, reducir la ingesta de sal, grasas saturadas y productos ultra-procesados, realizar actividad física de manera regular, mantener un peso saludable y evitar el tabaco.

Asimismo, llamó a moderar el consumo de bebidas alcohólicas, procurar un descanso adecuado, atender el estrés y mantener bajo control padecimientos como diabetes, hipertensión y alteraciones en los niveles de colesterol y triglicéridos.

En el caso de quienes ya cuentan con un diagnóstico de hipertensión u otra condición cardiovascular, resaltó que el seguimiento médico y el apego al tratamiento indicado contribuyen a reducir el riesgo de complicaciones graves.

La SS explicó que las enfermedades isquémicas del corazón ocurren cuando disminuye el flujo sanguíneo hacia el músculo cardíaco y pueden provocar angina de pecho o infarto agudo al miocardio.

Por ello, exhortó a solicitar atención médica inmediata ante dolor u opresión intensa en el pecho, dificultad para respirar, sudoración excesiva, náuseas, mareo o dolor que se extienda hacia los brazos, espalda, cuello o mandíbula, así como a evitar la automedicación.

La dependencia invitó a la ciudadanía a hacer de la prevención una práctica permanente, mediante revisiones periódicas y estilos de vida saludables que contribuyan a disminuir el riesgo de este tipo de cardiovasculares y mejorar la calidad de vida.