

Enfermedades cardíacas: los médicos advierten cómo prevenir la muerte súbita en los adolescentes

02/05/2025



El fallecimiento de un adolescente de 17 años, quien presentaba problemas cardíacos y se encontraba realizando una clase de gimnasia, puso el foco en Mendoza sobre la exigencia de los controles clínicos para los adolescentes. Los especialistas remarcaron que la demanda de estudios médicos ha crecido en la provincia, pero que la clave es conocer los antecedentes del paciente para evitar una posible “muerte súbita”.

Fernando Peñafort (Mt. 8316), presidente de la Sociedad Cardiológica de Mendoza, precisó que es importante entender que un examen clínico, cardiológico y un apto físico todos los años es clave para la práctica deportiva desde la primaria hasta la secundaria.

“En el control cardiológico uno puede detectar, pero a diferencia de lo que cree la gente, no con un 100% de certeza. Gracias al examen habitual, como un electro, un interrogatorio y examen físico, se termina de completar la detección de muchas de las patologías”, detalló.

Para evitar cualquier tipo de **error en el paciente** (menor de 18 años) el médico recomendó realizar un **examen complementario**. Ese estudio expondrá los **antecedentes familiares, cardiopatía, bases genéticas y síntomas como pueden ser los desmayos**.

Si bien la **muerte súbita** -causa que se baraja como una de las posibilidades del deceso del estudiante del colegio “*Ecovida*” de Godoy Cruz- es poco frecuente en **personas menores de 35 años**, **Peñafort** explicó que las personas con antecedentes de enfermedades cardiovasculares están un poco más “*expuestas*”.

Se puede evitar, sobre todo, **restringiendo la actividad física** ya que aumenta el riesgo.



Celeste López (Mt. 4326), cardióloga pediátrica miembro de la **Federación Argentina de Cardiología**, aclaró que una *“valoración electrocardiográfica”* en la adolescencia puede ayudar en diferentes aspectos del estado de salud.

“En la adolescencia es donde existen todos los cambios hormonales y se van a expresar enfermedades que genéticamente sólo pueden manifestarse de forma tardíamente. Es aquí cuando hay más predisposición a enfermedades que afectan el corazón”, ejemplificó.

El tiempo para cada control

La regla general de la Sociedad Cardiológica de Mendoza es **efectuar un chequeo todos los años**, pero esto puede ser *“relativo”*. Hay pacientes más sanos que otros y se debe *“analizar”* la evolución de los síntomas, en el caso de que existan, y seguir de cerca los futuros exámenes.

“Si hay un chico que en el primer control tuvo un electro normal, no tiene síntomas y tampoco antecedentes familiares, por ahí uno sabe que es un paciente que es poco probable a padecer patologías cardiacas y uno se puede relajar un poco

más en los controles”, sentenció **Fernando Peñafort** en diálogo con *El Sol*.



Para el titular de la Sociedad Cardiológica, en Mendoza existe un problema. Cuando los jóvenes empiezan con la adolescencia, **reducen sus visitas al pediatra**. Esto imposibilita que el profesional los pueda derivar, en caso de que presenten alguna patología cardiovascular.

Además, **López** especificó que una correcta evaluación permite la realización de actividad física. Lo que colabora en el **aspecto psicológico** del chico, sumado a a la posibilidad de **evitar enfermedades cardiovasculares** originadas por el sedentarismo, inactividad física, obesidad, entre otras.

Falta de certificado médico

En Mendoza, una ley -sancionada por la Legislatura en 2024- estableció que las **escuelas dejaron de exigir el “tradicional” certificado médico** para la **práctica de gimnasia**. De hecho, los chicos pueden realizar la actividad sólo con la certificación que deben presentar los padres o

tutores sobre la condición de salud de sus hijos.

Antes de la norma vigente, el certificado médico era obligatorio. Según informaron desde la **Dirección general de Escuelas** (DGE) la norma abarca a *“todos los establecimientos educativos y de salud, tanto públicos como privados, que realicen actividades físicas bajo la jurisdicción del Ministerio de Salud y Deportes de Mendoza y la Dirección General de Escuelas”*.

Con este panorama, **Fernando Peñafort** opinó que un control de electro sería lo ideal, *“sabiendo que no todo se puede detectar”*: *“Algunas patologías se escapan en esos exámenes y también no tenemos 100% de certeza por más que se haga todo”*.



La ley subraya también que la **actividad física en el contexto escolar no es competitiva** y, por lo tanto, debe alinearse más con el sector educativo y el desarrollo integral de los estudiantes. Esto sumado a que *“la responsabilidad de supervisar esta normativa pasó del Ministerio de Salud al Ministerio de Educación, Cultura, Infancias y la Dirección*

General de Escuelas”.

Los malos hábitos

Al margen de los chequeos, para los expertos se está atravesando una era “digital” que impulsa a “adquirir hábitos como comer mal, no hacer actividad física, muchas horas de pantalla, descansar poco y no manejar bien el estrés”. Estos síntomas, en el largo plazo, afectan a los jóvenes y hacen que **desarrollen problemas cardíacos**.

“Hay un 50% de la población adolescente que tiene sobrepeso o obesidad y eso hace que, entre los 35 y los 40 años, tengan un riesgo mayor de infarto. Algo que aumenta mucho más el riesgo de muerte súbita, porque es la principal causa”, concluyó el presidente de la Sociedad Cardiológica de Mendoza.

Desde temprana edad se debe estimular el **esfuerzo físico**, con los controles correspondientes, para prolongar el estado de salud y mejorar los hábitos.

Fuente: El Sol –
<https://www.elsol.com.ar/mendoza/enfermedades-cardiacas-los-medicos-advierten-como-prevenir-la-muerte-subita-en-los-adolescentes>