

La IA y otros 4 avances de la ciencia y la tecnología para cuidar tu corazón en 2025

- *Aprende cómo los últimos descubrimientos científicos y tecnológicos te ayudarán a mantener tu corazón en su mejor forma.*

Ciudad de México, 23 de enero de 2025.- El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) informó que el 20.1% de los fallecimientos totales en México están relacionados con enfermedades cardiovasculares. El bienestar del corazón debería ser prioridad para todas las personas, sin importar la edad. Por esa razón podemos confiar en la ciencia para conocer nuevos medios de prevención y diagnóstico temprano.

Los recientes descubrimientos científicos y tecnológicos ofrecen soluciones más certeras, innovadoras y accesibles para anticipar y tratar padecimientos cardíacos. Si ahora quieres tomarte en serio tu salud cardiovascular, te presentamos **cinco avances de la ciencia tecnológica para cuidar tu corazón en 2025**:

1.- La IA como herramienta complementaria. Investigadores de la Universidad Case Western Reserve usaron IA para predecir el riesgo de insuficiencia cardíaca y otros problemas cardiovasculares al analizar tomografías computarizadas que miden la placa en las arterias y brindan información sobre el corazón, los pulmones, la aorta y otros órganos. Este avance de la ciencia informática se incorporará a los procesos clínicos, lo que facilita las decisiones médicas y disminuye la necesidad de procedimientos invasivos.

2.- Evaluaciones más precisas. Las pruebas de diagnóstico han evolucionado en tecnología que detecta anomalías antes de que los síntomas sean evidentes. Por ejemplo, la resonancia magnética cardíaca (RMC) mide cuánto bombea el ventrículo izquierdo y detecta signos de daño como cicatrices, inflamación o cambios en los tejidos.

3.- Métodos con menor intervención. En México, el Instituto Cardiovascular de Puebla (ICVP) liderado por el Dr. Juan Carlos Pérez-Alva es pionero en la introducción del implante de válvula aórtica transcatheter (TAVI), un procedimiento que reemplaza a la cirugía tradicional. Al ser menos traumática, se convierte en una técnica clave para cuidar el corazón, mejorando la calidad de vida en un nuevo estándar en la atención cardiovascular.

4.- Equipos portátiles de monitoreo. Aunque no son nuevos en el mercado médico, cada año estos dispositivos de chequeo dan pasos agigantados. Como muestra están los relojes inteligentes de última generación que analizan datos en tiempo real sobre la frecuencia cardíaca, la presión arterial y otros biomarcadores críticos. Esto permite ajustes inmediatos en los hábitos diarios para mantener el corazón en óptimas condiciones.

“Como profesional de salud, es importante mantenerse informado sobre el desarrollo de esta tecnología. En algunos de los casos de pacientes en el ICPV, estos dispositivos han permitido un seguimiento de indicadores clave y la detección oportuna de arritmias. Sin embargo, es esencial que su uso esté respaldado por pruebas científicas, como la American Heart Association que recomienda que deben ser complementarias y no unilaterales”, comentó Pérez-Alva.

5.- Nutrición de datos genéticos. Los estudios nutrigenéticos permiten planear dietas personalizadas que optimizan la salud cardiovascular. Esto se logra al identificar cómo los genes individuales interactúan con los alimentos y así poder recomendar nutrientes



específicos para reducir riesgos y mejorar la función cardíaca a largo plazo.

La ciencia a tu alcance

Cuando la ciencia es compartida se vuelve una de las claves para un mejor futuro. En el momento en el que los avances científicos cruzan las paredes de los laboratorios y llegan a los hospitales, se transforman en un motor de cambio que empodera a las personas para tomar decisiones informadas sobre su salud y mejorar su calidad de vida.