

VIERNES, AGOSTO 21,
2026LUNES, AGOSTO 24,
2026 4:00 A. M.

O'Higgins envejece más rápido que el resto de Chile los exámenes que todo adulto mayor debería hacerse al menos una vez al año

Resumen

La región de O'Higgins en Chile presenta un índice de envejecimiento superior al promedio nacional, con una proporción de 83,1 personas mayores de 65 años para cada 100 menores de 14 años. Esto se debe a un crecimiento rápido de la población mayor de 65 años y más en comparación con el resto del país. La campaña «Pasamos Agosto» de CLINI ofrece exámenes preventivos a los adultos mayores, enfocándose en enfermedades como hipertensión arterial, diabetes tipo 2, déficit de vitamina D y anemia.

La región tiene un índice de envejecimiento superior al promedio nacional, por cada 100 personas de 14 años o menos hay 83,1 personas de 65 años o más, frente a un promedio país de 79. En este contexto, especialistas recomiendan a los adultos mayores hacerse exámenes preventivos para prevenir y controlar enfermedades como hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo 2 y anemia.

La Región de O'Higgins presenta un índice de envejecimiento superior al promedio nacional según cifras de la Delegación Presidencial Regional en base al Censo 2024, por cada 100 personas de 14 años o menos hay 83,1 personas de 65 años o más en la región, frente a un promedio país de 79. En este contexto, CLINI —red de centros de diagnóstico FONASA Nivel 1 con presencia en Rancagua— lanza «Pasamos Agosto, una campaña enfocada en facilitar el acceso de los adultos mayores a exámenes de laboratorio preventivos, a través de ahorros especiales durante todo el mes.

Un segmento que crece más rápido que el resto de la región.

Entre 2017 y 2024, la población de 65 a 79 años en O'Higgins creció un 37,6%, mientras que la de 80 años y más aumentó un 30,8%, según datos del Centro de Investigación en Personas Mayores (CIPEM), en base al Censo 2024.

Por qué la revisión anual es clave después de los 65.

- Hipertensión arterial afecta a entre el 73,3% y 74,6% de los chilenos de 65 años y más, según cifras basadas en la Encuesta Nacional de Salud del MINSAL. Se pesquiza mediante la toma de presión arterial regular. Adicionalmente, exámenes como la función renal (creatinina) y el perfil lipídico son fundamentales para evaluar el riesgo cardiovascular y prevenir complicaciones asociadas.
- Diabetes mellitus tipo 2 el tramo de 65 años y más presenta la mayor prevalencia de todos los grupos etarios, con un 30,6%, según el MINSAL. Se detecta mediante glicemia en ayunas.
- Déficit de vitamina D estudios chilenos en adultos mayores han encontrado una prevalencia de hasta 70,2% (82,5% en mujeres mayores). Se mide con el examen de Vitamina D Total.
- Anemia su prevalencia en personas de 65 años y más se estima en torno al 8,6% según estudios en población chilena, con el déficit de vitamina B12 como una de sus causas más frecuentes. La anemia se detecta a través de un hemograma completo, mientras que el examen específico de Vitamina B12 permite confirmar si este déficit es la causa del problema.

«En los adultos mayores, condiciones como la diabetes o el déficit de vitamina D no siempre dan síntomas evidentes. Un examen de sangre anual puede ser la diferencia entre pesquisar algo a tiempo o enfrentar una complicación evitable, explica el Dr. Eduardo Maddaleno, Director Médico de CLINI Salud.

La prevención va más allá del examen de sangre.

Un estudio reciente del Laboratorio de Neuroenvejecimiento de la Universidad de La Frontera (UFRO), liderado por la investigadora Paulina Sepúlveda Figueroa, encontró que la pérdida de masa muscular en personas mayores se asocia a un mayor riesgo de deterioro cognitivo y demencia, y que el entrenamiento de fuerza puede ayudar a revertir parte de ese riesgo.

Para complementar estos hábitos saludables y proteger tanto el cuerpo como la mente, el control médico es esencial. Por ello, se recomienda realizarse los siguientes exámenes preventivos Hemograma completo, perfil bioquímico/glicemia, perfil lipídico, función renal, TSH, vitamina D total, vitamina B12 y orina completa.