

## Sociedad y Salud

### Prevención de la enfermedad y promoción de la salud

Dr. Jesús Humberto del Real Sánchez

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido la salud como “el completo bienestar biológico, psicológico y social”. Sin embargo, en el ejercicio de la medicina se ha privilegiado la parte biológica y se han marginado los aspectos psicológicos y sociales de la enfermedad, olvidándose que el individuo es un ser biográfico.

Aproximadamente el 95% del gasto en salud en los Estados Unidos está destinado a los servicios médicos asistenciales y solamente un 5% a la promoción de la salud, a pesar de que alrededor de un 40% de las muertes son causadas por factores y estilos de vida que podrían ser evitados mediante acciones de prevención. El mejoramiento de las circunstancias sociales como la pobreza, la exposición a un medio ambiente desfavorable, etc., también contribuye sustancialmente a prevenir la enfermedad (McGinnis, J. M, Russo, P. W. and Knockman, J.R. *The case for more active policy attention to health promotion*. Health Affairs 2002; 21 (2): 78-93).

A pesar de que existen programas basados en la prevención de la enfermedad que han demostrado una relación costo-beneficio positiva, la medicina sigue privilegiando los aspectos curativos sobre los preventivos (Feldman, A. L. et al. *impact of weight maintenance and loss on diabetes risk and burden. A population based study in 33,184 participants*. BMC Public Health 2017, DOI 10.1186/s 12889-017-6). A partir de estos datos uno se pregunta, ¿por qué se privilegian los gastos en servicios médicos asistenciales y se marginan los aspectos preventivos?

### Prevención de la enfermedad y promoción de la salud

El objetivo de la prevención es evitar la aparición de la enfermedad o cuando menos reducir el número de casos, disminuyendo la exposición del individuo a los factores causales conocidos y que puedan ser evitados, así como disminuir la progresión de la enfermedad y las consecuencias de la misma como son las secuelas (Carrada-Bravo, T. *Prevención de las enfermedades en la práctica clínica*. Revista del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias (México) 2000; 13 (1): 51-62).

De acuerdo con la Carta de Ottawa de 1986, la promoción de la salud es “el proceso que proporciona a los individuos y las comunidades los medios necesarios para que éstos ejerzan un mayor control sobre su propia salud”. Esta estrategia propone la creación de condiciones que permitan la participación social para la construcción de una ciudadanía y el establecimiento de estilos de vida saludables. La promoción de la salud está ligada sustancialmente a la vida cotidiana, esto es, a la vida personal, familiar y comunitaria (Vignolo, J. Álvarez, C y Sosa, A. *Niveles de prevención y atención primaria a la salud*. Revista Médica Latinoamericana (Uruguay) 2011; 33 (1): 11-14).

La prevención se refiere al control de la enfermedad poniendo énfasis en las causas y los factores de riesgo en la población en general, mientras que la promoción de la salud pone énfasis en los determinantes sociales de la misma. Cuando se hace referencia a la prevención, la atención se centra en la enfermedad, y cuando se habla de promoción se centra en la salud. Ver cuadro 1.

### **Niveles de prevención**

**Prevención primaria.** Trata de evitar o disminuir el número de casos nuevos. Se refiere a aquellas medidas o intervenciones tendientes a evitar la aparición de determinadas enfermedades o problemas de salud mediante el control de los factores causales. La prevención primaria puede ser específica o inespecífica. En el primer caso tenemos la vacunación contra las enfermedades infecciosas; y en el segundo, se refiere a eliminar algunos factores de riesgo como el establecimiento de sistemas de agua potable y alcantarillado, así como hacer exámenes de tamizaje (screening) a los individuos que presentan ciertos riesgos: estas medidas se deberán tomar antes de que aparezcan los signos y síntomas de la enfermedad, en el periodo llamado pre-clínico o pre-patogénico.

**Prevención secundaria:** tiene como objetivo la detección temprana de la enfermedad y el tratamiento oportuno de algunas enfermedades, lo cual puede lograrse examinando periódicamente las poblaciones de riesgo; por ejemplo, midiendo la presión arterial, para la detección de hipertensión, los niveles de glucosa en sangre, para detectar diabetes, mamografías para detectar cáncer de mama, etc. También se intenta prevenir la progresión de la enfermedad.

**Prevención Terciaria.** Se refiere a intervenciones para tratar de evitar o disminuir las secuelas y las limitaciones físicas que puede dejar la enfermedad, por ejemplo, la formación de escaras en los pacientes hospitalizados o la rehabilitación fisioterapeuta en algunos pacientes traumatizados, que permitan reintegrar al individuo a su medio familiar y laboral (Gómez, R. D. y González, E. R. *Evaluación de la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud*. Revista de la Facultad Nacional de Salud Pública (Colombia) 2004; 22 (11): 88-106). Ver cuadro 2.

### **Debe tomarse en cuenta a los actores**

Las guías para la prevención de la enfermedad y promoción de la salud son elaboradas por expertos ignorando la perspectiva de los pacientes, lo cual es un error como claramente lo señala el Dr. Syme de la Universidad de Berkely en los Estados Unidos. Cuando él presentó sus guías a los pacientes y preguntó si estaban de acuerdo, éstos le contestaron que primero debió haberles pedido su punto de vista. Finalmente, esas guías terminaron siendo escritas por los propios pacientes (Syme, S. L. *The prevention of diseases and promotion of health: need of a new approach*. European Journal of Public Health 2007; 17 (4): 29-30).

### **Consideraciones finales**

La mayoría de las intervenciones para prevenir la enfermedad se dan en las unidades de medicina familiar y en los hospitales, y aunque la promoción de la salud depende en buena parte de las políticas públicas, también es responsabilidad de todos. Las instituciones oficiales, como la Secretaría de Salud, se centran en los aspectos curativos, por lo que bien podría llamarse “Secretaría de Enfermedad”. Lo mismo ocurre con otras instituciones como el IMSS, a la que de social sólo les queda el nombre. La Pastoral de la Salud de la Arquidiócesis de Guadalajara y el Centro San Camilo hasta ahora se han centrado en la atención de los enfermos, especialmente en los aspectos espirituales y psicológicos, y poco se ha hecho en lo relativo a los aspectos biológico y menos todavía en relación a los aspectos sociales.

**Cuadro 1. Diferencias entre prevención y promoción**

<b>Prevención</b>	<b>Promoción</b>
Acciones, especialmente del sector salud, considerando a los individuos y poblaciones expuestos a determinados factores de riesgo	Procesos para proporcionar a la población los medios para que ésta ejerza un mayor control sobre su propia salud
Enfoque sobre factores de riesgo	Enfoque sobre la población
Medidas dirigidas a evitar determinadas enfermedades	Esfuerzos para mejorar la salud de individuos, familias y comunidades
Intervenciones específicas para el control de determinadas enfermedades	Mejorar las estructuras sociales de base (condiciones de vida)
Medidas destinadas a prevenir la aparición de la enfermedad y detener el avance de la misma	Medidas destinadas a modificar actividades, conductas y comportamientos (estilos de vida)

Fuente: modificado de Redondo-Escalante, P. *Prevención de la enfermedad*. Caja Costarricense del Seguro Social, 2004

**Cuadro 2. Niveles de prevención**

	<b>Primario</b>	<b>Secundario</b>	<b>Terciario</b>
<b>Concepto</b>	Medidas orientadas a evitar la aparición de las enfermedades o problemas de salud, mediante el control de los agentes causales o los factores de riesgo	Medidas orientadas a diferir o retrasar el progreso de la enfermedad ya presente en un individuo en cualquier parte de su evolución	Medidas orientadas a evitar, retardar o reducir la aparición de las secuelas de una enfermedad o problema de salud
<b>Objetivo</b>	Disminuir la aparición de nuevos casos de una enfermedad	Disminuir el número de casos de una enfermedad	Disminuir las secuelas para mejorar la calidad de vida
<b>Etapa de la historia natural de la enfermedad</b>	Periodo pre patogénico, antes que aparezcan los síntomas	Periodo patogénico. una vez que han aparecido los síntomas	Periodo resultante de la gravedad y cronicidad de la enfermedad
<b>Ejemplos</b>	a) Vacunación b) Uso de medidas para evitar el Sida y enfermedades transmitidas sexualmente	a) Pruebas de tamizaje para detectar determinadas enfermedades en los recién nacidos b) Prueba de	a) Educación, control y tratamiento del diabético para evitar complicaciones b) Rehabilitación física en paciente con

CENTRO SAN CAMILO  
VIDA Y SALUD  
NO. 86 (2017)

		Papanicolau para cáncer del cervix	accidente vascular cerebral
--	--	---------------------------------------	--------------------------------

Fuente: Modificado de Redondo-Escalante., P. *Prevención de la enfermedad*, Caja Costarricense del Seguro Social, 2004