

Me siento bien... ¿Qué me puede pasar?



Consejo Profesional de Ciencias Económicas de la CABA

consejo

Profesional de Ciencias
Económicas de la Ciudad
Autónoma de Buenos Aires

Fuente: Revista Consejo – N° 05 – Noviembre 2008 – ISSN 1851-6610

Alergias, infartos, accidentes cerebrovasculares, diabetes, colesterol, trastornos hormonales, alimenticios, y hasta algunos tipos de cánceres, forman parte de una larga lista de males que podemos prevenir realizando todos los años los chequeos o controles clínicos de rutina.

Durante siglos, la medicina se valía del diagnóstico y el tratamiento de enfermedades. Con el desarrollo de la medicina preventiva, los especialistas empezaron a darse cuenta de que a partir de esta práctica era posible evitar muchas enfermedades.

La Doctora Gabriela Mazzucchelli, directora médica de Consejo Salud y la Lic. Teresa Di Martino, asistente social de Consejo Salud, hablaron con Consejo sobre la importancia de llevar adelante controles médicos periódicos y cómo deben realizarse para que cumplan con los requerimientos necesarios.

Consejo: ¿Cuál es el objetivo que persiguen los chequeos médicos?

Gabriela Mazzucchelli: El objetivo de los chequeos médicos generales es la detección de enfermedades prevalentes con el fin de modificar la historia natural de las mismas y promover la toma de conciencia sobre el impacto que tiene el estilo de vida sobre la salud.

¿Cuántos estudios debe tener un chequeo médico para que se considere completo y efectivo?

GM: El chequeo debe contener: laboratorio completo, con perfil lipídico, electrocardiograma, radiografía de tórax, consulta clínica y consulta ginecológica en la mujer.

¿Existen chequeos médicos diferentes según la edad y el sexo de la persona que se lo realizará?

GM: Sí. Por la mayor incidencia de cáncer de próstata en los varones mayores de 45 años, se recomienda la realización de dosaje de PSA (antígeno prostático específico). En el caso de las mujeres, es fundamental un examen ginecológico con realización de colposcopia y papanicolau y, de ser mayor de 35 años, efectuar una mamografía.

¿Por qué es bueno realizarse chequeos médicos periódicos?

GM: Porque permite la detección precoz de patologías antes de que existan síntomas. Si no somos conscientes de padecer una enfermedad, esta tiene un desarrollo progresivo, siguiendo lo que se denomina su evolución natural, o sea, sin que medien conductas o tratamientos que la modifiquen. En estos casos, lo más frecuente es que se diagnostique cuando ha producido un daño tal que hace manifiesta su presencia, muchas veces ocasionando internaciones de urgencia e incluso alteraciones irreparables de la salud.

¿Qué enfermedades se pueden prevenir a través de la realización de un chequeo médico?

GM: En los chequeos médicos no sólo se detectan enfermedades, sino también factores de riesgo para contraerlas. Entre otros, puede detectarse:

- **Anemia.** Puede ser una enfermedad por sí misma o estar relacionada con otras patologías.
- **Diabetes.**
- **Aumento del colesterol.** Es un importante factor de riesgo cardiovascular.
- **Aumento de triglicéridos.** Constituye un factor de riesgo cardiovascular y está relacionado con patología hepática y pancreática, entre otras cosas.
- **Alteraciones renales.**
- **Alteraciones hepáticas.**
- **Hipertensión arterial.** Es una enfermedad crónica frecuente y un importante factor de riesgo cardiovascular.
- **Cáncer de próstata.** Tiene alta incidencia en varones de edad avanzada.
- **Cáncer de mama y cuello uterino.** Representan los cánceres más frecuentes en la mujer.
- **Hábitos no saludables:** tabaquismo, sedentarismo, sobrepeso, etc.

¿Con qué frecuencia, las personas deben realizarse chequeos médicos?

Teresa Di Martino: La frecuencia se adapta a cada persona en particular, según la indicación del médico tratante.

¿En nuestro país, es una práctica común o por lo general la gente no lo tiene en cuenta?

TDM: Ni en nuestro país ni en otros lugares del mundo, la población en general no ha tomado verdadera conciencia de la importancia de los chequeos periódicos y de las ventajas de la medicina preventiva. Es el Estado el que, a través de sus políticas sanitarias, debe llevar a cabo medidas tendientes a la promoción y prevención de la salud, generando esta concientización social. Sin embargo, en la actualidad, la mayor parte de los recursos está destinada a la asistencia de la enfermedad y no a su prevención.

¿El mayor desafío de la medicina preventiva es lograr que a través de estos chequeos la gente cambie su estilo de vida por otro mejor?

TDM: La medicina preventiva o las acciones de promoción y prevención de la salud justamente están orientadas hacia este último aspecto. Dentro de éstas se encuentra englobado un conjunto de medidas, que incluyen, entre otras: la realización de campañas de vacunación, de detección precoz de enfermedades prevalentes, charlas de concientización sobre la importancia de la prevención en la salud y los beneficios de llevar adelante un estilo de vida saludable, la puesta en marcha de programas de prevención, etc.

El eje central sobre el cual se articulan los planes o programas de prevención es la modificación del estilo de vida. La vorágine de la vida cotidiana nos lleva a adoptar conductas que

van en desmedro de nuestra salud. Estas conductas no saludables representan importantes factores de riesgo para patologías altamente prevalentes, como las enfermedades cardiovasculares, oncológicas, la diabetes, etc. Recordemos que en la actualidad la causa de mortalidad más frecuente es la enfermedad cardiovascular, la cual se encuentra íntimamente relacionada con los hábitos de vida.

La "epidemia" de obesidad y diabetes que estamos viviendo es otra muestra de ello.

La modificación de estas conductas no saludables tiene un alto impacto en la salud de la población, como lo demuestran algunas experiencias internacionales.

Por todo lo antedicho, la elaboración de medidas de prevención y promoción de la salud debe formar parte fundamental de las estrategias de gestión de las organizaciones de salud. Incluso desde el punto de vista económico, más allá del enorme beneficio social, la medicina preventiva es costo-efectiva en el mediano a largo plazo.

¿Por qué el interés en este último tiempo de las empresas por enviar a sus empleados a realizarse chequeos de rutina?

TDM: Creo que las empresas han comenzado lentamente a comprender que la realización de los chequeos periódicos, no sólo representa un beneficio global para la población de trabajadores, como parte de la responsabilidad social de las empresas, sino que también constituye un beneficio económico-laboral, en cuanto a que tiende a disminuir el ausentismo por enfermedad al lograr diagnósticos precoces y estimular conductas saludables.

¿Toda obra social debería tener un plan de medicina preventiva para sus afiliados?

GM: Todas las instituciones vinculadas con la salud, tanto públicas como privadas, tienen la responsabilidad de cuidar el bienestar de la población que está bajo su cuidado. Esto no solo implica tratar de restaurar la salud cuando ésta se ha perdido, sino implementar medidas para que este bienestar no se pierda.