

## Medicina preventiva:

# Exámenes de rutina en cada etapa de la vida

Un diagnóstico temprano marca la diferencia en el desarrollo de una enfermedad, dando tiempo para tratar de forma oportuna, evitar graves consecuencias y salvar vidas.

Por: **Rodrigo M. Ancamil**



El 7 de abril de 1948 los países se unieron para fundar la Organización Mundial de la Salud (OMS), para promover la salud y bienestar de las personas. 76 años después los avances en la medicina y fomentar el autocuidado se han vuelto clave para evitar enfermedades.

Sin embargo, los malos diagnósticos no se pueden erradicar, mas si diagnosticar a tiempo. La detección temprana marca la diferencia al momento de enfrentar una enfermedad y en casos catastróficos puede salvar la vida si se trata de manera oportuna. Para esto, los exámenes de medicina preventiva (EMP) son claves para el monitoreo. Esta evaluación periódica de salud de carácter voluntario y gratuito, parte de las prestaciones del



GES para las personas beneficiarias de Fonasa e isapre, permite detectar a tiempo enfermedades de alta ocurrencia en el país, para controlar y tratar de forma eficaz. "Se ha demostrado que la prevención de las enfermedades o incluso el diagnóstico precoz es el camino correcto, disminuyendo los costos asociados en salud y mejorando la calidad y expectativa de vida de las personas", Beatriz

Arteaga, directora Escuela Enfermería y Técnico Nivel Superior de Enfermería Universidad de Las Américas (UDLA), Enfermera Matrona.

Los exámenes preventivos son fundamentales en la vida de una persona y deben ser contemplados a lo largo de ella. Desde el nacimiento hasta la adolescencia para verificar que el crecimiento y desarrollo ponderal y orgánica integral sea el correcto, según las edades y recomendaciones nacionales e internacionales, incluyendo la salud oral o asistir al dentista. De igual forma, los exámenes son esencial entre los 15 a los 64 años para detectar enfermedades tales como: Alcoholismo, Tabaquismo, Sobrepeso y Obesidad, Hipertensión, Diabetes, Sífilis, entre otras. Mientras que en el caso de las mujeres se agrega la mamografía para la detección del cáncer de mama.

"Es fundamental considerar que todos los exámenes preventivos deben ir siempre precedidos por una consulta profesional de un médico, enfermera/o, matron/a, debido a que este realiza un examen físico y de acuerdo con los antecedentes personales y /o familiares de enfermedades, podrían sumar-

se otros exámenes que permitan revisar otras áreas del organismo, tales como; la función metabólica, hepática y renal, la función de la glándula tiroidea, entre otras", agrega la directora de Escuela de Enfermería y Técnico Nivel Superior de Enfermería UDLA.

En cuanto a los adultos mayores, y debido al desgaste propio de los años, las personas deben tener chequeos anuales de salud enfocados en enfermedades crónicas y su nivel de independencia. "Para estos fines, también nuestro sistema de salud tiene disponible el EMPAM (Examen de Medicina Preventiva del Adulto Mayor), que es una evaluación completa del estado de salud que considera los parámetros vitales, la evaluación del peso y talla, la cobertura de vacunas, las enfermedades crónicas con el tratamientos farmacológico que tienen asociado, pero además se suma la evaluación funcional y grado de dependencia para la realización de las actividades de la vida diaria, incluyendo el riesgo de caídas que tiene la persona mayor", indica Arteaga.

Valeska Barrera, gerenta de Clientes, Productos y Beneficios de Los Héroes, destaca que el año 2023 entregaron 5,3 millones de beneficios en todo el país, de los cuales el 60% fueron asociados al sector salud, que es el pilar fundamental de la oferta de valor. "Buscamos promover una vida saludable entre nuestros afiliados y sus familias en todas las etapas de sus vidas", indica.