

Detección temprana

La que debe saber para controlar o prevenir estas patologías

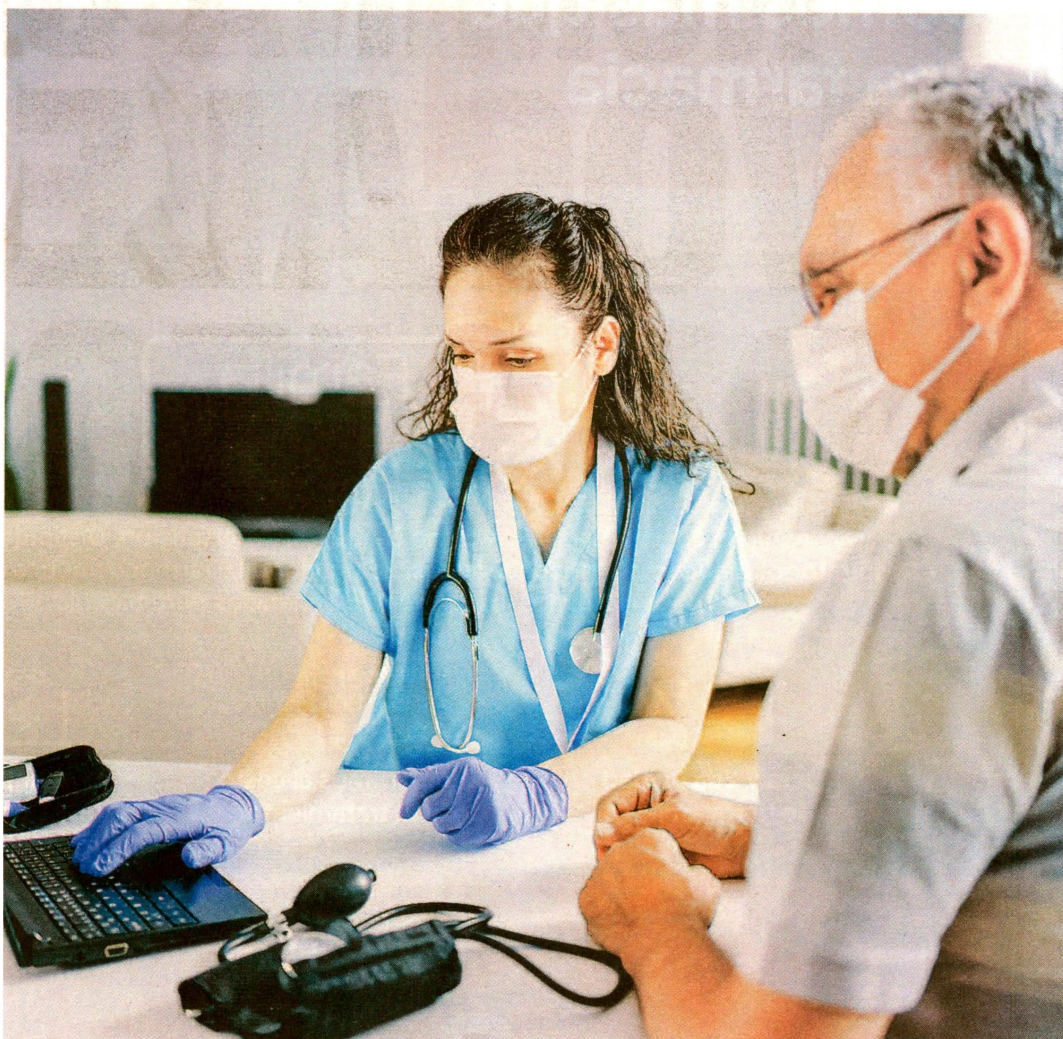
Considerar un chequeo de salud integral una vez al año en personas sanas es fundamental. En el caso de personas con patologías crónicas, se deben seguir las indicaciones de los médicos tratantes.

— **Romina Jaramillo y Nicole Venegas.**

→ La recomendación de los profesionales de la salud es que todas las personas sanas se realicen al menos una vez al año un chequeo de salud. Con esto se pueden prevenir diversas enfermedades y patologías crónicas. Pero también en el caso de enfermedades graves, detectarlas tempranamente puede contribuir a un mejor tratamiento, que en muchos casos puede salvar la vida de la persona.

En esa línea, Beatriz Arteaga, directora de la Escuela Técnico Nivel Superior de Enfermería de la Universidad de Las Américas, explica que "las personas sanas deben realizarse exámenes integrales y los enfermos crónicos va a depender de la enfermedad y de la etapa que se encuentra esta enfermedad. Por ejemplo, los pacientes diabéticos recién diagnosticados tienen controles mensuales para poder regular la medicación oral o inyectable y la alimentación. Luego cuando pasan a una etapa donde ya se ha ajustado la dosis de los fármacos se pueden hacer controles trimestrales o semestrales, dependiendo de cómo vaya resultando el tratamiento y la adherencia que está teniendo la persona".

Asimismo, la profesional de la UDLA afirma que Las enfermedades crónicas tienen una periodicidad de control mucho más estrecha que la de una persona sana, y eso está determinado por cada enfermedad y por cada médico. "No hay un estándar para todas las enfermedades crónicas, porque todas las personas somos distintas, por lo tanto es el médico o la enfermera quien decide cuál es la frecuencia en cuanto a controles de salud. Lo que sí está claro es que es mucho más frecuente en una persona con patologías crónicas que en una sana y que va a depender principalmente de cómo va la adherencia al tratamiento y



Recomendaciones

Precauciones frente al COVID-19

Cuidar la salud de cada uno y de nuestras familias es fundamental en este contexto de pandemia, y debe tener aún más cuidados con las personas que padecen patologías crónicas y los adultos mayores.

El virus del COVID-19 ha afectado a todo el mundo, y en Europa ya están viendo las segundas olas de contagios masivos. En esa línea, las autoridades de salud han pedido a la población que tome ciertas medidas para evitar la propagación de contagios.

En esa línea, las personas con enfermedades crónicas frente a este virus deben evitar exponerse a lugares más

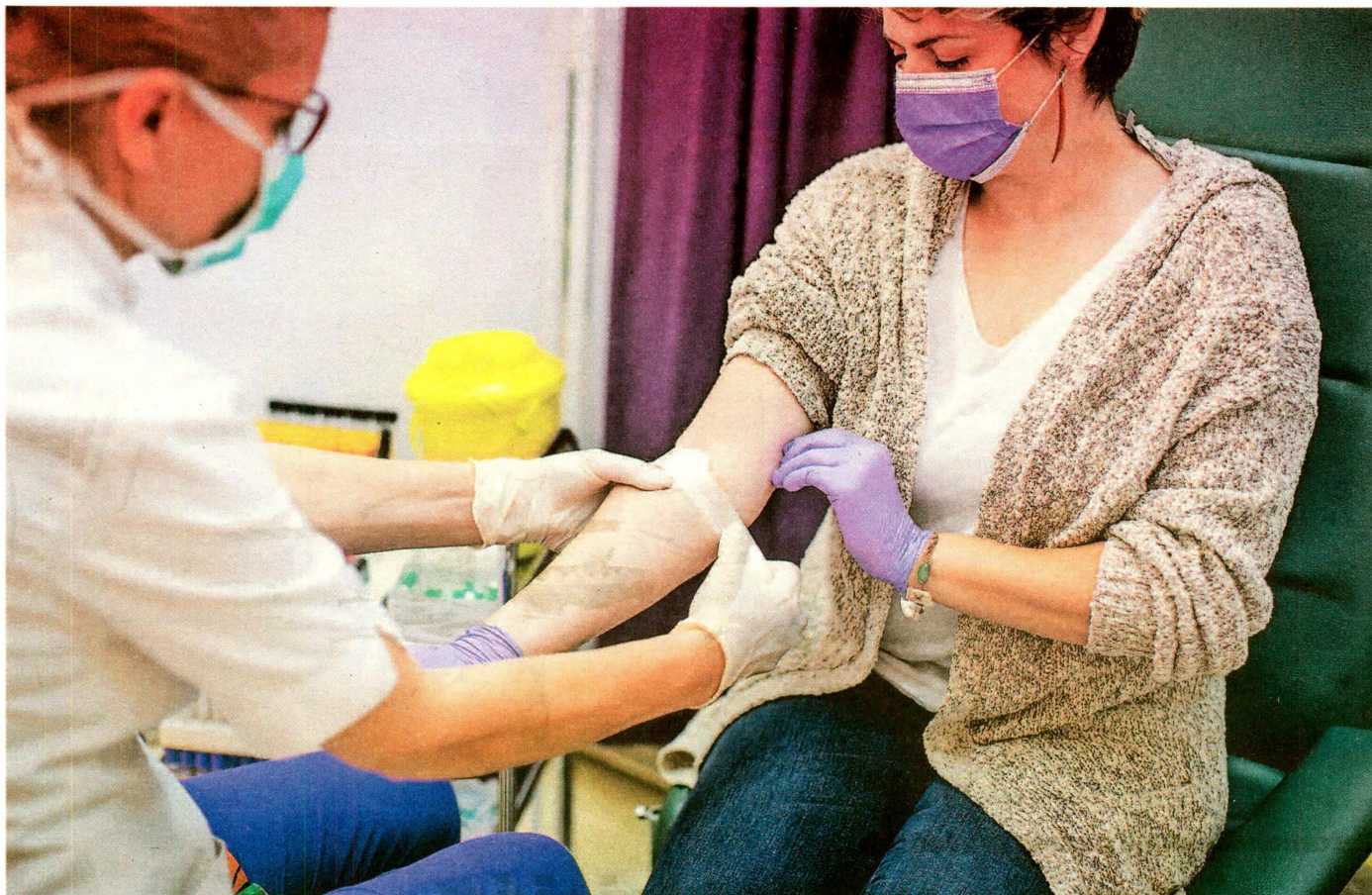
propensos a estos contagios. Asimismo, los adultos mayores, que en su mayoría tienen alguna patología crónica como diabetes, hipertensión, riesgo hepático, etc.

En esa línea se sugiere que no visiten lugares cerrados donde exista una aglomeración de personas, además de utilizar siempre su mascarilla, lavar con frecuencia

sus manos con agua y jabón, utilizar alcohol gel, limpiar y desinfectar todos los objetos que vengan del exterior del hogar, entre otras.

Siguiendo estas medidas de higiene más sus tratamientos médicos para evitar descompensaciones, las personas con patologías crónicas deberían estar más protegidas frente a este virus.





cómo van resultando los análisis tras la instalación de farmacoterapia, dietoterapia y cambios de hábitos de vida", dice.

Exámenes esenciales

Detectar las enfermedades a través de exámenes es clave. Al respecto, Beatriz Arteaga, comenta que es importante destacar que en este aspecto no solamente se deben realizar exámenes o análisis de laboratorio, los exámenes tienen que ser integrales. "Éstos, van de un control de signos vitales con énfasis en la presión arterial y este control puede ser seriado o se puede solicitar un holter de presión arterial que evalúa en 24 horas como es la conducta de presión arterial en aquellas personas con factores predisponentes a realizar hipertensión. También, se debe considerar en estos exámenes la medición de la antropometría, peso y talla por el aumento de la población obesa y sobrepeso a nivel mundial y en Chile, porque la obesidad y sobrepeso inciden en muchas enfermedades crónicas no transmisibles", agrega.

También, la académica de la UDLA comenta que se deben considerar exámenes de laboratorio como la evaluación del perfil

lipídico para ver cómo están los lípidos en la sangre, también el perfil bioquímico incluyendo un énfasis en la glicemia para poder diagnosticar o descartar diabetes mellitus, pruebas hepáticas, perfil tiroideo, pruebas de función renal de sangre y orina. Se debe incorporar el electrocardiograma que evalúa en ese momento como está la actividad eléctrica de la persona. Respecto a los exámenes con énfasis en sexo debemos considerar el chequeo ginecoobstetra con análisis hormonales, mamografía y papanicolaou, y en hombres que a partir de los 50 años en adelante debemos incluir análisis y pruebas como antígeno prostático específico.

Ventajas: un mejor tratamiento

Otra de las ventajas que trae consigo la detección temprana de enfermedades crónicas es la posibilidad de tener un mejor tratamiento.

Patricio Silva, decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Central, explica que "la detección temprana de las enfermedades crónicas no transmisibles, vale decir, diabetes, coles-

terol alto, presión arterial alta, es fundamental toda vez que mientras más temprano se detectan se puede implementar un tratamiento que permite que estas enfermedades no se compliquen".

En consecuencia, mientras más precoz se detecte, más adecuado y completo es el tratamiento. Es más barato también y hay menos posibilidad de que se complique con las alteraciones de las arterias.

En ese sentido, el especialista advierte que de no detectarse a tiempo, pueden existir consecuencias tales como infartos. "Todas estas enfermedades, de no tratarse a tiempo, van alterando las arterias tanto del corazón como del cerebro, que son las que, a la larga, pueden producir infarto al corazón o infartos cerebrales, por lo tanto, el tratamiento adecuado una vez que se haga el diagnóstico en forma temprana o precoz es fundamental", sostiene Silva.

Para el especialista la detección temprana de estas enfermedades va en la misma línea que la detección del cáncer de mama a través de una mamografía, o del cáncer cuello uterino con la prueba de papanicolaou. ¿Cómo hacerlo en estos casos? Muy sencillo, tomándose la presión, en el caso de la diabetes, tomándose la glicemia y el colesterol a través de una perfil lipídico.

"En consecuencia, aquí es clave el control periódico. Nosotros recomendamos una vez al año después de los 40 años que es cuando comienza a estar este tipo de enfermedades o bien antes si hay antecedentes familiares directos de estas enfermedades", afirma el especialista.

"La detección temprana de las enfermedades crónicas no transmisibles, vale decir, diabetes, colesterol alto, presión arterial alta, es fundamental toda vez que mientras más temprano se detectan se puede implementar un tratamiento que permite que estas enfermedades no se compliquen". Patricio Silva,

decano de la Facultad de Ciencias de la Salud, UCEN.

Formas de detección: ¿Cómo saber que se tiene la presión arterial alta? Solo tomándose la presión. En el caso de la diabetes tomándose la glicemia y el colesterol, solo haciéndose el perfil lipídico.

"Todas estas enfermedades, de no tratarse a tiempo, van alterando las arterias tanto del corazón como del cerebro, que son las que, a la larga, pueden producir infarto al corazón o infartos cerebrales, por lo tanto, el tratamiento adecuado una vez que se haga el diagnóstico en forma temprana o precoz es fundamental". Patricio Silva, decano de la Facultad de Ciencias de la Salud, UCEN.

"Las personas sanas deberían al menos una vez al año realizarse un chequeo de salud, exámenes de salud integral y los enfermos crónicos ahí va a depender de la enfermedad y de la etapa que se encuentra esta enfermedad".

Beatriz Arteaga, directora de la Escuela Técnico Nivel Superior de Enfermería de la UDLA.