



Día Mundial de la Diabetes

# Aumentan las enfermedades crónicas no transmisibles

ZOILA ROMUALDO PÉREZ, ROSA MARÍA OSTIGUÍN MELÉNDEZ Y ANA RITA CASTRO\*

La hiperglucemia, la hipertensión arterial, la hipercolesterolemia y los altos índices de masa corporal son un desafío de salud pública global. Desde el 2019, representaron casi el 20 % de la pérdida de salud en el mundo, con un aumento del 50 % desde 1990. Esta situación ha derivado en un incremento de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), principalmente diabetes e hipertensión arterial comórbida. Después de la pandemia por la Covid-19, la esperanza de vida disminuyó 1.6 años entre 2019 y 2021.

Las ECNT suelen estar vinculadas a conductas de salud sustancialmente riesgosas, sobre todo el tabaquismo activo y pasivo, el consumo excesivo de alcohol, la baja actividad física y una dieta desequilibrada. Esta última se caracteriza por un alto contenido de sodio, carnes procesadas y rojas, así como un elevado consumo de bebidas azucaradas y una baja ingesta de ácidos grasos poliinsaturados omega-6, frutas, verduras y cereales integrales, aunado al crecimiento notable de la ingesta de alimentos ultraprocesados. En promedio, quienes la siguen consumen unas 500 calorías más por día y suben aproximadamente 0.9 kilogramos.

La evidencia científica identifica tres ejes sobre los cuales se deposita gran parte

del reto que representa la cronicidad, sobre los cuales aún no se ha logrado incidir de manera efectiva. El primero se centra en la modificación de los comportamientos en salud, en particular los relacionados con la calidad de la alimentación, el aporte calórico y la actividad física; el segundo se refiere a la falta de atención normativa y de fondos para la investigación sobre el comportamiento y la salud pública, y el tercero es la ineficacia de las estrategias de prevención primaria o su implantación, aunado a las disparidades y las grandes lagunas en la prestación y la accesibilidad de los servicios y la fuerza laboral de los proveedores de atención. Esta situación se refleja en datos específicos, como es el caso de la diabetes tipo 2: entre el 10 % y el 15 % de las personas que la padecen mantienen una hemoglobina A1c (HbA1c) persistentemente elevada a pesar de recibir atención médica disponible.

El manejo de las enfermedades crónicas representa un reto complejo, tanto para quienes la padecen y sus familias, como para los sistemas de salud. En este contexto, México enfrenta una enorme tarea. Aunque la evidencia de los últimos cinco años indica que las intervenciones orientadas a cambios de conducta múltiples pueden ser efectivas para promover mejoras en los comportamientos clave

de salud, la multifactoriedad de la cronicidad sigue siendo uno de los desafíos importantes a abordar.

La evidencia destaca de forma clara que las unidades de atención primaria y centros de salud comunitarios son los entornos ideales para implementar programas de atención para poblaciones vulnerables que sufren de enfermedades crónicas.

Sin embargo, el enfoque hospitalocéntrico y la fragmentación de los servicios de salud son circunstancias que requieren ser consideradas y reconstruidas con nuevas perspectivas que contribuyan hacia un sistema de salud que integre la atención primaria de la salud (APS) en todos los niveles de atención. Esto implica un cambio de modelo ya centrado en la persona, basado en una comunicación abierta, promoción de su participación en el proceso de atención, creación y fomento de redes de apoyo, junto con una mayor coordinación multidisciplinaria adecuada.

Los profesionales de enfermería son una figura profesional clave en el sistema de salud, respaldados por la evidencia que demuestra que las estrategias que fomentan la interacción entre la persona y el profesional de la salud resultan más efectivas para promover cambios de conducta e incrementar la autogestión de las enfermedades crónicas, por lo que el aumento en número y complejidad de las necesidades de atención y cuidado de las personas con padecimientos crónicos en la atención primaria ha generado la necesidad de un papel ampliado para la enfermería comunitaria.

Ese panorama requiere la participación de las escuelas y facultades de enfermería para integrar a las y los estudiantes en una práctica de atención primaria, contribuyendo así a construir una fuerza laboral capacitada para asumir roles de atención clínica y comunitarias sustantivas en gestión del cuidado en el contexto sanitario actual. Este enfoque debe incluir y promover el trabajo intersectorial, intervenciones basadas en la evidencia científica, sensibilidad cultural y colaboración interprofesional.

Frente al creciente desafío que representan las ECNT, es imperativo que las universidades y el mismo sistema de salud reconozcan y fortalezcan el papel ampliado de enfermería comunitaria como una pieza clave. La formación de los profesionales de enfermería debe trascender los enfoques tradicionales y preparar a las futuras generaciones para enfrentar un panorama de salud pública en constante cambio. *g*

\*ACADÉMICAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA