**MATERIAL DE APOYO PARA ECNT**

**Prevención y factores de riesgo**

La prevención tiene como objetivo impedir la aparición, el desarrollo y la prolongación de enfermedades, sean transmisibles o no, en una persona, una familia o un grupo poblacional.

Se define como riesgo la probabilidad de enfermar o morir de una determinada afección o accidente; los factores de riesgo son el conjunto de fenómenos de los cuales depende esta probabilidad.

Requisitos para que una determinada condición se pueda considerar como factor de riesgo siguientes:

− Asociarse con una frecuencia significativa a determinada enfermedad o problema de salud.

− Preceder a la enfermedad durante un período determinado:

− Poseer un carácter patogénico evidente.

− Predecir la posterior aparición de la enfermedad a la cual predisponen.

Clasificación de los factores de riesgo acuerdo con su origen:

1. Relacionados con los estilos de vida:

a) Tabaquismo.

b) Alcoholismo.

c) Sedentarismo.

d) Obesidad.

e) Estrés.

f) Tipo de alimentación.

2. Biológicos:

a) Edad.

b) Sexo.

c) Niveles de colesterol total y LDL elevados.

d) Niveles de colesterol LDH bajos.

e) Hipertensión arterial alta.

f) Diabetes mellitus.

3. Ambientales:

a) Aire.

b) Agua.

c) Suelo.

4. Socioeconómicos:

a) *Status* laboral.

b) Ingreso.

c) Nivel educacional.

d) Pérdidas familiares.

5. Otros.

1. *Emociones y personalidad.*

2. *Lipoproteína (a) elevada.*

3. *Homocisteína elevada.*

4*. Infecciones.*

5. *Proteína C-reactiva.*

Factores de riesgo para ECNT

− *Cáncer.* Tabaquismo, alcoholismo, dieta, ocupación, exposiciones industriales y contaminación atmosférica.

− *Hipertensión arterial.* Obesidad, edad, sexo y estrés.

− *Diabetes mellitus.* Factores genéticos, socioeconómicos y familiares.

− *Enfermedad pulmonar obstructiva crónica.* Tabaquismo y contaminación atmosférica.

− *Enfermedades cardiovasculares.* Sexo, edad, colesterol, tabaquismo, hipertensión arterial y dieta.

Factores de riesgo para las enfermedades transmisibles:

- La pobreza: disponibilidad de agua potable y de sistemas de eliminación de residuales.

- El hacinamiento, calidad de vivienda.

- La mala alimentación.

Para estas afecciones las medidas de prevención van dirigidas a cada eslabón de la cadena epidemiológica:

1. Fuente de infección − hombre o animal enfermos o portadores, sangre, heces, orina y exudados mucosos.

Diagnóstico precoz y declaración obligatoria.

a) Aislamiento.

b) Vigilancia.

c) Desparasitación.

d) Tratamiento precoz.

e) Encuesta y ficha epidemiológica.

2. Vehículo de infección y medios de transmisión − agua, alimento, polvo, aire, contactos, artrópodos, suelo, roedores y otros vectores.

a) Saneamiento.

b) Desinfección.

c) Desinsectación.

d) Desratización.

3. Hombre sano o terreno susceptible − vía de infección respiratoria, buco gastrointestinal, cutáneo, mucoso y placentario:

a) Vacunación.

b) Seroprevención.

c) Quimioprofilaxis.

d) Gammaglobulinoprofilaxis.

e) Educación sanitaria.

La acción preventiva tiene lugar en cuatro niveles: primordial, primario, secundario y terciario.

**Prevención primordial**: El objetivo de la prevención primordial es evitar el surgimiento y la consolidación de patrones de vida social, económica, cultural y del ambiente físico que contribuyen a elevar el riesgo de enfermedad y estimular y desarrollar estilos de vida sanos. Además, debe estar apoyada por medidas reguladoras y fiscales enérgicas complementarias de los gobiernos, para detener la promoción y consumo de productos dañinos como tabaco, alcohol, drogas, etc.

**Prevención primaria**: Se denomina prevención primaria a todos aquellos actos destinados a disminuir la incidencia de una enfermedad en una población para reducir el riesgo de aparición de nuevos casos. Por ejemplo, en la prevención de la cardiopatía isquémica está demostrado que la reducción en los niveles de colesterol sérico resultan de gran beneficio entre los individuos con elevadas concentraciones.

Otro ejemplo es disminuir la exposición a sustancias tóxicas dañinas para la salud: gases, solventes orgánicos, metales pesados y otros, hasta niveles mínimos, lo que produce resultados efectivos para evitar varias formas de cáncer.

**Prevención secundaria:** Se denomina así a todos los actos destinados a disminuir la prevalencia de una enfermedad en una población para reducir la evolución y la duración. Aquí se actúa sobre el primer eslabón de la cadena, bien tratando adecuadamente a un enfermo tras un diagnóstico temprano, o detectando a un paciente aparente sano o portador después de un examen de salud.

Para ello es necesario que se disponga de un método seguro para la detección de la afección y de la existencia de métodos terapéuticos eficaces. Ejemplos de enfermedades tributarias de este nivel de prevención son el cáncer cervicouterino, la fenilcetonuria, la determinación de la hipertensión y su tratamiento en personas de edad avanzada, las pruebas cutáneas y radiológicas para el diagnóstico de la tuberculosis, etc.

**Prevención terciaria**

Se denomina así a todos los actos destinados a disminuir la prevalencia de las incapacidades crónicas en una población para reducir al mínimo las invalídeses funcionales provocadas por la enfermedad señalada. Rehabilitación

Estas acciones son las siguientes:

 − Desarrollar una acción intersectorial.

− Promover las investigaciones relacionadas con la prevención de los factores de riesgo en su área de atención.

**Prevención cuaternaria**

Se basa fundamentalmente en las iatrogenias, las malas prescripciones de medicamentos o por complacencia,