

La niñez, el inicio de un curso de vida saludable.



El escenario mundial postpandemia y las otras crisis globales, han expuesto diferentes necesidades sanitarias y sociales de los individuos y sociedades, y, además, han fomentado el desarrollo de una visión integral de los enfoques de salud pública. En esa línea de pensamiento, La Organización de Naciones Unidas (ONU) hace un llamado a la acción con la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, para que los países miembros hagan los esfuerzos pertinentes y orienten los recursos necesarios a proteger y mejorar la vida de todos, en todas partes. Así mismo, otras instituciones multilaterales como la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud (OMS/OPS) alineados con la ONU, exhortan a las naciones a que retomen el enfoque holístico de curso de vida saludable para cumplir los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS), dado que permite comprender mejor cómo se perpetúan y transmiten las inequidades sociales en salud, y cómo se pueden evitar, mitigar o aliviar a lo largo de las generaciones.

La OMS ha incorporado el enfoque de curso de vida a las diferentes estrategias y recomendaciones como: el Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles, el Informe mundial

sobre el envejecimiento y la salud; y la Estrategia Mundial para la Salud de las Mujeres, Niños, Niñas y Adolescentes.

El enfoque de curso de vida, es un cambio de paradigma en la construcción de la salud y una estrategia costo-efectiva de alto impacto, basada en evidencias y derechos. Este modelo considera la forma en que la salud del individuo, su comunidad, su entorno y otros factores, y las generaciones anteriores y futuras están interconectadas a lo largo de la vida; y nos invita a ver a la salud como parte de las dimensiones del desarrollo humano y no un fin en sí mismo.

En el esfuerzo por aumentar la esperanza de vida saludable, es importante no solo abordar la enfermedad y al individuo enfermo, sino buscar el máximo potencial de generación de salud, entendida como el desarrollo de capacidades y activos que permitan a los individuos y

poblaciones desarrollarse, de acuerdo con sus expectativas y demandas del entorno en que viven.

Por otro lado, debemos considerar que el bienestar y estado de salud de las personas y población, están vinculados al contexto y entornos en que desarrollan sus actividades, y no solo a los factores individuales. **Así mismo, la dinámica familiar y laboral ha modificado el relacionamiento humano, donde los niños, niñas y adolescentes crecen con ausencias prolongadas de los padres; la comunicación intergeneracional se ha visto modificada por los nuevos medios y desarrollos tecnológicos; así como la adopción de conductas o comportamientos más individualistas y estilos de vida no saludables, que en un escenario de transición demográfica y epidemiológica, han dado lugar al surgimiento y expansión de las enfermedades emergentes (enfermedades**



crónicas no transmisibles o ENT), y a las derivadas de la globalización (pandemias infecciosas, cambio climático, etc.); todo esto se agrava en los países pobres, pues seguimos peleando con las enfermedades del subdesarrollo (infecciones comunes, materno-infantil, desnutrición).

Por nuestra parte, siendo fieles al compromiso de brindar una atención en salud cardiometabólica centrado en la persona, estimulamos a los pacientes y sus familias a implicarse en la gestión de la salud durante el curso de sus vidas; potenciando los factores protectores de la salud (actividad física regular, dieta saludable, ambiente libre de humo, etc.), mitigar los factores de riesgo (sedentarismo, dieta malsana, tabaquismo, etc.), y la detección precoz y/o control de la enfermedad cardiometabólica y sus complicaciones (diabetes, dislipidemia, hipertensión, etc.), para disminuir la carga de enfermedad y la muerte precoz (morir antes de los 65 años). Estamos convencidos que promover estilos de vida cardiosaludables, y observar conductas que favorezcan la salud (control del estrés, tratamiento regular, etc.) nos ayuda a mantener o mejorar la condición de salud y lograr una vejez saludable.

Dado que la salud se crea y produce donde la gente transita y se mueve a diario, debemos considerar que los entornos donde los niños y niñas transitan son trascendentes para sus vidas (hogar, comunidad, escuela, etc.), y nos ayudarán a tener una aproximación más exacta sobre las condiciones de vida y salud de la niñez. En este sentido, el entorno educativo es clave para forjar valores, actitudes, conductas y estilos de vida en la niñez; por lo que la acción conjunta de maestros, personal sanitario y padres de familia, produce mayor acceso a información válida en salud, y la oportunidad de transformar



esos conocimientos en prácticas y estilos de vida saludables para el presente y el curso de sus vidas. Sin embargo, la salud en el ámbito escolar es más un discurso y no una práctica, y desgraciadamente, la salud en la escuela es uno de los aspectos más olvidados por el sector salud.

Consideramos que la salud no debe verse como algo ajeno a la escuela, es parte de ella, y de ahí que la Escuelas Promotoras de la Salud (EPS) representan para el personal sanitario un gran desafío y una valiosa oportunidad para el liderazgo, convirtiéndonos en agentes de cambio para alcanzar mayor bienestar y salud en toda la comunidad educativa. De nuestra parte, hemos asumido el reto de acercarnos a la escuela para fomentar la promoción y educación en salud cardiometabólica (charlas y valoración del estado nutricional de estudiantes), y, periódicamente realizamos actividades intersectoriales para promover estilos de vida saludables en las escuelas (Mueve tu juventud, jornada de Mindful Eating, etc.) y espacios formales de divulgación en salud (comunidad de jóvenes en acción, sección de jóvenes en acción de revista Muévete y videos de PROGRENT —Programa de Prevención de las ENT —).

Por último, el desafío de promover y educar en salud a los escolares es un reto enorme y no asumirlo, un riesgo mayor en la salud cardiometabólica de la niñez, en consecuencia, se aumentará la carga de enfermedad o complicaciones desde edades tempranas.



Gracias Padre, por implantar en nosotros un espíritu de servicio. ¡Saludos!



Dr. Carlos Chávez y González.

Endocrinólogo-diabetólogo-internista.
Director de Grupo CCM.