

En América Latina

# La prevención

es la clave para reducir las enfermedades relacionadas con el estilo de vida.



**Para tener una vida sana, las personas necesitan un cuidado continuo y completo. Desde la prevención de enfermedades y la detección temprana hasta el tratamiento, la recuperación o el cuidado de la salud desde el hogar, en Philips creemos que hay que cubrir las necesidades de los consumidores en cada una de las etapas de la salud.**

Es por ello que adoptamos un enfoque integral para la atención médica, centrado no solo en el tratamiento de las condiciones existentes, sino partiendo de la prevención. Para lograrlo, seguimos una estrategia de cuidado de la salud que incluye fomentar y promover hábitos de vida saludables, la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y el cuidado de la salud desde el hogar.

Los profesionales de la salud están de acuerdo en que la prevención de enfermedades es esencial para llevar una vida sana. A nivel mundial, más del 50 % de los profesionales de la salud considera que debe destinar su tiempo y recursos al cuidado preventivo según muestran los resultados del estudio Future Health Index, 2017. Y sabemos que las medidas de prevención son especialmente importantes en la atención de enfermedades relacionadas con el estilo de vida, que son las enfermedades en las que la mayoría de los profesionales y de los sistemas de salud de América Latina centran su atención.

Las estadísticas recientes revelan que las enfermedades relacionadas con el estilo de vida son la causa de cuatro de cada cinco muertes en América Latina. En esta clasificación se encuentran las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, las enfermedades respiratorias y las enfermedades que se producen como resultado del uso de alcohol o drogas.

**Todas estas enfermedades relacionadas con el estilo de vida son inducidas por factores específicos en nuestros hábitos de vida, tales como el tabaquismo, la obesidad, el nivel de actividad física y los hábitos alimenticios.** Al estar relacionadas con ciertos aspectos del estilo de vida, estas enfermedades son en general crónicas, especialmente si no se lleva a cabo un cambio significativo para alterar esos comportamientos. Y, al mismo tiempo, es posible prevenirlas en muchos de los casos.

**4 de cada 5**  
muertes en América Latina



son por enfermedades relacionadas al estilo de vida

Algunas de las enfermedades relacionadas con el estilo de vida más comunes en América Latina son:

## Cardiopatías y accidentes cerebrovasculares

Los factores de riesgo de las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares están en aumento en las áreas urbanas en toda América Latina. Las dietas poco saludables, la falta de ejercicio adecuado, el tabaquismo y la hipertensión arterial, entre otros factores, contribuyen a que se produzcan enfermedades cardíacas en América Latina. Estos factores, además, contribuyen al incremento en las tasas de mortalidad a causa de enfermedades cardíacas y sus complicaciones. Los accidentes cerebrovasculares son la causa principal de muerte en muchos países de América Latina. A menudo, estos eventos se pueden prevenir siguiendo estrategias simples y eficaces para reconocer los factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares y ofrecer un tratamiento temprano a los pacientes que los padecen, ayudando así a limitar el impacto y la prevalencia de los accidentes cerebrovasculares en la mayoría de los pacientes.

## Hipertensión

La hipertensión arterial, también llamada hipertensión, es otro motivo de preocupación para muchos profesionales de la salud de América Latina. Increíblemente, la cantidad de pacientes hipertensos que están conscientes de su condición es muy baja.

Según el Estudio Prospectivo de Epidemiología Urbana y Rural (PURE), únicamente el 57 % de los pacientes hipertensos están conscientes de su condición. De este 57 %, solo el 53 % recibe el tratamiento adecuado su padecimiento. Y, lamentablemente, solo el 30 % de los pacientes hipertensos puede decir que tiene su presión arterial bajo control.

La hipertensión no solo genera un estado de salud inferior, sino también empeora significativamente los problemas cardíacos. Tratar la hipertensión a través de la educación y recursos adicionales podría tener un enorme impacto en la salud general de muchos pacientes de América Latina.

## Diabetes

Datos de la Organización Mundial de la Salud demuestran que una de cada doce personas en América Latina tiene diabetes, es decir, más de 62 millones de personas. A este ritmo, en el 2040 habrá 110 millones de personas con diabetes en la región. Comprensiblemente, la prevención y el tratamiento de la diabetes son una preocupación importante para los pacientes y profesionales de la salud en América Latina.

La diabetes no solo reduce significativamente la esperanza de vida, sino también disminuye la calidad de vida. Según un estudio, los pacientes con diabetes tienen de dos a tres veces más probabilidades de tener discapacidades que los pacientes sin diabetes.





## La prevención es esencial

Con un creciente número de pacientes que padecen de estas enfermedades, las medidas preventivas tienen que poder abordar factores del estilo de vida muy variados. **Comer sano y mantener un régimen de ejercicio adecuado son dos cosas que la mayoría de las personas puede hacer para llevar una vida sana.**

A veces, sin embargo, comer más saludablemente y realizar actividad física es más difícil de lo que parece. Con tanta información y consejos disponibles es fácil comprender por qué los pacientes se sienten abrumados e inseguros al momento de decidir qué hacer.

Por eso creemos que es importante generar un impacto significativo en las rutinas diarias y en el cuidado de la salud desde el hogar. Para que sea posible llevar un estilo de vida saludable, es importante proporcionar la tecnología adecuada para que las personas puedan cumplir sus metas de bienestar.

Por ejemplo, con el AirFryer de Philips se puede cocinar las deliciosas recetas familiares con hasta un 80 % menos de grasa, ya que fríe los alimentos con aire en lugar de aceite. Algo tan simple, como comenzar a usar una freidora de aire, puede disminuir significativamente la ingesta de grasas, lo que apoya a mejorar notablemente los hábitos alimenticios y, consecuen-

temente, diabetes, hipertensión y otras enfermedades relacionadas con el estilo de vida.

La línea Philips Liquid Health ayuda a las familias a consumir muchas de las vitaminas y los minerales que necesitan para llevar una vida saludable, a través de electrodomésticos de alta potencia, como exprimidores y licuadoras que permiten a las personas aumentar la ingesta de frutas y vegetales a través de licuados y bebidas.

La dieta es un factor clave de la vida saludable, pero no es el único. Además de contribuir a un mejor estado de salud y de ánimo en general, dormir una cantidad adecuada de horas también es importante. Philips ofrece una amplia gama de productos y recursos para las personas que sufren de apnea obstructiva del sueño.

La prevención es un aspecto clave para crear sistemas de salud más sostenibles para el futuro. En esta tarea los consumidores juegan un papel relevante. A través de propuestas de tecnología conectadas y el enfoque en el continuum de la salud, podemos lograr un sistema de salud más sostenible donde la población es más sana y donde la acompañamos a medida que envejece con una mejor calidad de atención a un menor costo.

# PHILIPS

### Fuentes

C. (2014 de septiembre de 04) Fecha de acceso: 09 de agosto de 2018. De: <https://www.youtube.com/watch?v=pvE87d4a7t4>  
<https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/wp-content/uploads/2017/09/Print-Version-Spanish.pdf>

La OPS/OMS pide dar más atención al control de la hipertensión. (Sin fecha). De: [https://www.paho.org/chi/index.php?option=com\\_content&view=article&id=625:la-opsoms-pide-dar-mas-atencion-al-control-de-la-hipertension&Itemid=1005](https://www.paho.org/chi/index.php?option=com_content&view=article&id=625:la-opsoms-pide-dar-mas-atencion-al-control-de-la-hipertension&Itemid=1005)