

**LAS ENFERMEDADES METABOLICAS. ¿Se previenen las enfermedades Metabólicas?*****METABOLIC DISEASES. ¿Are prevented the metabolic diseases?***

El síndrome metabólico es una serie de desórdenes o anomalías metabólicas que en conjunto son considerados factor de riesgo para desarrollar diabetes y enfermedad cardiovascular, son un grupo numeroso de enfermedades hereditarias, cada una producida por el bloqueo de alguna vía metabólica en el organismo. En la actualidad ha tomado gran importancia por su elevada prevalencia. Según la OMS/OPS, son responsables de más del 70% de todas las muertes anuales en todo el mundo, es decir, de 41 millones de personas. Esto incluye a 15 millones de personas que mueren prematuramente, entre los 30 y 69 años.<sup>(1)</sup> Según la OMS el aumento de estas enfermedades se debe a cinco factores de riesgo principales: el tabaquismo, la inactividad física, el consumo nocivo de alcohol, las dietas poco saludables y la contaminación del aire.<sup>(1)</sup>

La Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) desarrollaron un modelo iniciado en Europa llamado "Esquema causal para los factores de riesgo y enfermedades". El modelo explica tres grupos de enfermedades crónicas: ataque cerebrovascular, cardiopatía coronaria, cáncer y define tres grupos de factores de riesgo: proximales, intermedios y distales.<sup>(2)</sup>

Los factores de riesgo proximales, son aquellos que tienen un efecto directo en la probabilidad de desarrollar cáncer, cardiopatía coronaria y ataque cerebrovascular y son la hipertensión arterial, hipercolesterolemia e hiperglicemia en ayuno. Los factores de riesgo distales son aquellos que tienen un efecto indirecto en las enfermedades crónicas y se encuentran: bajo consumo de fibra, alto consumo de grasas y el sedentarismo. Los factores de riesgo intermedios son aquellos mediados parcialmente por el índice de masa corporal (IMC) actuando sobre los factores de riesgo proximal y en forma directa sobre los eventos de enfermedad.<sup>(2)</sup>

En nuestra sociedad, en las últimas décadas los índices de sobrepeso y obesidad se han incrementado de forma exponencial. La obesidad aumenta significativamente el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus y ciertos tipos de cáncer. A las enfermedades derivadas de la obesidad se les atribuyen alrededor de 2,8 millones de defunciones anualmente a nivel mundial.<sup>(3)</sup> La obesidad, que se presenta por estilos de vida poco saludables, se está presentando en poblaciones cada día más joven, alcanzando inclusive población adolescentes y niños, lo que aumenta los problemas en salud pública.

Para disminuir los indicadores de morbilidad y mortalidad se hace necesario que el profesional de la salud trabaje en redes y estableciendo equipos de trabajo con la secretaria de salud, universidad y sociedad para disminuir estos riesgos proximales, distales e intermedios, realizando intervenciones en atención primaria en salud en donde la promoción y prevención son la clave; y desde la academia, formar los futuros profesionales de la salud con alto compromiso en el logro del bienestar y la vida de las personas, enseñando y fomentando autocuidado; haciendo uso de las técnicas educativa para que transmitan a la población estilos de vidas saludables desde los primeros días de vida del ser humano fomentando la lactancia materna como primer y único alimento en los primeros meses de vida por todos los beneficios que esta tiene y promocionando estilos de vida saludable en el ciclo de vida.

No cabe duda que las condiciones epidemiológicas del contexto en relación a las enfermedades metabólicas, exigen profesionales de la salud con conocimiento, pensamiento crítico, gestión estratégica y con capacidad de establecer relaciones interpersonales con todos los estratos y grupos poblacionales.

Para hacer frente a estas y otras amenazas,

---

en el 2019 comienza el nuevo plan estratégico quinquenal de la Organización Mundial de la Salud enfocada a asegurar que 1.000 millones más de personas se beneficien del acceso a la cobertura de salud universal, que 1.000 millones más de personas estén protegidas de emergencias de salud y que 1.000 millones más disfruten de mejor salud y bienestar. Alcanzar este objetivo requerirá abordar las amenazas a la salud desde una variedad de ángulos, que incluye paradigmas y prácticas diferentes en brindar servicios de atención a la población.

Los estudiantes universitarios de las ciencias de la salud, no se excluyen de estos problemas al contrario, el ambiente académico produce cambios en sus estilos de vida. Se encuentran en una etapa crítica para el desarrollo de sus hábitos alimentarios, presentan poco tiempo para comer, saltarse comidas, comer entre horas, alto consumo de comida rápida, entre otros. Sumado a esto, presentan una disminución de la práctica de actividad física e incremento de consumo de tabaco y alcohol,<sup>(3)</sup> siendo esta adopción de comportamientos un problema más para la salud pública, porque como futuros profesionales de la salud tienen el compromiso de mejorar la salud de la población promocionando estilos de vida saludables que conlleven a cambiar los factores de riesgo cardiovascular para disminuir la morbilidad y mortalidad en los

diferentes grupos de edad. Para lograr esta competencia en el estudiante de salud, el docente juega un papel protagónico, no solo enseñando dentro del aula de clase sino evidenciando en el contexto, llevándolo a vivir experiencias que le permitan comprender como las actividades de promoción como ser el aumento de fibra, disminuir el consumo de grasa y ejercitarse en estas afecciones, ayudan al disminuir los factores de riesgo distales que aumentan las enfermedades metabólicas, aparte que el modelo educativo de la universidad, orienta que la formación debe ser pertinente con los problemas de salud de la población y en esa línea de pensamiento hacer vida el autocuidado.

Se concluye que el modelo nacional de salud de Honduras enfatiza en la prevención y promoción de la salud a todos los grupo poblacionales, en especial a los grupos de edad productivos que son los que más afecta estas patologías y corresponde como cuidadores y cuidadoras de la salud educar sobre la importancia de la autoestima de la salud con acciones de autocuidados personales, familiares, poblacionales y ambientales.

Master en Salud Pública:  
**Dilma Elizabeth Lobo**

Docente de la Secretaría de Salud y del Departamento de Enfermería UNAH-VS. *Dirigir correspondencia a:* [dilma.lobo@unah.edu.hn](mailto:dilma.lobo@unah.edu.hn)  
Recibido: 5 de marzo del 2018 Aprobado: 6 de junio del 2018

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Riverón, R. Enfermedades emergentes y reemergentes: Un reto del siglo XXI. *Rev. Cubana Pediatr* 2002; 74 (1): 7-22 [http://bvs.sld.cu/revistas/ped/vol74\\_1\\_02/PED02102.pdf](http://bvs.sld.cu/revistas/ped/vol74_1_02/PED02102.pdf).
2. Morales I Gladys, del Valle R Carlos, Soto V Álvaro, Ivanovic M Daniza. Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios. *Rev. chil. nutr.* [Internet]. 2013 Dic [citado 2019 Ene 08]; 40(4): 391-396. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182013000400010&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182013000400010&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182013000400010>.
3. Ramírez, M., Garibay, O., Martínez, V., Parra, I.. Obesidad y análisis proteico: su utilidad en la búsqueda de biomarcadores y blancos terapéuticos de enfermedades metabólicas. *Investigación Clínica* 2017 Vol.58, número 3. México. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3729/372952815007/index.html>.