



## Salud preventiva lo que Panamá necesita

*Por: Ninotshka Tam*

*Analista del CNC*

Panamá tiene una población de casi 4 millones de personas, donde el 36.2% tienen de 0-19 años de edad, y el 11% tiene de 60 a más años de edad, estos datos indican que la población panameña es relativamente joven. Sin embargo, a pesar de lo anterior, la población se ve afectada por enfermedades en su mayoría no transmisibles (sin dejar de lado la prevalencia de enfermedades transmisibles) de tipo crónico y degenerativo.

Aunque la esperanza de vida al nacer ha aumentado (pasando de 75 años promedio en el año 2000 a 78 años para el 2015), la tasa de mortalidad también ha presentado incremento alcanzando los 4.6 al 2015 cuando en el 2000 era de 4.1. Vale la pena señalar que las principales causas de muerte por enfermedad son: tumores malignos, enfermedades isquémicas del corazón, enfermedades cerebrovasculares, diabetes mellitus, neumonía, enfermedades hipertensivas, enfermedades de las vías respiratorias inferiores y enfermedades del sistema genitourinario.

La mortalidad por tumores, enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, diabetes mellitus e hipertensión alcanzan el 83% de las principales causas de muerte por enfermedad en Panamá. Aunado a lo anterior, la existencia de los mayores factores de riesgo para los adultos como la alta glucosa en sangre, la alta presión sanguínea, la obesidad y el uso del tabaco, son elementos que agrava aún más la situación de salud de los panameños, que de ser atendidas a tiempo y quizás prevenirlas, podría disminuir la tasa de mortalidad. Es por ello, que la salud preventiva se hace cada día más importante, para aplacar los efectos de las enfermedades que estando en fase curativa, se tornan difíciles de controlar, requiriendo mayor esfuerzo y recursos.

Es relevante aclarar que el concepto de salud preventiva hace referencia a las acciones que se toman para prevenir enfermedades que pueden poner en peligro la salud de las personas, siendo aquella en las que no se ejerce ningún tipo de tratamiento o cura, sino que se aplican cuidados previos que permitan a las personas contar con una mejor calidad de vida. La formación de hábitos y costumbres como la higiene, la correcta alimentación, por ejemplo, a través de campañas de difusión de información donde se prevengan enfermedades, es vital para que la población comprenda y pueda crear conciencia sobre los riesgos a los que se enfrentan y así tomar las acciones para prevenir las mismas.

Esta salud preventiva debe alcanzar a toda la población, tanto en zonas rurales como urbanas. Elemento que no se observa al analizar las estadísticas de salud, donde al evaluar a la población indígena y a los de las zonas rurales, se muestra un limitado acceso a los servicios de salud, con una escasa infraestructura, poca disponibilidad de personal de salud y de medicamentos e insumos tecnológicos. A lo anterior, se le añade los aspectos culturales de estos pueblos y la distancia y dispersión geográfica de la población rural e indígena, lo cual dificulta proveer la atención requerida.

Con el fin de lograr no solo mejorar la expectativa de vida con una mayor calidad de vida, sino también elevar la productividad de la población a través del tiempo, consideramos vital el fomentar acciones que promuevan la medicina preventiva (como el caso de los cursos y talleres en las escuelas y en el grupo de adultos mayores), difundir mayor información del cuidado de la salud y prevención de enfermedades; desarrollar investigaciones sobre cuidados de salud para los diversos grupos de la población; incrementar los programas de salud en zonas rurales y áreas indígenas para la mejora de la calidad de vida en estas regiones, entre otros aspectos que nos hagan más competitivos en materia de salud.