

## **LAS CINCO ENFERMEDADES CRÓNICAS QUE PADECE LA POBLACION SALVADOREÑA QUE PODRIAN COLAPSAR EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD**

Recientemente las autoridades del Ministerio de Salud dieron a conocer los resultados de la **Encuesta Nacional de Enfermedades Crónicas no Transmisibles en la Población Adulta de El Salvador (Eneca-ELS) 2015**. Siendo un estudio realizado en una muestra conformada por 7040 hogares, con 9097 personas seleccionadas, logrando encuestar 6150 personas de las cuales se obtuvieron 4817 cuestionarios efectivos. El rango de edad ha sido de 20 años en adelante. Estudio realizado a nivel nacional.

Conforme iban dando los resultados, crecía entre los asistentes la sorpresa, preocupación y alarma ya que se trata de enfermedades que no tienen relación con virus que transmiten los zancudos, tales como el Zika y otras, o enfermedades relacionadas con el acceso agua potable y un saneamiento básico adecuado.

**Son cinco enfermedades crónicas** relacionadas con ciertos factores comunes que son fácilmente prevenibles y **que dependen de la actitud personal y hábitos que como población tengamos ante la calidad y cantidad de alimentos que consumimos diariamente.**

Es lamentable ver en las aceras de muchas colonias y calles ventas de alimentos y bebidas elaboradas en condiciones deplorables de higiene, y que a pesar de eso, muchas personas se detienen a consumirlos. Así como al número creciente de personas obesas que circulan con dificultad en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana.

Nos referimos a las siguientes enfermedades que están golpeando a la población salvadoreña desde los 20 años de edad, viviendo tanto en el campo como en las ciudades: **Hipertensión arterial, diabetes mellitus, colesterol alto, obesidad y la enfermedad renal crónica.** Todas tienen factores de riesgo en común que es necesario que toda la población los conozca y sobre todo los grupos familiares que es donde se inicia la ingesta de alimentos.

**La hipertensión arterial (tensión alta) es la enfermedad no transmisible más predominante a nivel nacional** con mayor énfasis en la región metropolitana (Departamento de San salvador), con un 37.0 % de los encuestados; de estos el mayor porcentaje está en las mujeres con el 38.0 % y en los hombres un 35.8 %.

**En condición de sobrepeso** se encuentra el 37.9 de la muestra, con predominio en los hombres con un 39.5 % mientras que en las mujeres con un 36.6 %. A nivel territorial predomina en la región paracentral.

**En relación con la obesidad,** el 27.3 % de la muestra está en grado ya de obesidad con predominio en las mujeres con el 33.2 % y en los hombres con el 19.5 %. La región con mayor presencia de obesidad es la región metropolitana.

**Con dislipidemia (Colesterol alto)** aparece el 26.9 de la población encuestada con predominio en los hombres con un 28.5 % mientras en la mujeres está presente con un 25.6 % y de nuevo la mayor presencia es en la región metropolitana.

**En el caso de la diabetes mellitus,** (azúcar en la sangre) son las mujeres las que tienen una mayor predominancia, afectando en un 13.9 % a las mujeres y un 10.6 % a los hombres. El mayor número de personas que la padecen es en el departamento de San salvador (región

metropolitana). Recordemos que muchas personas diabéticas lamentablemente terminan su vida ciegas o con algún miembro amputado.

**Las estimaciones realizadas por el MINSAL en base a estos resultados son:**

**1.- Existen 459.114 personas con la enfermedad renal crónica (ERC).** De estos, dos tercios corresponden a factores de riesgos tradicionales, como la hipertensión arterial, sobre peso, colesterol alto y diabetes mellitus. **En otras palabras quienes padecen de hipertensión arterial, sobre peso y diabetes y mientras más jóvenes estén, tienen una altísima probabilidad de llegar a la insuficiencia renal crónica,** ya que estas enfermedades dañan paulatinamente y silenciosamente al riñón. La ERC es mayor en los hombres con un 17.8 %; en las mujeres con un 8.5 %. Territorialmente la zona más afectada es la región oriental (San miguel, Usulután, Morazan y La Unión).

El otro tercio afectado por la ERC obedece a factores no tradicionales tales como el consumo de bebidas carbonatadas, sodas: consumir 2 litros o menos de agua al día; exposición directa y por mucho tiempo al sol; consumo de plantas y medicamentos con elevada toxicidad renal; consumo de analgésicos en forma elevada.

**2.- Tenemos en el país a 1,446.381 personas hipertensas con predominio en la región metropolitana,** con riesgo elevadísimo de padecer en cualquier momento un infarto al corazón o un accidente cerebro vascular

**3.- La obesidad ha ido en incremento en los últimos diez años, actualmente se tiene 1,059,469 de persona obesas** con más presencia en región metropolitana o sea en el departamento de san salvador.

4.- **Con colesterol alto se estima que existen 1,051.424 salvadoreños.** Con predominio en la región metropolitana.

5.- **En relación a la Diabetes mellitus, 487.875 personas** con predominio en la región metropolitana.

6.- **Se calcula que hay 1,562.255 personas con sedentarismo, no realizan ninguna actividad física en forma constante.**

*Por lo general una persona con sobre peso, pasa a la obesidad, luego aparece diabetes mellitus e hipertensión arterial, llegando luego a una insuficiencia renal que termina con enfermedad renal crónica....*

**FACTORES DE RIESGO: En población adulta igual o mayor a 20 años de edad son:**

- ✓ Consumo escaso de frutas y verduras.
- ✓ Consumo excesivo de bebidas azucaradas.
- ✓ Consumo insuficiente de agua
- ✓ Exposición directa a los agroquímicos
- ✓ Sedentarismo ( poca o nula actividad física)
- ✓ Factores genéticos.

## **EN CONCLUSIÓN:**

- ✓ La Hipertensión arterial es la enfermedad no transmisible más prevalente , con predominio en la región metropolitana
- ✓ La diabetes mellitus y la obesidad predominan en el sexo femenino con predominio en la región metropolitana.
- ✓ La Enfermedad Renal Crónica. ERC, predomina en el sexo masculino con predominio en las regiones de salud paracentral y oriental.
- ✓ Dos tercios de la ERC corresponde a los factores de riesgo tradicionales; hipertensión arterial y diabetes mellitus.

## **RECOMENDACIONES DE ACUERDO AL INFORME**

1. Regular el uso de los agroquímicos
2. Regular los envases de bebidas azucaradas con volumen mayor de 250 ml.
3. Regular los agrandamientos de combos en los establecimientos que venden comida chatarra.
4. Regular la propaganda nociva de los alimentos y bebidas chatarra
5. Regular la cantidad de sal y azúcar en los alimentos o bebidas procesadas.
6. Promover y ejecutar campañas de educación y sensibilización a la población
7. Consumir como mínimo 8 vasos de agua diaria.
8. Realizar como mínimo 30 minutos diarios de cualquier actividad física.
9. Fomentar los huertos caseros.

Ante esta situación crítica y preocupante por la que está atravesando la población salvadoreña, es urgente que las diferentes instancias del Estado con el Ministerio de Salud a la cabeza y como ente rector de la salud, actúen en forma inmediata con diseño y

ejecución de políticas públicas, estrategias orientadas a la promoción y educación sanitaria. **De lo contrario se corre el riesgo que en un par de años de continuar este comportamiento nocivo entre la población, colapse el sistema nacional de salud, ya que será imposible poder garantizar medicamentos en forma oportuna y eficiente,** recordemos que un hipertenso, un diabético, o alguien en estado de insuficiencia renal requieren más de 3-4 medicamentos diarios, aparte de todos los procedimientos que deben de realizarse de por vida .Esto tiene un costo altísimo que ninguno d nuestros países en la región estaría en condiciones de brindar. **Por lo general una misma persona padece de obesidad, diabetes, hipertensión arterial en forma simultánea.**

Por lo que urge promover y fortalecer la educación y prevención, involucrando a diferentes instancias como la Asamblea Legislativa, los consejos municipales, el ministerio de educación, instancias de la sociedad civil, organismos e instituciones que velan por la salud y derechos de las mujeres.

Pero ante todo consideramos que debe de ponerse en **práctica la corresponsabilidad entre el estado y la persona,** ya que hemos dicho que estas enfermedades tienen relación estrecha y directa con lo que comemos diariamente, requiere mucha sensibilización y responsabilidad en el hogar, la familia, la escuela, promoviendo comida saludable y desechando la comida chatarra, como las pizzas, hamburguesas, pupusas, antojitos, bebidas enlatadas, etc.

**ASOCIACION SALVADOREÑA PROMOTORA DE LA SALUD.**

**ASPS**