

Fortalecer la salud a lo largo de la vida

La vida implica una serie de transformaciones críticas: cambios emocionales y materiales en la primera infancia, el paso de la educación primaria a la secundaria, el comienzo de la vida laboral, la salida del hogar paterno, la creación de una familia, los cambios de puesto de trabajo, el riesgo de un posible despido y, eventualmente, la jubilación. Cada uno de los citados cambios puede afectar a la salud, al encaminar a las personas en una dirección más o menos ventajosa.

Las inversiones en salud a una edad temprana repercuten más adelante en la vida. Los cimientos más importantes de la salud de los adultos residen en la herencia genética de las personas, en la vida prenatal y en la primera infancia. El bajo peso al nacer es un indicador de carencias y representa unos factores de riesgo acumulados. El crecimiento lento y la falta de apoyo emocional durante este período puede encaminar al niño hacia una trayectoria social o educativa negativa, lo que aumenta el riesgo de tener una mala salud física o psicológica. Estos factores también pueden limitar el funcionamiento emocional, intelectual y físico en la edad adulta.

El consejo genético y dietético, un embarazo exento del hábito de fumar y la atención prenatal basada en la evidencia pueden contribuir a prevenir el bajo peso al nacer y las anomalías congénitas. En la medida en que una inversión temprana en salud puede compensar la falta de recursos en las primeras etapas de la vida y producir dividendos más adelante, las políticas deben proporcionar no sólo *redes de seguridad*, sino también trampolines para superar las desventajas existentes en las primeras etapas de la vida.

**Objetivo 3º.
Iniciar la
vida en buena
salud**

Por lo tanto, se deberán aplicar unas políticas que fomenten la creación de familias en las que impere el apoyo mutuo, con hijos deseados y una buena capacidad educativa por parte de los padres. Los padres necesitan los medios y las capacidades para educar a sus hijos y para cuidarlos en un entorno que proteja los derechos de la infancia; y las comunidades locales deben proporcionar asistencia a las familias al garantizarles un entorno educativo seguro y unos servicios de atención a la infancia y de promoción de la salud. El personal de los servicios sanitarios y sociales necesita recibir formación con el fin de reconocer y de tratar los abusos de la infancia.

**Objetivo 4º.
La salud de
los jóvenes**

Si se pretenden reducir los accidentes, los daños causados por las drogas y los embarazos no deseados, las políticas y los programas públicos deberán contribuir a que, para los niños y los jóvenes, la elección más sana sea también la más fácil. Por lo tanto, todas las decisiones políticas importantes del sector público deberán ser objeto de una revisión, con el fin de evitar cualquier impacto negativo sobre la salud de los niños y de los jóvenes, sobre sus familias y sobre las personas responsables de su cuidado. Las políticas de educación y empleo deben permitir que los jóvenes obtengan la mejor educación posible y puedan acceder a los trabajos más productivos. La provisión de educación sexual y de asistencia a los jóvenes, además de un fácil acceso a los preservativos, reducirán el riesgo de embarazos no deseados y de enfermedades de transmisión sexual, incluida la infección por VIH.

Los cimientos más importantes de la salud de los adultos se construyen en la vida prenatal y en la primera infancia

Un buen comienzo en la vida supone unos padres capaces de proporcionar apoyo a sus hijos

Una vida laboral sana. Tanto la calidad como la cantidad del trabajo tienen una importante influencia en la edad adulta sobre muchos factores relacionados con la salud, incluidos los ingresos, las redes sociales y la autoestima. La inversión en puestos de trabajo seguros puede beneficiar a la salud y, por lo tanto, a la productividad a largo plazo. Los trabajos estresantes y la inseguridad laboral pueden suponer unos costes no previstos para la industria, así como para los trabajadores afectados. Si dichos casos se incluyeran en los análisis del rendimiento económico, los citados análisis ofrecerían una visión más realista del fenómeno. Se deben tomar medidas más firmes para promover un entorno laboral más sano, a través de una mejora de la legislación, de unos modelos y de unos mecanismos de aplicación. Las empresas deberán adoptar el concepto de “empresa o entidad sana”, que consta de tres elementos: promover la salud de su personal, hacer que los productos de la empresa sean tan saludables como sea posible; y, por último, ser socialmente responsables apoyando los programas sanitarios de la comunidad local o del país.

Envejecimiento sano. Las políticas sanitarias deben preparar a las personas para que disfruten de un envejecimiento sano, por medio de la planificación sistemática de la promoción y de la protección de su salud a lo largo de toda la vida. Las oportunidades sociales, educativas y profesionales, junto con las actividades físicas, aumentan la independencia, la autoestima y la salud de las personas de la tercera edad, así como su contribución activa a la sociedad. Resultan de particular importancia los programas innovadores encaminados a mantener la fortaleza física y a corregir los problemas de visión, audición y movilidad antes de que éstos provoquen dependencia a una persona mayor. A nivel de la comunidad, los servicios sociales y sanitarios deben proporcionar unos mejores servicios de asistencia a las personas mayores en su vida cotidiana. Se deben tomar cada vez más en consideración sus necesidades y sus deseos en materia de vivienda, de ingresos y de otros factores que contribuyen al desarrollo de su autonomía y productividad social.

La inversión en puestos de trabajo seguros puede beneficiar a la salud y, por lo tanto, a la productividad a largo plazo

Objetivo 5°. Envejecer en buena salud

Reducir, a los niveles más bajos posibles, la incidencia y la prevalencia de enfermedades y de otras causas de mala salud o fallecimiento**Reducir la mala salud y las lesiones**

La determinación de la inversión sanitaria supone un desafío para todos los países. Con independencia de la perspectiva utilizada, se debe basar en un cálculo de la incidencia sanitaria y económica que suponen los fallecimientos prematuros y las discapacidades. Las enfermedades cardiovasculares representan la causa más frecuente de fallecimiento en, prácticamente, todos los Estados Miembros, con el cáncer situado en segundo lugar. La mortalidad infantil y materna continúa siendo una preocupación importante en muchos países. Otros problemas sanitarios importantes son los problemas de salud mental (casi el 10% de la incidencia global de todas las enfermedades), las lesiones y la violencia (que representan más de medio millón de fallecimientos al año y que constituyen la principal causa de muerte entre los jóvenes), y las enfermedades olvidadas hace tiempo, tales como malaria, tuberculosis y sífilis, que han reemergido.

La reducción de estos problemas requiere el establecimiento de una perspectiva integrada para la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, así como para la rehabilitación y el tratamiento clínico.

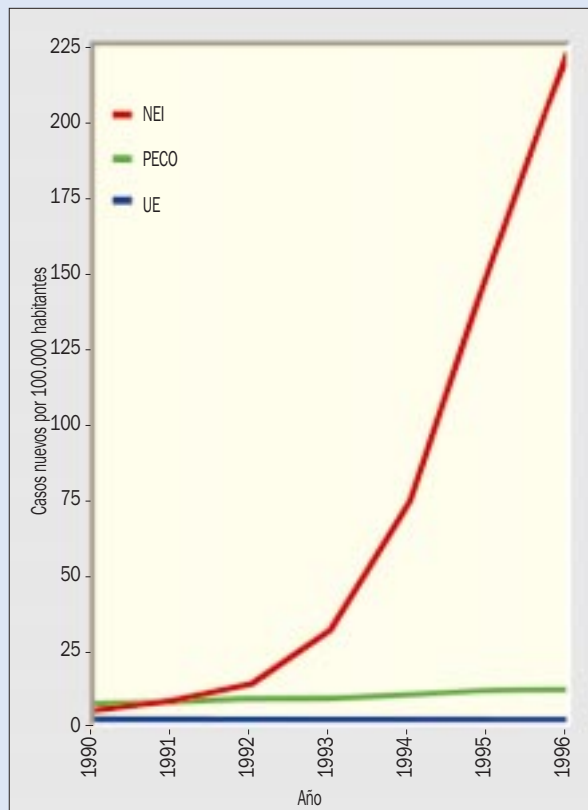
Salud mental. La mejora de la salud mental –y, en especial, la reducción del número de suicidios– requiere tomar en consideración la promoción y la protección de la salud mental a lo largo de toda la vida, en particular en los grupos más desfavorecidos desde el punto de vista social y económico. Unos programas sanitarios bien diseñados para los entornos laboral y cotidiano pueden contribuir a que las personas cuenten con un sentido de coherencia, a que construyan y mantengan unas relaciones sociales de apoyo mutuo, y a que puedan hacer frente a las situaciones y a los acontecimientos problemáticos. Se pueden reducir *drásticamente* los índices de suicidio, si los responsables de suministrar atención sanitaria reciben una formación que les faculte para el diagnóstico precoz de la depresión y si se administran tratamientos adecuados. En muchos países, los grandes “manicomios” de salud mental se deberán sustituir por una red bien equilibrada de departamentos de psiquiatría para casos agudos en los hospitales generales, así como por una red cuidadosamente construida de servicios e instalaciones de atención primaria de salud.

**Objetivo 6°.
Mejorar
la salud
mental**

La tensión laboral juega un importante papel a la hora de crear grandes diferencias en salud, ausencia de enfermedades y fallecimientos prematuros que están relacionados con el estatus social. La mejora de las condiciones laborales promoverá la existencia de una mano de obra más sana, lo que, a su vez, mejorará la productividad. El desempleo supone un factor de riesgo para la salud física y psicológica. En la medida en que los trabajos inseguros o poco satisfactorios pueden ser tan perjudiciales como el desempleo, el mero hecho de contar con un puesto de trabajo no es suficiente para garantizar la salud física y mental. La *calidad* del trabajo también es importante.

El tabaco es el responsable de más del 14% de los fallecimientos y supone un coste para la Región superior a los 100 mil millones de dólares EE.UU. anuales

Enfermedades transmisibles. La reducción de las enfermedades transmisibles requiere una perspectiva integrada que combine la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad y el tratamiento de los pacientes. La mejora y el mantenimiento de una higiene básica, de la calidad del agua y de la seguridad alimentaria



Incidencia de la sífilis en los grupos subregionales de países de la Región Europea, 1990-1996

resultan esenciales, tanto como programas de inmunización eficaces y sostenibles y esquemas de tratamiento bien dirigidos. Los esfuerzos realizados contra las enfermedades transmisibles se pueden dirigir a su erradicación, su eliminación o su control. Dentro del período de tiempo cubierto por SALUD21, la poliomielitis, el sarampión y el tétanos neonatal deberán ser eliminados de la Región (las dos primeras enfermedades como parte de los programas de erradicación global), y la rubéola congénita, la difteria, la hepatitis B, la parotiditis, la tosferina y las enfermedades invasivas causadas por *Haemophilus influenzae* deberán ser controladas a través de la inmunización. Por otra parte, se deben realizar acciones decididas y coordinadas para reforzar los programas de prevención y tratamiento de la tuberculosis, la malaria, el VIH/Sida y las enfermedades de transmisión sexual.

**Objetivo 7°.
Reducir las enfermedades transmisibles**

Enfermedades no transmisibles. Las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el asma se combinan para crear los mayores problemas sanitarios de la Región. Una gran parte de dichos problemas se podría eliminar si todos los países organizaran, tanto a nivel nacional como local, un programa integrado con el fin de reducir los factores de riesgo comunes a muchas de las citadas enfermedades. Estos factores incluyen el hábito de fumar, los malos hábitos dietéticos, la inactividad física, el alcohol y el estrés. La Región Europea cuenta con una amplia experiencia a la hora de realizar este tipo de programas integrados: la estrategia CINDI, que se debería aplicar en todas las comunidades locales de los Estados Miembros. Por otra parte, los servicios de diagnóstico, de tratamiento y de rehabilitación para dichas enfermedades –incluidos los hospitales de agudos– deben ser objeto de mejora en muchos Estados Miembros. Una parte importante de estos esfuerzos se debe centrar en el fomento del autocuidado en materia de salud, incluida la reeducación de los profesionales sanitarios en relación con este concepto.

**Objetivo 8°.
Reducir las enfermedades no transmisibles**

Violencia y accidentes. La reducción de las lesiones derivadas de actos violentos y de accidentes requiere la mejora de los servicios de urgencia de muchos países y la estricta aplicación de las bien conocidas medidas preventivas que pueden disminuir el número de accidentes en la carretera, en el trabajo y en el hogar. Se debe otorgar una mayor prioridad a las cuestiones referidas a la cohesión social y a las principales causas de la violencia –incluida la violencia doméstica–, poniendo una especial atención al alcohol (ver más adelante).

**Objetivo 9:
Reducir las
lesiones derivadas
de actos violentos
y accidentes**