

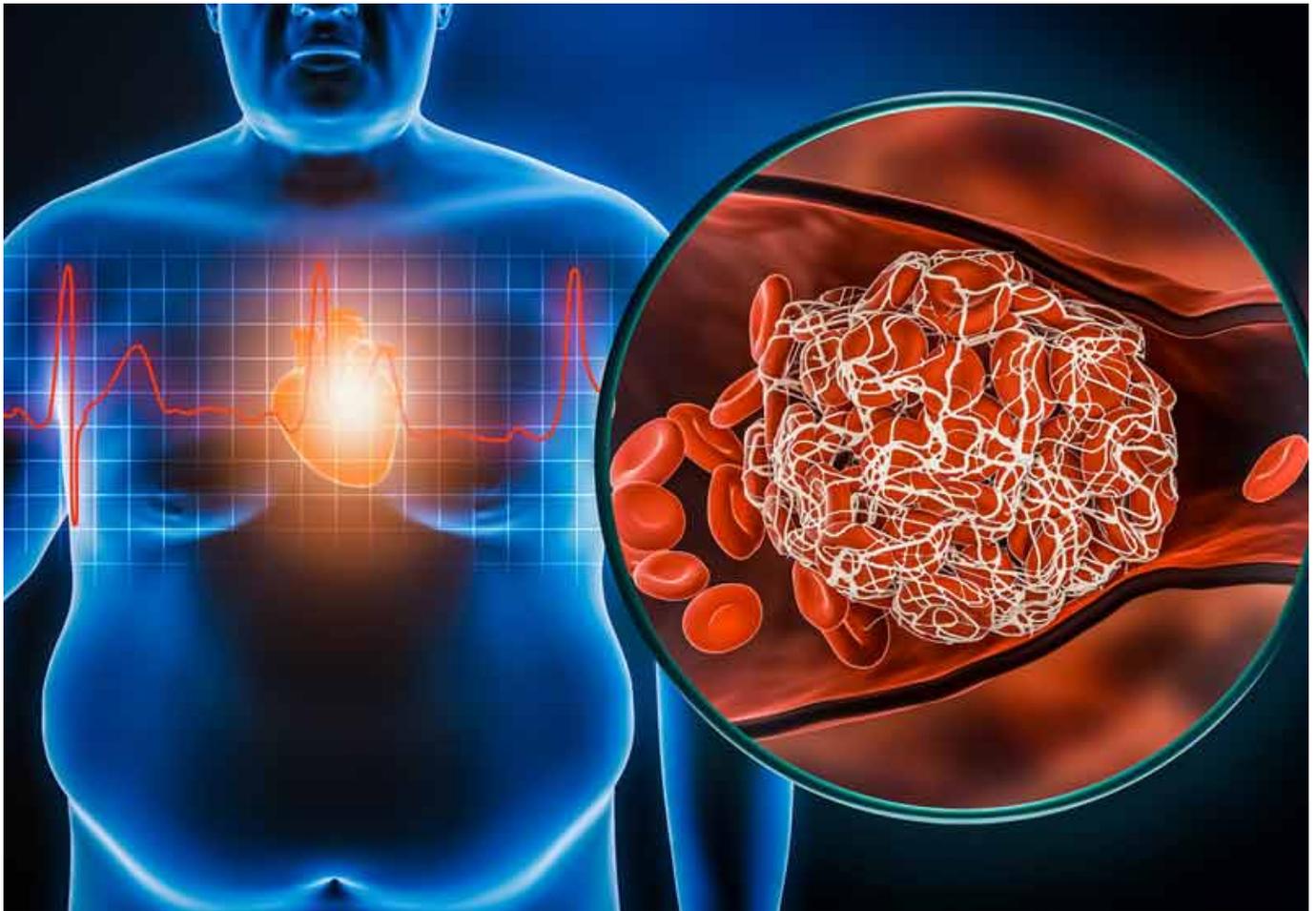
Docente de la UTPL expuso investigación sobre la detección precoz del riesgo cardiometabólico

utpl
16/10/2024

Categorías:
Inclusión, Investigación, UTPL

La detección precoz del riesgo cardiometabólico es fundamental para mejorar la salud pública y prevenir complicaciones a largo plazo, como las enfermedades cardiovasculares y la diabetes. Abordar este desafío requiere una mayor sensibilización, infraestructura médica adecuada y disponer de personal capacitado. Las lecciones aprendidas destacan la importancia de mejorar el acceso a exámenes preventivos y promover hábitos saludables desde una edad temprana. En este contexto, **la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL), a través de la docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Rosario Suárez de Terán, llevó a cabo la investigación titulada: “Retos y lecciones aprendidas en la detección precoz del riesgo cardiometabólico en Loja”**.

Según las estadísticas, **las enfermedades cardiovasculares y los trastornos metabólicos, como la diabetes mellitus, son las principales causas de muerte** a nivel mundial. En Ecuador, esta situación no es diferente. En 2023, el INEC informó que, entre los hombres, las principales causas de muerte fueron enfermedades del corazón, cerebrovasculares, diabetes mellitus y enfermedades hipertensivas. De manera similar, entre las mujeres, las cuatro principales causas de muerte incluyen enfermedades cardiovasculares.



El riesgo cardiometabólico parte de anomalías metabólicas y cardiovasculares que pueden llevar a enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2.

Importancia de la atención

Uno de los principales obstáculos es la falta de concienciación sobre la importancia de las evaluaciones preventivas. **La mayoría de las personas desconocen qué factores de riesgo cardiometabólicos, como la hipertensión, el sobrepeso y la resistencia a la insulina, pueden desarrollarse sin mostrar síntomas evidentes.** Este desconocimiento, junto con una cultura preventiva en salud poco desarrollada, contribuye a que más personas sufran de este problema.

Otro desafío importante es el acceso a una atención médica adecuada. Aunque **Loja ha avanzado con la atención primaria, aún persisten dificultades para garantizar que los exámenes preventivos, como pruebas de laboratorio y estudios de imagen, estén disponibles para toda la población.** Este problema es aún más grave en las zonas rurales, donde la distancia y la falta de recursos dificultan la detección temprana.

Investigación aplicada

Debido a la relevancia de esta temática, [Rosario Suárez de Terán](#) [1] inició la investigación hace dos años. Actualmente, el estudio continúa de manera coordinada con el Hospital del Día del Instituto

Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), a través del Departamento de Medicina Preventiva. **En este proyecto, participan alrededor de 1.400 trabajadores de más de 60 instituciones de la ciudad de Loja.**

Mediante un procedimiento estandarizado, **se logró determinar el nivel de riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares y diabetes en todos los participantes.** Aquellas personas en riesgo recibieron una intervención durante cuatro meses y luego fueron evaluadas nuevamente para medir su progreso y recuperación. El grupo de estudio incluyó a personas en edad productiva, entre 18 a 75 años, con empleos formales y dependencia laboral.

El proyecto se desarrolla por fases. **Actualmente, se encuentra en una etapa individualizada desde el enfoque nutricional, y pronto pasará a una nueva fase de evaluación para medir los avances logrados.** Los estudiantes han participado activamente en la recolección de datos, valoraciones y la parte médica. "Lo más importante es crear conciencia y empoderar a las personas para que conozcan su estado de salud. Nosotros brindamos el acompañamiento necesario para que mantengan **una vida saludable a través de la actividad física y una alimentación adecuada**", explicó.



En el Aula Magna de la universidad se desarrolló la exposición de la investigación, dentro del marco del XII Investiga UTPL.

El trabajo desde la academia comenzó con varios retos. El primero fue intentar reducir las cifras de enfermedades mediante intervenciones basadas en evidencia científica, como el Programa de Prevención de la Diabetes (DPP, por sus siglas en inglés), adaptado a la cultura local centradas en la atención médica, que incluyó tres pilares fundamentales: alimentación saludable, ejercicio físico y motivación para la adherencia al programa, desarrollado en 10 sesiones grupales presenciales. El segundo desafío fue motivar a los ciudadanos a tomar conciencia sobre la importancia del autocuidado. El tercer reto se relacionó con el manejo del tiempo, esencial para mantener una buena salud e incorporar hábitos saludables. El cuarto desafío fue mejorar la comunicación efectiva entre

pacientes y profesionales de la salud. El quinto reto consistió en automatizar recursos, y el sexto, en superar la burocracia y ser creativos para sortear obstáculos. Además, se trabajó en otros aspectos como el seguimiento automatizado y la participación de docentes de las carreras de [Medicina](#) [2] y [Nutrición y Dietética](#) [3], de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UTPL.

Finalmente, Rosario Suárez de Terán destacó la importancia de seguir buscando estrategias para la detección precoz de enfermedades. Resaltó que se pueden lograr resultados significativos cuando existe voluntad por parte de las personas para mejorar su calidad de vida. Por ejemplo, **del grupo entrevistado (1.400 personas), alrededor del 35% presentaba un alto riesgo de desarrollar diabetes mellitus o problemas cardiovasculares.** En varios de esos casos, se logró reducir los riesgos asociados a estas enfermedades, así como mejorar indicadores de salud como la glucosa y el peso.

Los pequeños cambios pueden marcar la diferencia: **reducir el consumo de azúcar y vegetales, comer más frutas y vegetales, hacer ejercicio y cuidar nuestra salud mental puede salvarnos la vida, mientras se mantengan en el tiempo.**

En la UTPL estamos comprometidos con la investigación y el conocimiento. ¡Sé parte de la comunidad de estudiantes más grande del Ecuador!

Inscríbete en la UTPL

[4]

Source URL: <https://noticias.utpl.edu.ec/docente-de-la-utpl-expuso-investigacion-sobre-la-deteccion-precoz-del-riesgo-cardiometabolico>

Links

- [1] <https://investigacion.utpl.edu.ec/rsuarez2>
- [2] <https://utpl.edu.ec/carreras/medicina>
- [3] <https://utpl.edu.ec/carreras/nutricion>
- [4] <http://utpl.edu.ec>