

## YA LLEGÓ LA PREVENCIÓN A CARDIOLOGÍA.

Isabel María Lillo Ródenas.

Y por fin llegó la verdadera prevención. Quizás algunos piensen que no es realmente importante, la mayoría pensará que lo fundamental es tener todos los medios para afrontar las enfermedades cuando se diagnostican, pero sólo los que pueden ver más allá son capaces de entender la importancia de la prevención.

Si viviéramos en una sociedad ideal en la que no hubiera crisis o las desigualdades no fueran tan acusadas, en los hospitales y sobre todo en los centros de salud reinaría la prevención. Es sin lugar a dudas la labor principal de los profesionales de la salud y en concreto de enfermería. Si consiguiéramos llegar a la gente, poder influir en sus malos hábitos e intentar resolver sus dudas sobre comportamientos relacionados con la salud, seguramente las cifras que de vez en cuando oímos sobre los costes de los servicios sanitarios, serían otras muy diferentes. Imaginaos por un momento esa persona que sin saberlo, come a diario bocadillos de lo que puede, porque su trabajo es tan estresante que no tiene tiempo para buscar un lugar donde le sirvan comida en condiciones. Llega a su casa tan tarde que no tiene tiempo más que para saludar a los suyos y cenar rápido, cualquier cosa que haya en la nevera y meterse en la cama para empezar un nuevo día. Es fumador y sabe que no hace bien, pero el estrés le supera y por supuesto no existe ni un rato en su vida para el deporte o simplemente caminar. No sabemos cuando, pero probablemente esta persona acabe un día en urgencias con dolor en el pecho y comience entonces la rueda de pruebas (analíticas, electros, prueba de esfuerzo, ecografías, cateterismo...) Si esta persona hubiera encontrado en su camino un equipo de salud que le explicara como adquirir hábitos saludables, nos habríamos ahorrado tantas cosas...

Todos los profesionales de la salud estudiamos estos preceptos en nuestras carreras, pero llega el momento de incorporarnos a la vida laboral y es entonces cuando nos encontramos con limitaciones. Tuve la suerte de participar en un programa multicéntrico sobre prevención cardiovascular llamado Euroaction. Cuando acepté me pareció interesante, pero no podía imaginarme que cambiaría mi visión sobre el trabajo que profesionales de la salud y sobre todo enfermeras deberíamos llevar a cabo. Nos enseñan que debemos hacer prevención, pero solo aquellos que nos dedicamos a la salud y las personas que han tenido una experiencia en un hospital saben que no hay una estructura consistente para hacer una prevención real. No hay personal especializado, no hay recursos y sobre todo no hay tiempo. A veces no nos damos cuenta de la importancia de la especialización del personal. A ninguno de nosotros nos gustaría que llegado el momento nos operara de la vesícula un pediatra. Y es un médico igual, pero no está preparado como lo está un cirujano. De la misma forma, las enfermeras desarrollan su trabajo de manera óptima cuando tienen una experiencia y una formación especializada. Hay demasiada presión sobre el personal.

Pero parece que el viento está cambiando y gracias al esfuerzo de algunos, los que deciden sobre nuestro sistema sanitario han entendido lo inteligente y ventajoso que puede resultar la prevención.

En mi experiencia particular de algunos años participando en este estudio he podido advertir como la desconfianza inicial de los pacientes se convertía en un gran agradecimiento. Es cierto que la voluntad o al menos la curiosidad resultó fundamental para el éxito con los pacientes. Aquellos que se sintieron atraídos por esta idea cambiaron su vida para siempre. Probablemente, esta noticia no salga en la televisión ni en los periódicos, pero para estas personas y sus familias puede que sea de lo más importante en sus vidas. Nosotros tuvimos a pacientes que ya habían tenido algún problema de salud, pero gracias a ellos, llegamos a sus familias que seguramente cambiaron su manera de pensar y actuar. Algo parecido a lo que antes hablábamos como situación ideal.

Seguramente esta página web sólo empieza siendo consultada por su creador, familiares de éste, compañeros de trabajo, pacientes. Pero todo este trabajo tendrá sentido si conseguimos que los familiares de nuestros pacientes, los amigos, otros profesionales y mucha gente en general sienta curiosidad por la prevención, es decir, todo aquello que podemos hacer para llevar un vida más saludable y plena. Y no sólo eso, sino que todas estas personas entiendan lo que necesitan y lo demanden a los políticos y todos aquellos que deciden sobre nuestro sistema sanitario. Hay una gran diferencia entre hacer un trabajo y hacer un buen trabajo, con ilusión de crecer y mejorar. Este es el impulso que siempre hace falta para avanzar y que considero que este proyecto tiene. Animo.