



Medicina exponencial

* Por Marco Paz Pellat

Es urgente reinventar el modelo de salud, y una buena respuesta puede ser la medicina exponencial, basada en el análisis de la evidencia y los datos, que nos invita a pensar en crear comunidades saludables

La pandemia de la Covid-19 nos ha traído al presente el debate del alcance y calidad de nuestros sistemas de salud. A la luz de los resultados antes de la crisis sanitaria mundial, donde las enfermedades en general y las crónicas en particular han ido creciendo consistentemente, y a los obtenidos en la contención y atención de la pandemia, está claro que los sistemas de salud son claramente insuficientes. Todo ello pese a la gran cantidad de recursos públicos y privados que se les invierte de manera creciente.

Hay evidencia que avala lo que decimos: pese al crecimiento de los gastos públicos e inversiones en la atención a las enfermedades de todo tipo, hoy tenemos un mundo con habitantes más enfermos. Por otro lado, ha quedado claro que las enfermedades crecen de manera exponencial por causa del estilo de vida que tenemos. Asif Dhar, director de Informática de Deloitte, afirma que de las 10 principales razones por las que las personas mueren, cinco están relacionadas directamente con los comportamientos que tenemos: nuestros hábitos (<https://bit.ly/33mQtKg>).

Precisa Asif Dhar que 80% del problema radica en la forma en que vivimos y que el problema de la salud no se resolverá por medio de una mayor inversión de

recursos económicos. En todo caso, deja entrever que gastar más en el modelo actual sólo puede ocultar las razones de fondo del desastre de la salud y posponer una solución de fondo y sustentable.

Es evidente que el modelo basado en la atención a los síntomas, reactivo, está agotado. No ha servido del todo ni es sostenible por su demanda creciente de recursos y la insuficiencia de los presupuestos públicos. Es urgente reinventar el modelo de salud, y una buena respuesta puede ser la medicina exponencial, basada en el análisis de la evidencia y los datos, que nos invita a pensar en crear comunidades saludables.

Para respaldar su propuesta nos ofrece un dato revelador: 42% de todas las enfermedades de cáncer son causados por dietas inadecuadas, fumar y falta de ejercicio. Más de 3.7 millones de personas al año no debieron haber fallecido si tuviéramos el modelo apropiado de salud.

La base de su propuesta de reinvención del modelo de salud, la medicina exponencial, se fundamenta en la creación de comunidades saludables, y para ello propone cinco líneas de estrategia a seguir: (1) empoderar la gestión proactiva de salud y bienestar, (2) fomentar un sentido de comunidad y bienestar, (3) involucrar las tecnologías digitales con la ciencia



del comportamiento, (4) utilizar significativamente los datos para mejorar los resultados, y (5) permitir nuevos modelos innovadores para la forma en que funcionan estas sociedades.

Se ofrecen varios ejemplos:

La ciudad a dieta, Oklahoma. Esta ciudad tenía la mayor cantidad de obesos en Estados Unidos en 2007. Para atender este grave problema, el alcalde implementó el programa llamado "Esta ciudad está a dieta". Se creó un sitio web para dar información y asesorar a quienes querían bajar de peso y registrar los avances. El gobierno invirtió en crear infraestructura para que los ciudadanos pudieran caminar y dejar de depender de los vehículos. En cinco años, los habitantes de Oklahoma en conjunto bajaron más de dos millones de kilos.

Farmacia de Alimentos Frescos. Al darse cuenta de que se estaban elevando los gastos de atención de la diabetes tipo 2, el Sistema de Salud de Geisinger (que atiende a Pensilvania y Nueva Jersey), cambió de estrategia y recetó alimentos

como medicamentos. Lograron reducir 80% del gasto en los tratamientos de la diabetes. La medicina exponencial propone analizar a profundidad las causas de las enfermedades, utilizando la evidencia y los datos, desarrollar nuevas rutas para mejorar la salud a través de crear comunidades conscientes y responsables para modificar sus hábitos y modelos de vida. No es prevención en general, es la identificación de las variables más importantes para mejorar la salud colectiva, como puede ser una mejor alimentación, la práctica constante del ejercicio y erradicar adicciones de todo tipo. Lo más interesante de la medicina exponencial es que es una respuesta sencilla y menos costosa que el modelo actual de atención y reacción. Sería bueno apostarle en el caso de nuestro país a este tipo de innovaciones.

* **Contacto:** www.marcopaz.mx,
alfil3000@gmail.com,
 Twitter @marcopazpellat,
www.facebook.com/MarcoPazMX, www.ForoCuatro.tv
 y www.ruizhealytimes.com.