

6. CONCLUSIONES

Durante los últimos años, los cambios en la dinámica de las poblaciones, la prolongación de la vida, los cambios sociológicos, y los avances médicos - el empleo de medicamentos más efectivos y de técnicas diagnósticas y quirúrgicas modernas - han modificado profundamente los perfiles de salud, consolidándose un cambio de patrón epidemiológico de especial relevancia social y sanitaria.

“Los problemas de salud crónicos tienen día a día mayor peso en los grupos de edad media y avanzada reclamando no tanto cuidados sanitarios - tal y como tradicionalmente se han definido - sino cuidados y servicios socio sanitarios que exigen una mayor implicación de las personas en el cuidado y mantenimiento de su salud y el compromiso de la sociedad”.

“La atención a la salud para el siglo XXI debe asumir el reto de las enfermedades crónicas, que generan una mayor carga social y económica, un aumento de la morbi-mortalidad, y de consumo de recursos sanitarios”.

En las sociedades desarrolladas existe evidencia disponible que avala que el principal reto a asumir por los sistemas sanitarios es la atención a los problemas crónicos asociados al envejecimiento y las intervenciones efectivas en prevención primaria, secundaria, el control y seguimiento de los factores de riesgo asociados a la mayoría de las enfermedades crónicas: cáncer, cardiovasculares, diabetes, adicción a la drogas, salud mental.

El reconocimiento de esta situación ha llevado a la Consejería de Sanidad de Castilla - La Mancha a elaborar planes específicos de atención a las enfermedades crónicas más prevalentes: cardiovasculares, cáncer, salud mental, diabetes.

Por otra parte, no es de menor importancia la aceleración de los cambios sociológicos y su impacto en la salud de la población: mayor desarrollo económico, la modificación de las estructuras familiares, la incorporación de las mujeres al trabajo fuera del hogar, los mayores niveles de información en la sociedad del conocimiento, nuevas demandas de cuidados. Lo que está claro es que una gran parte de los problemas de salud están asociados a formas de vivir, enfermar, y morir en una sociedad más exigente, con mayores niveles de vida, más opulenta y ansiosa, tal y como avala la literatura revisada.

VALORACIÓN DEL ESTADO DE SALUD

- El 73,4% de los adultos de 16 y más años consideran que su estado de salud durante el último año ha sido bueno o muy bueno.
- La variable con mayor influencia en relación con el estado de salud, como era de esperar, es la edad:
 - Hasta los 44 años más del 85% de los adultos considera que su estado de salud en los últimos doce meses ha sido bueno o muy bueno, este porcentaje va descendiendo progresivamente a medida que aumenta la edad, siendo del 70,5% en los adultos entre 45 y 64 años y del 42,6% en el grupo de 65 y más años.
 - En las personas mayores de 65 años se observa la misma tendencia a declarar peor estado de salud a medida que aumenta la edad, así entre los 65 y 74 años refieren un estado de salud muy bueno o bueno en los últimos doce meses el 46,3%, porcentaje que desciende hasta el 37,2% en las personas de 75 y más años.
- Las mujeres, en todos los grupos de edad expresan tener peor salud.
- A menor edad, mayor estatus social y nivel de estudios la percepción que las ciudadanas y ciudadanos su percepción de salud es más positiva.

PREVALENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD CRÓNICOS

- La prevalencia de trastornos crónicos en la población de 16 y más años es de un 54,2%, siendo ésta superior en las mujeres que en varones (61,6% y 46,8% respectivamente) y claramente creciente con la edad: entre los 16 y 24 años los problemas crónicos afectan al 25,3% porcentaje que se eleva hasta el 90,2% entre quienes tienen 75 y más años.
- Los principales problemas crónicos en adultos son: hipertensión, colesterol, diabetes, infarto/enfermedades corazón, alergias, depresión, reumatismos, jaquecas, el dolor de espalda lumbar o cervical y varices.
- En las mujeres los problemas que se citan por más del 10% son la artrosis, artritis o reumatismos (21,2%), la hipertensión arterial (19,5%), dolor en la región cervical (12,3%) o lumbar (11,9%), hipercolesterolemia (11,3%), las varices en las extremidades inferiores (10,8%), la migraña o dolor de cabeza (10,2%) y la depresión o ansiedad (10 %).
- A partir de los 45 años las mujeres presentan una mayor prevalencia de: varices, artrosis, dolor espalda cervical y lumbar, diabetes, alergia, estreñimiento, dolor de cabeza y depresión mientras que los

hombres presentan una mayor prevalencia la bronquitis crónica, el infarto de miocardio y otras enfermedades del corazón.

LIMITACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PROBLEMAS CRÓNICOS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

- Como consecuencia de alguno de estos problemas crónicos de salud, un 14,7 % de la población adulta de Castilla - La Mancha, ha tenido que limitar su actividad habitual en los últimos doce meses. La limitación está estrechamente relacionada con la edad: a mayor edad mayor limitación. Las mujeres se han visto más limitadas en su actividad que los hombres en todos los grupos de edad.

RESTRICCIÓN DE ACTIVIDAD EN LAS ÚLTIMAS DOS SEMANAS

- En las últimas dos semanas, el 7,3% de las personas de 16 y más años residentes en Castilla – La Mancha ha tenido que reducir o limitar las actividades que normalmente realiza por algún dolor o síntoma ocasional.
- La restricción de actividad por problemas agudos en las últimas dos semanas también varía de forma importante con la edad (del 6,9% en el grupo de 16 a 64 años hasta el 8,8% en las personas de 65 y más años y es mayor en las mujeres (9,3%) que entre los hombres (5,3%) en todos los grupos de edad a partir de los 25 años.

PROBLEMAS DE VISTA Y OÍDO

- El 48,3% ciudadanos dicen tener problemas en la vista (el 41,2%) utiliza gafas o lentillas. Los problemas en el oído son menos comunes y afectan al 9,5% de las personas, el 1,5% utiliza algún tipo de aparato para mejorar la audición.

ACCIDENTES EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

- El 9% de los adultos (16 y más años) habían sufrido un accidente en los últimos 12 meses anteriores a la realización de la encuesta. La Encuesta de Salud de Castilla - La Mancha, 2006 bajo el término "accidente" engloba: caídas, golpes, accidentes en sentido estricto, intoxicaciones o quemaduras, así como haber sido víctima de algún tipo de agresión.
- Hasta los 44 años los accidentes son más prevalentes entre los varones (13,8%), probablemente debidos a la mayor accidentabilidad laboral y de tráfico. Entre las mujeres la prevalencia de accidentes es de 7,4%.
- A partir de esta edad se invierte la tendencia y son las mujeres las que sufren con mayor frecuencia accidentes.
- Entre el grupo de adolescentes y jóvenes 16 y 24 años se ha estimado una prevalencia del 12% siendo las causas con mayor frecuencia

citadas los accidentes de tráfico como peatón o pasajero (40,5%), o mientras practicaban algún deporte (12,8%).

- En el último año el 56% de los mayores de 65 años citan haber tenido un accidente (caída a nivel del suelo).
- Aunque con una muestra muy pequeña, lo que impide su extrapolación, la prevalencia de mujeres de 16 y más años que han reconocido haber sufrido algún tipo de agresión o maltrato es del 2%, siendo en el 38% de los casos su pareja el causante de esta agresión.

CONSUMO DE MEDICAMENTOS

- El mes anterior a realizarle la entrevista un 51,3% de la población adulta de Castilla – La Mancha había consumido algún medicamento. La prevalencia de consumo es siete veces mayor entre las mujeres (59,7%) que en los hombres (42,8%)

HABITOS DE VIDA

SUEÑO Y DESCANSO

- En Castilla - La Mancha las mujeres y los hombres de 16 y más años duermen por término medio 7,4 horas diarias.
- A medida que aumenta la edad disminuyen las horas de sueño siendo significativamente más alto el porcentaje de mujeres que consideran que no descansan lo suficiente.

CONSUMO DE TABACO

- El consumo de tabaco (considerando tanto el consumo diario como el ocasional) es del 34% (45,6% en hombres y 22,4% en mujeres), aunque en los grupos más jóvenes se acercan las prevalencias.
- El 48,7% de los fumadores nunca ha intentado dejar de fumar, frente al 32,6% que si lo ha hecho y el 13,2% que no lo ha intentado nunca aunque se lo está planteando.
- El 60% de los entrevistados son partidarios de menor permisividad con el consumo de tabaco y apoyan las normas que delimiten donde los lugares públicos en donde se puede fumar y donde no.

CONSUMO DE ALCOHOL

- El 40,7% de los adultos declara consumir bebidas alcohólicas con una frecuencia de al menos una vez al mes.

- El consumo de riesgo (alto/excesivo o gran riesgo) supone el 3,5% (porcentaje que asciende al 6,4% entre los hombres y desciende al 0,6% en las mujeres).
- No consumen alcohol, al menos una vez al mes, el 44,7% de los hombres y el 74,9% de las mujeres. El grupo de edad con menores prevalencias de abstinentes es el de 16 a 24 años.

DIETA, ALIMENTACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA E IMC

- La población de 16 y más años el grupo de alimentos que se consume con más frecuencia a diario es la leche y derivados, pan y cereales (más del 90%).
- Tres o más veces a la semana los alimentos que con mayor frecuencia se consumen son la fruta fresca (80,2%), y las verduras y hortalizas (59,1%), y carne (54,7%), siendo mas bajo el consumo semanal de pescado (38,4%) y huevos (18,2%).
- Es elevado el consumo de dulces el 49,7%, de embutidos (44,2%) y de refrescos envasados y de snacks.
- Casi la mitad de los adultos toma tres o más veces a la semana dulces (el 49,7%) porcentaje que asciende al 70,9% entre 16 y 24 años.
- El 6,8% de la población adulta de 16 y más años está realizando alguna dieta. Los motivos principales son para perder peso (44,6%) y por padecer alguna enfermedad o problema de salud representado por un 44,3%.

ACTIVIDADES PREVENTIVAS

USO DE METODOS ANTICONCEPTIVOS

- La mitad de la población que mantiene relaciones sexuales (51,3%) utiliza algún método anticonceptivo para evitar embarazos siendo el preservativo el método más usado (el 74,1% de las personas que usan anticonceptivos).
- El uso de anticonceptivos es utilizado por el 87,1% de los/las jóvenes de 16 a 24 años que mantienen relaciones sexuales, aunque un 12,5% en este grupo de edad no los utiliza nunca o tan sólo en ocasiones. El uso habitual de anticonceptivos es menor a medida que aumenta la edad (lo usan el 59,1% entre 25 y 44 años y el 24,1% entre los 45 y 64 años).
- El preservativo es usado como método para prevenir enfermedades de transmisión sexual por el 32% de la población que mantiene relaciones sexuales entre 16 a 64 años. Entre los 16 y 24 años esta prevalencia de uso se eleva hasta el 70,2% aunque es importante

señalar que un 29,1% de los jóvenes no lo utilizan nunca o bien lo utilizan sólo en ocasiones.

- La práctica de actividad física en tiempo libre, incluyendo el paseo diario de al menos 30 minutos o la realización de ejercicio varias veces a la semana, alcanza el 45,8% de la población, sin diferencias por sexo, nivel de estudios o estatus socioeconómico.
- Respecto al año 2002 ha aumentado en cuatro puntos el porcentaje de personas con exceso de peso en Castilla La Mancha, pasando del 24,8 % al 28,8 %
- Las prevalencias más elevadas aparecen entre los 65 y 74 años (43,9% de hombres y 48,2% de mujeres) seguido por el grupo entre los 45 y 64 años (41,7% hombres y 38,7% mujeres). Es entre los 16 y 24 años donde esta prevalencia de exceso de peso es menor afectando al 8,2 de los hombres y al 5,8% de las mujeres.

ACTIVIDADES PREVENTIVAS GENERALES

MEDICIÓN DE LA TENSIÓN ARTERIAL

- El 69,8 % de la población adulta de Castilla - La Mancha, se ha medido alguna vez la tensión arterial. De ellos, el 73,1% hace menos de un año.
- Como es de suponer a medida que aumenta la edad existe un mayor control de la tensión arterial. A partir de 45 años más de la mitad de la población se ha tomado la tensión en los últimos tres meses.

MEDICIÓN DEL COLESTEROL

- El 60,6% de los adultos se ha revisado el nivel de colesterol alguna vez en su vida. Al igual que en las medidas preventivas anteriores realizarse esta analítica de control del colesterol aumenta con la edad. Aunque en este caso nos encontramos con un porcentaje de más del 50%, ya en el grupo de 25 a 44 años, ha aumentado hasta el 84,7% en el de 75 y más años

ACTIVIDADES PREVENTIVAS EN LAS MUJERES

REVISIONES GINECOLÓGICAS PERIÓDICAS

- La prevalencia de revisiones ginecológicas periódicas en las mujeres de la región es del 39,8%. La realizan como mínimo una vez al año el 78,7% de las mujeres.

- La prevalencia de revisiones ginecológicas aumenta con la edad, siendo del 51,1% entre los 25 y 44 años y del 56,3% entre los 45 y 64 años.
- La prueba más frecuente realizada en la última revisión, fue la citología vaginal (84,3%).
- Siete de cada diez mujeres realizó esta revisión en un servicio público de salud (71,8%), aunque con claras diferencias según el estatus socioeconómico.
- Las mujeres de mayor estatus, presentan mayor frecuencia de revisiones ginecológicas, las que en menor medida utilizan los servicios sanitarios públicos para realizar esas revisiones.

MAMOGRAFÍAS

- La mamografía presenta una alta cobertura en la población diana de esta prueba en nuestra región (mujeres mayores de 45 años). El 75,7% de las mujeres de 45 a 64 años se han realizado alguna vez una mamografía y el 93,7% de las pruebas se realizaron en los últimos dos años.
- La vía de acceso a la mamografía fue en siete de cada diez mujeres el Programa de Detección Precoz de Cáncer de Mama de la Junta de Comunidades de Castilla - La Mancha (el 71,1%).
- La tendencia entre 2002-2006 aporta un dato especialmente significativo, en 4 años se ha incrementado un 9,2% el porcentaje de mujeres entre 45 y 64 años a las que les han realizado en alguna ocasión una mamografía.
- Aunque en todos los estatus se ha incrementado el porcentaje de mujeres con una mamografía realizada, es entre las clases económicamente menos favorecidas donde este incremento es mayor, apreciándose una tendencia hacia la igualdad entre todos los estatus. lo que sin duda es un indicador de eficacia del programa de screening y de reducción de desigualdades sociales en salud.

ACTIVIDADES PREVENTIVAS EN LOS HOMBRES

DETECCIÓN DEL CÁNCER DE PRÓSTATA

- El 27,6% de los hombres mayores de 50 años se han hecho alguna vez una prueba encaminada a detectar el cáncer de próstata.
- Este porcentaje de detección precoz aumenta con la edad, es del 14,3% entre los 50 y 64 años hombres, del 33,5% entre los 65 y 74 años y llega al 43,6% en los hombres de 75 y más años.

- La media de tiempo desde que le realizaron la última prueba es de 2,5 años. Dos de cada diez hombres (21,9%) mayores de 50 años se han hecho alguna prueba por este motivo hace menos de un año.