

### **Hipertensión y determinantes sociales de la salud**

**El próximo 7 de abril se celebra el Día Mundial de la Salud** para conmemorar el aniversario de la creación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1948. El tema de este año es la **hipertensión**, que afecta a uno de cada tres adultos del mundo y que aumenta el riesgo de infartos de miocardio, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal, representando casi el 13% de la mortalidad mundial en el año 2004. La tensión arterial alta es más frecuente conforme aumenta la edad. Entre los 20 y los 40 años solo la padecen 1 de cada 10 personas, mientras que entre los 50 y los 60 años, se ven afectados 5 de cada 10. Otro de los datos destacados que ofrece en su informe la OMS es que la prevalencia más alta se observa en algunos países de ingresos bajos de África, afectando a más del 40% de los adultos.

**La hipertensión arterial está estrechamente relacionada con los determinantes de la salud.** Las investigaciones revelan que algunos factores aumentan la probabilidad de sufrir un infarto de miocardio o un accidente cerebrovascular. Son los llamados factores de riesgo y algunos guardan relación con nuestra forma de vivir, como el consumo de tabaco, una dieta poco saludable y la falta de ejercicio físico. Otros, sin embargo, tienen que ver con **factores económico-sociales** como el desempleo, el nivel de pobreza, la educación, la diferencia de ingresos, la brecha entre pobres y ricos, la cobertura que ofrecen los sistemas de salud y los sistemas de seguridad social a la población y la equidad en salud.

En los países en desarrollo, muchas personas con hipertensión siguen sin estar diagnosticadas, viéndose privadas de un tratamiento que podría reducir significativamente su riesgo de defunción y discapacidad por cardiopatía o accidente cerebrovascular. **La OMS considera la hipertensión como el “asesino silencioso”** por su carácter asintomático, siendo necesarios programas anuales que incluyan la toma de la presión arterial a la población mayor de 15 años para detectar nuevos hipertensos. La mayoría de los países de América Latina tienen programas o guías de control de la hipertensión, sin embargo, se estima que alrededor de 140 millones de personas no cuentan con adecuados servicios de atención.

La prevalencia de hipertensión arterial es mayor cuanto más bajo es el **nivel socioeconómico y educativo de la población**. El bajo nivel de instrucción explica el elevado desconocimiento por parte de la población de importantes aspectos de la hipertensión, como los que tienen que ver un estilo de vida saludable, como reducir la ingesta de sal en las comidas, una alimentación rica en hortalizas, frutas y verduras, la práctica sistemática de ejercicio físico, o los que tienen que ver con el nivel de formación que permite a los pacientes seguir el tratamiento médico adecuadamente. Por ejemplo algunos estudios señalan que en el año 2000 Argentina tenía una prevalencia de la enfermedad del 19% entre las personas más instruidas y de un 50% entre quienes no tenían formación.

**El tipo de empleo realizado es otro aspecto importante a tener en cuenta**, pues muchas labores conllevan un estrés físico y psíquico elevado, que es otro de los factores de riesgo de la enfermedad. Un estudio realizado en varios países de América Latina reveló que las amas de casas están más sometidas al estrés puesto que sobre ellas recae el peso del cuidado de la familia, descuidando en muchos casos su propia salud y hábitos alimenticios, incidiendo en factores de riesgo que provocan hipertensión arterial, como el sobrepeso y la obesidad, agravados por factores como la menopausia que predisponen la aparición de la enfermedad.

**El desempleo y la pobreza**, pueden llevar a la población más desfavorecida a buscar vías de escape, como el **consumo de alcohol y de tabaco**, que junto con los antecedentes patológicos familiares de hipertensión arterial, constituyen los principales factores de riesgo de la enfermedad. Por todo ello, queda claro que el nivel de salud de una población está determinado por su situación socioeconómica.

## Cooperación al desarrollo

En **Perú** se ha iniciado un **debate sobre la Ley de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN)** a través del pre- dictamen “Derecho a la Alimentación, Soberanía Alimentaria, Seguridad Alimentaria y Nutricional”, promovido por la Comisión Agraria del Congreso de la República. Para ello se ha previsto desarrollar audiencias públicas en 7 departamentos y nuestro socio local Arariwa ha sido invitado para compartir sus experiencias en el tema SAN y hacer sus comentarios y aportes a dicha ley.

Por otra parte, **Juan Carlos Alarcón, director de CIPCA Cochabamba**, uno de nuestros socios bolivianos del convenio de seguridad alimentaria nutricional y promoción de la salud de poblaciones rurales que se desarrolla en Bolivia y Perú, nos ha visitado para compartir sus planes de trabajo en la región, con más incidencia política a nivel provincial y departamental y poniendo el énfasis en los jóvenes y en las mujeres, así como en el desarrollo productivo, dentro de una estrategia de gestión territorial; planes a los que Prosalus intentará seguir apoyando.

## “El viaje de Allikay”

- **Castilla-La Mancha:** Con motivo del Día Mundial de la Salud, el próximo 7 de abril, la exposición “El viaje de Allikay” estará en la Escuela de Enfermería y Fisioterapia de Toledo del 9 al 16 de abril, en el hall del edificio 37 de la Universidad de Castilla - La Mancha, en el campus de Toledo (Fábrica de Armas). Además, el día 11 de abril Prosalus participará en una mesa redonda que organiza la Escuela Universitaria de Enfermería, en el marco del día mundial de la salud, junto con Amnistía Internacional y Médicos del Mundo, de 13:00 a 15:00. El martes 16, como cierre de la exposición, se llevará a cabo una visita guiada con el alumnado de la universidad a las 18:00h. ¡Os esperamos!
- **Gipuzkoa:** “El viaje de Allikay” permanecerá expuesta en el **Centro Cívico de Aiete**, hasta el 28 de abril.
- **León:** Allikay visitará los colegios de Villaquilambre, un municipio próximo a la ciudad de León. Será a partir del 7 de abril.

## Ganadores del II Certamen internacional de poesía “Versos que calan”

La II edición del certamen internacional de poesía “Versos que calan” ya tiene ganadores. El poema titulado “Miserable” de Jesús Feliciano Castro Lago ha recibido este año el primer premio, seguido de “El ciclo de una lágrima”, de Julián Ángel Basco López y de “Agua y vida” de Vanessa Cornejo Flores. El pasado jueves 21 de marzo, a las 19h, con motivo del Día Mundial del Agua y del Día Internacional de la Poesía, tuvo lugar el acto de entrega de premios en la librería Taiga, situada en la Travesía Gregorio Ramírez, 2, Toledo.

**Jesús Feliciano Castro Lago**, profesor de literatura y gaditano afincado en Bargas (Toledo) fue el ganador en esta edición. Su poema “Miserable” quería «mostrar lo que todos pensamos cuando vemos el telediario o escuchamos en las noticias que tratamos muy mal el agua, o que hay poblaciones en las que no queda agua. Nos apena cuando lo vemos, pero a los cinco minutos nos olvidamos y parece que estamos deseando volver a ver ese tipo de noticias para acordarnos de nuevo y volver a sentirnos miserables».

El concurso, que por segundo año consecutivo se realiza en colaboración con la Escuela de Escritura Creativa “Verbalina” y la asociación POETAP, retoma el tema elegido por Naciones Unidas para el Día Mundial del Agua, la “Cooperación en agua”, con el que se quería destacar la importancia de la cooperación como cimiento para la paz y el desarrollo sostenible, la erradicación de la pobreza, la equidad social y la igualdad de género.

Puedes leer los poemas ganadores en <http://prosalus.blogspot.com.es/2013/03/miserable-poema-ganador-de-versos-que.html>