

# Qué es la Medicina Preventiva

Como su propio nombre indica, la Medicina Preventiva es la especialidad Médica que se ocupa de la prevención de enfermedades. Su objetivo es **evitar que las personas enfermen**, pero no solo eso.

Esta especialidad no solo se ocupa del tratamiento de personas sanas. Entre sus aplicaciones encontramos:

- Acciones para preservar la salud
- El diagnóstico precoz de la enfermedad
- La prevención de complicaciones o secuelas en pacientes enfermos
- Reducción del número de intervenciones “evitables” en pacientes aquejados de alguna dolencia.

Así, acciones como la **vacunación**, las **pruebas diagnósticas** para detección de enfermedades o el **asesoramiento y formación** de la población son algunas de las tareas desarrolladas por la Medicina Preventiva. En las próximas líneas hablaremos de sus tipos.

## Medicina Preventiva vs Medicina Curativa

El Sector Sanitario, como tantos otros, es uno de los grandes beneficiados de los avances tecnológicos del último siglo.

[Estos avances que se han traducido en la práctica sanitaria](#) ha provocado un cambio de enfoque en el que la prevención toma cada vez más peso: Los profesionales sanitarios se focalizan cada vez más en la prevención, y ésta se ha convertido en el eje central que guía los actos clínicos.

Unido a esto, la utilización de tecnologías como la **Inteligencia Artificial** y la [computación de grandes cantidades de datos \(Big Data\)](#) están propiciando grandes avances en el campo de la prevención, lo que nos hace vislumbrar un futuro en el que la medicina será eminentemente predictiva y, consecuentemente, preventiva.

Los enfoques preventivo y curativo, sin duda, son complementarios. Cada uno se utiliza en un momento diferente en la vida del paciente, pero es la Medicina Preventiva la que tiene la capacidad de generar un **cambio cualitativo en la calidad de vida de las personas**, evitando el coste emocional y social ligado a la enfermedad.

# Tipos de Medicina Preventiva

## Prevención Primaria

Su objetivo es **evitar la aparición de la enfermedad** o de los problemas relacionados con la salud del individuo.

Se dirige a personas sanas y se lleva a cabo mediante el control de los agentes y factores responsables del problema, los factores de riesgo.

Algunos ejemplos:

- Vacunación
- Quimioproxilaxis (administración de fármacos para evitar enfermedad)
- Control de factores de riesgo de enfermedad cardiovascular
- Potenciar hábitos de vida saludable
- Evitar accidentes (en el trabajo, domésticos, etc)

Dentro de la Prevención Primaria, encontramos grandes avances en [inmunoterapia en la lucha contra el cáncer](#).

## Prevención Secundaria

La Prevención Secundaria se ocupa de la **detección precoz** de la enfermedad, algo que posibilita el tratamiento en las primeras fases de la misma.

La detección de la enfermedad en estados tempranos es clave para elevar la tasa de éxito de los tratamientos médicos aplicados al paciente, posibilitando así la eliminación de la enfermedad o el retraso de su avance.

Algunos ejemplos:

- Pruebas diagnósticas para la detección de cáncer de mama, colon, próstata, etc.
- Cribados masivos de la población (como hemos vivido durante la pandemia provocada por el Covid-10)
- Autoexamen o autoexploración

## Prevención Terciaria

En la Prevención Terciaria las acciones sanitarias tienen como objetivo **reducir las consecuencias o complicaciones de una enfermedad** ya detectada en el paciente. De este modo se mejora su calidad de vida y se evita el desgaste psicológico, emocional y social asociados a un proceso de enfermedad.

Algunos ejemplos:

- Control de la glucemia en diabéticos
- Prestación de servicios de apoyo para [evitar el deterioro en ancianos](#)
- Procesos de rehabilitación tras enfermedades cardíacas
- Rehabilitación o medicación tras un accidente cerebrovascular

## Prevención Cuaternaria

Este cuarto tipo de prevención surge al detectarse que, en la actualidad, y debido al abuso de pruebas diagnósticas o al gran poder de las farmacéuticas, existe un elevado número de pacientes sobredosificados, sobrediagnosticados o sobretratados.

Por último, la Prevención Cuaternaria trata de **evitar el impacto provocado por acciones médicas** que pueden describirse como **innecesarias o redundantes**.

Ejemplos de prácticas médicas innecesarias o redundantes:

- Prescripción de antibióticos en enfermedades agudas no complicadas
- Prescripción de medicamentos para prevenir enfermedades en pacientes de bajo riesgo de sufrir la enfermedad para la que se le ha prescrito
- Radiografías en procesos agudos o de seguimiento que podrían evitarse
- Pruebas preoperatorias en pacientes sanos
- Protectores tiroideos en radiografías dentales