

## Hospital Biprovincial inicia Policlínico que apunta a Estilos de Vida Saludables

**Enfoque holístico de la Medicina de Estilo de Vida se aplica por primera vez en un Hospital público del país y apunta a prevenir, tratar o revertir enfermedades crónicas de los pacientes**

Recientemente el Hospital Biprovincial Quillota Petorca se transformó en el primer hospital público del país en adoptar la Medicina de Estilo de Vida como una forma de tratar enfermedades crónicas del adulto desde un abordaje integral u holístico en que se trabajan seis áreas de la vida de cada paciente para ir, desde ahí, abordando las problemáticas que ocasionan problemas en su salud.

Así, este Policlínico ya disponible en el Consultorio Adosado de Especialidades del recinto asistencial, luego de recibir la derivación desde algún servicio hospitalario, realiza un coaching mensual con cada paciente de manera de ir variando aquellos hábitos de vida que pueden resultar nocivos para la salud.

Los seis pilares identificados por la Medicina de Estilo de Vida, enfoque nacido en Estados Unidos para tratar los problemas de salud de un paciente como un todo, son: hábitos de sueño, alimentación, ejercicio, consumo de tóxicos o sustancias, relaciones interpersonales y manejo del estrés. Así, a partir de uno o más de estos 6 pilares que se identifiquen en el paciente se puedan trabajar de modo de impedir que estos factores incidan en la mala salud del paciente o usuario.

La impulsora de esta iniciativa en el Hospital Biprovincial Quillota Petorca es la Dra. Macarena Jordán Puelma, médico pediatra y neonatóloga, quien es socia de la Sociedad Chilena Médica de Estilos de Vida en el país y coordinadora del Comité de Alimentación de dicha agrupación, quien se percató de la necesidad de educar en salud a pacientes y sus familias al tratar bebés prematuros y pequeños de edad gestacional en la Unidad de Neonatología del Hospital Biprovincial.

Dado los riesgos que poseen bebés prematuros de generar enfermedades crónicas en su adultez, como hipertensión, diabetes y obesidad, entre otras, es que la Dra. Jordán, como Jefa de la Unidad de Neonatología, adoptó este enfoque holístico de educación en salud con los padres y cuidadores de estos recién nacidos con talleres enfocados en esta materia, los que ahora amplía para otro tipo de pacientes y sus familias. "Así es como nace este Policlínico de educación de salud, donde nos vamos a enfocarnos en los hábitos del grupo familiar, alrededor de las guaguaitas; pero también lo ampliamos a los papás de pacientes pediátricos,

funcionarios, a pacientes de Medicina Interna y de otros servicios del Hospital que requieran este enfoque completo, holístico, acerca de cómo están sus hábitos de salud para, posteriormente, tratar las patologías específicas. Es una inversión a largo plazo, pues la idea es que todos aprendamos a cuidarnos más, a tener hábitos saludables para enfermarnos menos".

Así, este nuevo Policlínico del Consultorio de Especialidades del Hospital Biprovincial Quillota Petorca apunta a un cambio de mentalidad en la sociedad en cuanto a las patologías, enfatizando en su prevención desde las primeras etapas de vida y viendo la salud del cuerpo humano como un todo, en el que interactúan diversos componentes físicos y del entorno de cada persona. Así lo ratificó el Director del Hospital Biprovincial, Eduardo Lara Hernández, quien, además, destacó la importancia de la labor educativa y preventiva en salud para evitar hospitales congestionados. "Estamos muy contentos por habilitar este nuevo Policlínico de Medicina de Estilo de Vida en nuestro Hospital, el que se enfoca en seis pilares que son fundamentales en los Estilos de Vida Saludables con una atención integral de todos los efectos que pueden traer consigo estos estilos de vida. Es importante, por ejemplo, destacar que la calidad del sueño, el estrés, asociados a la vida, el trabajo, son fundamentales ser tratados en este Policlínico para mejorar la vida de todos nuestros usuarios", argumentó el Director.

### CONSULTORIO INICIA POLICLÍNICO DE MEDICINA DE ESTILO DE VIDA

De esta manera, el Consultorio de Especialidades adosado al Hospital Biprovincial Quillota Petorca impulsó y apoyó esta iniciativa que parte, inicialmente, con dos horas de médico a la semana, pero que, según demanda, pudiese ampliarse de manera que otros facultativos, u otros profesionales de salud como Nutricionistas, Kinesiólogos se aboquen a la labor preventiva que repercute en temas tan importantes como la salud de la población, la disminución de costos en salud para la sociedad, menor número de licencias médicas, baja en casos de abandono, drogadicción o estrés, entre otros.



Así la Medicina de Estilo de Vida es actualmente un enfoque que busca prevenir, tratar o revertir enfermedades crónicas de la población a través de la educación del usuario. Al respecto Gonzalo Varas Durán, Jefe del Consultorio de Especialidades del Hospital Biprovincial señaló: "La idea de este Policlínico es apuntar a cambiar el enfoque de nuestra habitual forma de mirar la Medicina como una actividad curativa hacia un enfoque más preventivo; y en esto la idea es cambiar ciertas conductas, ciertos estilos de vida. La idea del Consultorio es, puntualmente, apuntar a modernizar algunas atenciones médicas y aprovechar, lógicamente, la

llegada de nuevos médicos especialistas que pueden ir aportando a innovar la atención de salud en nuestro centro de especialidades", sostuvo el kinesiólogo. Además, la idea es que el Hospital Biprovincial en su conjunto aborde la Medicina de Estilo de Vida como un tema institucional; por ejemplo, la idea es que la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación realice Planes de Ejercicio a los pacientes para mantenerlos activos. Con ello el Hospital asistencial base de las provincias de Quillota y Petorca se erige en líder en esta materia a nivel nacional, pues este enfoque medicinal holístico, hasta ahora, sólo se encontraba presente en la Atención Primaria de Salud.