



PAPPS

Actualización

Programa de actividades preventivas y de promoción de la salud

09

© 2009 PAPPS - semFYC
Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria
Portaferrissa, 8, pral.
08002 Barcelona
www.semfy.com

Reservados todos los derechos.

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita del titular del Copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos. El infractor puede incurrir en responsabilidad penal y civil.

Coordinación y dirección editorial:

semfy  ediciones

Carrer del Pi, 11, 2.ª planta, of. 14
08002 Barcelona
ediciones@semfy.com

ISBN: 978-84-96761-84-1

Depósito legal: B-00.000-2009

Printed in Spain

SUMARIO

EDITORIAL

V Integración comunitaria de servicios y promoción y prevención

A. Martín Zurro

VII EDITORIAL PAPPS

Proyecto de mejora del Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud (PAPPS) de la semFYC

M. Martín-Rabadán Muro, P. Subías, M. Iglesias Rodal, P. Martín Carrillo, K. Bauzá Nicolai, S. Alonso Arias, L.A. Pérula de Torres, J. Mascort Roca, P. Kloppe Villegas

EUROPREV

IX European Network for Prevention and Health Promotion in General Practice / Family Medicine

C. Brotons, R. Ciurana y P. Kloppe

GRUPO DE EXPERTOS DEL PAPPS

1 Prevención de las enfermedades infecciosas

M. J. Álvarez Pasquín, C. Batalla Martínez, E. Comín Bertrán, J. J. Gómez Marco, J. Pericas Bosch, J. Rufino González, S. Martín Martín, M. L. Morató Agustí, J. Puig Barberá, P. Aldaz Herce e I. Pachón del Amo

21 Prevención de los trastornos de la salud mental

M. C. Fernández-Alonso, F. Buitrago-Ramírez, R. Ciurana-Misol, L. Chocrón-Bentata, J. García-Campayo, C. Montón-Franco y J. Tizón-García

25 Actividades preventivas en los mayores

A. Luque Santiago, M. del Canto de Hoyos Alonso, A. Gorroñogoitia Iturbe, I. Martín Lesende, J. D. López-Torres Hidalgo y J. M. Baena Díez

39 Actividades preventivas en el climaterio y menopausia

A. López García-Franco, P. Alonso Coello, E. Bailón Muñoz, B. Gutiérrez Teira, M. J. Iglesias Piñeiro, J. Ojuel Solsona, M. Fuentes Pujol y J. Landa Goñi

51 Actividades preventivas en el embarazo

E. Bailón Muñoz, L. Arribas Mir y J. Landa Goñi

59 Prevención de embarazos no planificados

I. del Cura González y L. Arribas Mir

69 Recomendaciones de actividades preventivas en la infancia y la adolescencia

J. Colomer Revuelta, O. Cortes Rico, J. J. Delgado Domínguez, M. J. Esparza Olcina, J. Galbe Sánchez-Ventura, A. Martínez Rubio, M. Merino Moína, C. R. Pallás Alonso, J. Pericas Bosch, F. J. Sánchez Ruiz-Cabello y F. J. Soriano Faura

79 Recomendaciones sobre el estilo de vida

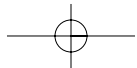
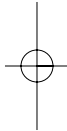
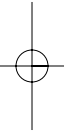
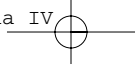
F. Marqués Molías, C. Cabezas Peña, F. Camarellés Guillem, R. Córdoba García, J. Gómez Puente, E. Muñoz Seco, J. I. Ramírez Manent, D. Díaz Herraiz, A. López Santiago, M.ª J. Megido Badía, B. Navarro Matillas y T. Robledo de Dios

101 Recomendaciones preventivas cardiovasculares PAPPS del 2009

A. Maiques Galán, C. Brotons Cuixart, F. Villar Álvarez, J. M. Lobos-Bejarano, J. Torcal Laguna, D. Orozco-Beltrán, J. Navarro Pérez, R. Ortega Sánchez-Pinilla, V. Gil Guillén

115 Prevención del cáncer

M. Marzo Castillejo, B. Bellas Beceiro, E. Melus Palazón, C. Vela Vallespín, M. Nuín Villanueva, M. Vilarrubi Estrella



EDITORIAL

Integración comunitaria de servicios y promoción y prevención

A. Martín Zurro

Presidente del Organismo de Coordinación Estatal del PAPP

Las estrategias de integración de los diferentes tipos de servicios sanitarios que se prestan a la ciudadanía se están implantando de forma progresiva en distintos países. Existen evidencias cada vez más consistentes de que este tipo de aproximaciones a la organización y gestión de los recursos genera más efectividad y eficiencia y, por ende, mejores resultados de salud y mayor satisfacción de los usuarios. Esta integración adquiere su pleno sentido y potencialidades cuando se implanta en territorios de dimensiones poblacionales medias (50.000-200.000 habitantes), aproximadamente equivalentes a nuestras áreas o distritos de salud.

Nacen así los que podemos denominar **servicios comunitarios de salud**, que engloban todo el conjunto de recursos sanitarios existentes en el territorio con la única excepción de los de tipo terciario, superespecializados y complejos. En ellos queda incluida la Atención Primaria actual, con sus centros y equipos de salud, y también los servicios hospitalarios, tanto para pacientes agudos como subagudos y de media y larga estancia. Les acompañan el conjunto de recursos sanitarios y sociales del territorio, desde los de salud mental hasta los de podología y las farmacias comunitarias. Esta integración implica una clara emergencia del concepto de **atención comunitaria**, en el que queda incluida la Atención Primaria como punto de asistencia clave en la medida en que sus profesionales son los de referencia para la población, los que figuran en sus tarjetas sanitarias y desarrollan una imprescindible función de seguimiento y gestión de todos los contactos realizados y actuaciones recibidas por las personas que tienen adscritas en los centros y servicios del sistema.

Esta estrategia de **integración comunitaria** no implica la unificación de la gestión de los recursos del territorio. Es importante mantener la individualidad de la gestión necesaria para adaptarse a las características de cada tipo de recurso y, al mismo tiempo, generar potentes instrumentos de gobierno territorial que garanticen la integración transversal de los programas y actividades. En este contexto de mayor transversalidad es también preciso incrementar el protagonismo de los centros de salud y los profesionales de referencia, dotándoles de mayor autonomía organizativa y dándoles más poder de intervención en la planificación y organización de los denominados productos intermedios (esencialmente de las pruebas diagnósticas) y de la actividad especializada ambulatoria.

La integración comunitaria de los servicios debe implicar una mayor centralidad del papel de la ciudadanía y sus organizaciones. Hay que trasladar a la realidad cotidiana el concepto del **trabajo con la comunidad** (con las personas) y generar los instrumentos que permitan su incorporación a los procesos de planificación y gestión y a los programas y actuaciones sanitarias y sociales.

En este marco de integración comunitaria de servicios, las **actividades de promoción y prevención** deben ser sometidas a reconsideración, tanto desde una perspectiva conceptual como organizativa y de operativización. Los **enfoques intersectoriales** deben adquirir un mayor protagonismo e impregnar estas tres perspectivas. El **trabajo conjunto** de los profesionales de los centros de salud y los de los restantes recursos comunitarios debe ser la base para el diseño e implementación de los programas y actividades de promoción y prevención a realizar en el territorio. Para conseguir este último objetivo deben generarse ámbitos de decisión y participación que puedan compartir los profesionales y la comunidad, y avanzar en la integración progresiva de las actividades asistenciales con las propias del ámbito de la salud pública, acabando con la división, muchas veces estanca, que se establece entre las instituciones y agencias responsables de ambos grupos de actuaciones.

El **análisis de prioridades en promoción y prevención** en el seno de los servicios comunitarios, basado en las necesidades de salud sentidas y expresadas, debe permitir definir la cantidad y la tipología de las actuaciones que hay que desarrollar en cada territorio. Las prioridades locales deben ser consecuentes con las señaladas en otros niveles (internacional, estatal, autonómico) pero es función de los órganos de gobierno y gestión comunitarios adaptarlas al contexto y, al mismo tiempo, añadir las que emergen en el propio territorio. Esta percepción más comunitaria de las prioridades se traducirá, sin duda, en un **mayor protagonismo de las actividades de promoción de la salud y de las de prevención terciaria**, con referencia especial a abordajes más integrales de la fragilidad de pacientes complejos con patologías crónicas en quienes es necesario evitar la aparición de complicaciones que modifiquen de forma desfavorable la evolución natural de sus procesos y generar entornos de vida cotidiana y conductas más seguros y confortables.

Estos cambios progresivos en el mapa de prioridades en la promoción y la prevención deben ser analizados detenidamente por las instituciones y los organismos con responsabilidades en el diseño de estrategias y programas, entre ellos el PAPPS.

EDITORIAL PAPPS

Proyecto de mejora del Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud (PAPPS) de la semFYC

M. Martín-Rabadán Muro, P. Subías, M. Iglesias Rodal, P. Martín Carrillo, K. Bauzá Nicolai, S. Alonso Arias, L.A. Pérula de Torres, J. Mascort Roca, P. Kloppe Villegas

Grupo de Mejora del PAPPS

Después de 20 años de trabajo, los profesionales que iniciamos el PAPPS sentimos la necesidad de realizar una serie de modificaciones para adaptarnos a los tiempos actuales, en definitiva: mayor accesibilidad, con respuestas más ágiles a nuestros usuarios (profesionales y administración sanitaria, e incluso a la población).

Las ideas que motivaron la creación del Programa-PAPPS siguen vigentes:

- Las actividades preventivas deben realizarse de forma habitual en el trabajo diario de la Atención Primaria.
- Crear una base de evidencia científica en cuanto a la realización de actividades preventivas y de promoción de la salud, y generar recomendaciones para la práctica clínica.
- Evaluar las actividades preventivas y de promoción de la salud que se realizan y su impacto en la salud de los pacientes.

En la actualidad, el escenario sanitario español ha cambiado en diversos aspectos:

- Las actividades preventivas y de promoción de la salud han sido incluidas como parte de las carteras de servicio por la mayoría de los servicios de salud autonómicos.
- Existe una necesidad de información sobre el tipo de actividad preventiva y de promoción de la salud a realizar por parte de los profesionales sanitarios en el ámbito de la Atención Primaria. Dicha necesidad debe ser satisfecha «al instante», por lo cual Internet se ha convertido en la fuente principal de información.
- La población también busca fuentes de información fidedignas sobre temas en prevención y promoción de la salud.
- La evaluación de la implementación de actividades preventivas y de promoción de la salud la realizan los diferentes servicios autonómicos de salud, siendo éstas heterogéneas y diversas.

Es evidente la influencia del PAPPS en dichas situaciones, y es mérito de todos los integrantes de este Programa que los servicios de salud autonómicos hayan incluido en su cartera de servicios la realización de estas actividades.

Así pues, un análisis sobre la evolución del PAPPS en estos años muestra que la idea original del Programa de «que los profesionales sanitarios realicen actividades de tipo preventivo y de promoción en sus consultas habituales» sigue vigente, pero no la forma en que les llega esta información.

La segunda parte de la idea original del PAPPS, la de «promover un cuerpo de evidencia que apoye la realización de actividades y su temporalidad o idoneidad de aplicación» es aún necesaria. Pero se debe modificar la forma en que ésta se actualiza y cómo llega a los profesionales.

La tercera idea original del PAPPS –«evaluar la realización y el impacto de dichas actividades»– también sigue vigente, pero evidentemente, la informatización (y la disparidad de modelos de informatización de las historias clínicas) ha hecho que también sea perentorio modificar el método.

Sabemos que los profesionales sanitarios de la Atención Primaria están sobrecargados de información sobre actividades preventivas y de promoción de la salud que en muchas ocasiones son contradictorias o no del todo independientes, sometidas a veces a estrategias políticas o comerciales.

Aunque el PAPPS sigue vigente en cuanto a sus ideas básicas originales, los requisitos de «referente», actualización y respuesta rápida a las necesidades de los profesionales deben ser mejorables.

En un plano diferente pero importante se halla la creación del Grupo Español de Prevención y de Promoción de la Salud, fruto de la 1.^a Conferencia Nacional de Prevención y de Promoción de la Salud en la práctica asistencial, que se realizó en junio de 2007. Para su desarrollo, vemos muy necesarias las mejoras propuestas del PAPPS, para que siga siendo el referente de la prevención y de promoción de la salud y dar una respuesta acorde al proyecto.

Para el desarrollo de este proyecto planteamos los siguientes objetivos:

- Llegar a todo tipo de profesionales que actúan en el ámbito de la prevención y promoción de la salud.
- Mantener el liderazgo como referente nacional ante los profesionales sanitarios, las unidades docentes de MFyC, la Administración Sanitaria y la población.
- Crear y fomentar el uso de una herramienta accesible y actualizada.
- Dar la respuesta necesaria a los profesionales que actúan a nivel de la Atención Primaria de Salud para que puedan conocer el impacto de sus actuaciones.
- Homogeneizar las recomendaciones en prevención y promoción de la salud, su registro y su evaluación.
- Conocer su impacto en la salud de nuestros ciudadanos.

Metodológicamente, se propone alcanzar dichos objetivos mediante tres grandes cambios:

- La adscripción individual al PAPPS (manteniendo, además, la adscripción actual de los Equipos de Atención Primaria).
- La creación de una página web interactiva como punto de conjunción de los profesionales, de los expertos en las diferentes áreas de la prevención y de promoción de la salud, e incluso en un futuro inmediato, de la población.
- Mediante esta herramienta, potenciar la formación, la investigación y la acreditación de nuestros profesionales.

EUROPREV

European Network for Prevention and Health Promotion in General Practice / Family Medicine

C. Brotons, R. Ciurana y P. Kloppe

Grupo coordinador de EUROPREV

La *European Network for Prevention and Health Promotion in General Practice / Family Medicine* (www.euoprev.org) es la red de referencia en temas de prevención y promoción de la salud de la Sociedad Europea de Medicina General /Medicina de Familia (WONCA Europe). En la actualidad, EUROPREV cuenta con delegados de 25 sociedades científicas de Medicina de Familia en Europa, y con el reconocimiento oficial de la Sociedad Europea de Medicina Familiar, por lo que ha recibido financiación de ésta para el trienio 2007-2009, y próximamente lo recibirá también para el 2010-2012.

Entre las actividades de EUROPREV destaca la organización de *workshops* y simposios en los congresos de WONCA, con los objetivos de compartir y debatir experiencias en temas de prevención y promoción de la salud. Concretamente, en el congreso de Estambul del año 2008 se organizaron los siguientes *workshops*: *Putting prevention into practice: how to improve implementation*; *Preventing unnecessary prevention*; *Promotion and prevention of mental health disorders in primary care: the role of GPs in Europe*. En el congreso de Basilea de este año se presentaron las siguientes comunicaciones: *Lifestyle attitude: EUROPREVIEW patient study*. *Attitudes to cervical and breast cancer screening: the views of patients: EUROPREVIEW patient study*. *Attitudes to preventive services in primary care: the views of patients: EUROPREVIEW patient study*. Asimismo se organizó el siguiente *workshop*: *Putting prevention into practice: ingredients for success in a complex world*, con la aportación de las experiencias de Eslovenia, Bélgica, Irlanda y España.

EUROPREV ha publicado en inglés dos guías con la colaboración de todos los delegados y otros expertos de los diferentes países: la primera fue la de *EUROPREV Healthy Diet – Promoting a healthy diet through counselling in primary care*, que ya ha sido traducida en nueve idiomas en Europa incluido el castellano, y la segunda, más reciente, *EUROPREV Guide on Promoting Health through Physical Activity: A Guide to Physical Activity Counselling in Daily Practice*, que ha sido publicada en las revistas de medicina de familia de Malta y Eslovaquia, como guía en Lituania, y presentada en congresos en España y Polonia.

La red de EUROPREV también ha sido, y es, una buena plataforma para desarrollar proyectos de investigación colaborativos multinacionales, de ámbito europeo. Actualmente, se está finalizando un estudio financiado por la WONCA Europa y Unilever, que esta vez se aproxima a los pacientes *EUROPREVIEW Patient Study* para preguntarles sobre sus conocimientos en prevención y promoción de la salud y los consejos recibidos por los profesionales de Atención Primaria. Este estudio se ha realizado en 22 países europeos, y se ha entrevistado a más de 8.000 pacientes, que habitualmente van a las consultas de Atención Primaria. En España han participado pacientes de centros de salud de Barcelona, Madrid, Navarra, Tarragona, Murcia, Zaragoza y Valladolid. En la actualidad se está realizando el control de calidad de los datos, y se espera tener resultados definitivos para la próxima reunión de EUROPREV, el próximo mes de febrero del 2010 en Barcelona.

La red de EUROPREV sigue participando como miembro estable en el grupo de trabajo de la *European Union Platform: Diet, Physical Activity and Health* de la Comisión Europea, cuya misión es compartir las diferentes iniciativas europeas del ámbito público y privado en temas de dieta y actividad física y salud (http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/platform/platform).

Recientemente, los miembros de EUROPREV han preparado un documento general sobre prevención y promoción de la salud, *Policy Statement on Prevention and Health Promotion*, presentado oficialmente en el congreso de WONCA 2009 en Basilea, y pendiente de aprobación por la junta directiva de WONCA Europa, para reconocerlo como documento institucional de WONCA.

Este documento pone énfasis, entre otros, en el importante papel del médico de familia en la prevención de las enfermedades, en el consejo y la promoción de estilos de vida saludables, en los aspectos éticos relacionados con las actividades preventivas y en el riesgo de la medicalización.

Grupo de expertos del PAPPS

Prevención de las enfermedades infecciosas	1
Prevención de los trastornos de la salud mental	21
Actividades preventivas en los mayores	25
Actividades preventivas en el climaterio y menopausia	39
Actividades preventivas en el embarazo	51
Prevención de embarazos no planificados	59
Recomendaciones de actividades preventivas en la infancia y la adolescencia	69
Recomendaciones sobre el estilo de vida	79
Recomendaciones preventivas cardiovasculares PAPPS del 2009	101
Prevención del cáncer	115

