

## EDITORIAL INVITADO

## Salud farmacocéntrica



**Kenneth Cintrón, MD, FAAOS**

Ortopeda y Especialista en Medicina Preventiva,  
Anti-envejeciente y Regenerativa

kcintronmd@bodylogiccmd.com

Varios factores no genéticos y totalmente modificables, como la dieta, la inactividad física, el sobrepeso, la obesidad y las exposiciones ambientales tóxicas como al cigarrillo, a metales y xenobióticos, representan del 70 al 90% de las causas de la mortalidad en Puerto Rico y los Estados Unidos. Sin embargo, la educación médica, el entrenamiento y el reembolso por los servicios médicos prestados se enfocan en tratar la enfermedad con medicamentos y cirugías, en vez de enfocarse en tratamientos preventivos completos, basados en la individualidad del paciente. Este abordaje, sin visión, de nuestro sistema de salud, debe ser una inmensa preocupación para todos porque perpetúa un sistema que es muy costoso y poco efectivo para el manejo y la prevención de las enfermedades crónicas.

El problema crítico es que el proveedor de salud de hoy no está entrenado adecuadamente para manejar este aumento de condiciones crónicas tan complejas. La vida sedentaria, el estrés, la contaminación del aire, del agua y de la tierra que lleva a una producción de alimentos desvitalizados y, muchas veces, peligrosos, el sobreconsumo de alimentos, la obesidad y, a la vez, la desnutrición, la fragmentación de familias y comunidades, que trae consigo desolación social e individual, son variables que influyen en crear las enfermedades crónicas.

Hay otros factores importantes a considerar para la posible ejecución de un nuevo sistema de salud:

1. La prevención efectiva de las enfermedades requiere un conocimiento de la vulnerabilidad individual genética y los efectos de los estilos de vida.
2. Los médicos en general no están entrenados en intervenciones preventivas como la nutrición, el ejercicio, la dieta, el balance hormonal y otros factores, todos los cuales ayudan a disminuir los riesgos de desarrollar algunas enfermedades.

3. El actual sistema de salud es “farmacocéntrico”. Muchos médicos y muchos pacientes son bombardeados constantemente por la presión de las grandes empresas para convencerlos de que el nuevo medicamento es mejor o igual de efectivo, cuando debe ser el médico bien informado quien tome la mejor decisión considerando cada caso individualmente.

Nuestro sistema de salud vive del mito de que mientras más gastemos mejores serán los resultados. Nada más lejos de la verdad. Ninguna nación en el mundo gasta más en su sistema de salud (68% más en gastos que el segundo lugar), pero en la calidad de resultados o longevidad, ocupamos el 37° lugar. Estas cifras se refieren a los Estados Unidos, por lo que en Puerto Rico deben de ser aún más dramáticas. A esto habría que añadirle la fatal proyección de que un tercio de los nacidos en el año 2000 tendrán eventualmente diabetes, quizás la enfermedad crónica más costosa cuando se le agregan todas sus complicaciones y morbilidades asociadas.

Obviamente, hay intereses muy poderosos en nuestra sociedad que explican los problemas anteriormente descritos. Entre ellos están la gran demanda por las comidas rápidas o *fast foods*, con alto contenido de grasa y azúcar, la demanda de pruebas de diagnóstico muy costosas en lugar de un examen cuidadoso al paciente, la obsesión y presión para utilizar todo tipo de medicamentos para cualquier síntoma, la naturaleza sedentaria de muchos trabajos y los estilos de vida centralizados en la televisión y la comodidad.

Es esencial que todos los sectores de nuestra sociedad compartan la responsabilidad de establecer estilos de vida saludables: el individuo, la familia, las industrias, las comunidades, el gobierno, las tiendas de comida y nuestro propio sistema de salud.

Sin embargo, nuestro llamado más urgente va dirigido a los clínicos para ser más insistentes en la **prevención y la salud**, en vez de utilizar nuestros grandes conocimientos, inteligencia, entrenamiento y energía física y mental al tratar a nuestros pacientes luego de que ya estén enfermos. 

## EDITORIAL INVITADO

## Salud farmacocéntrica



**Kenneth Cintrón, MD, FAAOS**

Ortopeda y Especialista en Medicina Preventiva,  
Anti-envejeciente y Regenerativa

kcintronmd@bodylogicmd.com

Varios factores no genéticos y totalmente modificables, como la dieta, la inactividad física, el sobrepeso, la obesidad y las exposiciones ambientales tóxicas como al cigarrillo, a metales y xenobióticos, representan del 70 al 90% de las causas de la mortalidad en Puerto Rico y los Estados Unidos. Sin embargo, la educación médica, el entrenamiento y el reembolso por los servicios médicos prestados se enfocan en tratar la enfermedad con medicamentos y cirugías, en vez de enfocarse en tratamientos preventivos completos, basados en la individualidad del paciente. Este abordaje, sin visión, de nuestro sistema de salud, debe ser una inmensa preocupación para todos porque perpetúa un sistema que es muy costoso y poco efectivo para el manejo y la prevención de las enfermedades crónicas.

El problema crítico es que el proveedor de salud de hoy no está entrenado adecuadamente para manejar este aumento de condiciones crónicas tan complejas. La vida sedentaria, el estrés, la contaminación del aire, del agua y de la tierra que lleva a una producción de alimentos desvitalizados y, muchas veces, peligrosos, el sobreconsumo de alimentos, la obesidad y, a la vez, la desnutrición, la fragmentación de familias y comunidades, que trae consigo desolación social e individual, son variables que influyen en crear las enfermedades crónicas.

Hay otros factores importantes a considerar para la posible ejecución de un nuevo sistema de salud:

1. La prevención efectiva de las enfermedades requiere un conocimiento de la vulnerabilidad individual genética y los efectos de los estilos de vida.
2. Los médicos en general no están entrenados en intervenciones preventivas como la nutrición, el ejercicio, la dieta, el balance hormonal y otros factores, todos los cuales ayudan a disminuir los riesgos de desarrollar algunas enfermedades.

3. El actual sistema de salud es “farmacocéntrico”. Muchos médicos y muchos pacientes son bombardeados constantemente por la presión de las grandes empresas para convencerlos de que el nuevo medicamento es mejor o igual de efectivo, cuando debe ser el médico bien informado quien tome la mejor decisión considerando cada caso individualmente.

Nuestro sistema de salud vive del mito de que mientras más gastemos mejores serán los resultados. Nada más lejos de la verdad. Ninguna nación en el mundo gasta más en su sistema de salud (68% más en gastos que el segundo lugar), pero en la calidad de resultados o longevidad, ocupamos el 37° lugar. Estas cifras se refieren a los Estados Unidos, por lo que en Puerto Rico deben de ser aún más dramáticas. A esto habría que añadirle la fatal proyección de que un tercio de los nacidos en el año 2000 tendrán eventualmente diabetes, quizás la enfermedad crónica más costosa cuando se le agregan todas sus complicaciones y morbilidades asociadas.

Obviamente, hay intereses muy poderosos en nuestra sociedad que explican los problemas anteriormente descritos. Entre ellos están la gran demanda por las comidas rápidas o *fast foods*, con alto contenido de grasa y azúcar, la demanda de pruebas de diagnóstico muy costosas en lugar de un examen cuidadoso al paciente, la obsesión y presión para utilizar todo tipo de medicamentos para cualquier síntoma, la naturaleza sedentaria de muchos trabajos y los estilos de vida centralizados en la televisión y la comodidad.

Es esencial que todos los sectores de nuestra sociedad compartan la responsabilidad de establecer estilos de vida saludables: el individuo, la familia, las industrias, las comunidades, el gobierno, las tiendas de comida y nuestro propio sistema de salud.

Sin embargo, nuestro llamado más urgente va dirigido a los clínicos para ser más insistentes en la **prevención y la salud**, en vez de utilizar nuestros grandes conocimientos, inteligencia, entrenamiento y energía física y mental al tratar a nuestros pacientes luego de que ya estén enfermos. 

## EDITORIAL INVITADO

## Salud farmacocéntrica



**Kenneth Cintrón, MD, FAAOS**

Ortopeda y Especialista en Medicina Preventiva,  
Anti-envejeciente y Regenerativa

kcintronmd@bodylogicmd.com

Varios factores no genéticos y totalmente modificables, como la dieta, la inactividad física, el sobrepeso, la obesidad y las exposiciones ambientales tóxicas como al cigarrillo, a metales y xenobióticos, representan del 70 al 90% de las causas de la mortalidad en Puerto Rico y los Estados Unidos. Sin embargo, la educación médica, el entrenamiento y el reembolso por los servicios médicos prestados se enfocan en tratar la enfermedad con medicamentos y cirugías, en vez de enfocarse en tratamientos preventivos completos, basados en la individualidad del paciente. Este abordaje, sin visión, de nuestro sistema de salud, debe ser una inmensa preocupación para todos porque perpetúa un sistema que es muy costoso y poco efectivo para el manejo y la prevención de las enfermedades crónicas.

El problema crítico es que el proveedor de salud de hoy no está entrenado adecuadamente para manejar este aumento de condiciones crónicas tan complejas. La vida sedentaria, el estrés, la contaminación del aire, del agua y de la tierra que lleva a una producción de alimentos desvitalizados y, muchas veces, peligrosos, el sobreconsumo de alimentos, la obesidad y, a la vez, la desnutrición, la fragmentación de familias y comunidades, que trae consigo desolación social e individual, son variables que influyen en crear las enfermedades crónicas.

Hay otros factores importantes a considerar para la posible ejecución de un nuevo sistema de salud:

1. La prevención efectiva de las enfermedades requiere un conocimiento de la vulnerabilidad individual genética y los efectos de los estilos de vida.
2. Los médicos en general no están entrenados en intervenciones preventivas como la nutrición, el ejercicio, la dieta, el balance hormonal y otros factores, todos los cuales ayudan a disminuir los riesgos de desarrollar algunas enfermedades.

3. El actual sistema de salud es “farmacocéntrico”. Muchos médicos y muchos pacientes son bombardeados constantemente por la presión de las grandes empresas para convencerlos de que el nuevo medicamento es mejor o igual de efectivo, cuando debe ser el médico bien informado quien tome la mejor decisión considerando cada caso individualmente.

Nuestro sistema de salud vive del mito de que mientras más gastemos mejores serán los resultados. Nada más lejos de la verdad. Ninguna nación en el mundo gasta más en su sistema de salud (68% más en gastos que el segundo lugar), pero en la calidad de resultados o longevidad, ocupamos el 37° lugar. Estas cifras se refieren a los Estados Unidos, por lo que en Puerto Rico deben de ser aún más dramáticas. A esto habría que añadirle la fatal proyección de que un tercio de los nacidos en el año 2000 tendrán eventualmente diabetes, quizás la enfermedad crónica más costosa cuando se le agregan todas sus complicaciones y morbilidades asociadas.

Obviamente, hay intereses muy poderosos en nuestra sociedad que explican los problemas anteriormente descritos. Entre ellos están la gran demanda por las comidas rápidas o *fast foods*, con alto contenido de grasa y azúcar, la demanda de pruebas de diagnóstico muy costosas en lugar de un examen cuidadoso al paciente, la obsesión y presión para utilizar todo tipo de medicamentos para cualquier síntoma, la naturaleza sedentaria de muchos trabajos y los estilos de vida centralizados en la televisión y la comodidad.

Es esencial que todos los sectores de nuestra sociedad compartan la responsabilidad de establecer estilos de vida saludables: el individuo, la familia, las industrias, las comunidades, el gobierno, las tiendas de comida y nuestro propio sistema de salud.

Sin embargo, nuestro llamado más urgente va dirigido a los clínicos para ser más insistentes en la **prevención y la salud**, en vez de utilizar nuestros grandes conocimientos, inteligencia, entrenamiento y energía física y mental al tratar a nuestros pacientes luego de que ya estén enfermos. 

## EDITORIAL INVITADO

## Salud farmacocéntrica



**Kenneth Cintrón, MD, FAAOS**

Ortopeda y Especialista en Medicina Preventiva,  
Anti-envejeciente y Regenerativa

kcintronmd@bodylogiccmd.com

Varios factores no genéticos y totalmente modificables, como la dieta, la inactividad física, el sobrepeso, la obesidad y las exposiciones ambientales tóxicas como al cigarrillo, a metales y xenobióticos, representan del 70 al 90% de las causas de la mortalidad en Puerto Rico y los Estados Unidos. Sin embargo, la educación médica, el entrenamiento y el reembolso por los servicios médicos prestados se enfocan en tratar la enfermedad con medicamentos y cirugías, en vez de enfocarse en tratamientos preventivos completos, basados en la individualidad del paciente. Este abordaje, sin visión, de nuestro sistema de salud, debe ser una inmensa preocupación para todos porque perpetúa un sistema que es muy costoso y poco efectivo para el manejo y la prevención de las enfermedades crónicas.

El problema crítico es que el proveedor de salud de hoy no está entrenado adecuadamente para manejar este aumento de condiciones crónicas tan complejas. La vida sedentaria, el estrés, la contaminación del aire, del agua y de la tierra que lleva a una producción de alimentos desvitalizados y, muchas veces, peligrosos, el sobreconsumo de alimentos, la obesidad y, a la vez, la desnutrición, la fragmentación de familias y comunidades, que trae consigo desolación social e individual, son variables que influyen en crear las enfermedades crónicas.

Hay otros factores importantes a considerar para la posible ejecución de un nuevo sistema de salud:

1. La prevención efectiva de las enfermedades requiere un conocimiento de la vulnerabilidad individual genética y los efectos de los estilos de vida.
2. Los médicos en general no están entrenados en intervenciones preventivas como la nutrición, el ejercicio, la dieta, el balance hormonal y otros factores, todos los cuales ayudan a disminuir los riesgos de desarrollar algunas enfermedades.

3. El actual sistema de salud es “farmacocéntrico”. Muchos médicos y muchos pacientes son bombardeados constantemente por la presión de las grandes empresas para convencerlos de que el nuevo medicamento es mejor o igual de efectivo, cuando debe ser el médico bien informado quien tome la mejor decisión considerando cada caso individualmente.

Nuestro sistema de salud vive del mito de que mientras más gastemos mejores serán los resultados. Nada más lejos de la verdad. Ninguna nación en el mundo gasta más en su sistema de salud (68% más en gastos que el segundo lugar), pero en la calidad de resultados o longevidad, ocupamos el 37° lugar. Estas cifras se refieren a los Estados Unidos, por lo que en Puerto Rico deben de ser aún más dramáticas. A esto habría que añadirle la fatal proyección de que un tercio de los nacidos en el año 2000 tendrán eventualmente diabetes, quizás la enfermedad crónica más costosa cuando se le agregan todas sus complicaciones y morbilidades asociadas.

Obviamente, hay intereses muy poderosos en nuestra sociedad que explican los problemas anteriormente descritos. Entre ellos están la gran demanda por las comidas rápidas o *fast foods*, con alto contenido de grasa y azúcar, la demanda de pruebas de diagnóstico muy costosas en lugar de un examen cuidadoso al paciente, la obsesión y presión para utilizar todo tipo de medicamentos para cualquier síntoma, la naturaleza sedentaria de muchos trabajos y los estilos de vida centralizados en la televisión y la comodidad.

Es esencial que todos los sectores de nuestra sociedad compartan la responsabilidad de establecer estilos de vida saludables: el individuo, la familia, las industrias, las comunidades, el gobierno, las tiendas de comida y nuestro propio sistema de salud.

Sin embargo, nuestro llamado más urgente va dirigido a los clínicos para ser más insistentes en la **prevención y la salud**, en vez de utilizar nuestros grandes conocimientos, inteligencia, entrenamiento y energía física y mental al tratar a nuestros pacientes luego de que ya estén enfermos. 