

CÓMO PREVENIR MUERTES POR ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Una catástrofe silenciosa



**Mirta
Roses
Periago**

Directora de la Organización Panamericana de la Salud

Las enfermedades cardiovasculares se han convertido en la primera causa de mortalidad en las Américas, ocasionando más de un millón de fallecimientos al año, y la situación se agravará conforme la población envejece.

Esto ocurre, paradójicamente, a pesar de que las enfermedades cardiovasculares pueden ser prevenidas con medidas relativamente sencillas: basta con tener una dieta sana, mantenerse físicamente activos, no fumar y tener chequeos médicos periódicos, a lo largo de la vida.

La alta frecuencia de hipertensión arterial, elevado colesterol, diabetes y obesidad han llevado a las enfermedades cardiovasculares al primer lugar como causa de muerte, y se relacionan con el envejecimiento de la población y la adopción de patrones de comportamiento nocivos, como son el consumo de tabaco, la dieta inadecuada y el sedentarismo.

En la población adulta de la Región hay 149 millones de fumadores, más de la mitad no consume la cantidad de frutas y vegetales recomendados, y un porcentaje similar tiene bajos niveles de actividad física. Además, la hipertensión afecta entre 14 y 35 por ciento de la población y la diabetes entre 6 y 13 por ciento.

Gran parte del problema radica en las dificultades para cambiar el comportamiento individual, por la influencia de diversos factores socioeconómicos y ambientales.

Así, hay que promover cambios en la actuación individual, pero también actuar sobre los factores ambientales y fomentar políticas públicas para incrementar el acceso a los alimentos saludables y reducir sus precios, crear ambientes que estimulen la actividad física en la vida cotidiana, y regular la producción,

distribución, publicidad y comercialización de los productos que tienen efectos adversos sobre la salud cardiovascular.

Lograr esto requiere un alto nivel de voluntad política, que se ha visto reflejado en la cumbre pionera sobre esta materia por parte de los jefes



de Estado y Gobierno de la Comunidad del Caribe (Caricom) y posteriores resoluciones de las autoridades sanitarias de Centroamérica, el área Andina y el Mercosur, entre otros.

Asimismo, la reunión de alto nivel de las Naciones Unidas sobre las enfermedades crónicas como un problema de toda la sociedad, a celebrarse en setiembre próximo, confiere especial relevancia a esta lucha para salvar millones de vidas.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), trabaja en un Plan de Acción Regional para la Prevención y Control de las Enfermedades Cardiovasculares 2011-2020, que busca reducir en una quinta parte la tasa de mortalidad por enfermedades cardiovasculares (enfermedad isquémica del corazón y enfermedad cerebrovascular), respecto a la última década. También tendrá metas para reducir a la mitad el consumo promedio de sodio actual, disminuir la prevalencia del tabaquismo en una quinta parte, y asegurar que se cubra con un régimen de varias medicinas (aspirina, una medicina para reducir el colesterol y dos para bajar la presión arterial) al menos a seis de cada diez personas con acceso a los servicios de salud y que presentan un alto riesgo de sufrir un evento cardiovascular.

Juntos podemos cambiar la realidad actual, donde enfermedades prevenibles como las cardiovasculares son la principal causa de mortalidad en la Región. Articulando acciones técnicas y políticas públicas de comprobada eficacia, con la colaboración de toda la sociedad, ciudadanos, familias, comunidades, instituciones públicas y privadas, industria y productores, podemos detener la catástrofe silenciosa de las enfermedades crónicas.

NUEVO CÓDIGO PROCESAL PENAL DEMANDA ENTRENAMIENTO

Capacitación y defensa legal



**Ricardo
León
Pastor**

Abogado

Desde hace cinco años vengo haciendo talleres sobre litigación oral en el marco del nuevo Código Procesal Penal. He recorrido buena parte del país donde el Código está vigente. Luego de ver muchas audiencias, puedo decir que juezas y jueces peruanos están intentando con esfuerzo y no sin problemas, reconstruir un modelo inquisitivo, en que ellos exploraban y asumían un actuar más parecido a la fiscalía, a un papel más acusatorio en que intentan preservar su imparcialidad, dejando a las partes que litiguen sus propias posiciones.

Es el procedimiento correcto en el nuevo sistema acusatorio: la presentación y demostración de la imputación depende exclusivamente de la fiscalía, unos fiscales lo hacen mejor que otros porque tienen algunas condiciones personales que les facilitan la tarea. Sin embargo a litigar, como a montar bicicleta, se aprende, con el entrenamiento correcto y una práctica consciente y bien orientada.

Mi preocupación se centra en la defensa, sea de oficio, auspiciada por el Ministerio de Justicia para aquellos acusados que no pueden pagar tarifas profesionales, o sea ejercida por

abogados libres.

Los primeros han recibido capacitación constante del Ministerio respectivo, y puedo decir que he visto un desempeño razonable, aunque no de todos. La debilidad mayor del nuevo modelo recae en la defensa libre, que al parecer no se ha entrenado en las nuevas técnicas de litigación.

Muchos abogados no saben presentar oralmente su defensa, ni interrogar, ni plantear objeciones, ni lidiar con la prueba material durante las audiencias.

Algunos han ido a escuchar conferencias, incluso recibiendo "certificados", pero no han aprendido a litigar oralmente por una sencilla razón: han escuchado al conferencista diciéndoles lo que hay que hacer, pero los propios interesados no lo han hecho.

Imaginemos una situación en que un entrenador de fútbol reúne a sus pupilos, los pone al borde de la cancha, y él entra en la cancha para hacer los ejercicios, mientras los deportistas se quedan sentados "viendo" cómo se juega. ¿Así tendremos buenos jugadores, fuertes, diestros, efectivos, con capacidad estratégica? No, porque para aprender tienes que practicar, practicar y practicar.

Esto me hace pensar que, detectada la debilidad, los Colegios de Abogados del país podrían tomarla en serio y dedicarse a acreditar a aquellos abogados que se han preocupado por prepararse en las nuevas técnicas de litigación oral.

En otros países, por ejemplo, si los abogados no siguen un número de créditos al año para actualizarse, no obtienen la renovación de su licencia profesional, así de simple. Si el abogado no puede ofrecer una defensa razonable de acuerdo con las exigencias de los nuevos tiempos, entonces que no siga ejerciendo y evite así más perjuicios a quienes ya tienen suficientes problemas al ser acusados.

Y no hablemos de cualquier capacitación, sino de aquella que sea de alta calidad y con mucho componente práctico. Sé que proliferan facultades de derecho y entidades por doquier que pretenden hacer negocios masivos con esto, pero la calidad profesional debe ser preservada, de ello depende que la defensa de los derechos ciudadanos mejore y que la profesión de abogado no siga cayendo por el despeñadero del desprestigio social.

Tomemos, de una buena vez, la defensa legal en serio.