

## Dr. Joseph Sánchez Gavidia: “La USMP es una casa de estudios donde he recibido formación basada en valores humanos, además de reconocimiento y apoyo”

*En un momento crítico de nuestra historia, el Dr. Joseph Sánchez Gavidia, experto en Educación Sanitaria y Salud, Creador de la Aplicación de Salud Total, autor del libro Salud Para Todos, Doctor en Medicina en la FMH – USMP, docente de posgrado en Salud Pública en la FMH – USMP, Investigador en el Centro de Investigación en Salud Pública (CISAP) de la FMH – USMP, además de Comunicador de Salud-conductor del programa Salud para todos que se emite por Facebook- nos brinda su análisis y comentario sobre su paso por nuestros claustros, su labor como líder de opinión médico, y sus alcances sobre las redes sociales en su actividad médico-científica.*

**Usted está vinculado a grandes problemas de Salud Pública en el Perú y en el mundo: la hipertensión, la diabetes, y la automedicación. ¿Qué reflexión puede hacer sobre ello?**

Cuando uno reflexiona sobre la vida y la salud, cae en cuenta que no solo se trata de estar vivo, sino de cual es la calidad de vida que tenemos. Existen una serie de enfermedades que pueden afectarnos como la diabetes y la hipertensión, que si no son controladas a tiempo pueden generar problemas como infartos cardíacos, cerebrales, insuficiencia renal, lo que trae como consecuencia un mayor gasto económico para la atención y la recuperación del paciente, puesto que estas situaciones conllevan a secuelas con discapacidad que recaen sobre el enfermo y sus cuidadores.

El mal uso de medicamentos puede ocasionar otros daños como las interacciones medicamentosas, el descontrol de enfermedades de fondo, entre otros daños. Y a todo esto, se añade el problema de la automedicación.

**Que es parte de nuestra realidad.**

La automedicación se ha convertido en un asunto grave, porque estamos perdiendo valiosas herramientas para



El Dr. Joseph Sánchez Gavidia considera que no solo se trata de emplear las redes sociales, sino de seguir la evolución de las tecnologías de la comunicación, adaptarse a ellas, y aprovecharlas como líderes de opinión en salud.

abordar los cuadros infecciosos. Por ejemplo, el uso de antimicrobianos de forma innecesaria, permite que los gérmenes puedan adquirir la capacidad de resistir su efecto y ocasionar infecciones más graves o mortales **¿Qué pueden hacer los estados para prevenir y combatir estos cuadros?**

En el caso de los estados, preocuparse por definir una fórmula que les permita recibir y organizar manera sistemática la evidencia científica que les permita tomar decisiones. Durante la pandemia hemos sido testigos de la falta de organización para asumir posturas y realizar acciones efectivas en materia de salud pública.

Un primer paso sería determinar cuales son las fuentes de información valederas de donde recibirán la información científica, reconociendo que existe una brecha significativa en el nivel y cantidad de investigación realizada en nuestro país, en comparación con otras latitudes.

Asimismo, el estado debe utilizar los recursos disponibles en promoción de la salud, prevención, y concentrar su esfuerzo en el mejoramiento del primer nivel de atención, que puede resolver la mayoría de patologías, y evitar su agravamiento.

## ¿Y los ciudadanos?

Deberían tomar conciencia que no solo se trata de reconocer pautas de vida saludable, sino de reconocer la importancia de practicar la prevención, realizándose chequeos preventivos. Para ello es preciso brindar a las personas información básica y necesaria para mantener su bienestar.

## ¿Qué características debería tener esa información?

Debe facilitar el autorreconocimiento, pues quien conoce su cuerpo, sabrá cómo cuidarlo. Es decir, si las personas supieran lo básico sobre cómo funciona, les sería más sencillo identificar aquello que puede dañar su salud o que podría beneficiarla.

Para brindar de forma efectiva la información acerca de una cultura básica de salud, se deben utilizar todos los medios disponibles, desde la educación escolar, uso de medios de comunicación tradicionales y medios informáticos, así como en las actividades del primer nivel de atención.

## ¿Cuál es la incidencia de la hipertensión, la diabetes, el cáncer en el Perú y en el mundo?

Actualmente, son consideradas pandemias. En el caso de la hipertensión, por ejemplo, se calcula que cerca del 30% de la población mundial la padece, la mitad de los afectados ni siquiera sabe que tiene hipertensión, y de los pacientes diagnosticados, la mayoría no tiene controlada la enfermedad. En el Perú se calcula que 2 de cada 10 personas padecen de hipertensión arterial y menos de la mitad de los diagnosticados no la controla.

Por su parte, la diabetes en nuestro medio supera ya el 3% y gran parte de los pacientes no logran alcanzar un control adecuado, además existe una detección tardía, cuando la enfermedad ya ha afectado diversos órganos. Tengamos en cuenta que al igual que la hipertensión incrementa el riesgo de padecer infartos cardíacos o cerebrales, pero además ocasionar otros problemas como la ceguera, insuficiencia renal, deprimir el sistema inmune o el pie diabético, que puede ocasionar amputaciones.

Respecto al cáncer, que constituye un flagelo mundial, en el Perú la falta de chequeos preventivos oportunos retrasa el diagnóstico, por lo que se detectan cuadros avanzados y complejos de tratar, a lo que se suma la falta de acceso al tratamiento, tanto por factores económicos

como por la falta de recursos disponibles para su abordaje. Muchas veces es necesario recurrir a donaciones o viajar a otros países para acceder a nuevos tratamientos, y aunque cada vez se cuentan con mayores recursos en nuestro país, gran parte de los pacientes no pueden acceder a ellos.

## ¿Qué factores influyen?

La falta de cultura preventiva, que retrasa el diagnóstico de la enfermedad y la hace más difícil de tratar. Otro aspecto relacionado son los estilos de vida inadecuados, impulsados, por ejemplo, por una contracultura publicitaria de consumo de alimentos chatarra.

Por otro lado, debido a las funciones laborales cotidianas que mayormente acentúan el sedentarismo en la oficina, y ahora con el trabajo remoto en computadora.

Es lógico también que las deficiencias en el sistema de salud pública reflejen el estado poblacional sobre el control de las enfermedades crónicas, más aún si las autoridades sanitarias no logran establecer prioridades y atender las necesidades básicas que podrían paliar la situación, sobre todo mejorando el primer nivel de atención.

## ¿En ese contexto, cuál es la importancia que la investigación no solo en la formación de futuros profesionales, sino en el diseño y aplicación de adecuadas políticas públicas?

Pienso que capacitar a los futuros profesionales en Metodología de la Investigación, no solo les permitirá participar como investigadores, sino les permitirá valorar con criterio las fuentes de información e interpretar adecuadamente los resultados de los estudios, considerando aspectos como el diseño aplicado, el número de participantes de un estudio, el tipo de análisis estadístico realizado, el número de locaciones estudiadas, entre otros. Este punto se torna aún más relevante en un mundo mediatizado, donde la evidencia científica parece competir contra las noticias falsas.

Por su parte, la aplicación de políticas públicas definitivamente debe basarse en la evidencia científica de estudios analizados con criterio y de fuentes validadas. Hemos sido testigos como se generaron problemas respecto de la toma de decisiones durante la pandemia, donde al parecer no existe aún un sistema organizado y definido sobre las pautas que guían la puesta en acción basada en la evidencia.

### **¿Qué nos puede comentar sobre su caso?**

He tenido la oportunidad de realizar investigación científica y publicar artículos, y contribuir generando nuevo conocimiento. Actualmente, soy investigador en el Centro de Investigación en Salud Pública de la FMH-USMP, donde no solo me dedico a desarrollar proyectos, sino también a formar estudiantes en ese campo.

### **¿Cuál es el balance que puede hacer de su paso por la FMH-USMP? ¿Qué es lo que más recuerda?**

La FMH-USMP me permitió desarrollar mi formación profesional, pero también me ayudó a impulsar mis capacidades. Además, disponer de una infraestructura moderna y cómoda, donde podía encontrar lo que requería para desarrollar mis actividades de aprendizaje, facilitó el esfuerzo académico.

La experiencia también me permitió tuve la oportunidad de aprender de grandes maestros, que recuerdo con mucho aprecio, y hacer grandes amigos que han logrado destacar en el campo de la salud.

Me siento muy afortunado de tener como alma mater a la Universidad San Martín de Porres, donde realicé mi pregrado, el posgrado y actualmente me desempeño como docente e investigador. Considero a la USMP una casa de estudios donde he recibido formación profesional basada en valores humanos, además de reconocimiento y apoyo.

### **Usted tiene un espacio en FB, en la cual brinda orientación a muchas personas. ¿Qué comentario puede hacer sobre la experiencia?**

A lo largo de mi trayectoria, he tenido la oportunidad de participar de una serie de actividades que buscan contribuir con la salud, especialmente, dirigiendo mis esfuerzos en la promoción y la prevención.

Es innegable que desde la aparición de los medios informáticos se ha generado una revolución. La influencia que tienen las redes sociales sobre la conducta humana y su capacidad para transmitir de una forma mucho más efectiva datos de toda índole, puede ser utilizada como un medio más para transmitir información valiosa sobre salud. Hemos sido testigos también de cómo las redes sociales pueden transmitir información dudosa o falsa, que terminó muchas veces confundiendo a la población, desinformando al propio gremio profesional, e influyendo incluso en la práctica médica.

En ese sentido, considero necesario que los profesionales de la salud y los expertos de la comunicación integren esfuerzos para generar un contenido mediático de calidad, basada en la evidencia, orientada a mejorar la calidad de vida de las personas.

### **¿Cómo califica el papel de las Redes Sociales en lo que respecta a la práctica médica, y como lo imagina para el futuro?**

No solo se trata solo de usar redes sociales, sino también de seguir la evolución de las tecnologías de la comunicación, adaptarnos a ellas y aprovecharlas como líderes de opinión en salud.

En el futuro cercano, las herramientas tecnológicas nos permitirán monitorear la salud de otra manera. El empleo de aplicaciones móviles y dispositivos que permiten censar, controlar, e incluso regular actividades, recién empieza y avanza rápidamente.

En mi caso, he podido aprovechar la tecnología creando una aplicación llamada “Salud Total” disponible para descarga gratuita desde finales del 2019. El objetivo fue brindar a los usuarios un “compañero amigable” para mejorar el cuidado de su salud, hacer seguimiento de su bienestar y acceder de forma remota a sus citas.

### **¿Qué consejo les daría a los jóvenes que se han decidido por estudiar esta carrera en nuestra casa de estudios?**

En primer lugar, les deseo el mayor de los éxitos. Alcanzar las metas y objetivos propuestos implica un esfuerzo significativo, pero también una experiencia de vida, más aún si se tiene la oportunidad de acceder a una institución con gran prestigio como la FMH-USMP, donde podrán encontrar los recursos necesarios para alcanzar su formación plena, adquirir su capacidad técnica profesional con valores humanos, hacerse de grandes amigos y, además, conocer a ilustres docentes con vocación.

En sus manos queda la labor de aprovechar con pasión estos valiosos recursos para formarse en la carrera que decidieron seguir por la salud y el bienestar humano.

La Molina, junio del 2022

**ÁREA DE DIFUSIÓN**

Oficina de Extensión y Proyección Universitaria  
Facultad de Medicina Humana - USMP