

# Un tercio de los médicos tiene sobrepeso

- Un 20% lleva una vida sedentaria y el 56% se autodiagnostica y autotrata
- Tienen menos factores de riesgo cardiovascular que el resto de la población

*Europa Press* / *ELMUNDO.es* | Madrid

Actualizado **martes 02/08/2011 20:00 horas**

Un 42% de los médicos de Atención Primaria (AP) asegura no tener ningún hábito poco saludable, según un estudio de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) sobre la salud cardiovascular autopercibida por estos profesionales y los factores sociosanitarios que les influyen. Los datos de la encuesta se han presentado en el último congreso de la semFYC, celebrado en junio en Zaragoza.

Después de entrevistar a 2.583 médicos de familia españoles (con una media de 45 años), se ha observado que la **presencia de factores de riesgo** cardiovascular (RCV) es relativamente baja si se compara con la de la población general. La mayoría no presentaba ningún factor de RCV o sólo uno, siendo el más común tener antecedentes familiares.

Un 34.7% tenía sobrepeso y un 8.4% obesidad, cifras menores a la prevalencia de la población general. A pesar de que el 42% declaró no tener ningún hábito no saludable, casi el 24% confesó descansar poco y más del 20% reconoció llevar una vida sedentaria, especialmente las mujeres y los médicos de menos de 41 años de edad.

Respecto a otros factores de riesgo cardiovascular como el tabaco, los resultados de la encuesta muestran que cerca del 13% de los médicos estudiados reconoció **ser fumador activo** (una cifra claramente inferior a la de la población general -35%- y también a la del propio colectivo médico hace 15 años -más del doble que ahora-). Sin embargo, es significativamente más alto que el dato de los médicos de otros países europeos, lo que sugiere que hay aún camino por recorrer. De hecho, sólo un 46% ha intentado dejarlo y un 58% indica que le resulta difícil o muy difícil abandonar este hábito.

## La salud del médico es buena

En general, apunta el doctor José M<sup>a</sup> Lobos, coordinador del Grupo de Enfermedades Cardiovasculares de semFYC, "existe una percepción por parte de los médicos de llevar un estilo de vida más o menos saludable [el 65% considera que su estado de salud es bueno], en lo que influye mucho la personalidad, los propios conocimientos médicos, el nivel cultural y la formación. En menor medida también influye ver cada día pacientes en situaciones de riesgo".

Como revela el trabajo, la salud cardiovascular de los profesionales a menudo se ve afectada por **condiciones laborales** y profesionales (número de horas de trabajo, el exceso de carga asistencial y las tareas burocráticas) que pueden llevar a la frustración, agotamiento emocional y físico, distanciamiento de su labor como médico e incluso pérdida de autoestima.

Además, el estrés o la carga asistencial influyen negativamente en la salud del médico, lo que repercute en la eficiencia de su trabajo y, en consecuencia, en la calidad asistencial que reciben los pacientes (incremento de los errores médicos, mayor derivación a otros especialistas, etc.).

Para el coordinador del estudio y catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad Autónoma de Madrid, el doctor José Ramón Banegas, "conocer la salud de los médicos de AP y, en concreto, su perfil de riesgo cardiovascular es un hecho relevante debido a la falta de información previa en nuestro país". Además, asegura, "su salud cardiovascular puede tener un impacto directo en la de sus pacientes, a través de distintas interacciones. Puede influir, por ejemplo, en la intensidad y frecuencia con que se aplican las intervenciones preventivas en la práctica diaria".

### **Siguen sus propias recomendaciones**

En general, los médicos declararon no acudir a un compañero cuando se encuentran enfermos, sobre todo en el caso de los más jóvenes. Los mayores de 50 años, por el contrario, consultan a un compañero con mayor frecuencia. El 56% se autodiagnostica y se autoprescribe un tratamiento siempre o casi siempre.

La mayoría de los médicos de AP se considera coherente con lo que recomienda a sus pacientes y cree que esto se traduce en un mejor cumplimiento y adherencia a los **tratamientos e intervenciones preventivas**, incrementa la credibilidad del profesional y fomenta el trato y relación con los pacientes.

"Cuando el paciente percibe que existe coherencia entre las recomendaciones del médico y lo que él mismo practica en su vida diaria, confía más en el profesional y esto redundará en un mayor cumplimiento de las recomendaciones preventivas y terapéuticas", concluye el doctor Lobos.