

## Medicina preventiva

SALUT I ALIMENTACIÓ (I)

*Dr. Josep Rúbies i Ferrer.  
Antic president de la Societat Catalano-Balear de Geriatria i Gerontologia.*

**E**s diu que la medicina preventiva és la medicina més honrada i amb més futur dins la ciència mèdica. El coneixement de les causes de les malalties ha de ser l'eina per lluitar en contra d'elles en dos sentits: primer, prevenint la seva aparició a nivell personal amb una bona relació metge-pacient i segon, controlant la seva aparició a nivell comunitari fomentant l'educació sanitària amb consells, promocions, conferències ... El conjunt por-

tarà a una millora de l'estat sanitari de la població, fita de qualsevol medicina preventiva honesta.

La primera demostració d'aquesta millora ha de ser l'augment de l'esperança de vida del ciutadà. ( Aquesta ha augmentat espectacularment durant el passat segle XX, des de 45 anys al començament de la centúria, fins a les xifres actuals ).

Al nostre país, l'esperança de vida és de 78 anys a l'home i 82 a la dona. Aquest índex anirà augmentant i estem segurs que continuarà la línia ascendent fins que arribarà el moment en què ser centenari no sigui l' excepció...

Es coneix, des de sempre, l'existència de països, i dins d'aquests de llocs, on l'esperança de vida és més gran que a la resta de les comunitats. La pregunta que s'ha fet, davant d'aquesta realitat, és el perquè d'aquestes diferències. A continuació explicaré el camí recorregut i els resultats assolits per contestar-les correctament..

### Malalties vasculars

Fa pocs dies ha sortit a la premsa diària l'estadística de les causes de mort a Espanya, semblant al de la resta dels anomenats països desenvolupats. La notícia és que la causa primera de mort són les malalties vasculars en les seves tres més importants vessants: la vasculopatia isquèmica coronària precursora de l'infart de miocardi, la insuficiència vascular cerebral causa de greus quadres cerebrals i motors i les isquèmies a nivell de les grans artèries aorta-iliàques i caròtides causa d'importants dèficits sanguinis a nivell d'extremitats inferiors i cervell. En conjunt les malalties vasculars són culpables del 50% de les defuncions.

Aquestes dades fa molts anys que es van repetint a les diferents estadístiques i la seva constància ha donat lloc a una recerca, a nivell mundial, de les causes de les malalties vasculars. Si descobrim els mecanismes causants de les malalties vasculars i la manera d'actuar

