

Hoja de consejos: La atención de salud preventiva

Tema: La prevención

¿Cuál es el problema?

A nivel nacional, los estadounidenses utilizan la mitad de los servicios preventivos recomendados. Los costos compartidos, como los deducibles, coseguros o copagos también disminuyen la probabilidad de que se utilicen los servicios preventivos. Un estudio halló que el porcentaje de mujeres que se realizan mamografías ascendió en un 9% cuando se eliminaron los costos compartidos.

Las enfermedades crónicas, como las enfermedades cardíacas, el cáncer y la diabetes, son responsables de 7 de cada 10 muertes de estadounidenses cada año y representan el 75% del gasto de salud del país. Estas enfermedades crónicas pueden evitarse en gran medida por medio de una estrecha cooperación con el equipo de atención de salud o pueden detectarse a través de exámenes de salud adecuados, que es cuando el tratamiento funciona mejor.

Comer de manera saludable, realizar ejercicio con regularidad, evitar el tabaco y recibir servicios preventivos como exámenes de detección de cáncer, visitas preventivas y vacunas son simplemente algunos ejemplos de las formas en que las personas pueden mantenerse sanas. La atención preventiva correcta en cada etapa de la vida ayuda a todos los estadounidenses a permanecer sanos, evitar o demorar la aparición de enfermedades, impedir que las enfermedades que ya tienen empeoren o sean debilitantes, llevar vidas productivas y reducir los costos.

Y aún así, a pesar de los beneficios de muchos servicios de salud preventivos, una gran cantidad de estadounidenses no reciben la atención preventiva necesaria, a menudo, debido a obstáculos financieros. Incluso las familias con seguro pueden desistir de realizarse los exámenes de detección de cáncer, vacunarse y realizar los controles de niño sano necesarios para mantener la salud de la familia por causa de los copagos y deducibles.

La Ley de Cuidado de Salud a Bajo Precio (ACA, por sus siglas en inglés) permite que la atención preventiva sea asequible y accesible al exigir a ciertos planes de salud privados que cubran determinados servicios preventivos recomendados sin cobrar deducibles, copagos, coseguros u otros costos compartidos. De acuerdo con este nuevo requisito, se amplió la disponibilidad de ciertos servicios sin costos compartidos, como por ejemplo las visitas de mujer sana, el apoyo para los equipos de lactancia, y la

evaluación y el asesoramiento de la violencia doméstica. Puede encontrar más información disponible sobre el requisito que exige que las compañías de seguro cubran la atención preventiva sin costo alguno en:

<http://www.healthcare.gov/news/factsheets/2010/07/preventive-care-background.html#foryou>

Para las personas con Medicare, la Ley de Medicare de Mejoras para Pacientes y Proveedores (MIPPA, por sus siglas en inglés) de 2008 estableció una norma de tres partes para la cobertura de servicios preventivos por parte de Medicare, y la ACA solicita a Medicare que exima a los beneficiarios de la responsabilidad de los coseguros y deducibles para ciertos servicios preventivos cubiertos.

¿Quiénes corren riesgos?

Las oportunidades de prevención afectan a todos los estadounidenses, independientemente de la edad, los ingresos o el estado de salud percibido. Cada año, las enfermedades crónicas potencialmente evitables (por ejemplo, las enfermedades cardíacas, el cáncer y la diabetes) son responsables de millones de muertes prematuras en los estadounidenses. Las cinco causas principales de muerte en los Estados Unidos son las enfermedades cardíacas, el cáncer, las enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores, los accidentes cerebrovasculares y las lesiones involuntarias. Dado que los problemas de salud afectan la productividad, son una carga importante para la economía, lo que deriva en 69 millones de trabajadores que informan días perdidos por enfermedad cada año. Esta pérdida de la productividad disminuye el rendimiento de la economía en alrededor de \$260 mil millones por año.

Si bien la mayoría de los estadounidenses no utilizan adecuadamente los servicios preventivos, las personas que experimentan desventajas sociales, económicas o ambientales tienen incluso una menor probabilidad de utilizar estos servicios. Algunos obstáculos son falta de acceso a la atención de salud de calidad y accesible, falta de acceso a opciones de alimentos saludables, ambientes no seguros y falta de oportunidades educativas y de empleo.

¿Puede evitarse?

La prevención de las enfermedades es clave para mejorar la salud de los estadounidenses y mantener bajo control el aumento de los costos de salud. Cuando invertimos en prevención, los beneficios se comparten ampliamente. Los niños crecen en comunidades, hogares y familias que fomentan su desarrollo saludable y los adultos son productivos y sanos, tanto dentro como fuera del lugar de trabajo. Las empresas se benefician dado que una población activa más sana disminuye los costos de atención de salud a largo plazo y aumenta la estabilidad y productividad. Además, las comunidades que ofrecen una población activa sana, productiva y estable pueden ser lugares más

atractivos para que vivan las familias y se establezcan las empresas. Puede encontrar más información sobre estos beneficios en “*Estrategia Nacional de Prevención*” en: (<http://www.healthcare.gov/prevention/nphpphc/strategy/report.pdf>).

La ACA ya ha ayudado a las mujeres que tienen planes privados con costos compartidos, por ejemplo, a través de la exención del coseguro o los deducibles para ciertos servicios preventivos, como las mamografías, pruebas de colesterol y vacunas contra la gripe, entre otros.

Información fundamental para los consumidores

- La eliminación de los costos compartidos (por ejemplo, deducibles, coseguros o copagos) para ciertos servicios preventivos aumenta la probabilidad de que se utilicen dichos servicios. El gobierno está haciendo progresos para ampliar el acceso de los planes de salud privados a los servicios preventivos sin costo alguno o con costos compartidos bajos.
- Es posible que usted no tenga copagos del seguro u otros costos de su propio bolsillo para ciertas visitas y exámenes de salud preventivos para detectar las enfermedades en sus inicios, cuando son más fáciles de tratar.
- La prevención de las enfermedades antes de su inicio es de suma importancia para ayudar a las personas a vivir más tiempo, llevar vidas más saludables y mantener bajos los costos de atención de salud. Los servicios preventivos también pueden ayudar a aquellas personas que presentan la enfermedad en sus inicios a evitar que se produzca un agravamiento de la enfermedad.
- El asesoramiento sobre temas como dejar de fumar, bajar de peso, comer mejor, tratar la depresión y disminuir el consumo de alcohol puede mejorar la salud y disminuir los costos por medio de la prevención de las enfermedades.
- La administración de las vacunas de rutina de acuerdo con las recomendaciones de su médico puede ayudar a evitar enfermedades como el sarampión, la varicela o la meningitis, así como la gripe y ciertos tipos de neumonía.
- El asesoramiento, los exámenes de salud, las visitas de bienestar, la atención prenatal, etc. pueden mejorar la salud y disminuir los costos al prevenir las enfermedades.
- Los problemas de salud son una carga importante para la economía, lo que deriva en 69 millones de trabajadores que informan días perdidos a causa de enfermedad cada año y en la disminución del rendimiento de la economía en alrededor de \$260 mil millones por año. El aumento del uso de los servicios preventivos probados puede fomentar una mayor productividad en el lugar de trabajo.

Ejemplos de casos:

1. Joe Smith siempre se consideró una persona sana. Según él, se alimentaba bien y realizaba suficiente ejercicio. Gracias a la ACA, Joe se enteró de que su plan de seguro de atención de salud ahora ofrecía exámenes de salud gratuitos para la diabetes. Dado que podía realizarse el examen durante el almuerzo, Joe decidió que no perdía nada con hacerlo. Para sorpresa de Joe, los resultados de los análisis de sangre y peso mostraron que era prediabético con un nivel de azúcar en la sangre de 101. Como consecuencia de este análisis, Joe visitó a su proveedor de atención de salud y recibió información acerca de los alimentos que debía comer, así como recomendaciones para mejorar su régimen de ejercicio. Luego de cinco meses de realizar la dieta y el programa de ejercicios nuevos, Joe pudo bajar 24 libras y disminuir el azúcar en la sangre, de modo que ya no se le considera prediabético.
2. Judy Davis, consultora independiente, llevaba una vida acelerada. Como madre soltera de dos niños pequeños, centraba toda su energía en su trabajo y familia. Si bien los niños consumían comidas equilibradas, ella dependía del café y los cigarrillos. Su único ejercicio era correr detrás de los niños. Gracias a la ACA, Judy se enteró de que era elegible para los servicios preventivos gratuitos de su plan de atención de salud privado, que incluían exámenes de salud para el cáncer de seno. Luego de una mamografía, su médico le dijo que había un bulto importante en el seno y le recomendó que se realizara una biopsia. Los resultados confirmaron que Judy tenía cáncer de seno. Luego de una lumpectomía y varios meses de radiación, Judy decidió cambiar su estilo de vida para tener la certeza de que estaría viva para ver crecer a sus hijos. Judy dejó de fumar, comenzó a comer saludablemente y a realizar ejercicio. Como resultado de haber detectado el cáncer de modo temprano, cuando es más fácil tratarlo, Judy tiene una nueva oportunidad en la vida y ya no tiene cáncer.