



Acreditado en calidad y seguridad  
por la Joint Commission International

 **HOSPITAL ITALIANO**  
de Buenos Aires

## Chequeos médicos: por qué más no siempre es mejor

*La tendencia a hacer una batería de estudios suele no estar justificada y puede resultar contraproducente. Los riesgos de la sobrepesquisa y la importancia de la medicina preventiva.*

Buenos Aires, marzo 2023.-

En medicina hay grandes mitos disfrazados de verdades socialmente instaladas. Uno de ellos es que hay que hacerse chequeos de rutina una vez por año y, ya que estamos, pedir algún estudio extra. Entonces, comienzan los análisis de laboratorio en lista sábana, pruebas de fuerza cardiológicas, electrocardiogramas y ecografías, entre otras cosas. Y de no cumplir con esa exigencia, pareciera que se pone en riesgo la salud. Sin embargo, este mandato no tiene aval científico. *“Casi ninguna práctica preventiva tiene recomendación de hacerse todos los años. Esto no invalida que una persona quiera ir periódicamente a hablar con su médico de sus preocupaciones o síntomas, pero no es de ningún modo un deber y, menos aún un descuido, no ir al médico con esa periodicidad si se trata de una persona sana, joven y sin enfermedades crónicas”,* explica Karin Kopitowski, Jefa de Servicio de Medicina Familiar del Hospital Italiano de Buenos Aires.

Lo aconsejable es cambiar la noción de chequeo, que en la práctica termina asemejándose a una especie de service humano, por el concepto de entrevista preventiva, que implica la evaluación individual de riesgos basada en la edad, género, hábitos, estado anímico, antecedentes familiares, peso, presión arterial, entre otros, y permite definir más acertadamente las pruebas necesarias y beneficiosas y las prácticas preventivas ajustadas al riesgo personal.

**Menos puede ser mejor.** Existen numerosas iniciativas en el mundo -como Choosing Wisely, Less is more, Too much Medicine, Overdiagnosis and Overtreatment, Prevención Cuaternaria-, que están trabajando hace muchos años para hacer solo prácticas de alto valor para las personas, honrando el principio de la bioética de “Primero no dañar”. *“A veces menos estudios significa mejores cuidados y*



Acreditado en calidad y seguridad  
por la Joint Commission International

 **HOSPITAL ITALIANO**  
de Buenos Aires

*más salud. Cuando buscamos enfermedades en personas sanas, necesitamos estar seguros de que la prueba que vamos a realizar va a mejorar el pronóstico de la enfermedad que se rastrea y, mejor aún, va a lograr que disminuya la mortalidad por esa patología, sin generar daños excesivos por la prueba o el tratamiento en sí”,* define Kopitowski y subraya que cuando se habla de daños lejos se está de pensar en los costos económicos. Aunque las pesquisas fueran gratuitas, se desaconsejan por dos posibles consecuencias negativas: los falsos positivos y el sobrediagnóstico. Mientras que en los primeros, al encontrar alguna sospecha, se realizan más estudios, lo que provoca ansiedad y mayor riesgo para el paciente, hasta que se termina descartando la enfermedad; en los segundos se trata de diagnósticos verdaderos, a partir de los cuales se generan más estudios y tratamientos pero que no cambian el resultado final. Este último caso es el más difícil de entender pero podría graficarse de la siguiente manera: cuantas más ecografías de tiroides se practican, por ejemplo, mayor es la detección y el número de casos de cáncer de tiroides; aún así eso no baja la mortalidad de esa enfermedad. *“Hay una porción de los pacientes a los que el cáncer de tiroides no les va a producir inconvenientes pero que, ante el diagnóstico y sin saber si estarán o no dentro de esa categoría, hay que someter a tratamientos que terminan siendo innecesarios”,* dice la doctora.

En concreto, hay prácticas que no corresponde hacer nunca en la población general -como el hemograma y el hepatograma o las pruebas de fuerza cardiológicas en personas asintomáticas- y otras recomendadas para realizar en determinado momento de la vida y con determinada frecuencia, que se repiten sin respetar esas variables -este es el caso del control de colesterol y glucemia, que se aconsejan en la edad media de la vida y con una periodicidad de entre 3 a 5 años; o el papanicolau, que está establecido que se haga a partir de los 21 años y que, tras dos PAP anuales negativos, se realice sólo cada tres años, y hasta los 65.

**Mirada general versus especializada.** Otro punto fundamental es que el examen periódico de salud, idealmente, debe ser realizado por un profesional generalista (pediatras, médico clínico o médico de familia, ginecólogo experto en cuidados preventivos) que conozca a la persona que consulta y con quien tenga un vínculo que le permita seguirlo a lo largo del tiempo y compartir las mejores decisiones para su salud. *“Los médicos generales suelen tener una visión más amplia y holística de la salud de sus pacientes, lo que les permite detectar problemas de manera temprana y abordarlos de manera más efectiva”,* específica Kopitowski. Además, están capacitados para brindar atención integral a lo largo del ciclo de vida, y suelen ser más accesibles y están mejor ubicados para coordinar la atención en caso de que sea necesario derivar a un especialista.



Acreditado en calidad y seguridad  
por la Joint Commission International

 **HOSPITAL ITALIANO**  
de Buenos Aires

*“El Hospital Italiano de Buenos Aires tiene una unidad de cuidados preventivos donde se trabaja para que la enfermedad no aparezca y para sostener estas consultas preventivas y exámenes periódicos, en las que damos consejos sobre las condiciones de vida saludables y cómo conservar la salud, hacemos algunas maniobras de examen físico -como tomar la presión-, charlamos de las inmunizaciones y solicitamos los exámenes complementarios en los que estén demostrados que los beneficios superen los daños”, concluye Kopitowski.*

#### **Acerca del Hospital Italiano de Buenos Aires**

El Hospital Italiano de Buenos Aires es una asociación civil sin fines de lucro dedicada al cuidado integral de la salud. Desde 1853, brinda asistencia médica, forma alumnos de grado y de posgrado, y realiza investigación básica, clínica y poblacional.

Cada año, el Hospital atiende 2.800.000 consultas, gestiona 46.500 egresos y realiza 44.000 procedimientos quirúrgicos en sus 57 quirófanos. En la actualidad, dispone de 789 camas para internación, 246 de las cuales se destinan a cuidados críticos. Además, 450 pacientes reciben asistencia en sus hogares a través del servicio de Medicina Domiciliaria. Su equipo de trabajo está conformado por 9.600 personas: 3.500 médicos, 3.900 miembros del staff de salud y 2.200 personas de los sectores administrativos y de gestión.

Desde el punto de vista asistencial, el Hospital Italiano ofrece más de 40 especialidades médicas y cuenta con un equipamiento completo de diagnóstico y tratamiento, y con un plantel profesional reconocido.

#### **Por mayor información: Agencia PAMPA**

Visitá nuestra página [www.agenciapampa.com.ar](http://www.agenciapampa.com.ar) o encontramos en Instagram como [@agenciapampa](https://www.instagram.com/agenciapampa).

Aldana Forte - [aldana@agenciapampa.com.ar](mailto:aldana@agenciapampa.com.ar) — Lisa Issolio - [prensa@agenciapampa.com.ar](mailto:prensa@agenciapampa.com.ar)