

LA GENÉTICA ABRE UNA NUEVA ERA EN LA PREVENCIÓN: ANTICIPARSE A LA ENFERMEDAD ANTES DE LOS SÍNTOMAS

- **La Unidad de Salud Avanzada del Hospital Ruber Internacional apuesta por la genómica para anticipar enfermedades, personalizar la prevención y mejorar la toma de decisiones clínicas.**



La medicina preventiva está experimentando una transformación profunda. Frente a los chequeos tradicionales, basados en pruebas estandarizadas, emerge un modelo más preciso, predictivo y personalizado que integra historia clínica, estilo de vida, biomarcadores y medicina genómica. Este es el enfoque que lidera la nueva Unidad de Salud Avanzada del Hospital Ruber Internacional, perteneciente al Grupo Quirónsalud, con el objetivo de anticiparse a la enfermedad y promover una longevidad saludable.

“La medicina preventiva ha cambiado radicalmente: ya no realizamos chequeos iguales para todos, sino evaluaciones diseñadas a medida según la biografía, el estilo de vida y el perfil de riesgo de cada persona”, explica la doctora Arántzazu Álvarez de Arcaya, especialista en Medicina Interna y una de las responsables de la unidad. “Hoy el reto no es hacer más pruebas, sino indicar las adecuadas para

tomar decisiones clínicas realmente útiles”. Este modelo innovador pone el foco en la calidad y la pertinencia médica, evitando el sobrediagnóstico y el sobretratamiento. “Hacer más pruebas no significa hacer mejor medicina. La clave es identificar aquellas que aportan valor clínico y permiten mejorar el pronóstico del paciente”, añade Álvarez de Arcaya.

La Unidad de Salud Avanzada estructura sus programas en función de parámetros como la edad o el género, diferenciando estrategias según el perfil del paciente. En etapas tempranas, el objetivo principal es identificar factores de riesgo modificables y prevenir enfermedades mediante un enfoque predictivo, individualizado y proactivo. “Es un error pensar que estar sin síntomas equivale a estar sano. Muchas enfermedades evolucionan de forma silenciosa durante años”, advierte la especialista. A partir de una determinada edad, el enfoque se amplía hacia la detección precoz de enfermedad subclínica, la prevención de eventos cardiovasculares y el mantenimiento de la autonomía física y cognitiva. “No se trata solo de vivir más, sino de vivir mejor, con calidad de vida y funcionalidad durante más tiempo”, subraya.

En este modelo, la genética médica adquiere un papel clave. El doctor Javier Sanz, experto en medicina predictiva y farmacogenómica, destaca que “hemos pasado de un enfoque basado en promedios poblacionales a uno centrado en el riesgo individual. Dos personas con el mismo perfil clínico pueden tener riesgos muy distintos según su genética”. La medicina genómica permite anticiparse incluso años antes de que aparezcan los primeros síntomas. “Hoy podemos identificar predisposiciones genéticas a enfermedades cardiovasculares o cáncer y actuar de forma precoz, ajustando tanto el seguimiento como las intervenciones preventivas”, explica el doctor Sanz.

Además, la farmacogenómica abre la puerta a una medicina más segura y eficaz. “Nos permite personalizar tratamientos desde el inicio, evitando efectos adversos y reduciendo el ensayo-error en la elección de fármacos”, afirma. Ambos especialistas coinciden en señalar que el futuro de la medicina preventiva pasa por la integración de todos estos elementos en un modelo más humano y participativo. “El verdadero valor de un chequeo está en convertir los datos en un plan de acción individualizado. Sin un plan, solo tenemos información; con él, tenemos decisiones que mejoran la salud”, concluye Álvarez de Arcaya. La Unidad de Salud Avanzada apuesta así por un cambio de paradigma: del paciente pasivo al paciente activo, acompañado por un equipo médico multidisciplinar que le guía a lo largo de toda su vida. “La prevención no es un acto puntual, sino un proceso continuo que requiere acompañamiento y objetivos compartidos”, concluye el doctor Javier Sanz.