

La promoción y el control de Enfermedades Crónicas no Transmisibles en Adultos Mayores: vista desde un estudio diagnóstico

Andrea Stephania Noroña Cabrera*
Luisana Jiménez Fuentes*

Resumen

En el artículo se presentan los principales resultados obtenidos del diagnóstico realizado en la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil, con relación a la promoción y el control de Enfermedades Crónicas no Transmisibles en los Adultos Mayores. El estudio se desarrolló por estudiantes y docentes de la carrera de Enfermería, del Instituto Superior Universitario Espíritu Santo; con el objetivo diagnosticar el estado actual de los Adultos Mayores con relación a la promoción y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en la Fundación. La investigación siguió una metodología mixta (cualitativo y cuantitativo), de tipo exploratoria, de campo y hermenéutica; se utilizó dentro de los métodos teóricos, el análisis-síntesis y el inductivo-deductivo; y de los empíricos la observación, la entrevista y la encuesta. Para el procesamiento de los datos obtenidos de los instrumentos cuantitativos aplicados, se utilizó el análisis porcentual. Llegando a la conclusión que, aún existen

* Msc. Instituto Superior Tecnológico Espíritu Santo, Ecuador, asnorona@tes.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-8639-0077>

* Msc. Instituto Superior Tecnológico Espíritu Santo, Ecuador, ljimenez@tes.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-4853-2052>

problemas y desafíos relacionados con la promoción de la salud, como es el desconocimiento de las ECNT por parte de los adultos mayores, la poca valoración a los beneficios de las prácticas de hábitos saludables, y poco control y manejo de estas enfermedades; lo que inciden en el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores.

Palabras clave: adultos mayores, promoción, control, Enfermedades Crónicas no Transmisibles

The promotion and control of Chronic Non-Communicable Diseases in Older Adults: view from a diagnostic study

Abstract

The article presents the main results obtained from the diagnosis carried out at the Clemencia Foundation and the Sofía Ratinoff Asylum of the City of Guayaquil, in relation to the promotion and control of Chronic Non-Communicable Diseases in Older Adults. The study was developed by students and teachers of the Nursing career, from the Instituto Superior Universitario Espiritu Santo; with the objective of diagnosing the current state of the Elderly in relation to the promotion and control of Chronic Non-Communicable Diseases in the Foundation. The research followed a mixed methodology (qualitative and quantitative), exploratory, field, and hermeneutic; It was used within the theoretical methods, analysis-synthesis and inductive-deductive; and the empirical ones are observation, interview and survey. To process the data obtained from the quantitative instruments applied, percentage analysis was used. Concluding that there are still problems and challenges related to health promotion, such as lack of knowledge of NCDs on the part of older adults, little appreciation of the benefits of healthy

habits practices, and little control and management of these diseases, which affect the well-being and quality of life of older adults.

Keywords: older adults, promotion, control, Chronic Non-Communicable Diseases

Recibido : 20-11-2023

Aprobado: 08-12-2023

INTRODUCCIÓN

Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) han cobrado relevancia en la Agenda Internacional de Salud debido a su creciente impacto en la salud pública y el desarrollo socioeconómico global. Las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas son responsables de un alto porcentaje de la mortalidad y morbilidad mundial.

Según la (Organización Mundial de la Salud, 2023), las ECNT representan aproximadamente el 71% de todas las muertes a nivel mundial. Esta alta incidencia no solo afecta a los individuos, sino que también tiene un efecto devastador en las familias y las comunidades. Las ECNT pueden llevar a una disminución significativa en la calidad de vida, generando sufrimiento prolongado y dependencia, lo cual pone una carga emocional y financiera considerable sobre las familias, especialmente en las comunidades más pobres donde el acceso a tratamientos y recursos de apoyo es limitado.

Las ECNT en adultos mayores generan costos significativos para los sistemas de salud debido a la necesidad de atención médica continua, hospitalizaciones frecuentes y tratamientos prolongados. Además, la incapacidad funcional y la dependencia resultantes de estas enfermedades afectan a las familias y las comunidades,

aumentando la carga sobre los cuidadores y reduciendo la productividad económica. Implementar programas de promoción y control puede reducir estos costos y mejorar la calidad de vida de esta población, porque disminuye la incidencia y la severidad de las ECNT.

El presente estudio es desarrollado por por estudiantes y docentes de la carrera de Enfermería del Instituto Superior Universitario Espíritu Santo, y tiene como objetivo diagnosticar el estado actual de los Adultos Mayores con relación a la promoción y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil.

En Ecuador, según el último reporte proporcionado por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Ecuador (INEC) en el año 2022, entre las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la calidad de vida, la enfermedad isquémica del corazón es la principal causa de muerte en hombres con 7.224 defunciones, y mujeres con 5.778 dando un total de 13.002 defunciones correspondiente al (12.4 %), estos datos revelan que la cardiopatía isquémica, la diabetes mellitus, la enfermedad hipertensiva, la enfermedad cerebrovascular y las enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores se encuentran entre las diez primeras causas de muerte de todas las defunciones, y aunque se relacionan con diferentes factores de riesgo, se podrían controlar mejorando el estilo de vida de la población mediante acciones como el consumo de una alimentación balanceada, la práctica frecuente de ejercicio físico, evitar el uso de sustancias tóxicas como el alcohol y el tabaco, así mismo, la preocupación de parte de los programas de salud enfocándose en la prevención más que en la enfermedad (INE 2022 citado por (Azua, Macías, & Ortega, 2023).

La población adulta mayor es desproporcionadamente afectada por las ECNT. La falta de acceso a una atención médica adecuada,

junto con factores sociales determinantes de la salud, vivienda y la seguridad alimentaria, exacerba la vulnerabilidad de esta población frente a las ECNT. La prevalencia de factores de riesgo, como el tabaquismo, la mala alimentación y la inactividad física, es más alta en estos grupos, incrementando así la incidencia de ECNT.

Los sistemas de salud deben implementar políticas y programas que promuevan la salud y prevengan las ECNT entre los adultos mayores. Esto incluye campañas de educación y concientización, acceso a servicios de salud preventivos, creación de entornos que faciliten la actividad física, y la provisión de servicios de apoyo comunitario. Estas políticas no solo benefician a los adultos mayores, también tienen un impacto positivo en la salud pública en general, reduciendo la carga sobre los sistemas de salud.

Este tema ha sido abordado en varios estudios por autores como: (Azua, Macías, & Ortega, 2023), realizan una investigación cualitativa, de tipo documental, descriptivo y de revisión bibliográfica; lo que les permitió demostrar que en Ecuador las principales enfermedades crónicas no transmisibles son las enfermedades respiratorias (75%), hipertensión arterial(63%), y la diabetes mellitus tipo II (38,5); concluyendo que la calidad de vida se ve altamente afectada ante la presencia o el padecimiento de este tipo de enfermedades, que las enfermedades crónicas no transmisibles son comunes por afectar a la población en general, y se asocian a diferentes factores.

(Márquez, Molina, Ortiz, & Ordóñez, 2022), desarrollan un estudio de carácter cuantitativo, de nivel descriptivo, de corte transversal; con el objetivo de determinar la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, en el centro gerontológico "Splendor", ubicado en la ciudad de Cuenca. El principal resultado de la investigación fue identificar la hipertensión arterial 26,53% como la de mayor incidencia en el centro gerontológico, seguido por otras enfermedades (cataratas, ceguera unilateral, hipoacusia, hernia

hiatal, pancreatitis, hernioplastia inguinal, discapacidad auditiva) con el 16,33% y la enfermedad de Alzheimer y enfermedades cardíacas con el 10.20% cada una.

METODOLOGÍA

La investigación sigue una metodología mixta (cualitativo y cuantitativo), de tipo exploratoria, de campo y hermenéutica, para obtener mayor cantidad de información confiable acerca de la promoción y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil.

Se utilizan métodos teóricos como el análisis-síntesis y el inductivo-deductivo; de los empíricos se utilizan la observación, la encuesta y la entrevista; como método matemático estadístico se utiliza el análisis porcentual; lo que les permite a los autores de la investigación analizar y procesar la información obtenida sobre la promoción y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en los adultos mayores.

La investigación se desarrolla en la Fundación Clemencia y Asilo Sofia Ratinoff de Solimano, de la ciudad de Guayaquil, que se dedica al cuidado integral del Adulto Mayor en estado de abandono, indigencia, discapacidad, alzhéimer de alto grado y de bajos recursos económicos que viven y duermen en las calles del país. La población del estudio está conformada por 28 adultos mayores y tres profesionales de la salud de la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil.

Intervenciones.

Una vez identificada la problemática que se investiga, se procede a determinar las variables de la investigación y los indicadores de evaluación. En un segundo momento, se diseñan los instrumentos y se someten a revisión por parte de los docentes del proyecto de

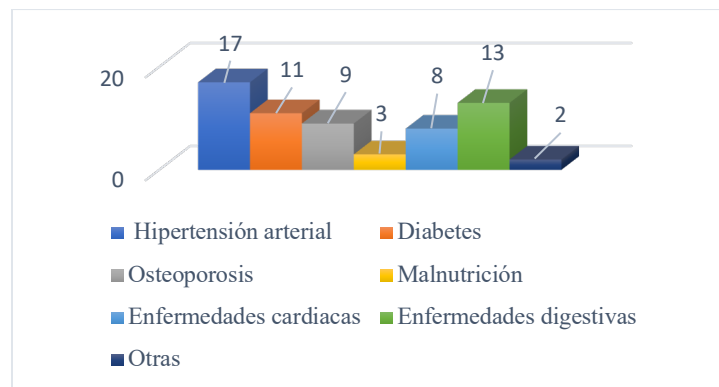
investigación “Promoción de la salud y prevención de enfermedades para el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores” del TES, para garantizar la fiabilidad y validez de los instrumentos.

Luego se procede a la aplicación de los instrumentos por parte de los estudiantes y docentes del TES participante del Proyecto de investigación. Se procesa, analiza e interpreta la información obtenida utilizando programas de Microsoft Word y Excel.

RESULTADOS

Para una mejor comprensión de la problemática estudiada se les consulta a los adultos mayores cuáles son las enfermedades crónicas que padecen; según sus respuestas las ECNT más comunes entre los adultos mayores de la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff, son: hipertensión arterial, diabetes, enfermedades digestivas, osteoporosis y enfermedades cardiacas como se observa en la figura 1. Esto coincide con otros estudios y refleja una tendencia común en esta etapa de la vida.

Figura 1. ECNT más comunes entre los adultos mayores de la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff

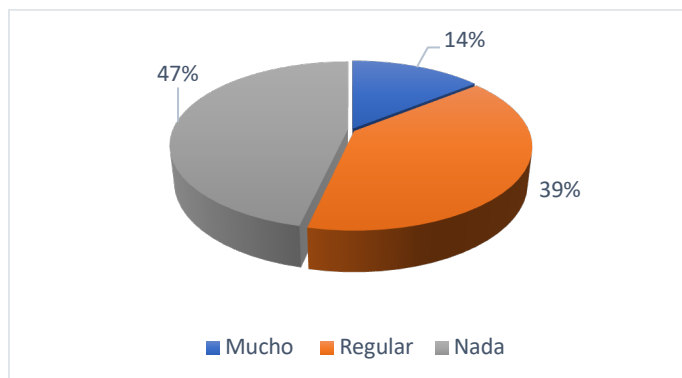


Fuente: La encuesta

Las ECNT en adultos mayores generan incapacidad funcional y dependencia de otros, lo que afecta a las familias porque aumenta la carga sobre los cuidadores y reduce la productividad económica en sentido general; lo que incide negativamente en la calidad de vida de esta población.

El conocimiento que tienen los adultos mayores encuestados sobre las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) que padecen es muy poca; el 47% manifiesta no conocer nada acerca de ECNT, el 39% conoce algo y el 14% afirman no saber nada acerca de sus enfermedades (ver figura 2). El escaso conocimiento de los adultos mayores sobre las enfermedades crónicas no transmisibles que padecen es una problemática que merece atención debido a sus implicaciones en la salud pública y el bienestar individual.

Figura 2. Conocimiento de los adultos mayores sobre las ECNT.



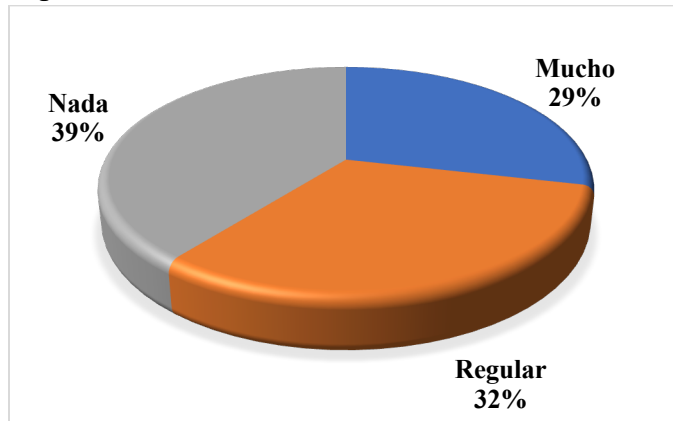
Fuente: La encuesta

Estos resultados sugieren una significativa falta de información y comprensión sobre las ECNT entre los adultos mayores, lo cual podría tener implicaciones importantes para su salud y manejo de estas enfermedades.

Por otra parte, el 29% de los adultos mayores encuestados manifiestan realizar prácticas de hábitos de vida saludables para prevenir ECNT; el 32% lo realiza de manera regular y el 39% nunca

(ver figura 3). Estos datos sugieren varios problemas y desafíos relacionados con la promoción de la salud en esta población. Por lo general, los adultos mayores no están lo suficientemente informados sobre la importancia de los hábitos de vida saludables y cómo estos pueden prevenir enfermedades crónicas.

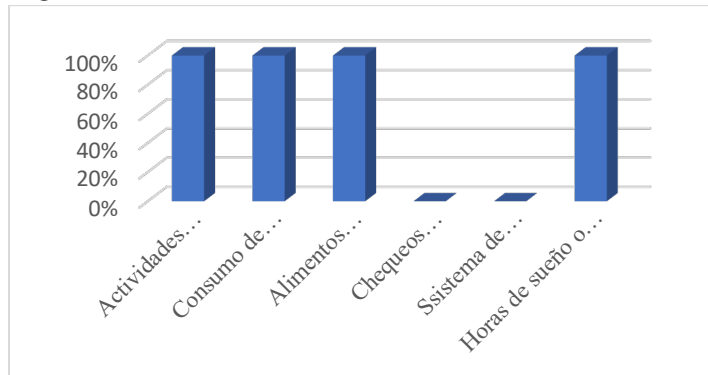
Figura 3. Prácticas de hábitos de vida saludables.



Fuente: La encuesta

Dentro los hábitos saludables que más practican los adultos mayores en la Fundación para mejorar su estilo de vida, según las respuestas de los encuestados están, horas de sueño o descanso, consumo de frutas y verduras, actividades físicas o deportivas y consumo de alimentos saludables, ninguno de los encuestados señala chequeos médicos regulares ni sistema de vacunación (ver figura 3).

Figura 4. Hábitos de vida saludables.



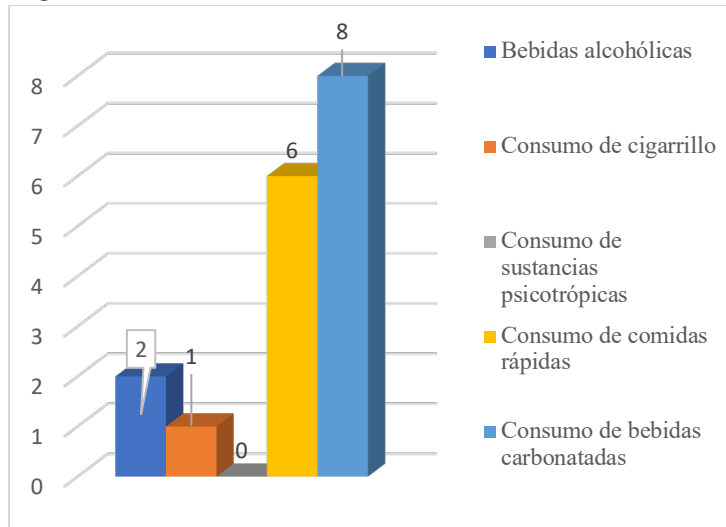
Fuente: La encuesta

Es alarmante que ninguno de los encuestados mencione la realización de chequeos médicos regulares ni la adherencia a un sistema de vacunación. Esto representa una laguna crítica en su cuidado de salud.

Los chequeos médicos regulares son esenciales para la detección temprana y el manejo eficaz de enfermedades crónicas. Los exámenes médicos periódicos pueden identificar problemas de salud en sus etapas iniciales, permitiendo intervenciones tempranas que mejoren los resultados a largo plazo. De igual manera, la vacunación es crucial para prevenir enfermedades infecciosas que pueden tener efectos devastadores en la salud de los adultos mayores. Las vacunas, como las de la influenza, el COVID y neumococo, son especialmente importantes en esta población debido a su mayor vulnerabilidad.

Con relación a los hábitos no saludables que más practican los adultos mayores, según datos de la encuesta son: el consumo de bebidas carbonatadas, de comidas rápidas, bebidas alcohólicas y el consumo de cigarrillo (ver figura 4). Estos hábitos no saludables son comportamientos y prácticas que tienen efectos negativos sobre la salud a corto y largo plazo, y aunque los adultos mayores lo reconocen, le restan importancia al tema en cuestión.

Figura 5. Práctica de hábitos no saludables

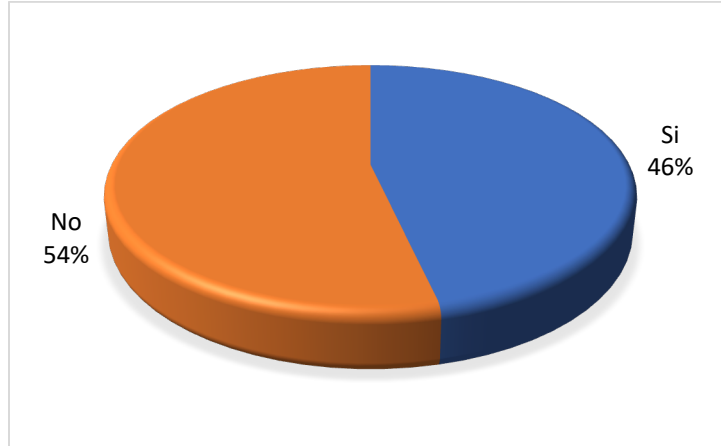


Fuente: La encuesta

El 46 % de los adultos mayores según la encuesta, han sufrido caídas en el último año (ver figura 6). Este dato es preocupante y tiene múltiples implicaciones para la salud y la calidad de vida de esta población e indica la necesidad urgente de estudiar los factores que contribuyen a las caídas y sus consecuencias.

Las caídas pueden tener como consecuencias lesiones físicas (fracturas, hematomas y otras lesiones graves), problemas psicológicos (las caídas generan miedo, lo que puede llevar a una reducción en la actividad física, aislamiento social, dependencia y disminución de la calidad de vida), y altos costos de atención médica asociados con el tratamiento de las lesiones.

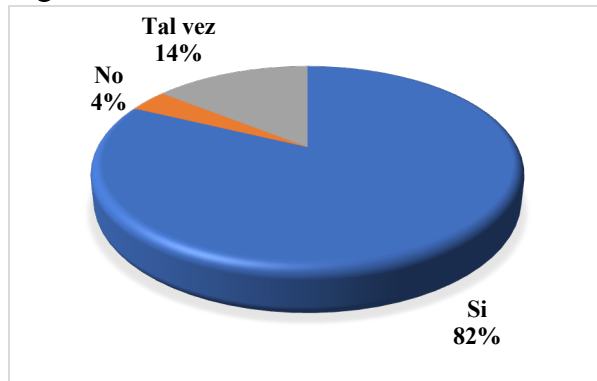
Figura 6. Caídas en los adultos mayores.



Fuente: La encuesta

El 82% de los encuestados considera que la promoción en los adultos mayores es fundamental para su bienestar y calidad de vida (ver figura 7). Este hecho resalta una comprensión clara de la importancia de la educación para la salud en todas las etapas de la vida. En los adultos mayores la promoción efectiva de ECNT contribuye significativamente a diversos aspectos de su bienestar y calidad de vida

Figura 7. Promoción de la salud



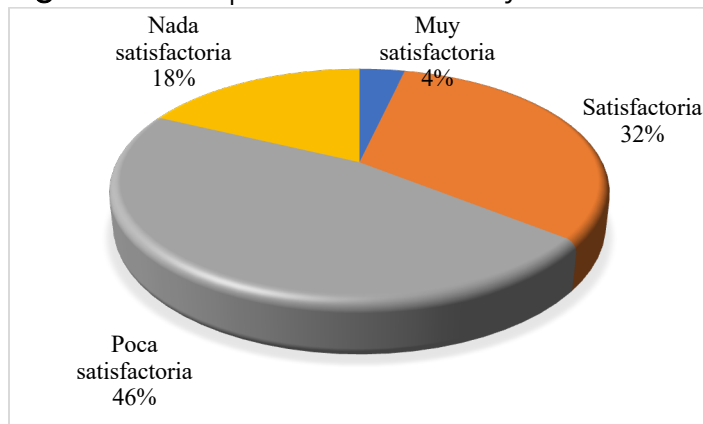
Fuente: La encuesta

La educación para la salud efectiva proporciona múltiples beneficios a los adultos mayores, como la mejora de la gestión y control de las enfermedades crónicas; la reducción de la mortalidad y morbilidad; y la promoción de prácticas de hábitos saludables que mejoran la salud física, mental y emocional de los adultos mayores.

La percepción de bienestar y satisfacción con la institución por parte de los encuestados se encuentra entre satisfactoria y poco satisfactoria, predominando esta última (ver figura 8). Esto puede deberse a deficiencias en la atención, recursos limitados, falta de información, instalaciones inadecuadas, entre otros.

Este resultado exige de una revisión de estas áreas críticas, y de la implementación de mejoras en la calidad del servicio que se ofrece; conscientes de que un ambiente que favorece un envejecimiento activo y con calidad de vida no solo mejora la salud y el bienestar de los adultos mayores, sino que también beneficia a la sociedad en general al crear comunidades más inclusivas, saludables y sostenibles.

Figura 8. Percepción de bienestar y satisfacción



Fuente: La encuesta

Resultados de la entrevista a colaboradores de la Fundación.

Según los profesionales de la salud entrevistados, las enfermedades crónicas no transmisibles más frecuentes en los pacientes de la institución son hipertensión y diabetes. Sin embargo, los adultos mayores encuestados manifiestan además padecer enfermedades como la osteoporosis, enfermedades digestivas y cardíacas. Esta discrepancia puede deberse a que los profesionales de la salud suelen enfocarse en las enfermedades más prevalentes y con mayor impacto inmediato, como la hipertensión y la diabetes; pero la realidad es que los adultos mayores enfrentan otros problemas de salud que, aunque puedan ser menos frecuentes, tienen un impacto significativo en su calidad de vida.

Ante el escaso conocimiento de los adultos mayores acerca de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) que padecen, manifiesto en la encuesta realizada, se les pregunta a los entrevistados sobre las barreras que enfrentan para acceder a la información sobre estas enfermedades. Los entrevistados responden que las principales barreras son las limitaciones físicas, las barreras lingüísticas y cognitivas, la falta de interés de los adultos mayores, y la discapacidad mental, entre otras.

Estos consideran que muchos adultos mayores tienen pérdida de audición y visión lo que puede dificultar la comprensión de la información médica sobre las ECNT que padecen. Por otra parte, está el hecho de que las enfermedades como la demencia y otras formas de deterioro cognitivo dificultan la comprensión y retención de la información. Por último, resaltan que muchas veces la información médica que se les da sobre las enfermedades lo hacen en un lenguaje demasiado técnico, difícil para su comprensión.

En relación con las prácticas de hábitos de vida saludables que fomenta la institución para prevenir enfermedades, los entrevistados responden que realizan actividades recreativas como pintar, terapias respiratorias, prácticas de nebulización a pacientes

que lo necesitan y suministro de vitaminas; una de las entrevistada además señala los ejercicios físicos y caminatas. Sin embargo, solo el 29% de los adultos mayores manifestaron en la encuesta practicar hábitos de vida saludables de manera constante, y los hábitos de vida saludables que más practican según estos son, el descanso adecuado, el consumo de frutas y verduras, y actividades físicas o deportivas; esto evidencia una contradicción entre la respuesta de los colaboradores y los adultos mayores.

Las causas de esta discrepancia pueden ser, por un lado, la falta de educación y concientización sobre la importancia de los hábitos de vida saludables y su papel en la prevención de enfermedades crónicas. Por otro lado, las barreras físicas y psicológicas impiden que los adultos mayores adopten hábitos saludables, como los problemas de movilidad, la falta de motivación, la depresión y el aislamiento.

Según los profesionales de la salud entrevistados, la alimentación que reciben los adultos mayores en la institución por lo general es adecuada, aunque una de las entrevistada considera que aún no se logra una alimentación saludable para los adultos mayores. Los entrevistados están conscientes de que una alimentación equilibrada y saludable puede prevenir o controlar enfermedades como la diabetes, la hipertensión y las enfermedades cardíacas, todas comunes en esta población; el problema está en la falta de recursos.

Datos obtenidos en este estudio indican que el 46% de los adultos mayores han sufrido caídas en el último año. En respuesta a esto, los colaboradores de la fundación entrevistados plantean que la institución implementa estrategias para prevenir estas caídas. Entre estas estrategias se incluyen el uso de dispositivos de asistencia, barras de apoyo, barandas en las camas, sillas de ruedas, y una buena iluminación, además de evitar obstáculos, con el fin de crear un entorno más seguro.

Por otra parte, los entrevistados indican que las acciones desarrolladas en la institución para prevenir las complicaciones de las enfermedades que padecen los adultos mayores incluyen mantener una correcta higiene del paciente, la administración adecuada de medicamentos, y el uso de guantes, mascarillas y alcohol.

Desde nuestro punto de vista estas medidas son fundamentales para prevenir otras enfermedades en los adultos mayores; mantener una correcta higiene en los pacientes es crucial para prevenir infecciones que pueden agravar las condiciones existentes o causar nuevas complicaciones, la limpieza regular y adecuada ayuda a evitar problemas como úlceras por presión y dermatitis; el uso de guantes, mascarillas y alcohol protegen tanto al adulto mayor como al personal de salud de infecciones cruzadas. En fin, mantener un ambiente limpio y desinfectado contribuye significativamente a la salud general de los adultos, reduciendo la incidencia de infecciones nosocomiales y otras complicaciones relacionadas con la higiene.

Todos los profesionales de la salud entrevistados consideran que tienen los conocimientos necesarios, actualizados y certificados para atender correctamente a los adultos mayores en la institución. Este hecho demuestra la confianza que estos tienen en sus capacidades, elemento esencial para el control de las ECNT en esta población.

La percepción de los entrevistados en relación con el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores en la institución es que, a pesar de los bajos recursos de la Fundación, se ofrece un servicio de calidad y calidez, reflejado en su accionar diario. Sin embargo, esta percepción no coincide con la de los adultos mayores, donde sólo el 36% califica su bienestar y calidad de vida en la institución como muy satisfactoria (4%) o satisfactoria (32%).

Las diferencias en las opiniones sobre el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores en la institución se deben a las distintas expectativas de cada grupo. Los profesionales de la salud y los colaboradores de la fundación suelen tener una perspectiva más técnica y centrada en los esfuerzos y recursos invertidos, mientras que los adultos mayores evalúan su experiencia en función de su bienestar emocional, comodidad y satisfacción personal.

En sentido general, tanto los adultos mayores como los profesionales consideran que una estrategia de promoción de la salud y prevención de enfermedades puede contribuir significativamente a erradicar muchas de las deficiencias identificadas durante el diagnóstico y fortalecer sus potencialidades; generando entornos de bienestar y calidad de vida para los adultos mayores de la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil.

CONCLUSIONES

El estudio permitió identificar algunas deficiencias en relación con la promoción y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en los Adultos Mayores de la Fundación Clemencia y el Asilo Sofía Ratinoff de la Ciudad de Guayaquil.

Las deficiencias más significativas identificadas durante el diagnóstico fueron:

Escasos conocimientos de los adultos mayores sobre las enfermedades crónicas no transmisibles que padecen, lo que demostró una significativa falta de educación para la salud, que tiene implicaciones importantes en el control y manejo de estas enfermedades.

Los adultos mayores no están lo suficientemente informados sobre la importancia de los hábitos de vida saludables y cómo estos pueden prevenir enfermedades crónicas, lo que indica problemas y desafíos relacionados con la promoción de la salud.

Las acciones preventivas que se implementan en la institución para evitar complicaciones de las enfermedades que padecen los adultos mayores no incluyen medidas centradas en la educación, la vigilancia médica y la promoción de hábitos de vida saludables; por lo general están dirigidas hacia prevención de infecciones.

Dentro de las fortalezas identificadas en el estudio están:

La población de la investigación concuerda en que los gobiernos y las organizaciones de salud deben implementar políticas y programas que promuevan la salud y prevengan las ECNT entre los adultos mayores. Esto incluye campañas de educación y concientización, acceso a servicios de salud preventivos, creación de entornos que faciliten la actividad física, y la provisión de servicios de apoyo comunitario.

Tanto los adultos mayores como los profesionales de la salud consideran que la promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en los adultos mayores es una necesidad imperativa para mejorar la calidad de vida, reducir la carga económica y social de las enfermedades, y promover la equidad en salud.

Que, la implementación de una estrategia de promoción de la salud y prevención de enfermedades es vital para abordar las deficiencias actuales y potenciar las fortalezas de la Fundación, y que esta pueda ofrecer un entorno de bienestar y una mejor calidad de vida para los adultos mayores.

REFERENCIAS

Azua, M., Macías, M., & Ortega, G. (2023). Enfermedades crónicas no transmisibles y la calidad de vida en el Ecuador. *MQR Investigar*, 1592-1612. Obtenido de <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.1592-1612>

Márquez, S., Molina, M., Ortiz, D., & Ordóñez, R. (2022). Prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles: una experiencia desde la utilización de herramientas digitales. *Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas*, 127-137. Obtenido de <https://publicaciones.uci.cu/>

Organización Mundial de la Salud. (16 de septiembre de 2023). *OMS*. Obtenido de Enfermedades no transmisibles: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>