



Estrategias de prevención de enfermedades crónicas en diferentes grupos de edad: Una revisión bibliográfica

Chronic disease prevention strategies in different age groups: A bibliographic review

Estratégias de prevenção de doenças crônicas em diferentes faixas etárias: uma revisão bibliográfica

Dario Javier Caguante-Miranda ^I

dariocaguante@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0000-1900-1132>

Julieth Natasha Borja-Martínez ^{II}

Julieth.borja@ute.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-0734-6938>

Jocelyn Amira Monar-Jaramillo ^{III}

jocelyn.monar@ute.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0005-2791-8115>

Karla Anahi Castro-Puente ^{IV}

anapuentte@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-0199-3150>

Correspondencia: dariocaguante@gmail.com

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 28 de noviembre de 2024 * **Aceptado:** 09 de diciembre de 2024 * **Publicado:** 11 de enero de 2025

- I. Universidad de las Américas Quito, Ecuador.
- II. Universidad Tecnológica Equinoccial Quito, Ecuador.
- III. Universidad Tecnológica Equinoccial, Quito, Ecuador.
- IV. Universidad Tecnológica Equinoccial, Quito, Ecuador.

Resumen

El presente estudio aborda las estrategias de prevención de enfermedades crónicas en diferentes grupos de edad, considerando que, suelen ser de larga duración y son el resultado de una combinación de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y de comportamiento. El objetivo principal se centró identificar las estrategias de prevención de enfermedades crónicas en diferentes grupos de edad. El presente estudio posee un enfoque cualitativo, descriptivo, transversal y no experimental, dirigido a analizar las bases de datos como Dialnet, Scielo, Taylor & Francis, Elsevier, así como documentos subidos a Google Academic, en el período comprendido entre el 2020-2025. Dentro de los principales resultados, se observa que, la prevención de enfermedades crónicas se adapta según la edad: lactancia y hábitos saludables en niños; educación y prevención del tabaquismo en adolescentes; manejo del estrés en adultos jóvenes; control de riesgos en mediana edad; y un enfoque integral en adultos mayores que incluya bienestar emocional y acceso a salud. Se concluye que, la eficacia de las estrategias de prevención de enfermedades crónicas se basa en su adaptación a cada grupo de edad. Esto permite reducir su incidencia y mejorar la salud pública, requiriendo colaboración entre gobiernos, organizaciones de salud y comunidades para asegurar su efectividad.

Palabras claves: estrategias de prevención; enfermedades crónicas; infancia; adolescencia; adulto joven; tercera edad.

Abstract

The present study addresses prevention strategies for chronic diseases in different age groups, considering that they tend to be long-lasting and are the result of a combination of genetic, physiological, environmental and behavioral factors. The main objective focused on identifying chronic disease prevention strategies in different age groups. The present study has a qualitative, descriptive, transversal and non-experimental approach, aimed at analyzing databases such as Dialnet, Scielo, Taylor & Francis, Elsevier, as well as documents uploaded to Google Academic, in the period between 2020-2025. . Among the main results, it is observed that the prevention of chronic diseases is adapted according to age: breastfeeding and healthy habits in children; education and prevention of smoking in adolescents; stress management in young adults; risk control in middle age; and a comprehensive approach to older adults that includes emotional well-being and access to health. It is concluded that the effectiveness of chronic disease prevention

strategies is based on their adaptation to each age group. This allows reducing its incidence and improving public health, requiring collaboration between governments, health organizations and communities to ensure its effectiveness.

Keywords: prevention strategies; chronic diseases; childhood; adolescence; young adult; third age.

Resumo

O presente estudo aborda estratégias de prevenção de doenças crônicas em diferentes faixas etárias, considerando que elas tendem a ser duradouras e são resultado de uma combinação de fatores genéticos, fisiológicos, ambientais e comportamentais. O objetivo principal centrou-se na identificação de estratégias de prevenção de doenças crônicas em diferentes faixas etárias. O presente estudo tem abordagem qualitativa, descritiva, transversal e não experimental, visando analisar bases de dados como Dialnet, Scielo, Taylor & Francis, Elsevier, bem como documentos carregados no Google Acadêmico, no período entre 2020-2025. Dentre os principais resultados, observa-se que a prevenção de doenças crônicas é adaptada de acordo com a idade: amamentação e hábitos saudáveis nas crianças; educação e prevenção do tabagismo em adolescentes; gestão do estresse em adultos jovens; controle de risco na meia-idade; e uma abordagem abrangente aos idosos que inclua bem-estar emocional e acesso à saúde. Conclui-se que a eficácia das estratégias de prevenção de doenças crônicas assenta na sua adaptação a cada faixa etária. Isto permite reduzir a sua incidência e melhorar a saúde pública, exigindo a colaboração entre governos, organizações de saúde e comunidades para garantir a sua eficácia.

Palavras-chave: estratégias de prevenção; doenças crônicas; infância; adolescência; adulto jovem; terceira idade.

Introducción

El aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas es uno de los mayores desafíos de salud pública en el mundo contemporáneo. Las enfermedades crónicas, como la diabetes, la hipertensión, las enfermedades cardíacas y las patologías respiratorias, afectan a millones de personas y representan una carga significativa para los sistemas de salud (Serra et al., 2018), se definen como patologías de larga duración y son el resultado de una combinación de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y de comportamiento (NIH, 2020; Medline Plus, 2022; Ardila, 2018;

CDC, 2024). En este contexto, es crucial entender cómo estas enfermedades se manifiestan en diversas poblaciones, particularmente en diferentes grupos de edad (Organización Panamericana de Salud, 2020).

La prevención es un término que abarca una serie de estrategias y medidas destinadas a reducir la aparición de estas enfermedades. Esto no solo implica la implementación de programas de detección temprana, sino también la promoción de estilos de vida saludables, la educación sobre la nutrición, la actividad física y el abandono del tabaquismo. Las intervenciones preventivas adecuadas pueden mejorar significativamente la salud de las personas y reducir los costos asociados al tratamiento de enfermedades crónicas (OPS, 2020).

A medida que las poblaciones envejecen, la atención hacia los grupos de edad se vuelve fundamental. Las necesidades de prevención y tratamiento varían considerablemente entre niños, adultos y personas mayores. En este contexto, los niños y adolescentes requieren un enfoque diferente en términos de educación sobre salud y hábitos de vida que los ancianos, quienes pueden tener múltiples comorbilidades. Por tanto, es necesario que las estrategias de prevención sean flexibles y adaptadas a cada grupo específico.

El enfoque único para el manejo de estas enfermedades a menudo es ineficaz, la creciente evidencia sugiere que las intervenciones deben ser dirigidas y personalizadas, reconociendo que cada grupo etario tiene sus desafíos particulares. En este caso particular, los programas dirigidos a adolescentes deben centrarse en la promoción de hábitos saludables que puedan prevenir enfermedades en la adultez, mientras que las intervenciones para personas mayores pueden abordar el manejo de condiciones preexistentes y la mejora de la calidad de vida.

La problemática de las enfermedades crónicas se ha convertido en un fenómeno global, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), 43 millones de personas en 2021, lo que equivale al 75% de las muertes en el mundo que no se deben a una pandemia, de las cuales, 18 millones de personas murieron a causa de una enfermedad no transmisible (ENT) antes de cumplir 70 años; el 82% de esas muertes prematuras se dan en países de ingreso bajo y mediano. Las enfermedades cardiovasculares suponen la mayoría de las muertes por ENT (al menos 19 millones de muertes en 2021), seguidas del cáncer (103 millones), las enfermedades respiratorias crónicas (4 millones) y la diabetes (más de 2 millones, incluidos los fallecimientos por nefropatía diabética). Estos cuatro grupos de enfermedades representan el 80% de todas las muertes prematuras por ENT (OMS, 2024).

En la región de las Américas, las ENT tienen efectos aún más perjudiciales y extendidos, pues causan alrededor del 80% de las defunciones (OPS, 2019), es decir, 5,5 millones de muertes al año y son la causa de tres de cada cuatro defunciones (OPS, 2014). Aproximadamente el 39% de las muertes causadas por las ENT ocurre en las personas menores de 70 años, que se consideran muertes prematuras (OPS, 2019). La meta 3.4 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible es reducir en un tercio la mortalidad prematura por ENT para el año 2030 respecto de los niveles de 2015, y promover la salud mental y el bienestar. De acuerdo con proyecciones de la OMS y la OPS, en la región no se logrará reducir en un 25% la mortalidad prematura por las ENT para el periodo 2016-2025 (Organización de los Estados Americanos, 2023).

En el contexto ecuatoriano, en Ecuador, basándonos en 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.

La importancia de la investigación radica en la necesidad apremiante de desarrollar e implementar estrategias de prevención que sean específicas y efectivas para diferentes grupos de edad. Con un enfoque en la educación y la intervención temprana, se puede aspirar a reducir la carga de enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida de los individuos a lo largo de su ciclo vital.

El objetivo de este estudio es realizar una revisión bibliográfica sobre las estrategias de prevención de enfermedades crónicas en diferentes grupos de edad, identificando las más efectivas y sus aplicaciones específicas en el contexto ecuatoriano. La pregunta de investigación que guiará este análisis es: ¿Cuáles son las estrategias de prevención más efectivas para abordar las enfermedades crónicas en los diferentes grupos de edad en Ecuador?

Este estudio buscará no solo resumir la evidencia existente sobre la eficacia de diversas estrategias preventivas, sino también proporcionar recomendaciones prácticas para su implementación. La meta es facilitar un enfoque proactivo en la lucha contra las enfermedades crónicas, promoviendo la salud y el bienestar en todas las etapas de la vida. Las intervenciones deben considerar no solo

la perspectiva médica, sino también las dimensiones sociales, económicas y culturales que impactan en la salud a lo largo del ciclo vital.

Finalmente, es esperable que los hallazgos de este estudio proporcionen un marco para futuras investigaciones y enfoquen la atención de los responsables de las políticas en la necesidad de un cambio. La salud es un derecho humano fundamental, y asegurar que todos los grupos de edad tengan acceso a programas de prevención efectivos es esencial para lograr sociedades más saludables y resilientes. La implementación de estrategias de prevención adecuadas no solo beneficiará a los individuos, sino que también aliviará la carga económica que las enfermedades crónicas imponen a los sistemas de salud pública.

Metodología

El presente estudio posee un enfoque cualitativo, descriptivo, transversal y no experimental, centrado exclusivamente en identificar estrategias de prevención de enfermedades crónicas en diferentes grupos de edad, el mismo que se llevó a cabo a partir de un revisión documental-bibliográfica, abordando la problemática a partir de un análisis de documentos generados en sitios web de organismos gubernamentales y no gubernamentales asociados a la problemática, así como artículos científicos publicados en revistas científicas presentes en base de datos como Dialnet, Scielo, Taylor & Francis, Elsevier, así como documentos subidos a *Google Academic*, en el período comprendido entre el 2020-2025.

Resultados

Estrategias de prevención de enfermedades crónicas para infantes y niños (0-9 años)

La promoción de la lactancia materna es fundamental en la prevención de enfermedades crónicas desde una edad temprana. Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, ya que proporciona todos los nutrientes necesarios para el desarrollo saludable del infante e influye positivamente en su sistema inmunológico. A partir de los seis meses, la introducción de alimentos complementarios adecuados es crucial para garantizar una nutrición equilibrada, lo que a su vez puede reducir el riesgo de enfermedades crónicas en la infancia y a lo largo de la vida (Minchala, y otros, 2020).

Es esencial implementar programas educativos dirigidos a padres y cuidadores sobre la importancia de una alimentación saludable. Estos programas deben enfocarse en enseñar sobre la selección de

alimentos nutritivos y la creación de hábitos alimenticios adecuados en los niños, evitando el consumo excesivo de azúcares y grasas saturadas. Establecer un entorno familiar que fomente comidas saludables puede ayudar a los niños a desarrollar una relación positiva con la comida desde una edad temprana. Asimismo, el fomento de la actividad física es otra estrategia clave. Los niños deben ser animados a participar en actividades físicas diarias, como juegos al aire libre, deportes organizados y actividades recreativas. La participación de las familias en estas actividades no solo promueve la salud física, sino que también fortalece los lazos familiares y establece un modelo de comportamiento activo para los niños (Minchala, y otros, 2020).

La evaluación de hábitos saludables mediante cuestionarios o talleres puede ser una herramienta efectiva para conocer las intenciones y conductas relacionadas con la alimentación y la actividad física en los hogares. Involucrar a las familias en la autoevaluación de sus hábitos puede motivarlas a hacer cambios positivos en su estilo de vida y considerar la salud de todos los miembros de la familia (Juela y Chileno, 2024)

La concientización sobre los riesgos de salud es crucial en la prevención. Al informar a las familias sobre la importancia de valorar los antecedentes familiares de salud, se pueden motivar a adoptar prácticas saludables para prevenir enfermedades crónicas. Conocer los riesgos específicos puede incitar a las familias a tomar decisiones más informadas respecto a su salud y bienestar. Asimismo, es importante ofrecer apoyo psicosocial a las familias. Las emociones negativas como la ansiedad y la depresión son comunes en pacientes con enfermedades crónicas, y proporcionar recursos de apoyo emocional puede ser vital para todos los miembros de la familia. Talleres sobre el manejo del estrés y la promoción de un entorno familiar positivo son esenciales para abordar estas cuestiones y fomentar una buena salud mental (Flores & Aceituno, 2021).

La participación comunitaria es un aspecto clave en la promoción de la salud, el involucrar a las comunidades en actividades de salud, como eventos deportivos y ferias de salud, puede ayudar a crear un ambiente que respalde y promueva un estilo de vida saludable. Este tipo de iniciativas no solo educan, sino que también fortalecen el sentido de comunidad y colaboración. Finalmente, es importante implementar programas de seguimiento y monitoreo del crecimiento y desarrollo de los niños. Estos programas deben incluir chequeos regulares y evaluaciones de salud, así como sesiones de educación sobre la prevención de enfermedades crónicas. Un monitoreo continuo permite detectar posibles problemas de salud desde una etapa temprana y tomar medidas preventivas adecuadas (Flores & Aceituno, 2021).

Estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adolescentes (10-19 años)

Las estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adolescentes (10-19 años) deben centrarse en la educación integral sobre salud, fomentando hábitos alimenticios saludables y la actividad física regular. Es crucial implementar programas que concienticen sobre los riesgos del tabaquismo y el consumo de alcohol, al tiempo que promueven la salud mental a través de talleres y recursos de apoyo. Involucrar a los adolescentes en campañas de concientización y actividades grupales puede establecer hábitos de vida saludables. Además, considerar los antecedentes familiares de salud puede motivar a las familias a adoptar prácticas preventivas, estableciendo así un enfoque comunitario que fomente la participación activa de jóvenes y familiares en la promoción de la salud (Flores & Aceituno, 2021).

Estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adultos jóvenes (20-39 años)

Las estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adultos jóvenes deben aprovechar una variedad de canales de comunicación para ser efectivas. En primer lugar, es fundamental utilizar información publicada en sitios web de salud reconocidos que ofrezcan recursos accesibles sobre hábitos saludables, manejo del estrés y chequeos médicos. Estos sitios pueden proporcionar guías sobre nutrición, ejercicio y bienestar mental, incentivando a los jóvenes a adoptar cambios positivos en su estilo de vida. Las redes sociales también son un medio poderoso para difundir mensajes de salud. Crear campañas interactivas que involucren a los jóvenes mediante retos de actividad física, recetas saludables y contenido sobre salud mental puede generar interés y participación activa. Al utilizar influencers o figuras públicas que resuenen con esta demografía, se puede aumentar la eficacia del mensaje y promover una cultura de bienestar (Moyano et al., 2022).

El asesoramiento a través de salud móvil es otra estrategia clave, el ofrecer consultas de salud virtuales o aplicaciones móviles que proporcionen seguimiento de hábitos de salud, recordatorios de chequeos médicos y consejos personalizados puede ser muy beneficioso para esta población, que tiende a estar más conectada digitalmente. Este enfoque permite una atención más accesible y conveniente, adaptándose a las necesidades de los adultos jóvenes.

Además, la entrega de material impreso en la vía pública, como volantes o carteles informativos en lugares estratégicos (universidades, gimnasios, cafés), puede complementar la información

digital. Estos materiales deben ser visualmente atractivos y contener mensajes breves y claros sobre la importancia de la prevención de enfermedades crónicas, así como datos sobre recursos de salud disponibles en la comunidad. Por último, los mensajes informativos enviados por correo electrónico pueden ser una forma eficaz de mantener a los adultos jóvenes informados sobre temas de salud. Estos correos pueden incluir boletines sobre nutrición, ejercicios recomendados y la importancia de chequeos de salud regulares, así como invitaciones a eventos comunitarios relacionados con la salud. Asegurarse de que el contenido sea relevante y atractivo fomentará el interés y la conexión con estas estrategias (Moyano et al., 2022).

El ejercicio físico es una estrategia crucial en la prevención de enfermedades crónicas para adultos jóvenes (20-39 años), ya que ayuda a mantener un peso saludable y mejora la salud mental al reducir el estrés, la ansiedad y la depresión. Para fomentar esta práctica, es esencial crear conciencia sobre sus beneficios a través de campañas informativas, así como ofrecer programas de actividad física gratuitos o de bajo costo, como clases de fitness y deportes en comunidad. Además, garantizar el acceso a espacios seguros y adecuados para hacer ejercicio, como parques y senderos, estimula la participación activa de los jóvenes en actividades físicas (Luna, 2024).

La tecnología también juega un papel importante en la promoción del ejercicio, puesto que, utilizar aplicaciones móviles y plataformas de seguimiento de actividad puede motivar a los adultos jóvenes a establecer objetivos y mantenerse activos. Igualmente, es fundamental educar sobre cómo incorporar el ejercicio en la rutina diaria con consejos simples, como usar las escaleras o caminar durante el almuerzo. Al integrar estas estrategias, se contribuirá significativamente al bienestar de los adultos jóvenes y se disminuirá el riesgo de enfermedades crónicas en el futuro (Luna, 2024)

Estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adultos (40-64 años)

Las estrategias de prevención de enfermedades crónicas para adultos de 40 a 64 años deben enfocarse en el control de factores de riesgo y la promoción de un estilo de vida saludable. En esta etapa de la vida, es fundamental realizar evaluaciones médicas regulares que incluyan chequeos de salud, como pruebas de colesterol, glucosa y presión arterial, para detectar posibles problemas de salud desde el inicio. Este monitoreo proactivo permitirá a los profesionales de la salud identificar y abordar factores de riesgo antes de que se conviertan en enfermedades crónicas. La educación sobre hábitos alimenticios saludables también juega un papel crítico en la prevención de enfermedades. Los adultos en este grupo etario deben ser alentados a adoptar una dieta equilibrada

rica en frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras, al mismo tiempo que se limita el consumo de azúcares añadidos y grasas saturadas. La implementación de talleres de nutrición, tanto en entornos comunitarios como en lugares de trabajo, puede ofrecer a los adultos las herramientas necesarias para hacer elecciones dietéticas informadas y sostenibles (Domingo y Serra, 2020).

El fomento de la actividad física es otra estrategia clave, es recomendable que los adultos de mediana edad realicen al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada cada semana, junto con ejercicios de fortalecimiento muscular al menos dos veces por semana. Promover programas comunitarios que ofrezcan actividades físicas accesibles, como clases de yoga, caminatas grupales y entrenamiento funcional, puede estimular la participación y contribuir a un estilo de vida activo (OMS, 2008).

Asimismo, es fundamental abordar la gestión del estrés y la salud mental en este grupo de edad. La mediana edad puede traer consigo desafíos significativos, como cambios laborales y familiares, que pueden aumentar el riesgo de ansiedad y depresión. La promoción de prácticas de bienestar, como la meditación, el mindfulness y actividades recreativas, puede ayudar a los adultos a gestionar el estrés de manera más efectiva y mejorar su bienestar general. La conciencia acerca de la importancia del sueño también es esencial para la prevención de enfermedades crónicas. Los adultos deben ser informados sobre la relación entre una buena calidad del sueño y la salud en general, por ello, fomentar hábitos de sueño saludables, como mantener un horario de sueño regular y crear un ambiente propicio para descansar, puede tener un impacto positivo en la salud física y mental (Ministerio de Salud Pública, 2011).

Conclusión

La prevención de enfermedades crónicas en los infantes y niños debe enfocarse en la promoción de la lactancia materna, la nutrición adecuada y el fomento de la actividad física desde temprana edad. Es fundamental implementar programas educativos dirigidos a padres y cuidadores que informen sobre la importancia de hábitos saludables para el desarrollo físico y mental de los niños. La detección temprana de factores de riesgo, como la obesidad infantil, puede ser decisiva para prevenir problemas de salud en el futuro.

Durante la adolescencia, es esencial fomentar la educación sobre salud integral, que incluya el consumo responsable de alimentos y la importancia de la actividad física. Las estrategias deben incluir programas de prevención del tabaquismo y el consumo de alcohol, así como la promoción

de la salud mental. Involucrar a los adolescentes a través de sus pares en campañas de concientización puede ser particularmente eficaz para establecer hábitos de vida saludables.

La atención preventiva en adultos jóvenes debe centrarse en el manejo del estrés, la importancia de la salud mental y el establecimiento de un estilo de vida saludable que incluya ejercicio regular y una dieta equilibrada. Es vital implementar programas que integren chequeos médicos regulares para la detección de enfermedades crónicas emergentes, así como campañas que promuevan la salud sexual y reproductiva.

En la mediana edad, la prevención debe centrarse en el control de factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes y el hipercolesterolemia. Se deben promover chequeos médicos sistemáticos y el monitoreo de la salud cardiovascular. La educación acerca de la prevención y el manejo del estrés también es crucial, al igual que la promoción de programas de ejercicio físico adaptados a las capacidades de este grupo etario.

Para los adultos mayores, es fundamental un enfoque integral que considere no solo la atención física, sino también el bienestar emocional y la socialización. Las estrategias preventivas deben incluir programas de ejercicio físico que sean seguros y accesibles, así como actividades que fomenten el bienestar mental, como talleres de memoria y actividades sociales. La adecuada gestión de enfermedades crónicas previas y el acceso a servicios de salud son esenciales para mejorar la calidad de vida en esta población.

A manera de cierre se puede observar que, la eficacia de las estrategias de prevención de enfermedades crónicas radica en la capacidad de adaptarse a las características y necesidades específicas de cada grupo de edad. Al implementar programas preventivos que consideren estos aspectos, se puede lograr una reducción significativa en la incidencia de enfermedades crónicas y mejorar la salud pública a nivel general. La colaboración entre gobiernos, organizaciones de salud y comunidades es crucial para llevar a cabo estas estrategias de manera efectiva y alcanzar un impacto positivo en la salud de la población.

Referencias

1. Ardila, E. (2018). Las enfermedades crónicas. *Biomédica*, 38(1). https://doi.org/http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-41572018000500005

2. CDC. (2024). Acerca de las enfermedades crónicas. <https://www.cdc.gov/chronic-disease/es/about/index.html>
3. Domingo, V., y Serra, J. A. (2020). Estrategias de prevención de enfermedad y promoción de la salud. <https://formacion.sefh.es/dpc/sefh-curso-cronico/aula2/aula2-tema07.pdf>
4. Flores, B., y Aceituno, J. (2021). Planes de prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en niños y adolescentes. *Rev Pediatr Aten Primaria*(23), 143-53. <https://doi.org/https://pap.es/articulo/13372/planes-de-prevencion-de-enfermedades-cronicas-no-transmisibles-en-ninos-y-adolescentes>
5. Juela, E. V., y Chileno, L. F. (2024). Prevención de la desnutrición infantil y educación sobre los hábitos alimenticios en las madres: Revisión Sistemática. *Revista Científica Arbitrada En Investigaciones De La Salud GESTAR*, 7(14), 546-570. <https://doi.org/https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/153>
6. Luna, D. P. (2024). Impacto del ejercicio físico en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en la población de 20 a 40 años de Quito. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(5), 208 – 216. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2601>
7. Medline Plus. (2022). Comunicarse con los demás - al vivir con una enfermedad crónica. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000602.htm>
8. Minchala, R. E., Ramírez, A. A., Caizaguano, M. K., Estrella, M. d., Altamirano, L. F., Andrade, M. C., . . . Romero, I. (2020). La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(8), 941-947. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/journal/559/55969796017/html/>
9. Ministerio de Salud Pública. (2011). Plan estratégico nacional para la prevención y control de las enfermedades crónicas no transmisibles. https://www.iccp-portal.org/system/files/plans/EUCU_B3_plan_estrategico_nacional_msp_final..pdf
10. Moyano, D., Elorriaga, N., Duque, Y., Antún, M. C., González, V., Belizán, M., . . . Irazola, V. (2022). Iniciativas de promoción de la salud destinadas a adultos jóvenes. Estudio cualitativo Promoção da saúde e jovens. *Rev Fac Cien Med Univ Nac Cordoba*, 79(2), 100–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.31053/1853.0605.v79.n2.32512>

11. NIH. (2020). enfermedad crónica. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/enfermedad-cronica>
12. OMS. (2008). Prevención y control de las enfermedades no transmisibles: aplicación de la estrategia mundial . https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/a61/a61_8-sp.pdf
13. OMS. (2024). Enfermedades no transmisibles. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
14. OPS. (2014). Plan de acción para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en las Américas 2013–2019. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/35010>
15. OPS. (2019). Las ENT de un vistazo: Mortalidad de las enfermedades no transmisibles y prevalencia de sus factores de riesgo en la Región de las Américas. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51752>
16. OPS. (2019). Las ENT de un vistazo: Mortalidad de las enfermedades no transmisibles y prevalencia de sus factores de riesgo en la Región de las Américas. <https://www.paho.org/es/documentos/ent-vistazo-mortalidad-enfermedades-no-transmisibles-prevalencia-sus-factores-riesgo>
17. OPS. (2020). La OMS revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019. <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
18. Organización de los Estados Americanos. (2023). Las Enfermedades No Transmisibles y Los Derechos Humanos en Las Américas. https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/2023/REDESCA_enfermedades_NoTransmisibles_DDHH_SPA.pdf
19. Organización Panamericana de Salud. (2020). Enfermedades no transmisibles. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
20. Serra, M. Á., Serra, M., y Viera, M. (2018). Las enfermedades crónicas no transmisibles: magnitud actual y tendencias futuras. *Revista Finlay*, 8(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008