Aten Primaria. 2014;46(9):457–463

Atención Primaria

www.elsevier.es/ap

ORIGINAL

«Salut al cor/salud en el corazón»: resultados del programa de educación sanitaria en salud cardiovascular de Mútua Terrassa☆

Rosa Madridejos Mora[a,*], Lourdes Majem Fabres[b], Helena Puig Acebal[b], Inma Sanz Latorre[c], Eva Llobet Traveset[d], Mar Arce Casas[c], Dolors Ruiz Morilla[e], Ángel Mercadal Dalmau[f] y Dani Pañart Sánchez[g]

[a] *Atención Primaria, CAP Sant Cugat-La Mina de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[b] *Atención Primaria, CAP Sant Cugat-Valldoreix de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[c] *Atención Primaria, CAP Sant Cugat-Can Matas de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[d] *Atención Primaria, CAP Rambla de Terrassa de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[e] *Medicina de familia, CAP Sant Cugat-Can Matas de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[f] *Medicina de familia, CAP Rubí de Mútua Terrassa, Barcelona, España*
[g] *Medicina de familia, CAP Rambla de Terrassa de Mútua Terrassa, Barcelona, España*

Recibido el 21 de diciembre de 2012; aceptado el 23 de diciembre de 2013
Disponible en Internet el 24 de abril de 2014

PALABRAS CLAVE
Enfermedades cardiovasculares;
Educación de la salud;
Prevención basada en la comunidad

Resumen
Objetivo: Mejorar los conocimientos de la población sobre hábitos cardiosaludables mediante un programa de formación complementado por una Web y actividades comunitarias.
Diseño: Ensayo clínico controlado donde la intervención es la participación en el Aula de Formación en Salud Cardiovascular (AFSC).
Emplazamiento: Población de 80.000 habitantes.
Participantes: Pacientes, ambos sexos, 55-70 años, con al menos un factor de riesgo cardiovascular (RCV).
Intervención: El grupo intervención estaba formado por los pacientes que participaron en el AFSC. La intervención constaba de un curso presencial de 20 h en el que se ofrecía una Web de apoyo y se organizaban actividades complementarias. Las clases fueron impartidas por 3 enfermeras de atención primaria.
Mediciones principales: La variable principal fue el conocimiento sobre el RCV. Variables secundarias: edad, sexo, factores de RCV, estilos de vida, visitas a los centros, consumo farmacéutico, adherencia terapéutica y satisfacción con el programa.
Resultados: Se evaluaron los datos de los pacientes de los 10 primeros cursos (n = 150). Se observa una mejora estadísticamente significativa en el conocimiento general sobre el RCV en

☆ Finalista en el «5.° Premi de Recerca en Atenció Primària 2009 de la Regió Sanitària Barcelona». Segundo premio en el «XVIII Premi d'Infermeria de Mútua Terrassa».

* Autor para correspondencia.
Correo electrónico: rmadridejos@mutuaterrassa.es (R. Madridejos Mora).

0212-6567/$ - see front matter © 2012 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.
http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2013.12.009

el GI (de 87,3 al 100%) respecto al GC (84,5 al 92,7%), p < 0,001 y una mejora en la actividad física (GI: del 71,2 al 83,1% frente GC: del 72,6 al 78,2%), p = 0,05. El número de visitas totales en atención primaria (medicina y enfermería) disminuyó más en el GI que en el GC. La valoración del curso ha sido elevada.
Conclusiones: Se demuestra la efectividad de esta experiencia para mejorar conocimientos sobre salud cardiovascular y algunos hábitos de vida saludable.
© 2012 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS
Cardiovascular diseases;
Health education;
Community-based prevention

Healthy heart: Results of a community education program on cardiovascular health

Abstract
Objective: To improve the knowledge of the population about heart-healthy habits through a training program supplemented by a web site and community activities.
Design: A controlled clinical trial with intervention done through participation in the Cardiovascular Health Training Classroom (CHTC)
Location: A town of 80,000 inhabitants.
Participants: Patients: both sexes, aged 55 to 70 years, with at least one cardiovascular risk factor (CVRF).
Intervention: The intervention group (IG) consisted of patients who participated in the CHTC. Intervention was carried out through a 20-hour presential group course in which a support web site was offered and complementary activities were organized. Classes were taught by three Primary Care nurses.
Main measurements: The primary endpoint was knowledge of CVRF. The secondary variables were age, sex, CVRF, lifestyle, visits to health centers, pharmaceutical use adherence, and satisfaction with the program.
Results: Data from patients in the first 10 courses (n = 150) were evaluated. A statistically significant improvement was observed in overall knowledge of CVRF in the IG (87.3% to 100%) compared with control group (GC) (84.5% to 92.7%), p<.001, as well as an improvement in physical activity is (IG: 71.2% to 83.1% versus CG: 72.6% to 78.2%), p=.05. The total number of Primary Care visits (medical and nursing) decreased in the IG more than in the CG. The satisfaction rate of the course was very high.
Conclusions: This experience is effective in improving cardiovascular health knowledge and promoting some healthy habits.
© 2012 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Introducción

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en los países desarrollados y constituyen un problema de salud pública prioritario. Según datos del Instituto Nacional de Estadística ocasionaron el 31,2% del total de las defunciones del año 2010[1] en España, representando una pérdida muy importante de años potenciales de vida y una de las primeras causas de hospitalización. Además son el grupo de enfermedades que más gasto generan, suponiendo el 17% del gasto total del sistema sanitario. En el año 2006 el Servei Català de la Salut calculó un presupuesto de casi 1.000 millones de euros para la atención de las enfermedades del aparato circulatorio[2].

El 80% de los factores que condicionan la aparición de un infarto de miocardio están relacionados con los hábitos de vida no saludables y, por lo tanto, tienen que ser abordados mayoritariamente desde la prevención primaria.

Según datos de la «Encuesta de salud de Cataluña de 2010»[3] los indicadores relacionados con los hábitos y estilos de vida son los que menos han mejorado o incluso han empeorado: la población sedentaria ha aumentado de forma constante en los últimos años tanto en hombres (23%) como en mujeres (29%) y aproximadamente la mitad de la población de 18 a 74 años tiene exceso de peso. El porcentaje de fumadores ha disminuido gracias al abandono en hombres, pero últimamente se observa un estancamiento de dicha disminución.

La adaptación española de la «Guía europea de prevención de las enfermedades cardiovasculares 2008» incide de manera importante en este sentido y destaca el papel que deben liderar el médico y la enfermera de atención primaria en la promoción de estilos de vida saludables, basados principalmente en el incremento del nivel de actividad física, la adopción de una alimentación saludable y el abandono del hábito tabáquico[4]. La tendencia actual entre los profesionales de la salud es la de proporcionar a los pacientes la información y la formación necesarias, y conseguir de esta manera una mayor participación en la gestión de su enfermedad. Paralelamente, la sociedad recibe información sobre salud de manera desbordante y sin criterios, las tecnologías como Internet han abierto la puerta a mucha información, pero resulta difícil su control y veracidad. No obstante, las nuevas tecnologías gestionadas correctamente

Download English Version:

https://daneshyari.com/en/article/3457147

Download Persian Version:

https://daneshyari.com/article/3457147

Daneshyari.com