

CALIDAD Y PRÁCTICAS SEGURAS EN LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Autoras: Cuesta Rodríguez Elisabet, Molina Martín Noemi, Medina Soldado Elisa

PALABRAS CLAVE: Epidemiología, enfermedad cardiovascular, prevención.

INTRODUCCIÓN

Dada la elevada incidencia de enfermedades cardiovasculares en la actualidad, el gasto sanitario que derivan y la importancia que supone la educación sanitaria sobre la prevención de dicha enfermedad, es importante conocer los hábitos, conocimientos dietéticos, características sociodemográficas y la percepción de salud que existe en la población actual.

OBJETIVOS

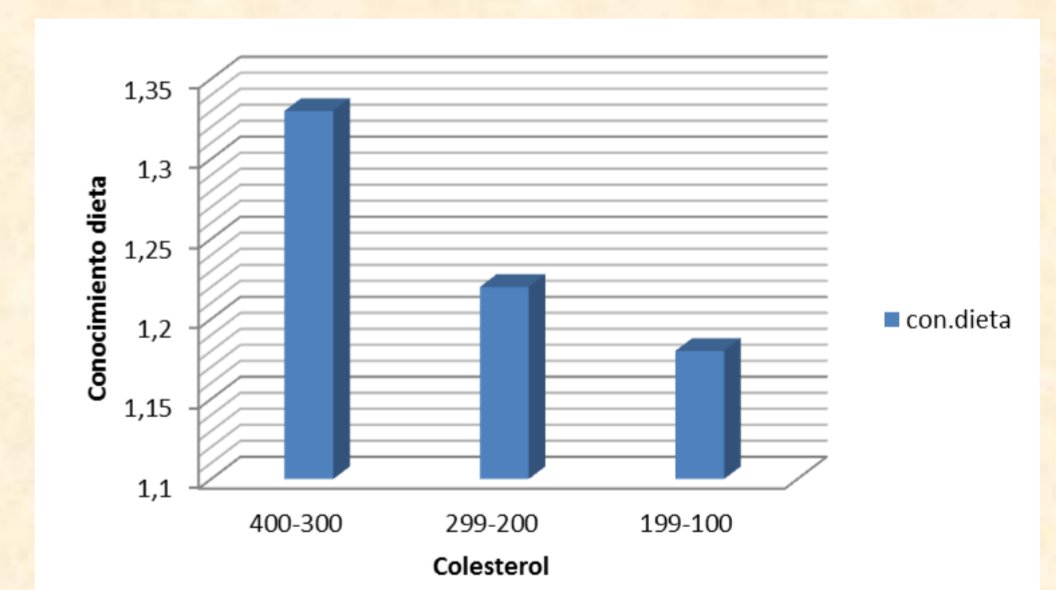
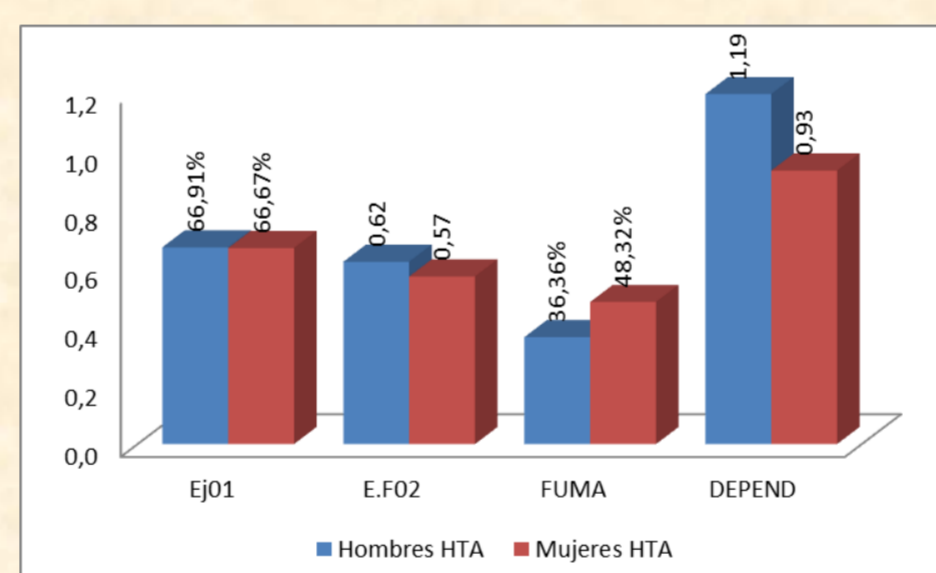
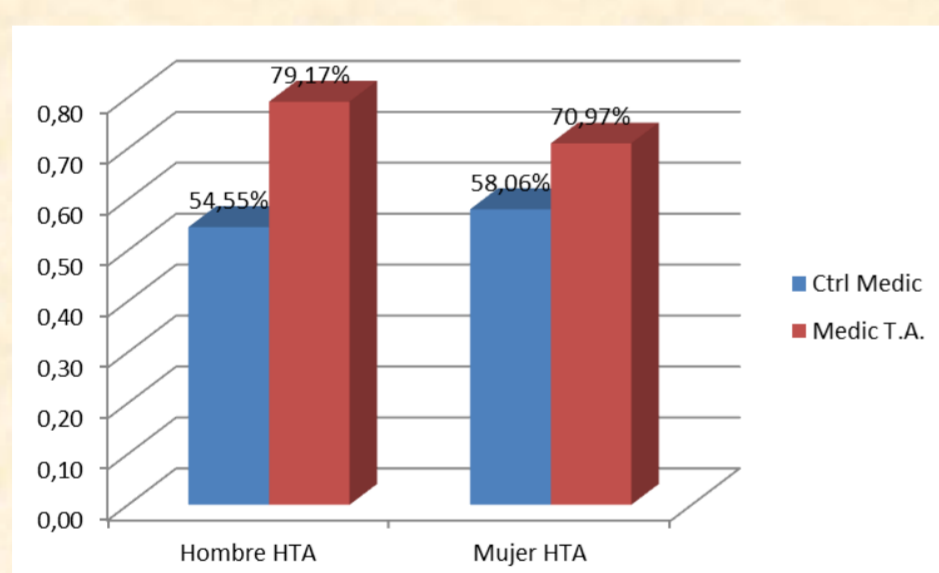
Conocer la prevalencia de los principales factores de riesgo cardiovascular.
Estimar el grado de control de la tensión arterial (TA) así como conocimientos en salud y tratamiento farmacológico.

MÉTODO

Se trata de un estudio transversal descriptivo, realizado a 160 individuos de edades comprendidas entre los 40- 50 años. Se aproximó la muestra a un 50% varones y 50% mujeres (estudio semidirigido). Usamos el cuestionario Fagestrom de dependencia a la nicotina y el test de nutrición de la Sociedad Española de Cardiología.

RESULTADOS

Del total de los encuestados, un 52% son hombres hipertensos y un 41% mujeres hipertensas. De los hombres hipertensos, un 54,55% se controlaba la TA y un 79,17% se tomaba el tratamiento farmacológico. De las mujeres hipertensas un 58,06% controlaba su TA y un 70,97% tomaba medicación para la misma.
-Un 65% de los varones y un 57% de mujeres realiza ejercicio de intensidad moderada.
-Un 36,3% de los hombres fumaban, con un grado de dependencia de 1.19 sobre 2, y en el caso de las mujeres 48,39% son fumadoras, con una dependencia de 0.93 sobre 2.
Entre todos los encuestados los conocimientos sobre comida y dieta son superiores en personas con el colesterol alto, podemos deducir que cuanto más colesterol se tiene más nos preocupamos por lo que comemos y de qué forma lo comemos.



CONCLUSIÓN

Se ha observado que existe una prevalencia elevada de hipertensión, y su control es mejorable. En este estudio, la cifra de hipertensos es superior en los hombres, ellos se medican más que las mujeres y ellas llevan un mayor control de la tensión arterial que los hombres.

Los hombres practican más ejercicio físico que las mujeres, pero ambos realizan ejercicio físico de baja intensidad y proporción, por lo que se recomienda realizar más ejercicio y fomentarlo.

Existe un porcentaje alto de fumadores (5 de cada 10 mujeres y 4 de cada 10 varones) por lo que es necesario incidir en estos grupos de edad y fomentar medidas anti-tabáquicas. Los hombres son sensiblemente más dependientes al tabaco que las mujeres.

En personas con el colesterol alto hemos podido observar, en este estudio piloto, que se preocupan más por seguir una dieta saludable, por lo que sus conocimientos de cómo y de qué forma comer son superiores.

BIBLIOGRAFÍA

- Honorato Ortiz Marrón, Ricardo J.Vaamonde Martín, Belén Zorrilla Torrás, Francisco Arrieta Blanco, Mariano Casado López y Ma José Medrano Albero. Prevalencia, grado de control y tratamiento de la hipertensión arterial en la población de 30 a 74 años de la Comunidad de Madrid. Estudio PREDIMERC. Rev. Esp. Salud Publica,2011, vol.85 no.4 pag25.
- Alberto Cordero, Vicente Bertomeu-Martínez, Pilar Mazón, Lorenzo Fácila, Vicente Bertomeu-González, Juan Cosín, Enrique Galve, Julio Núñez, Iñaki Lekuona y José R. González-Juanate Factores asociados a la falta de control de la hipertensión arterial en pacientes con y sin enfermedad cardiovascular. Revista Española de Cardiología ,2011, vol. 64 Pag 295-304
- Marcos J. Marin, Guillermo Fábregues, Pablo D. Rodríguez, Mónica Diaz1, Olga Paez. Estudio Renata. Revista argentina de cardiologia, 2012, vol-80, nº2. Pag.7.