



14 de Marzo 2018
Día Europeo de la Prevención
del Riesgo Cardiovascular

PROYECTO DE ACCIÓN

ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN

Las enfermedades cardiovasculares (CV) son causa de importante morbimortalidad en nuestra población. Se ha producido un aumento de incidencia de enfermedades CV, con una escasa y desigual implantación en las distintas áreas sanitarias de atención en cuanto a:

- ♥ Cuidados CV integrales
- ♥ Cálculo del RCV con SCORE
- ♥ Conocimiento de Red de Enfermería de Cuidados Cardiovasculares en Atención Primaria (REccAP)

El 14 de Marzo es el día Europeo de la Prevención del Riesgo Cardiovascular, a diferencia del día mundial del corazón, en este día se pretende dar un enfoque más global en el abordaje de los diferentes factores de riesgo.

¿Por qué la dinamiza la REccAP? :

- ♥ Porque entra dentro de sus finalidades
- ♥ Porque somos profesionales de enfermería que trabajamos los cuidados cardiovasculares integrales.

OBJETIVOS

Objetivo principal

- ♥ Informar, motivar y concienciar a la población de la importancia de los estilos de vida en la prevención y control de las enfermedades cardiovasculares.
- ♥ Difundir la finalidad y los objetivos de la REccAP entre la población y los profesionales sanitarios.

Objetivos específicos

- ♥ Sensibilizar del riesgo cardiovascular en personas con algún factor de riesgo, mediante la estratificación del RCV con el SCORE.
- ♥ Dar a conocer a la población la estrecha relación existente entre los estilos de vida (alimentación, actividad física y ejercicio, tabaco, estrés) y las enfermedades cardiovasculares, fomentando los autocuidados cardiosaludables.
- ♥ Difundir en la población el rol de la enfermera de AP en la prevención y control de las enfermedades cardiovasculares.
- ♥ Concienciar de la importancia de los Cuidados Cardiovasculares Integrales (CcvI) a los profesionales de enfermería y demás profesionales sanitarios.

METODOLOGÍA

¿QUÉ HACER?

- 📌 Valoración del RCV partiendo del algoritmo de actuación (Anexo 2)
- 📌 Organización de espacios (mesas informativas y consultas de enfermería) dentro de los Centros de Salud.

Mesa informativa de captación

- Se recibe a las personas entre 40-65 años de ambos sexos que se acerquen, muestren interés o que se capten activamente.
- Se les informa sobre la actividad y se pregunta ¿Está interesada/o en participar en ella?
 - a) En caso negativo se entregan el folleto "Recomendaciones en autocuidados cardiosaludables" realizado por la Semap/REccAP y en colaboración con la Subdirección de Promoción. Prevención y Educación para la Salud, sobre estilos de vida (ejercicio, tabaco, alimentación, bienestar emocional)
 - b) En caso afirmativo se le planteará a la persona:
 - i. ¿Ha tenido algún IAM o ICTUS o es DM?. En caso afirmativo, se le entrega el folleto de autocuidados y se le invita a que acuda a su enfermera para que le realice un seguimiento para capacitarle en los autocuidados cardiosaludables.
 - ii. Se informa de la actividad, "...consiste en calcular su RCV.." Se le pedirá un CONSENTIMIENTO ORAL, informándoles de:
 1. Proceso de la actividad
 2. Se accederá a su historia clínica para comprobar la cifra de colesterol.
 3. Se remite a la consulta de enfermería asignada para la actividad.

En consulta de enfermería

El paciente permanecerá en la sala de espera y será llamado por la enfermera/estudiante/médico.

1. Se accederá a su historia clínica
2. Se medirá la TA, se preguntará consumo de tabaco.
3. Se mirará en la historia su última determinación de colesterol total, dentro de los últimos cinco años. Se le realizará la estratificación, utilizando la tabla de SCORE de bajo riesgo. **SE REGISTRARÁ EN LA HISTORIA SU SCORE.**
4. En caso de no constar cifras de Colesterol Total, se le preguntará si lo recuerda **SE CALCULARÁ EL SCORE PERO NO SE REGISTRA EN HISTORIA.**

5. En caso de no conocerlo, se le realizará un supuesto en la tabla, explicando los códigos de los colores. **NO SE LE HALLARÁ EL SCORE NI SE APUNTARÁ EN LA HISTORIA**
6. Posteriormente se le entregará el folleto de autocuidados. Se anotará en la casilla que se encuentra en la parte interior del folleto, el valor, en porcentaje, de su RCV (SCORE), explicándole el significado de dicho porcentaje.
7. Cuando el usuario tiene un RCV conocido:
 - a) Se debe de transmitir un consejo calmado y sin alarmismo, sobre las consecuencias y las implicaciones del RCV calculado, en su salud.
 - b) En caso de tener un RCV por encima del 5%, se le deriva a la enfermera, siempre y cuando no se esté controlando por parte de la enfermera y/o médico. En este caso, decirle que cuando esté citada en consulta le enseñe el folleto.
 - c) Los pacientes tendrán entre 3% y 5% (riesgo moderado), a ellos se les derivara a consulta de enfermería, ofreciendo consejos motivacionales para su autocuidado y el folleto de SEMAP/REccAP
 - d) En caso de tener un riesgo menor del 2%, dar consejo motivacional para el autocuidado y el folleto de autocuidados.
8. Los datos se irán recogiendo en la hoja de registro del centro (Anexo 1). Al final de la actividad se introducirán los datos en el enlace “Registro datos Actividad Comunitaria” habilitado en la <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/>
9. Así mismo, recordar la conveniencia de registrar la actividad en el aplicativo EpSalud, que se encuentra en la intranet de Saluda-Madrid, como actividad comunitaria. Para facilitararlo puedes consultar en la web <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/> “Ruta de registro en Epsalud”

Acciones alternativas opcionales de cada Centro de Salud

- **Proyección de un video** de contenidos cardiosaludables realizado por REccAP/SEMAP , que se puede descargar en la web <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/>
- **Sesiones informativas** (aprox. 15 minutos) en el Centro de Salud
 - a) Contenido de las sesiones: alimentación cardiosaludable, ejercicio, tabaco y bienestar emocional, etc.
- **Actividades comunitarias fuera del centro de salud:**
 - a) Acudir a mercados, centros comerciales, emisoras de radio, polideportivos etc. Se puede descargar en la web <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/> una presentación para difundirlo en el equipo de profesionales del centro de salud, con el fin de estimular dicha actividad fuera del centro. De esta forma, se llegaría a la población que no suele acudir al centro de salud.

¿CUÁNDO?

- ♥ 14 de Marzo, día Europeo de la Prevención del Riesgo Cardiovascular
- ♥ Se pondrán carteles y se entregarán octavillas en el Centro de Salud entre 10 y 15 días antes de la actividad comunitaria. Este año los centros no recibirán material de difusión, como en años anteriores. Se podrá utilizar materiales de años anteriores o descargarlo en la web <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/>
- ♥ Los folletos cardiosaludables se utilizarán sólo el día de la actividad (14 de Marzo) y previa/posteriormente como herramienta de apoyo educacional en las consultas de Enfermería/Medicina. Este año los centros no recibirán os folletos como en años anteriores. Se podrá utilizar folletos de años anteriores o descargarlo en la web <http://www.reccap.org/index.html> o <http://semap.org/grupos-de-trabajo/>. Para este año se ha realizado un folleto A4 para poder ser impreso en los centros de salud que pueda sustituir al cuadríptico de años anteriores.

¿CUÁNTO TIEMPO?

Recomendamos que cada centro dedique a dicha actividad 4h por turno.

- ♥ 4 horas por la mañana: 10-14h, adaptable a las necesidades de cada EAP
- ♥ 4 horas por la tarde: 16-20h, adaptable a las necesidades de cada EAP
- ♥ Tiempo aproximado por paciente: 15-20 min
 - a) Mesa informativa de captación: 2-3 minutos (captación activa, realizándose en la zona de administración, entrada, pediatría ...)
 - b) Consulta de enfermería/medicina 15-20 min (estratificación del riesgo cardiovascular, EpS individualizada, promocionar autocuidados, etc)

¿QUIENES?

- ♥ Se INFORMARÁ previamente a todo el equipo del centro de salud (reunión de equipo o mediante correo corporativo)
- ♥ Lo adecuado sería aproximadamente entre 4-6 personas por turno (mínimo 4 personas): 1 ó 2 alumnos de enfermería y 2 ó 3 profesionales sanitarios (enfermeras, auxiliares de enfermería ó médicos de familia). Necesidad de al menos 2 espacios (consultas de enfermería, salas, etc).
 - a) Mesa informativa de captación: enfermera y/o alumno
 - b) Consulta de enfermería/medicina: enfermera y/o alumno y/o profesional sanitario.
- ♥ Personas que organizan y se responsabilizan de la actividad:
 - a) Enfermera de REccAP y/ ó referente cardiovascular.

¿A QUIENES?

- ♥ A toda persona entre los 40-65 años, que esté interesada en conocer su RCV. A aquellas que ya hayan tenido un evento cardiovascular y/o DM no se le realizará el score, pero si le explicaremos y entregaremos el folleto de cuidados cardiovasculares y aplicaremos el protocolo de seguimiento.

NOS PROPONEMOS:

- a) Realizar la valoración del RCV entre 40-50 personas por Centro de Salud.
- b) La participación del mayor número de Centros de Salud de la Comunidad de Madrid.
- c) Poder lograr al menos 5.000 estratificaciones del RCV.

RECURSOS MATERIALES

- ♥ Material divulgativo
 - a) Carteles informativos de la actividad.
 - Se pegará un cartel, en el que aparecerá la fecha y el horario en la parte inferior derecha. Recomendamos se guarde para sucesivos años, que se pudiera realizar la actividad.
 - 3-5 por centro de salud, que se colocarán en zonas de paso (puerta principal, dentro del ascensor, etc).
 - b. Octavilla informativa
 - Se entregarán en las consultas, Unidad Administrativa unos días antes para informar a la población de la realización de la actividad.
 - Se colocarán en lugares visibles (mostrados administración, salas de espera, etc.
 - c. Folletos Cardiosaludables
 - Se entregarán en las consultas de Enfermería/Medicina al realizar la estratificación del RCV.
- ♥ Sistema de registro.
 - a. Se realizará en la historia clínica
 - b. Completar la hoja de registro del centro (Anexo 1), como apoyo para el posterior registro global en la web <http://reccap.semap.org/>
- ♥ Materiales
 - a. Las necesidades dependerán del número de consultas o mesas participen de forma paralela en cada centro de salud.
 - b. Tensiometro, ordenador, folletos de autocuidados, de estilos de vida, etc.



14 de Marzo 2018
Día Europeo de la Prevención
del Riesgo Cardiovascular

ANEXO 1

HOJA DE RECOGIDA DE DATOS

Dirección Asistencial _____ Centro de Salud _____

Profesionales que participan en la actividad

Enfermeras		Médicos de Familia (Mir, ...)	
Residentes Enfermería (EIRs)		Otros (Auxiliares Enf., Administrativos, Celadores)	
Estudiantes Enfermería			

Número de orden	Score %	Número de orden	Score %	Número de orden	Score %

POBLACION ADULTA (40-65 años)

