



CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

“Cuida tu corazón” 2024



OBJETO DE LA CAMPAÑA.

- ❖ La finalidad de este programa es la promoción y el cuidado de la salud a través de las pautas de profesionales sanitarios especialistas en la materia con el objetivo de conseguir un compromiso duradero de las personas con su calidad de vida.
- ❖ Aunque hay que actuar desde muchos ámbitos para luchar contra las enfermedades cardiovasculares, es el nivel preventivo el que puede lograr una mayor eficacia para disminuir la incidencia de las mismas.
- ❖ La actividad consiste en el asesoramiento personalizado sobre la probabilidad de accidente cardiovascular, teniendo en cuenta aspectos sobre sus hábitos en la vida diaria (alimentación, actividad física realizada) y de otras determinaciones, realizadas por el personal sanitario de FREMAP.
- ❖ Para la valoración del riesgo se utilizan las tablas REGICOR para la prevención primaria de la enfermedad coronaria. Estas tablas se han adaptado a las características de la población española, permitiendo estimar el riesgo de un acontecimiento coronario a 10 años considerando factores como la edad, presión arterial, colesterol y hábitos como el tabaquismo además de otros factores de riesgo.
- ❖ Al tratarse de una campaña de sensibilización, el objetivo será la reflexión y la orientación para la mejora de nuestras rutinas y hábitos eligiendo una forma de vida cardiosaludable, para lo cual, el equipo médico realizará las recomendaciones preventivas necesarias. No hay que olvidar que cada uno de los participantes son los que toman las decisiones orientadas a la mejora de su salud cardiovascular y en definitiva de su calidad de vida.

CONTENIDO Y FUNCIONAMIENTO.

- ❖ Para el desarrollo de la campaña se ha previsto que cada participante pase una entrevista inicial con una enfermera que iniciará la toma de datos sobre los parámetros de riesgo, mediante encuesta (hábitos de consumo de alcohol, tabaco, actividad física, conocimiento de su nivel de azúcar en sangre en los últimos seis meses...) y toma de datos sobre el IMC (peso, talla y perímetro de cintura), tensión arterial y colesterol (mediante el uso de tira reactiva).
- ❖ A partir de la información recopilada por la enfermera, se le entregará una ficha informativa a cada participante para que, a continuación, pueda analizarla de forma individual con un médico, que en función de los factores de riesgo identificados le informará sobre el nivel de riesgo que asume y las medidas que se deben adoptar para su corrección.
- ❖ Para el desarrollo de la campaña se desplazará un equipo sanitario: médico y enfermero.

- ❖ Considerando el carácter individual de la campaña, se procede a citar personalmente a cada uno de los participantes en el programa.
- ❖ Este programa no sustituye los controles establecidos por el programa de vigilancia de la salud, ni a la necesidad de acudir a su médico de cabecera.
- ❖ A cada uno de los participantes de este programa, se le facilitará la ficha del análisis de los factores de riesgo contemplados, su valoración y estimación del mismo, no quedando registro de la información sobre el contenido de las mismas.

LUGAR Y HORARIO.

	DIA	LUGAR
Facultad de Derecho y Ciencias Económicas y Empresariales	7 mayo	Aula 5 y Aula 8
Facultad de Ciencias del Trabajo	14 de mayo	Sala de Grados y Tutoría 1
Facultad de Medicina y Enfermería	28 de mayo	Seminario 7 y Sala de comisiones · Edificio Sur
Facultad de Filosofía y Letras	4 junio	Aula 20 y Aula 21
Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología	11 de junio	Seminario 9 y Seminario 10

❖ Día / hora: Según relación de citas.

Para concertar cita clicar en este enlace:

[https://app.bookitit.com/es/hosteds/widgetdefault/27ff1354373848e3cb2b055976a5cd6e6#se
rvices](https://app.bookitit.com/es/hosteds/widgetdefault/27ff1354373848e3cb2b055976a5cd6e6#se
rvices)

Para ampliar información ponte en contacto con el Servicio de Prevención y Protección:

Teléfono: 957218137, promosalud@uco.es.

