

Prevención de enfermedades cardiovasculares utilizando herramientas de la comunicación

4.0

Jordin Schneider Ortega Pabón

José Jolian Ospina Reyes

Katerine Rodríguez Pardo

Asesor

Claudia Patricia Serna Santamaria

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de las Salud – ECISA

Diplomado de Profundización Comunicación en Salud

2023

Resumen

En un grupo de enfermedades del sistema circulatorio encontramos: enfermedades isquémicas del corazón, enfermedades cerebrovasculares, enfermedades hipertensivas, enfermedades cardiopulmonares, insuficiencia cardiaca, enfermedades reumáticas cardíacas crónicas, aterosclerosis y paro cardíaco. Fuente: SISPRO, Tasa ajustada de mortalidad por grupos y subgrupos lista 6/67. Realizan divido en enfermedades del sistema circulatorio por género, mostrando que en hombres la tasa de mortalidad más común está relacionada con enfermedades isquémicas del corazón. En cambio, las enfermedades con menor tasa de mortalidad fueron paros cardíacos, aterosclerosis y enfermedades cardíacas reumáticas crónicas. En relación con las mujeres, según el análisis realizado, se observa que predominan las muertes por enfermedades del sistema circulatorio, especialmente por enfermedades isquémicas del corazón, con una tendencia al alza en comparación con el año anterior. En el 2020, se registró una tasa de 86,33 muertes por 100. En 2018, la tasa de mortalidad fue de 70,00 muertes por 100,000 hab., mientras que para 2019 fue de 73,55 muertes por 100,000 hab. ASIS 2022. Las enfermedades circulatorias tienen una alta incidencia de mortalidad a nivel mundial, con más de 17. 8M personas en todo el mundo. El 60% de la morbilidad en jóvenes (20-30 años) y más del 80% en personas mayores de 60 años. Además, las enfermedades del sistema circulatorio tienen la tasa más alta de muertes en el territorio con 131. Cundinamarca debe implementar programas para prevenir enfermedades coronarias y reducir morbilidad y mortalidad.

Por tanto, se concluye que las enfermedades crónicas o no transmisibles del sistema circulatorio son prevenibles en la adolescencia y juventud, y el estilo de vida adoptado en estas etapas afecta significativamente la salud en la adultez y vejez. Por tanto, es crucial implementar estrategias que fomenten la conciencia de los jóvenes sobre el autocuidado y hábitos saludables

para reducir la mortalidad por dichas enfermedades en Cundinamarca. La propuesta para la campaña de prevención de enfermedades isquémicas en jóvenes de Tocancipá se centrará en la utilización de tecnología, enfocada en la comunicación y salud 4.0.

Palabras clave: Enfermedades, Sistema, Tasa, Circulatorio, Habitantes, Muertes, Mortalidad.

Abstract

In a group of diseases of the circulatory system we find ischemic heart diseases, cerebrovascular diseases, hypertensive diseases, cardiopulmonary diseases, heart failure, chronic rheumatic heart diseases, atherosclerosis, and cardiac arrest. Source: SISPRO, Adjusted mortality rate by groups and subgroups list 6/67. They divide diseases of the circulatory system by gender, showing that in men the most common mortality rate is related to ischemic heart diseases. On the other hand, the diseases with the lowest mortality rate were cardiac arrests, atherosclerosis, and chronic rheumatic heart diseases. In relation to women, according to the analysis conducted, it is observed that deaths from diseases of the circulatory system predominate, especially from ischemic heart diseases, with an increasing trend compared to the previous year. In 2020, a rate of 86.33 deaths per 100 was recorded. In 2018, the mortality rate was 70.00 deaths per 100,000 inhabitants, while for 2019 it was 73.55 deaths per 100,000 inhabitants. ASIS 2022. Circulatory diseases have a high incidence of mortality globally, with more than 17.8M people worldwide. 60% of the morbidity in young people (20-30 years) and more than 80% in people over 60 years of age. In addition, diseases of the circulatory system have the highest death rate in the territory with 131. Cundinamarca must implement programs to prevent coronary heart diseases and reduce morbidity and mortality.

Therefore, it is concluded that chronic or non-communicable diseases of the circulatory system are preventable in adolescence and youth, and the lifestyle adopted in these stages significantly affects health in adulthood and old age. Therefore, it is crucial to implement strategies that promote young people's awareness of self-care and healthy habits to reduce mortality from these diseases in Cundinamarca. The proposal for the campaign to prevent

ischemic diseases in young people from Tocancipá will focus on the use of technology, focused on communication and health 4.0.

Keywords: Diseases, System, Rate, Circulatory, Inhabitants, Deaths, Mortality.

Tabla de Contenido

Introducción	8
Objetivos	9
Objetivos Específicos.....	9
Línea de Acción	14
Complicaciones de la Comunicación 4.0.....	14
Diseño Estrategias de Comunicación en Salud.....	16
Encuesta de Tamizaje Prevención de Enfermedades Cardiovasculares	16
Implementación Estrategias de Comunicación en Salud para Enfermedades Cardiovasculares...	18
Guía Informativa	19
Comic	19
Video Educativo.....	20
Conclusiones	22
Referencias Bibliográficas	23

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Tasa de mortalidad ajustada por edad para las enfermedades del sistema circulatorio en población total, Cundinamarca 2005 – 2020</i>	10
Figura 2 <i>Tips de Salud si Sufres de una Enfermedad Coronaria</i>	18
Figura 3 <i>Guía de Prevención, Enfermedades Cardiovasculares</i>	19
Figura 4 <i>Comic, Cuídate, Quiérete, Mejora tu Calidad de Vida</i>	20
Figura 5 <i>Video Educativo sobre Prevención de Enfermedades Cardiovasculares Publicado en Diferentes Redes Sociales</i>	21

Introducción

Los informes y análisis que se realizan a nivel de salud en cada uno de los departamentos de Colombia permiten una organización territorial importante y por ende ayudan a identificar las necesidades a las que la población más está expuesta, basándose en la calidad de vida y sus hábitos y estilos de vida saludables. Así mismo permite a los entes territoriales realizar el respectivo análisis de la información y crear estrategias que permitan disminuir o mitigar la incidencia de dicha enfermedad o factor, mejorando así la calidad de vida de los habitantes.

Una forma rápida y eficaz de dar a conocer a la población los resultados de dichos análisis es mediante las estrategias de comunicación 4.0 en la que toman la comunicación como un factor importante que influye de forma positiva en las diferentes comunidades. Es por esto que en este trabajo realizamos un análisis del índice de enfermedades del sistema circulatorio en el departamento de Cundinamarca y posteriormente se realiza una propuesta de comunicación 4.0 a través de un video interactivo enfocado en la promoción de estilos de vida saludables, y prevención de la enfermedad.

Objetivos

Objetivo General

Implementar una estrategia de comunicación 4.0 para prevenir enfermedades del sistema circulatorio en el departamento de Cundinamarca.

Objetivos Específicos

Promover la calidad de vida de las personas mediante estilos de vida saludables mediante estrategias de comunicación.

Dar a conocer las estadísticas analizadas por las entidades gubernamentales mostrando la preocupación por las altas tasas de mortalidad por enfermedades del sistema circulatorio en el departamento de Cundinamarca.

Generar conciencia a la comunidad sobre la importancia de los estilos de vida saludables mediante estrategias de comunicación 4.0

Contexto

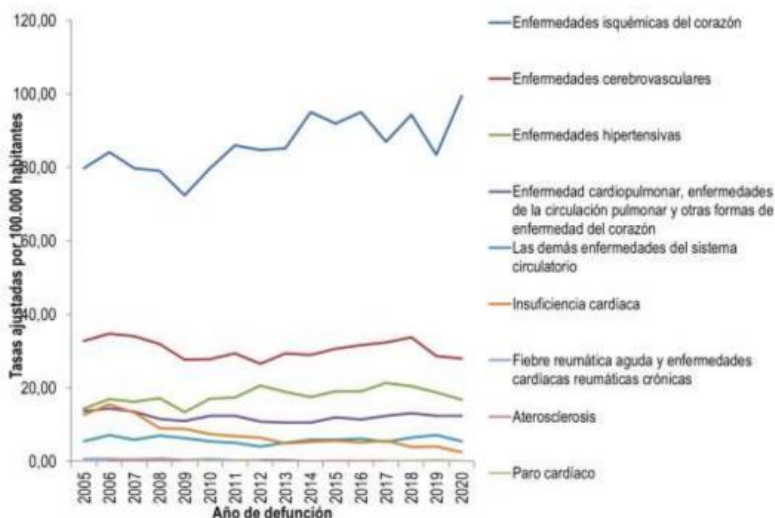
Departamento de Cundinamarca

De acuerdo con lo descrito en el análisis de situación en salud – ASIS del departamento de Cundinamarca entre el año 2019 y el 2022, evidenciaron un aumento significativo de 140.24 muertes por cada 100 mil habitantes en comparación al 2019 que se reportó una tasa de 132.37 muertes por cada 100.000 habitantes.

Dentro de las enfermedades del sistema circulatorio que presenta el ASIS, encontramos enfermedades como: enfermedades isquémicas del corazón, enfermedades cerebroculares, enfermedades hipertensivas, enfermedades cardiopulmonares, insuficiencia cardíaca, enfermedades reumáticas cardíacas crónicas, aterosclerosis y paro cardíaco.

Figura 1

Tasa de mortalidad ajustada por edad para las enfermedades del sistema circulatorio en población total, Cundinamarca 2005 – 2020



Nota. El grafico muestra la mortalidad de los habitantes del Departamento de Cundinamarca entre los años 2005 -2020, específicamente por enfermedades cardiovasculares. Tomado de Grupo de Profesionales de la Subdirección de Vigilancia en Salud Pública. (2022). ANÁLISIS DE SITUACIÓN DE SALUD (ASIS). https://drive.google.com/drive/folders/196eGFO_Th3Fb-0W8fYm-llp4gEB2xWUh

Además, realizan dividido en enfermedades del sistema circulatorio por género es decir enfermedades del sistema circulatorio en hombres y en mujeres, evidenciando que en los hombres la tasa de mortalidad más común está relacionada con las enfermedades isquémicas del corazón. En cambio, las enfermedades con menor tasa de mortalidad fueron los paros cardiacos, la aterosclerosis y las enfermedades cardíacas reumáticas crónicas.

En cuanto a las mujeres de acuerdo con el análisis realizado evidenciaron: “también predominan el grupo de muertes por enfermedades del sistema circulatorio, principalmente por enfermedades isquémicas del corazón con una tendencia oscilante y con tendencia al aumento con respecto al año anterior. Para el 2020 se registró una tasa de 86,33 muertes por 100.000 habitantes, mientras que para el 2019 fue de 73,55 muertes por 100.000 habitantes.” ASIS 2022.

Las enfermedades circulatorias tienen una incidencia mayor de muerte a nivel mundial, con una cantidad de más de 17.8 millones de personas en todo el mundo. De acuerdo a informes de la organización mundial de salud (OMS), las condiciones que generan riesgo de las enfermedades coronarias son los siguientes: tabaquismo, presión arterial alta, tabaquismo, obesidad, contaminación del aire, alimentación que no es saludable, sedentarismo, consumo excesivo de alcohol y colesterol, además del LDL elevado. Los factores que se mencionaron anteriormente son de riesgos que pueden ser prevenibles y controlables en la mayoría de los casos, con la realización de hábitos saludables, por lo cual se puede decir que un adecuado planteamiento para promocionar estilos de vida que son muy favorables y saludables puede llevar a un buen camino a salvar millones de personas y al reducir la incidencia de las enfermedades. Por lo cual, un buen programa de comunicación para reducir este tipo de enfermedades se debe enfocar en que las personas aprendan la importancia de tener hábitos y

estilos de vida saludable y así, evitar en el futuro cercano, aparezcan enfermedades del sistema coronario.

En el departamento de Cundinamarca, lo que se plantea el Plan Territorial de Salud, la morbilidad de un territorio entre los años 2009 y 2018, está liderado por enfermedades no transmisibles y capitaneadas por las enfermedades crónico-degenerativas, como: coronarias, diabetes, cáncer de mama, útero y próstata. Las enfermedades previamente mencionadas representan el 60% de la morbilidad de la población joven en el territorio (entre 14 y 26 años) y más del 80% de la morbilidad de la población de personas (mayores de 60 años). Además, las enfermedades que son del sistema circulatorio tienen el primer puesto en causa de muerte en el territorio, con una tasa de 131.5 decesos por cada 100.000 habitantes. Por tanto, es necesario que en el departamento de Cundinamarca se implementen programas que sean dirigidos a la prevención de enfermedades coronarias para bajar y reducir la morbilidad y mortalidad que se encuentra dentro del territorio.

Por lo anteriormente mencionado, se ha podido determinar que la gran mayoría de enfermedades crónicas o no transmisibles como las del sistema circulatorio son prevenibles en las etapas de adolescencia y juventud pues el estilo de vida que se adapta o se implementa en estas etapas de la vida depende en gran medida la salud en la mayoría de esa como lo es la adultez y vejez, por tal motivo es importante el acondicionamiento de estrategias y objetivos que ayuden a concientizar a los jóvenes sobre temas que son necesarios como lo son el autocuidado y hábitos saludables con la finalidad de disminuir la mortalidad en el departamento de Cundinamarca por este tipo de enfermedades.

La metodología que se va a usar para la propuesta sobre una alternativa de comunicación para la campaña de prevención de enfermedades isquémicas en la población joven de la ciudad

de Bogotá va a ser usando la tecnología, basada en la salud 4.0. y la teoría de cambio de comportamiento: Psicología Conductual de la Comunidad. En esta metodología se va a estudiar los hábitos saludables que tiene la población joven del territorio y como estos influyen en la aparición de las enfermedades coronarias e isquémicas. A partir de la información se diseñará las campañas de comunicación usando la tecnología y redes sociales, para llegar a la mayor audiencia joven y se permita la participación ciudadana en la campaña de comunicación:

Línea de Acción

Fomentar espacios de participación social en ambientes lúdicos y recreativos de forma gratuita como aeróbicos al parque, ciclovía, además realizando campañas que estimulen a las personas a participar en dichas campañas de forma segura, teniendo la confianza que van a tener a disposición asistencia médica gratuita en caso de ser necesario.

Compañías en medios de comunicación (internet, televisión, radio) que promueven los hábitos saludables dirigida específicamente a las personas con enfermedades circulatorias.

Realizar en hospitales y clínicas jornadas gratuitas de diagnóstico para enfermedades circulatorias ya que a veces las personas presentan dificultades en cuanto al acceso de salud y desde el área de salud pública se puede garantizar la oportunidad en diferentes diagnósticos, un ejemplo claro de ello son las campañas de vacunación que se realizan puerta a puerta, y que buscan que los niños y adultos mayores de veredas y corregimiento tengan mayor accesibilidad a dichos programas, mejorando así la calidad de vida de las personas.

Fomentar las estrategias que permitan mejorar y fomentar los espacios de comunicación de mensajes y metodologías enfocadas en la prevención de enfermedades cardiovasculares

Desarrollar y fomentar estrategias de educación y comunicación que permitan la movilización. Social con el enfoque para la promoción de estilos de vida saludable.

Impulsar los espacios de promoción de la salud física en escenarios educativos, sociales y laborales.

Promover la dieta saludable a través de conversatorios y/o mesas redondas educativas de libre acceso para la población con apoyo de personal en salud.

Complicaciones de la Comunicación 4.0

No hay el personal suficiente para la implementación de la comunicación en tecnología

Es muy costoso implementar la comunicación 4.0 por lo cual es muy difícil realizarla

Vulnerabilidad en la red, no hay estabilidad, no hay red en todas las zonas que se quiere llegar y

se presenta interferencias para la comunicación no hay desarrollo en ciertas zonas para la

implementación

Diseño Estrategias de Comunicación en Salud

Para la estrategia de comunicación en salud, se va a usar la propuesta de dos modelos unilineal y dialógico, con el cual vamos a llegar a un público mayor de lo esperado, por este motivo se va a implementar una herramienta (encuesta) con el fin de saber qué tipo de hábito está manejando el público objetivo, se compartirá por medios digitales el link de la encuesta con conocidos y amigos que se encuentren dentro de las edades de 20 y 30 años en la zona de Tocancipá para centrarnos en una zona específica y así tener el piloto para comenzar con el resto de municipios del departamento de Cundinamarca. Una vez se tengan los resultados y, realizado su respectivo análisis se iniciará la campaña en redes sociales como YouTube, Facebook, Instagram, Tik Tok, teniendo en cuenta que este tipo de población pasa mucho tiempo en este tipo de plataformas y va a ser una forma fácil de captar su atención a este público de una manera masiva.

La campaña se basará en la creación de carteles informativos como lo son infografías y videos que den información a la población en temas sobre autocuidado por medio de la aplicación de hábitos saludables con temas como alimentación, ejercicios, con el fin de crear conciencia en este tipo de población sobre la importancia de implementar hábitos en sus vidas y haciendo énfasis en que la mayoría de enfermedades crónicas como la hipertensión arterial se pueden prevenir con solo hacer pequeños cambio en los hábitos.

Encuesta de Tamizaje Prevención de Enfermedades Cardiovasculares

Con estas preguntas podemos llegar a las personas del municipio de Tocancipá para saber si tienen los cuidados adecuados y así prevenir enfermedades cardiovasculares y realizar las actividades de campaña e implementación de los hábitos saludables como es comer alimentos bajos en azúcares, carbohidratos y grasas con lo cual tenemos pensado realizar por medio de la

comunicación 4.0 enviar la información de manera masiva en las plataformas tiktok, YouTube, Facebook entre otras y así llegar más rápido a las personas que queremos pasar la información.

¿Usted sabe que es una enfermedad coronaria (corazón)? SI_____ NO_____

¿Sabe usted que hacer para prevenir las enfermedades del corazón? SI_____ NO_____

¿Sabe cuantas veces a la semana tiene que hacer ejercicio para prevenir enfermedades del corazón? SI_____ NO_____

¿Sabe qué tipo de dieta debe seguir para evitar las enfermedades Cardiovasculares? SI____
NO_____

¿Asiste a chequeos médicos para saber la condición de su corazón? SI_____ NO_____

¿Sabe por qué medios se puede informar para prevenir enfermedades del corazón?
SI_____ NO_____

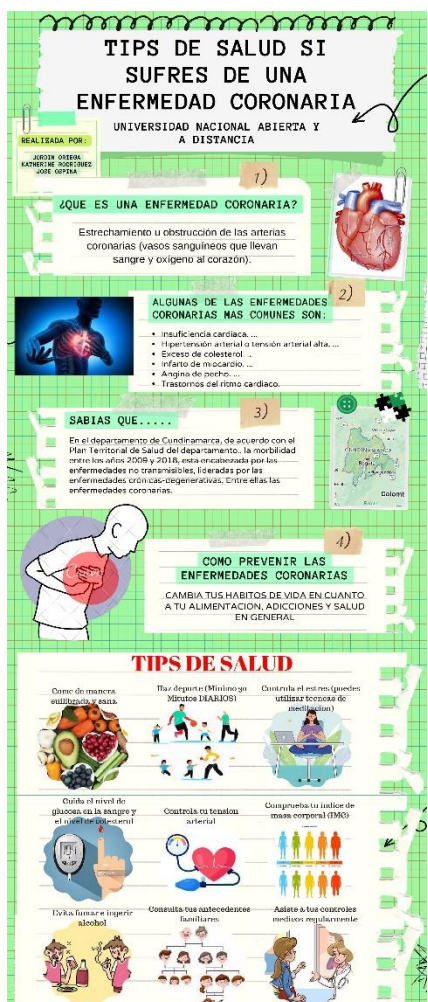
Implementación Estrategias de Comunicación en Salud para Enfermedades

Cardiovasculares

Con los siguientes enlaces se quiere dar la información sobre enfermedades cardio vasculares por medio de la comunicación 4.0 que son las plataformas de redes sociales y así llegar más rápido a las personas

Figura 2

Tips de Salud si Sufres de una Enfermedad Coronaria



Guía Informativa

Esta guía se hace con el fin de prevenir enfermedades y las personas pueda cuidarse con hábitos alimenticios sanos y combinado con ejercicio.

Figura 3

Guía de Prevención, Enfermedades Cardiovasculares



Comic

Caricatura sobre los sellos negros en los alimentos ultra procesados, se realiza con el fin de dar conciencia a la gente sobre lo que quiere indicar estos sellos ya que no son buenos para el consumo y la salud de las personas.

Figura 5

Video Educativo sobre Prevención de Enfermedades Cardiovasculares Publicado en Diferentes Redes Sociales



Conclusiones

El uso de estrategias de comunicación sanitaria resulta prometedor en la prevención de enfermedades cardiovasculares. Informes recientes han propuesto una variedad de recomendaciones de salud pública relacionadas con la Comunicación 4.0 que tienen un impacto potencial significativo, como controlar la ingesta de sodio en la dieta e implementar medidas de control del tabaquismo.

Referencias Bibliográficas

- Bautista, N. (subdirectora de Enfermedades No Transmisibles). (2021). Enfermedades No Transmisibles. Evite las enfermedades cardiovasculares con hábitos saludables. Ministerio de salud. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Evite-las-enfermedades-cardiovasculares-con-habitos-saludables.aspx>
- Bruno, D., & Demonte, F. (2015). Comunicación y salud en América Latina: Un panorama de las perspectivas, los itinerarios teórico-prácticos y los desafíos actuales. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/69795>
- Mesias Hidalgo-Cajo, I; Hidalgo-Cajo, B; Hernández-Batista, S; Hidalgo-Cajo, D; & Latorre-Benalcázar, N. (2020). Uso y análisis estadístico de las tecnologías de la información y comunicación en salud. Revista Boletín Redipe, 9(3), 181–189. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.36260/rbr.v9i3.944>
- Ortega. J, Rodriguez. K, & Ospina.J. (2023). Tips de salud si sufres de una enfermedad coronarias. Canva. https://www.canva.com/design/DAF0qW7_G1c/_X1q1Yu6u4qUKKrfstczxA/edit?utm_content=DAF0qW7_G1c&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton
- Ortega. J, Rodriguez. K, & Ospina.J. (2023). Guía de prevención enfermedades Cardiovasculares. Canva. https://www.canva.com/design/DAF2KkMRbHk/qq9vWzo7RiSB8AQg6S7WGw/edit?utm_content=DAF2KkMRbHk&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Ortega. J, Rodriguez. K, & Ospina.J. (2023). Cuídate, quiérete, mejora tu calidad de vida. Canva.

https://www.canva.com/design/DAF2QHGrZK8/gvn2R9sjweGyulkGd5DmUA/edit?utm_content=DAF2QHGrZK8&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Rodríguez. K. (2023, 06 de diciembre). *Prevención enfermedades cardiovasculares* [video].

Youtube. https://youtu.be/_RyAdrZ5ef4?si=Nb_0V7hGQeO5hDfz