

## “Detección del riesgo cardiovascular, promoción de la actividad física y prescripción del ejercicio en el grupo de trabajadores del Hospital Cardiovascular del Niño de Cundinamarca”

Rincón, Emerson J. Parra, Héctor A  
Hospital Cardiovascular del Niño de Cundinamarca

### Introducción

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de morbi-mortalidad en el mundo, y en Colombia no es la excepción. Por tanto, Se hace perentoria la identificación de los factores de riesgo cardiovascular. En nuestro estudio particularmente el riesgo cardiovascular de los trabajadores del Hospital Cardiovascular del niño de Cundinamarca (HCC). Una vez establecido estos riesgos se instauraron políticas en educación en salud y el fomento de la actividad física dirigida.

### Objetivo

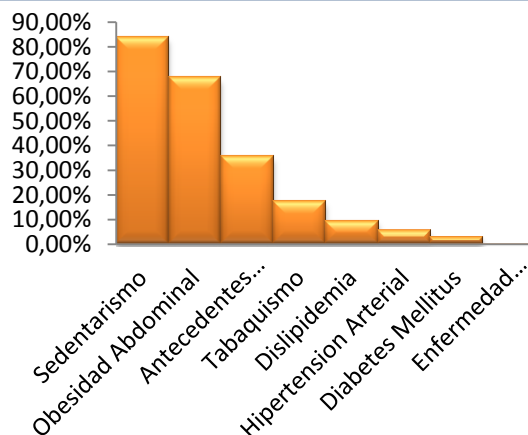
Realizar la detección de los factores de riesgo cardiovasculares en los empleados del hospital cardiovascular del niño de Cundinamarca (HCC), generar políticas en educación y prescripción del ejercicio para todo el personal.

### Métodos

Se estudiaron los factores de riesgo cardiovascular en el personal del Hospital cardiovascular del niño de Cundinamarca (HCC). En el 82% de la población total que se presentaron al estudio en forma voluntaria mediante un instrumento de evaluación tipo encuesta. Se trato de encontrar en nuestra muestra los factores de riesgo modificables y no modificables en toda la población.

### Resultado

- ❖ El sedentarismo es el principal factor de riesgo cardiovascular, seguido de la obesidad y los antecedentes familiares en los trabajadores del HCC.
- ❖ 4 Factores de riesgo cardiovasculares modificables se encuentran dentro de los 5 primeros riesgos.
- ❖ El sedentarismo, la obesidad abdominal y los antecedentes familiares, predomina mas en las mujeres que el los hombres trabajadores del HCC.
- ❖ El tabaquismo es mayor en el personal de enfermería.



### Conclusiones

La identificación de los factores de riesgo cardiovascular de la población trabajadora del HCC, llevó al conocimiento de las necesidades reales y urgentes de dicha población. Por lo que se realizaron estrategias de educación en salud y la instauración de un programa dirigido de actividad física, lo cual genero un impacto significativo en hábitos de vida saludable, disminución del habito del tabaco, contribuyendo a minimizar la probabilidad de presentarse enfermedades crónicas no trasmisibles en nuestra población.

**Palabras claves:** riesgo cardiovascular, estrategias de educación y actividad física