



14 de Marzo 2020
Día Europeo de la Prevención
del Riesgo Cardiovascular

PROTOCOLO 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 la escala SCORE.
- ♥ Dar a conocer a la población la estrecha relación existente entre el estilo 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 1)
- ♥ 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 40-70 años de ambos sexos que se acerquen, muestren interés o que se capten activamente.
- Se les informa sobre la actividad y se les 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 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 entregará el folleto de autocuidados y se le invitará a que acuda a su enfermera para que le realice un seguimiento para capacitarle en los autocuidados cardiosaludables.
 - ii. Se informará 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 le remitirá 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 REGISTRARÁ EN HISTORIA.**
5. En caso de no conocerlo, se le realizará un supuesto en la tabla, explicándole los códigos de 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 derivará a la enfermera, siempre y cuando no se esté controlando por parte de su enfermera y/o médico. En este caso, se le indicará, que cuando esté citada en consulta, le enseñe el folleto.
 - c) Los pacientes que tengan entre 3% y 5% (riesgo moderado), se le derivará 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. 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 “Ruta de registro en Epsalud” de la web <http://reccap.semam.org/>

Otras acciones opcionales de cada Centro de Salud

- **Proyección de un video** de contenidos cardiosaludables realizado por RECCAP/SEMAM , que se puede descargar en la web <http://reccap.semam.org/>
- **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://reccap.semam.org/> 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?

- 📅 Este año 2020 sería el **viernes 13 o lunes 16 de Marzo**. Se decidirá a criterio del Centro de Salud.
- 📅 Se pondrán carteles en el Centro de Salud entre 10 y 15 días antes de la actividad comunitaria.

¿CUÁNTO TIEMPO?

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

- ♥ 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 entre 4-6 personas aproximadamente por turno (mínimo 4 personas): 1 ó 2 estudiantes de enfermería y 2 ó 3 profesionales sanitarios (enfermeras, EIRs, 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 estudiante
 - b) Consulta de enfermería/medicina: enfermera y/o estudiante 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 40-70 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.

RECURSOS MATERIALES

- ♥ Material divulgativo
 - a) Carteles informativos de la actividad.
 - Se pegará un cartel, en el que aparecerá la fecha y el horario.
<http://reccap.semam.org/>
 - 3-5 por centro de salud, que se colocarán en zonas de paso (puerta principal, dentro del ascensor, etc).
 - b. Folletos
 - Como material de apoyo en las consultas al realizar la estratificación del RCV, se podrá folletos de años anteriores o descargar un Flyers-Folleto (DIN 4) en la web <http://reccap.semam.org/>
- ♥ Sistema de registro.
 - a. Se realizará en la historia clínica

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.

POBLACION ADULTA (40-65 años)

