

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 1 de 14

SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DEL RIESGO CARDIOVASCULAR

SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER

ASESORADO POR POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A

ASESORADO POR:



ROLAND FERNELL ROJAS GONZALEZ

Médico Especialista en Salud Ocupacional Resolución 12700 del 2017

BOGOTÁ, marzo 2024

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 2 de 14

INTRODUCCION

Las Enfermedades Cardiovasculares son la primera causa de muerte en personas mayores de 45 años en el mundo, por lo que es necesaria la implementación de actividades e intervenciones que contribuyan a la detección y diagnóstico temprano de estos padecimientos. Para los servidores públicos de la **SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER**, la prevalencia de estas patologías es significativa, de allí, la importancia de identificar y clasificar el riesgo de esta población de sufrir episodios o eventos cardiovasculares que puedan generar complicaciones y en el peor de los casos, algún tipo de discapacidad.

Para el diseño de las actividades e intervenciones en salud de esta población, se llevará a cabo un cálculo del Riesgo Cardiovascular con la información obtenida a través de una Prueba tamiz en Riesgo Cardiovascular básica y de los resultados de los Informes de Condiciones de Salud de los exámenes Ocupacionales (ingreso, periódicos, post incapacidad) realizados a los servidores públicos de la empresa.

De acuerdo con esta información, el SVE se enfoca en la detección y seguimiento del riesgo cardiovascular; la medición del riesgo es una de las mejores maneras de establecer un orden de prioridades dentro de la prevención cardiovascular, ya que permite un manejo adecuado de los recursos, en torno a la población de alto riesgo, que es la que más se beneficia de las actividades en salud. Dentro de los propósitos más importantes del programa es detectar servidores públicos diagnosticados y aquellos asintomáticos con factores que puedan generar riesgo de enfermar y sufrir de eventos cardiovasculares, a través de diferentes vías y estrategias de captación, con el objetivo de realizar un plan terapéutico adecuado de acuerdo con los factores de riesgo identificados; este manejo se realiza de forma integral a través del médico asesor y los servicios médicos de cada trabajador; con un seguimiento y control de las intervenciones formuladas dentro de ese plan, contribuyendo a la disminución del riesgo en los servidores públicos.

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 3 de 14

JUSTIFICACION

Las enfermedades cardiovasculares representan un factor de riesgo importante teniendo en cuenta las condiciones de vulnerabilidad de la población de las servidoras públicas de la **SECRETARÍA DISTRITAL DE LA MUJER**. en Colombia son una verdadera amenaza para la salud de la población hasta el punto de ser responsables de aproximadamente la mitad de las defunciones superando los fallecimientos por cáncer y enfermedades infecciosas; Colombia en su condición de país en vía de desarrollo no escapa a esta realidad universal y por tanto es necesario que en forma temprana se consoliden programas de sensibilización y control frente a esos reconocidos factores de riesgo.

Las enfermedades cardiovasculares son causa importante de morbi-mortalidad en la población general, por lo tanto es importante desarrollar un programa de prevención de tales enfermedades, con el fin de evitar, controlar y minimizar los efectos que estas patologías producen en el individuo que depende de los factores de riesgo cardiovascular, algunos de estos factores de riesgos pueden ser modificables y otros no, dentro de los factores más importantes tenemos: el tabaco, la hipertensión arterial, el colesterol y la diabetes; otros factores de riesgo que también influyen en el riesgo cardiovascular son, la edad, género, antecedentes familiares de enfermedades cardiovasculares, obesidad, sedentarismo y el consumo excesivo de alcohol.

Cuando aparecen varios factores de riesgo, aunque estos no sean de mucha intensidad, la probabilidad de sufrir esas enfermedades es mayor que cuando se tiene un solo factor de riesgo. Por ello es fundamental controlar o evitar dichos factores de riesgo para así disminuir el riesgo de presentar eventos de origen cardiovascular en la población laboral de la empresa

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 4 de 14

1. OBJETIVOS

1.1. OBJETIVO GENERAL

Definir los lineamientos del Sistema de vigilancia epidemiológica para la prevención riesgo cardiovascular, mediante la aplicación de una metodología que permita identificar, hacer seguimiento e intervención de los factores asociados a este riesgo que afectan la salud y bienestar de la población trabajadora, con el fin de disminuir la prevalencia e incidencia de patologías de enfermedad cardiovascular (EC) sus complicaciones y episodios asociados, tanto en la población diagnosticada, como en la población en riesgo.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar seguimiento de las condiciones de las funcionarias identificadas con riesgo cardiovascular producto de los exámenes médicos ocupacionales
- ✓ Identificar la presencia de factores de riesgo modificables para la salud de las funcionarias e implementar estrategias para disminuir la incidencia de enfermedades cardiovasculares.
- ✓ Promover hábitos de vida saludables y factores protectores en servidoras/es públicos asintomáticos con riesgo elevado de sufrir enfermedad cardiovascular.
- ✓ Intervenir tempranamente los factores de riesgo que pueden ocasionar complicaciones, tanto en las funcionarias de alto, como de bajo riesgo.

2. ALCANCE

Este Sistema de vigilancia está destinado a todas las servidoras(es) públicas y contratistas de la SECRETARIA DISTRITAL DE LA MUJER haciendo énfasis en el autocuidado y la promoción de condiciones, estilos y modos de vida saludable.

3. DEFINICIONES

- ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR: todo tipo de enfermedades relacionadas con el corazón o los vasos sanguíneos, (arterias y venas). Este término describe cualquier enfermedad que afecte al sistema cardiovascular, es utilizado

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 5 de 14

comúnmente para referirse a aquellos relacionados con la arteriosclerosis (enfermedades en las arterias). Estas condiciones tienen causas, mecanismos, y tratamientos similares. En la práctica, las enfermedades cardiovasculares son tratadas por cardiólogos, cirujanos cardiorácicos, (cirujanos vasculares), neurólogos, y radiólogos de intervención, dependiendo del sistema y órgano tratado.

- **FACTOR DE RIESGO MODIFICABLE:** Son aquellos que pueden ser corregidos o eliminados a través de cambios en el estilo de vida: Dislipidemias, Hipertensión arterial, Sedentarismo, Tabaquismo, Obesidad, Diabetes, Estrés.
- **FACTORES NO MODIFICABLES:** Son constitutivos de la persona, siempre tendrá ese factor de riesgo y no es posible revertirlo o eliminarlo como el género, etnia, historia familiar y la edad.
- **HIPERTENSIÓN ARTERIAL:** Elevación de las cifras tensionales por encima de los valores normales establecidos, la cual puede tener diferentes causas siendo la más frecuente la idiopática.
- **DIABETES:** Es una enfermedad que se produce cuando el páncreas no puede fabricar insulina suficiente o cuando ésta no logra actuar en el organismo porque las células no responden a su estímulo.
- **IMC:** Es la relación entre la masa corporal de una persona y su estatura. Según los valores propuestos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el IMC uno de los principales recursos para evaluar el estado nutricional.
- **FUMADOR:** Según la OMS, un fumador es una persona que ha fumado diariamente durante el último mes cualquier cantidad de cigarrillos, incluso uno.
- **ALCOHOLISMO:** Es una enfermedad que consiste en padecer una fuerte necesidad de ingerir alcohol etílico, de forma que existe una dependencia física del mismo, manifestada a través de determinados síntomas de abstinencia cuando no es posible su ingesta. El alcohólico no tiene control sobre los límites de su consumo y suele ir elevando a lo largo del tiempo su grado de tolerancia al alcohol.
- **COLESTEROL:** Sustancia grasa natural presente en todas las células del cuerpo y es fundamental para el normal funcionamiento del organismo.

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 6 de 14

- **DISLIPIDEMIAS:** Las Dislipidemias son un conjunto de patologías caracterizadas por alteraciones en la concentración de lípidos sanguíneos en niveles que involucran un riesgo para la salud: Comprende situaciones clínicas en que existen concentraciones anormales de colesterol total, colesterol de alta densidad (HDL), colesterol de baja densidad (LDL) y/o triglicéridos. Las dislipidemias constituyen un factor de riesgo mayor y modificable de enfermedad cardiovascular, en especial coronaria

4. MARCO LEGAL

NORMA	TEMA
Ley 100 de 1993	Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dictan otras disposiciones.
Resolución número 2346 de Julio 11 de 2007 del Ministerio de la Protección Social.	Por la cual se regula la práctica de evaluaciones médicas ocupacionales y el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales.
Resolución 1918 de 2009	Por la que se reglamenta la contratación y costo de las valoraciones médicas ocupacionales y evaluaciones complementarias, a cargo del empleador en su totalidad. Define la custodia de las historias clínicas y su conservación a cargo del prestador de servicios de salud.
Ley 1355 de 2009	Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a ésta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención.
Decreto 1443 de 2014	Por medio del cual se dictan disposiciones para la implementación del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST).
Decreto 1072 de 2015	Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo
Resolución 0312 de 2019	Por la cual se definen los Estándares Mínimos del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo para empleadores y contratantes.

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 7 de 14

4. RESPONSABILIDADES

4.1. ALTA DIRECCIÓN

- ✓ Asignar los recursos necesarios para la implementación del Sistema de vigilancia para la prevención epidemiológica cardiovascular.
- ✓ Promover la participación de las funcionarias y contratistas en las actividades del Sistema de vigilancia para la prevención epidemiológica cardiovascular.

4.2. RESPONSABLE DEL SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO.

- ✓ Coordinar la implementación, seguimiento y resultados periódicos del Sistema de vigilancia para la prevención epidemiológica cardiovascular.
- ✓ Hacer seguimiento a las actividades realizadas en el marco del Sistema de Prevención Cardiovascular.
- ✓ Programar la realización de exámenes médicos ocupacionales y paraclínicos acorde al profesigramas.
- ✓ Monitorear que las colaboradoras incluidas en el sistema de prevención epidemiológica cardiovascular asistan y cumplan los controles a los cuales se programan.

4.3 SERVIDORES Y CONTRATISTAS.

- ✓ Participar en las actividades del Sistema de Prevención del Riesgo Cardiovascular y las establecidas por el SG-SST.
- ✓ Asistir de manera cumplida a los exámenes ocupacionales periódicos
- ✓ Cumplir con las recomendaciones y medidas de autocuidado de su salud– autogestión.
- ✓ Acatar las sugerencias y recomendaciones del equipo interdisciplinario de salud y seguridad en el trabajo.

5. CATEGORIZACION DEL RIESGO CARDIOVASCULAR

El Sistema de vigilancia para la prevención epidemiológica cardiovascular, tiene unas bases fundamentalmente preventivas. Su enfoque se basa en las guías y consensos para Enfermedades No transmisibles de la OMS/OPS.

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 8 de 14

5.1 ESTRATIFICACIÓN DEL RIESGO:

Resultante de las valoraciones médico ocupacionales en donde se incluye los resultados de laboratorios, se realizará la estratificación del riesgo teniendo en cuenta los siguiente:

Tabla 1. Categorización del riesgo cardiovascular.

CRITERIOS	RIESGO CALCULADO	RIESGO DE EVENTO CORONARIO
1.Enfermedad Cardiovascular asociada a diabetes Mellitus 2.Evento coronario evento agudo 3.Enfermedad coronaria 4.Diabetes mellitus tipo 2 5.Enfermedad aterosclerótica no coronaria 6.Dislipidemia aterogénico prematura	>20%	RIESGO ALTO
1.LDL > 160 MG/DL en pacientes sin factores de riesgo 2. Paciente con 2 o más factores de riesgo 3.Historia familiar de enfermedad coronaria prematura o factores de riesgo no controlados 4. Diabetes Mellitus tipo I	10-20%	RIESGO MODERADO
1. Factor de riesgo cardiovascular mayor	< 10%	RIESGO BAJO

	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 9 de 14

5.2. METAS DE CONTROL SEGÚN EL RIESGO:

Tabla 2. Niveles normales y anormales.

COLESTEROL TOTAL (mlg/dl)	
Menos de 200 mg/dl	Normal
Entre 200 y 239 mg/dl	Límite superior Normal
240 mg/dl o mas	Riesgo alto
COLESTEROL LDL (mlg/dl)	
Menos de 100mg/dl	Optimo
Entre 100 129 mg/dl	Casi Optimo
Entre 130 y 159 mg/dl	Límite superior
Entre 160 y 189	Alto
Mayor de 190 mg/dl	Muy alto
COLESTEROL HDL (mlg/dl)	
Menor de 60 mg/dl	Riesgo alto
Factor de protección	Igual o mayor a 60
TRIGLICERIDOS (mlg/dl)	
Entre 150 y 199 mg/dl	Aceptable
Mayor de 200 mg/dl	Riesgo alto

SINDROME METABOLICO
Perímetro Abdominal en hombres mayor a 90 cm y mujeres mayor a 80 cm, asociado a dos de los siguientes: Hipertensión arterial, Triglicéridos mayor a 150 mlg/dl, HDL < 40 mlg/dl en hombres y < 50 mlg/dl en mujeres.

A continuación, se presenta la Tabla para la medición del riesgo teniendo en cuenta la presencia o no de factores de riesgo, este se suma en forma aritmética (teniendo en cuenta restar los puntos con signo negativo), Obtenido el total de puntos, se determina la presencia de riesgo Metabólico

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 10 de 14

Tabla 3. Clasificación de Riesgo metabólico

RIESGO METABOLICO			
FACTOR DE RIESGO	DEFINICIÓN	PUNTOS	
Obesidad de predominio Abdominal	Relación cintura/cadera 0.9 en hombres y 0.85 en mujeres, IMC > 30 y circunferencia abdominal aumentada (>90 en hombre y >80 en mujeres).	1	El síndrome metabólico es positivo si el total es mayor o igual a 3
Triglicéridos.	> 150 mg/dl	1	
Colesterol HDL	Mujeres: < 40mg/dl	1	
	Hombres: <50mg/dl	1	
Tensión arterial	>130/85mg/dl	1	
Glicemia Basal	>110mg/dl	1	
2h post carga de glucosa	>140mg/dl	1	

Una vez identificado el nivel de riesgo al que pertenece el colaborador, debe retroalimentarse al mismo sobre las intervenciones a realizar y las metas propuestas para dicho riesgo.

6. CRITERIOS DE INCLUSIÓN EN EL SVE

Se tomará como fuente de información las recomendaciones y análisis que se obtengan de las evaluaciones médicas ocupacionales periódicas, en los que se deberá indagar como mínimo por las siguientes variables, estimando que la presencia de por lo menos uno de estos riesgos, indica algún nivel de riesgo metabólico para desarrollar enfermedad cardiovascular.

6.1. FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Las enfermedades cardiovasculares tienen un origen multifactorial, por lo tanto, un factor de riesgo debe ser considerado en el contexto de los otros. Los factores de riesgo cardiovascular se dividen en 2 grandes grupos

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 11 de 14

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR		
Factores de riesgo mayores.	* Edad	NO MODIFICABLES
	*Sexo	
	*Etnia	
	*Antecedentes personales de ECV.	
	*Antecedentes familiares de ECV, en primer grado de consanguinidad.	
Factores de riesgo condicionantes.	*Tabaquismo	MODIFICABLES
	*Hipertensión Arterial	
	*Diabetes	
	*Dislipidemia	
	*Obesidad	
	*Obesidad Abdominal	
	*Sedentarismo	
	*Colesterol HDL < 40 mg/dl	
	*Triglicéridos > 150 mg/dl	

6.2. FUENTE DE INFORMACIÓN

GÉNERO	CANTIDAD	%
Femenino	144	87%
Masculino	20	12,2%.
CONSUMO DE ALCOHOL	CANTIDAD	%
No Consume	116	70.3%
Ocasional	49	30%
CONSUMO DE TABACO	CANTIDAD	%
Fumador	12	7.2%
No fuma	153	93%
ACTIVIDAD FISICA	CANTIDAD	%
Si practica	77	46.6%
No practica	88	53.3%
DIAGNOSTICOS	CANTIDAD	%
Sobrepeso	64	39.7%
Obesidad Grado I	14	8,5%
Obesidad Grado II	4	2.4%
Alteraciones del perfil lipídico	54	11%
Hipertensión Arterial	5	3.2%

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 12 de 14

Se tomó la información de las Servidoras/es públicos que se realizaron exámenes en la IPS Medical Protection

6.3. NIVELES DE INTERVENCIÓN SEGÚN RIESGO

RIESGO	INTERVENCIÓN	ACTIVIDADES	PERIODICIDAD
Riesgo alto	Intervención 1	Remisión a EPS y seguimiento. Definición de metas. Laboratorios control por EPS para monitoreo de perfil de riesgo (si aplica)	Cada 3 meses
Riesgo medio	Intervención 2	Sensibilización y Seguimiento médico. Definición de metas. Laboratorios control por EPS para monitoreo de perfil de riesgo cada 6 meses (si aplica)	Cada 6 meses
Sin riesgo o riesgo bajo	Intervención 3	Actividades de promoción y prevención. Intervención general.	Anual

7. ACTIVIDADES

7.1. ELABORACIÓN DE BASE DE DATOS

Establecer la base de datos de las funcionarias que se incluyen en el SVE de acuerdo con los criterios definidos en el numeral 8. Y establecer los niveles de intervención del riesgo (GES)

7.2. ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

Realizar diagnóstico de riesgo cardiovascular individual y colectivo

7.3. FORMACIÓN E INFORMACIÓN

Las actividades se realizarán de manera transversal con las estrategias establecidas desde los SVE Osteomuscular, Psicosocial y el programa de estilos de vida saludable con un enfoque de autogestión y autocuidado.

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 13 de 14

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
Proceso Promoción y Prevención	Página 13 de 14

PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
Proceso Promoción y Prevención	Página 13 de 14

Proceso Promoción y Prevención	Página 13 de 14
--	-----------------

Página 13 de 14

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

Actividad lúdica prevención consumo SPA					X														
Jornada donación de sangre										X									
Elaborar infografía pausas activas y desconexión de pantallas						X													
Diseñar herramienta Excel para realizar auto evaluación de IMC con recomendaciones de acuerdo con los resultados											X								
Infografía sobre conceptos asociados a tensión arterial, tipos de colesterol y diabetes						X													
Promoción de actividades deportivas en juegos distritales											X								
Taller signos de alarma para evento y/o accidente cardiovascular						X													
Jornadas de bienestar (Rumbo terapia)						X													

[illegible]

Elaborar infografía pausas activas y desconexión de pantallas						X													
Diseñar herramienta Excel para realizar auto evaluación de IMC con recomendaciones de acuerdo con los resultados											X								
Infografía sobre conceptos asociados a tensión arterial, tipos de colesterol y diabetes						X													
Promoción de actividades deportivas en juegos distritales											X								
Taller signos de alarma para evento y/o accidente cardiovascular						X													
Jornadas de bienestar (Rumbo terapia)						X													

[illegible]

Infografía sobre conceptos asociados a tensión arterial, tipos de colesterol y diabetes						X													
Promoción de actividades deportivas en juegos distritales											X								
Taller signos de alarma para evento y/o accidente cardiovascular						X													
Jornadas de bienestar (Rumbo terapia)						X													

[illegible][illegible][illegible]

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL -Gestión Documental-	Código:
	PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR	Versión:1
	Proceso Promoción y Prevención	Página 14 de 14

8. INDICADORES

NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DEL INDICADOR	FRECUENCIA	META
% personas capacitadas en SVE Cardiovascular	$(N^{\circ} \text{ colaboradoras capacitadas} / \text{No total, colaboradoras objeto del SVE Cardiovascular}) * 100$	Semestral	80%
% cumplimiento de las actividades del SVE Cardiovascular	$(N^{\circ} \text{ Actividades realizadas} / N^{\circ} \text{ Total de actividades programadas}) * 100$	Semestral	90%

Realizado por:


Dr. Roland Fernell Rojas G.
 Médico Cirujano
 Especialista Salud Ocupacional
 Universidad Nacional
 LIC. S.O. - 006290796

ROLAND FERNELL ROJAS GONZALEZ
 Médico Especialista en Salud Ocupacional
 Resolución 12700 de 2017