

Programa de gestión para la intervención del riesgo cardiovascular

Elaborado por:

Paula Andrea Quitian Cruz

Eiber Mauricio Villamil Ramirez

Contenido

1	Introducción.....	2
2	Objetivos.....	3
2.1	Objetivo general.....	3
2.2	Objetivos específicos.....	3
3	Fase diagnóstica.....	4
4	Fase intervención.....	5
4.1	Nivel de priorización alto.....	6
4.2	Nivel de priorización medio.....	7
4.3	Nivel de priorización bajo.....	8
5	Responsables.....	9
6	Recursos.....	9
7	Fase de evaluación.....	10
8	Indicadores.....	11
8.1	Indicador de Capacitaciones.....	11
8.2	Indicador de Actividades desarrolladas.....	11
8.3	Indicador de Ausentismo.....	11
8.4	Indicador de Incidencia.....	11
8.5	Indicador de Impacto.....	11
8.6	Porcentaje de cambio de riesgo cardiovascular.....	12
8.7	Indicador de cobertura.....	12
8.8	Frecuencia de medición.....	12
9	Fase de mejoramiento.....	12
10	Infografías.....	13
11	Evidencias.....	15

1 Introducción

La presencia del riesgo cardiovascular en los trabajadores del sector de la construcción es cada vez más elevado, dadas las condiciones en las que deben desarrollar sus labores diarias y definidas por la cultura social, esto desencadena en los trabajadores un deterioro de su salud y a nivel organizacional representa un incremento en el ausentismo de origen común lo que conlleva al retraso de las actividades propias de la organización.

2 Objetivos

2.1 Objetivo general

Intervenir las personas con un elevado índice de masa corporal dentro de las empresas de construcción, para así establecer controles y medidas de intervención que permitan realizar una oportuna intervención para la disminución de dicho riesgo y sus posibles efectos en dicha población

2.2 Objetivos específicos

- Identificar y priorizar la población objeto del programa de riesgo cardiovascular para los trabajadores del sector de la construcción para prevenir el deterioro de la salud de estos en el menor tiempo posible.
- Establecer medidas que permitan realizar intervención a los trabajadores identificados con diferentes porcentajes de IMC (críticos, estables, normales) caracterizados previamente en donde se pueda realizar intervención de acuerdo con los hallazgos evidenciados de la tamización.
- Realizar el seguimiento al programa implementado mediante con las diferentes actividades e indicadores que permitan evaluar el impacto de desarrollo del mismo en empresas del sector de la construcción.

3 Fase diagnostica

En esta fase comprende la identificación de personal que labora en cada una de las empresas identificando su índice de masa corporal para poder realizar una intervención oportuna e inmediata de acuerdo a lo requerido por cada trabajador y establecer las medidas correspondientes de intervención y controles que permitan disminuir el riesgo cardiovascular en dicha población, mediante buenos hábitos alimenticios y mejorar sus condiciones de sedentarismo en su día a día.

Dentro de la identificación se puede evidenciar que este tipo de población consume con frecuencia alimentos grasos, harinas, lácteos, consumo de tabaco, alcoholes y modificando sus horas de sueño y descanso (trasmochos), se evidencia que en su gran mayoría practican algún deporte o actividad física.

Para dicha identificación se utilizaron varias herramientas que permitieron la identificación como lo son la encuesta de estilos de vida y el tamizaje cardiovascular.

4 Fase intervención

Para la fase de intervención se ha establecido un diagrama de semaforización como se muestra a continuación, para definir los niveles de priorización de acuerdo al cruce entre las herramientas utilizadas de evaluación del personal índice de masa corporal y hábitos de estilos de vida

IMC	Habitos		
	Buenos Habitos (Consumo de frutas, ejercicio constante)	Habitos regulaes (Consumo de azucars procesados, consumo de frutas, ingesta ocasional de alcohol y/o cigarrillo)	Malos habitos (No consumo de frutas, consumo de alcohol o cigarrillo constante, cero actividad fisica, alto consumo de grasas y harinas, alto consumo de azures procesados)
Bajo Peso			
Peso Normal			
Sobre Peso			
Obesidad Grado I			
Obesidad Grado II			

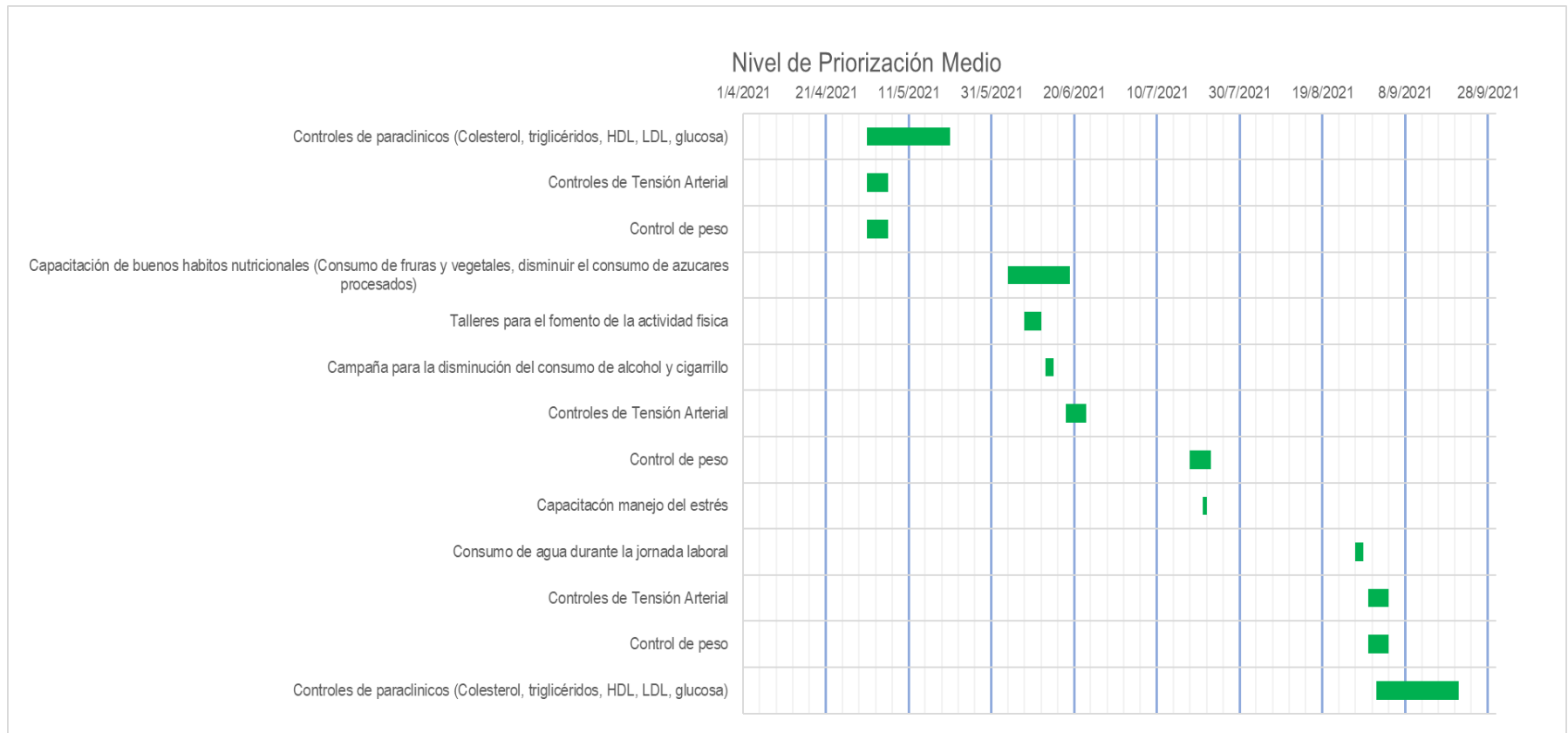
Los niveles de priorización están identificados de la siguiente manera:

- Nivel de priorización alto (Intervención cada semana)
- Nivel de priorización medio (Intervención cada quince días)
- Nivel de priorización bajo (Intervención trimestral)

Para establecer los diferentes niveles de priorización se tuvieron en cuenta dos aspectos relevantes como lo son el índice de masa corporal y sus hábitos de vida, así mismo se establecieron algunas actividades para cada nivel de priorización

4.2 Nivel de priorización medio

Para las personas clasificadas en nivel de priorización medio se han establecido las siguientes actividades



5 Responsables

Para el presente programa se establecen los cargos responsables de la ejecución de este

- Residente de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Residente de Gestión humana

6 Recursos

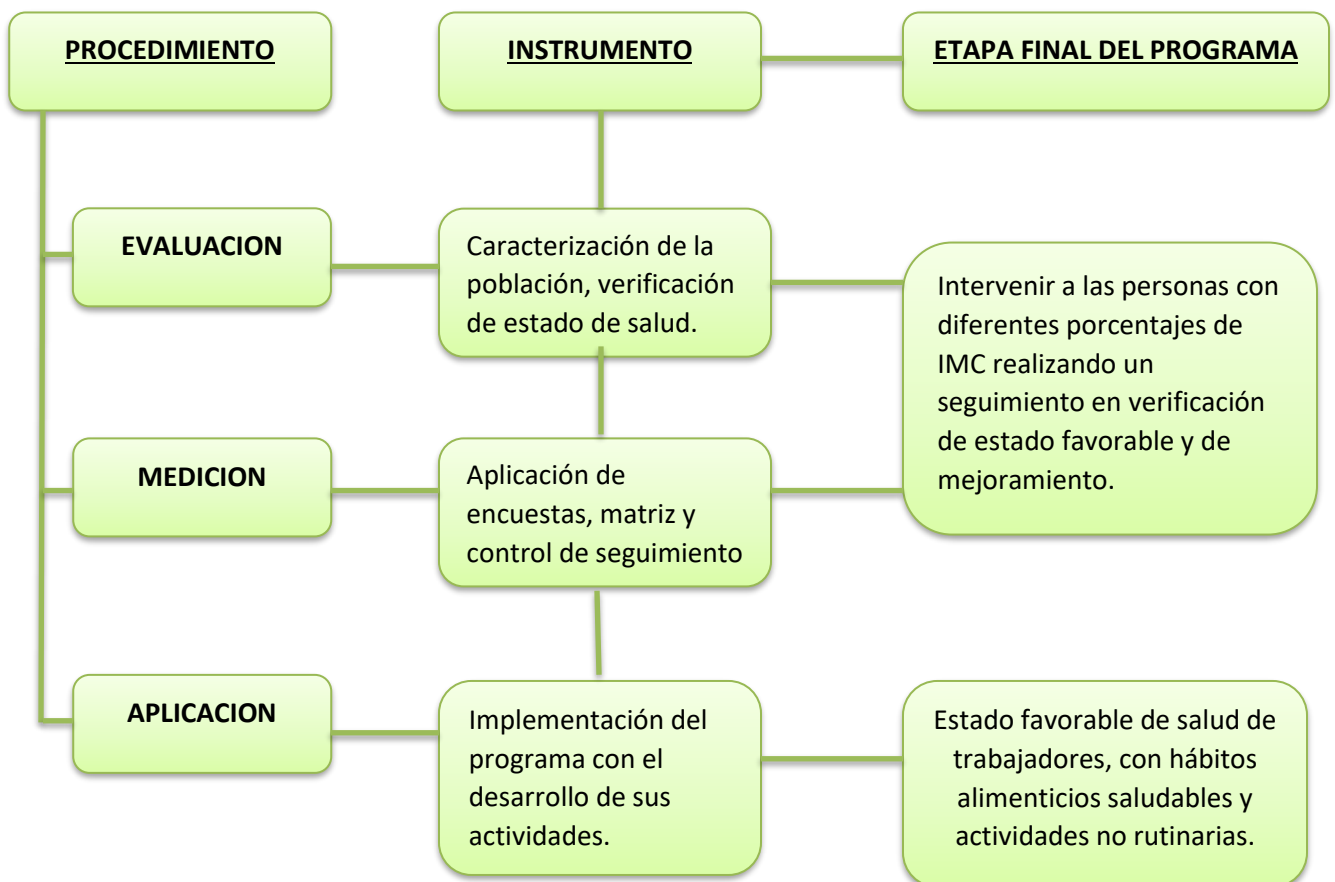
Para la ejecución del presente programa es importante contar con los siguientes recursos:

- Humano
- Tecnológico
- Técnico
- Logístico
- Financiero

7 Fase de evaluación

Para evaluar la efectividad del programa se establece una nueva aplicación de la encuesta de estilos de vida y realizar un nuevo tamizaje cardiovascular a los trabajadores, esto con el fin de evidenciar algún cambio en los hábitos del personal y sus condiciones de salud, es necesario utilizar las siguientes herramientas para realizar la evaluación

- Encuesta de estilos de vida
- Tamizaje cardiovascular



8 Indicadores

8.1 Indicador de Capacitaciones

$$\text{Indicador de Capacitaciones} = \frac{\# \text{ de Capacitaciones realizadas}}{\# \text{ de Capacitaciones programadas}}$$

8.2 Indicador de Actividades desarrolladas

$$\text{Indicador de Actividades} = \frac{\# \text{ de Actividades realizadas}}{\# \text{ de Actividades programadas}}$$

8.3 Indicador de Ausentismo

Indicador de Ausentismo

$$= \frac{\# \text{ Incapacidades relacionadas con enfermedades cardiovasculares}}{\# \text{ total de incapacidades presentadas en el mes}}$$

8.4 Indicador de Incidencia

Indicador de Incidencia

$$= \frac{\# \text{ de casos nuevos presentados por enfermedad cardiovascular}}{\# \text{ de Casos Antiguos de enfermedad cardiovascular}}$$

8.5 Indicador de Impacto

$$\text{Encuestas} = \frac{\# \text{ de personas aprobadas}}{\# \text{ de personas encuestadas}}$$

Comparación de hábitos

$$= \frac{\# \text{ trabajadores con malos hábitos en la evaluación inicial}}{\# \text{ de trabajadores con malos hábitos en la evaluación final}}$$

8.6 Porcentaje de cambio de riesgo cardiovascular

$$\% \text{ de Cambio} = \frac{\text{Casos que presentan mejora en la clasificación}}{\text{No total de empleados en el programa}} * 100$$

8.7 Indicador de cobertura

$$\text{Cobertura} = \frac{\text{No de trabajadores asistentes a actividades programadas}}{\text{No. total de empleados en el programa}} * 100$$

8.8 Frecuencia de medición

Para la medición de los indicadores anteriormente propuestos se plantea que se realicen de manera trimestral, esto con el fin de evidenciar un cambio en los trabajadores y así evaluar todos los niveles de intervención

9 Fase de mejoramiento

Definir acciones pertinentes obtenidas con la aplicación del programa las cuales serán contempladas en el trabajo anual y cronograma de capacitaciones por cada una de las empresas.

10 Infografías

A continuación, se presentan unas infografías diseñadas para el presente programa, con el fin de lograr una mayor atención y modificación de hábitos de los trabajadores

**CONMEMORACION
DIA DEL RIESGO
CARDIOVASCULAR**

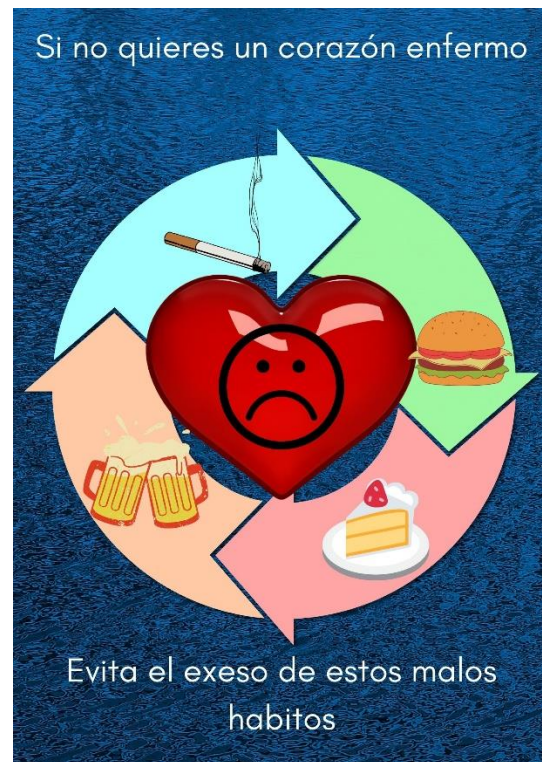
Conmemoramos el día del riesgo Cardiovascular en el sector de la construcción en la Ciudad de Bogota.

15 **Para Trabajadores De:**
MAYO 2021 Union Temporal
Puente Mutis

1. Identificación de riesgos
2. Que alimentos consumo en mi día a día.
3. De que forma prevengo enfermedades
4. Actividades físicas

Acompañanos en el desarrollo de Zumbaterapia
Hora Inicio: 6:15 am
Hora Final: 7:20 am

Ilustración: un corazón rojo, una mano negra sosteniendo un corazón rojo, un estetoscopio y una línea de ritmo cardíaco.



11 Evidencias

Evidencias fotográficas Constructora Buitrago & Asociados S.A.S.



Capacitación Hábitos y estilos de Saludable – 12 marzo de 2021

REGISTRO DE ASISTENCIA A CAPACITACIONES					FECHA: 12 Marzo de 2021
CONSTRUCTORA					VERSION: 001
FECHA:	12 Marzo 2021	HORA INICIO:	7:00am	HORA FINAL:	8:00am
TITULO DE CAPACITACION: Hábitos y estilo de vida saludable de acuerdo a la alimentación que es consumida diariamente.					
OBJETIVO: Sensibilizar a la población de los hábitos y alimentos que consumimos cuidando y previniendo diferentes enfermedades.					
Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	CARGO	TELEFONO	FIRMA
1	Roberto Salazar	12105219	Asesor	321329464	Roberto
2	Daniel Quintero	10163196765	OF	3124655247	Daniel Q
3	Juan Carlos de la Rosa	85211930	OF	3209949479	Juan Carlos
4	William Murcia	92299550	OF	3274251287	William M
5	Angel Berrio	1009961721	OF	3060795378	Angel Berrio
6	Clara Cuervo G.	5112007	Aux P	3209405405	Clara
7	Amor Andrea Muñoz	408431635	Auxiliar	3108533129	Amor Andrea M
8	Patricia Hernández	408432839	Veritas	3195262219	Patricia H
9	Patricia Comacho	404005584	Veritas	3443252230	Patricia C
10	Grupo Soniquel Lopez	1010101140	Oficial	3103311681	Grupo Soniquel
11	Juan Carlos de la Rosa	85211930	OF	3209949479	Juan Carlos
12	William Murcia	92299550	OF	3274251287	William Murcia
13	Luz Jarama Diaz	106111110	Aux	3229041930	Luz Jarama
14	Erneider Cruz	1010554182	Fluxiliar	3108533129	Erneider C
15	Carlo Andres Cuba	62521291	OF	3452728197	Carlo A
16	Jaime Martinez	4064486701	Veritas	3127132610	Jaime M
17					
18					
19					
20					

Capacitación Prevención de riesgo cardiovascular y programa de prevención – 16 de abril de 2021

REGISTRO DE ASISTENCIA A CAPACITACIONES					FECHA: 16 Abril de 2021
CONSTRUCTORA					VERSION: 001
FECHA:	16 Abril 2021	HORA INICIO:	7:00am	HORA FINAL:	8:30am
TITULO DE CAPACITACION: Prevención riesgo cardiovascular y programa de Prevencion					
OBJETIVO:					
Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	CARGO	TELEFONO	FIRMA
1	Jaime Martinez	4064486701	Veritas	3127132610	Jaime M
2	Luz Jarama Diaz	106111110	Aux	3229041930	Luz Jarama
3	Erika Ramirez	85865247	OF	3212941625	Erika R
4	Yorgyela Velazquez	1009961721	OF	3197270291	Yorgyela V
5	Patricia Comacho	404005584	OF	3443252230	Patricia C
6	Rafael Alvarez	1009961721	OF	3108429807	Rafael A
7	Clara Cuervo G.	5112007	Aux P	3209405405	Clara C
8	Angel Berrio	1009961721	OF	3060795378	Angel B
9	William Murcia	92299550	OF	3274251287	William M
10	Juan Carlos de la Rosa	85211930	OF	3209949479	Juan Carlos
11	Daniel Quintero	10163196765	OF	3124655247	Daniel Q
12	Roberto Salazar	12105219	Asesor	321329464	Roberto
13	Patricia Hernández	408432839	Veritas	3195262219	Patricia H
14	Sonia Velazquez R	1009961721	OF	3060795378	Sonia V
15	Patricia Comacho	404005584	Veritas	3443252230	Patricia C
16	Patricia Hernández	408432839	Veritas	3195262219	Patricia H
17	Amor Andrea Muñoz	408431635	Auxiliar	3108533129	Amor Andrea M
18	Grupo Soniquel Lopez	1010101140	Oficial	3103311681	Grupo Soniquel
19	Erneider Cruz	1010554182	Fluxiliar	3108533129	Erneider C
20	Carlo Andres Cuba	62521291	OF	3452728197	Carlo A