

JORNADA DE RESULTADOS



Adheridos a nuestra Salud

Campaña de Concienciación en Adherencia
en el área Cardiovascular

Presentación de resultados de la Campaña “Adheridos a nuestra Salud” de Cardiovascular en Madrid



Dña. Carmen Valdés y Llorca



Dña. Encarnación Fernández



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



JORNADA DE RESULTADOS

para profesionales sanitarios y gestores



Presentación de resultados de la Campaña “Adheridos a nuestra Salud” de Cardiovascular en Madrid



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



La Campaña “Adheridos a nuestra Salud” es un **proyecto integral de concienciación en adherencia** centrada en el área **Cardiovascular** que ha tenido lugar en la **Comunidad de Madrid** a lo largo del año 2023



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



¿Cómo se ha desarrollado?

#CampañaAdheridos



Comité de Expertos

Para consensuar aspectos del proyecto, se creó un **comité multidisciplinar** de 8 expertos en enfermedad Cardiovascular y adherencia



Dña. Carmen Valdés y Llorca
Medicina Familiar y Comunitaria del
CS Fuencarral en Dcc. Asistencial
Norte Madrid. Expresidenta
SEMERGEN



Dña. Cristina Ibarrola
Vicepresidenta segunda de la SEDAP
(Sociedad Española de Directivos de
Atención Primaria) y Exdirectora
Gerente del Servicio Navarro de Salud



D. Emilio Márquez
Médico especialista en Medicina
Familiar y Comunitaria



Dña. Encarnación Fernández
Responsable del Área de Innovación
en Cuidados del H. Clínico Madrid



D. Francisco Javier Alonso
Miembro del GT de Gestión del
Medicamento, Inercia Clínica y Seguridad
del paciente y de los Grupos de
Hipertensión y ECV e IMVAP de SEMERGEN



D. Jesús C. Gómez
Farmacéutico Comunitario



D. José María Castellano
Director Científico Fundación
Investigación HM Hospitales.
Coordinador Investigaciones Clínicas
CNIC



Dña. Nieves Martell
Jefe de Sección de la Unidad de
Hipertensión y Riesgo Cardiovascular
del H. Clínico Madrid

Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



¿Cómo se ha desarrollado?

#CampañaAdheridos



Focus Group de pacientes

Se realizó una **reunión con pacientes con patología Cardiovascular** para incorporar su visión y sus necesidades:



Desconocimiento sobre la patología



Falta de atención e información general sobre la patología



Necesidad de **prevenir y concienciar** a la población sobre la importancia de conocer la enfermedad Cardiovascular desde el inicio



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





Jornada inicial para profesionales sanitarios y gestores con el objetivo de **explicar la campaña** y **generar debate** en torno a la adherencia en el área Cardiovascular a través de dos mesas-debate

JORNADA DE PRESENTACIÓN

para profesionales sanitarios y gestores



Necesidad de **concienciar a la Administración Sanitaria** y a los **Profesionales Sanitarios**



Dificultad de los profesionales para **evitar el incumplimiento**



Importancia de **estrategias a largo plazo** para mejorar la adherencia de los pacientes



Responsabilidad compartida entre pacientes, cuidadores, profesionales y gestores



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





1

H. Clínico San Carlos



2

H. HM Sanchinarro



3

H. Infanta Leonor



**3 talleres
formativos
prácticos**

En hospitales de Madrid con pacientes con enfermedad Cardiovascular y cuidadores con el fin de **concienciar sobre la importancia de la adherencia** en esta patología y aprender de la experiencia

- Ponencias teóricas de profesionales
- Dinámicas grupales
- Encuestas



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



a) Ponencias teóricas: conclusiones

#CampañaAdheridos

1

La **falta de adherencia** es un importante **problema de salud pública** que se asocia a una disminución de calidad y esperanza de vida y a un aumento del gasto sanitario

2

Las causas de la falta de adherencia son numerosas y se pueden clasificar en las **5 dimensiones de la OMS**: socioeconómica, asistencia sanitaria, enfermedad, tratamiento y paciente

3

La evaluación de la adherencia es clave para mejorar los **resultados en salud** de los pacientes con enfermedad Cardiovascular

4

Las **estrategias combinadas** que actúan sobre los diferentes factores de la falta de adherencia son fundamentales para mejorarla

Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



b) Dinámicas grupales

#CampañaAdheridos



1

Conocer las **barreras** de los pacientes en relación a la adherencia en Cardiovascular

Existen diversas **barreras** que pueden **dificultar** que los pacientes sigan las indicaciones de sus profesionales sanitarios y, por tanto, **sean adherentes**

Para conocer estas barreras y ofrecer soluciones que los pacientes puedan aplicar en su día a día se realizaron **dinámicas grupales, divididas en dos fases**

2

Buscar **soluciones** a las barreras mencionadas para conseguir esa adherencia



Organizador:



Patrocinador:

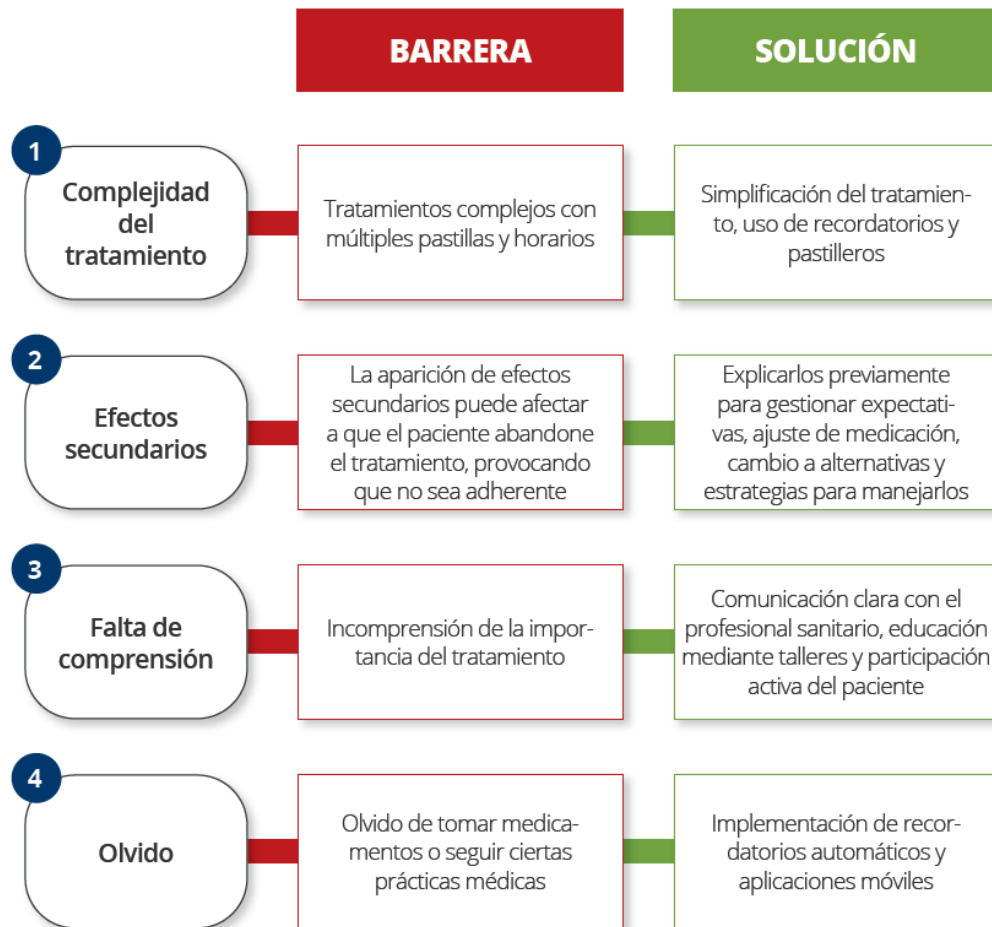


Sede del evento:



b) Dinámicas grupales: barreras y soluciones

#CampañaAdheridos



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



b) Dinámicas grupales: ¿cómo se ha trabajado?

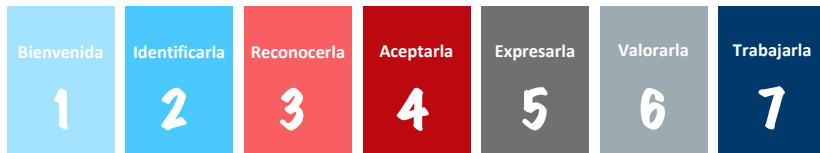
#CampañaAdheridos

comportamientos

Creación de **hábitos** con un **plan de acción** en tiempos específicos

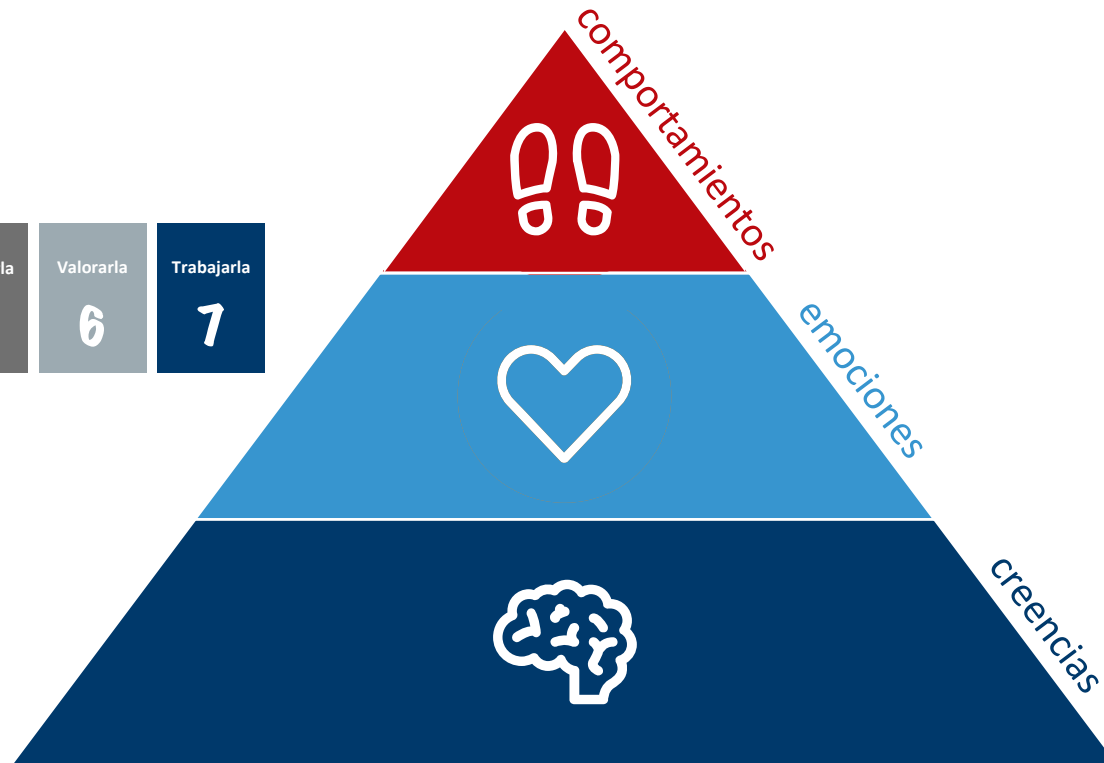


“La acción más pequeña es mejor que la intención más grande”



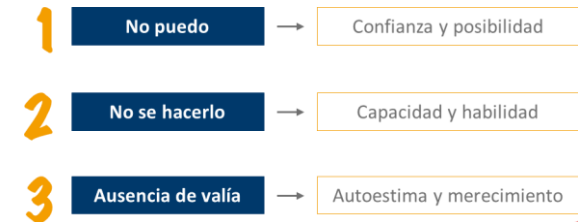
emociones

Proceso de **gestión emocional**



creencias

- Mantener **creencias potenciadoras**
- Transformar **creencias limitantes** -> ¿Cómo?



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





Talleres formativos prácticos: Beneficios

#CampañaAdheridos



Cercanía con paciente
y cuidadora/or



Compartir dudas e
inquietudes



Sensibilización



Escucha activa



Mejorar
adherencia



Facilitar
apoyo gráfico



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





Visualización de un **vídeo testimonial** de un paciente con enfermedad Cardiovascular



Folleto de **contenidos formativos** con una breve introducción, pudiendo acceder gratuitamente al contenido completo a través de la app **Activare**



Mensajes formativos y motivacionales, entre otras ventajas, también en la **app Activare**

Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:





1 ¿Qué es la enfermedad cardiovascular?

La **enfermedad cardiovascular** es un trastorno que afecta a los vasos sanguíneos, corazón, cerebro y riñón. El síndrome coronario como la angina de pecho o el infarto de miocardio, la enfermedad cerebrovascular como el ictus y la afectación de las arterias periféricas de brazos y piernas son algunas de las manifestaciones más frecuentes, todas ellas relacionadas con una **alteración del flujo sanguíneo**.

La enfermedad cardiovascular es la **primera causa de morbilidad y mortalidad en el mundo**.

Factores de riesgo en la enfermedad cardiovascular

- Hábito tabáquico
- Sedentarismo
- Presión arterial elevada
- Diabetes
- Índices de colesterol elevados
- No realizar una dieta saludable
- Sobrepeso u obesidad
- Estrés o ansiedad

Factores modificadores del riesgo cardiovascular

- Factores psicosociales
- Nivel socioeconómico
- Antecedentes familiares de enfermedad cardiovascular prematura
- Etnia
- Contaminación ambiental

2 ¿Qué es la adherencia?

La **adherencia** es fundamental para mejorar la calidad de vida, controlar la patología y disminuir las recaídas, pero ¿qué es la adherencia? Es el **compromiso** por tu parte como paciente de **responsabilizarte**, entendiendo y siguiendo las **recomendaciones acordadas** con tu profesional sanitario. Dichas recomendaciones no solo están relacionadas con la **medicación**, también con los **hábitos saludables** (como dejar fumar, beber alcohol, ejercicio o dieta), acudir a las visitas concertadas y hacer autocontroles.

3 Consejos útiles

La nutrición por sí sola no siempre es suficiente. Debe ser complementada con un estilo de vida saludable. Los expertos recomiendan hacer y prestar atención a:

- No fumar**
Dejar de fumar tiene claros beneficios para el riesgo cardiovascular
- Practicar actividad física**
Preferiblemente deben elegirse deportes aeróbicos, caminar a paso rápido (25-30 km/semana), actividad física moderada (3, 5-7 h/semana o 30-60 min la mayoría de los días)
- Eliminar el exceso de cintura**
Valores superiores a 94 cm en hombres y a 80 cm en mujeres son una indicación de obesidad
- Con la ayuda del médico**
Comprueba si padeces otras patologías, especialmente hipertensión arterial y diabetes

Más contenidos en la app Activare

La app Activare es una **aplicación móvil de salud** especializada para programas educativos, desarrollada por Grupo OAT y de **acceso gratuito** para aportarte información, formación y apoyo con el objetivo de **conocer mejor tu patología y mejorar tu salud**.

En la app Activare tienes disponible el **contenido formativo completo**, además de mensajes formativos y motivacionales, entre otras ventajas.

SABER MÁS

- Enfermedad Cardiovascular
- Hipertensión y Colesterol
- Diabetes
- Obesidad
- Insuficiencia cardíaca
- Evento angina

HÁBITOS SALUDABLES

- Hábitos saludables en general
- Ejercicio físico
- Alimentación
- Alcohol
- Tabaco

ACTITUD POSITIVA

- Adherencia
- Entorno social y familiar
- Psicología de la salud
- Autocuidado

¿Cómo descargar la app Activare?

Paso 1
Escanea el siguiente código QR y completa los datos.
Código de acceso:



Paso 2
Recibes en tu móvil un mensaje SMS con un enlace para iniciar la descarga. El enlace te lleva a la tienda de Apple Store o Play Store y solo tienes que seleccionar el botón "Instalar".

Paso 3
Haz clic en el botón "Abrir" para acceder.
La primera vez que accedes te muestra el **aviso legal** y, si estás de acuerdo y deseas utilizarla, debes seleccionar "Aceptar".

Paso 4
Es necesario que registres tu número de móvil. Una vez que lo registres, te llega un mensaje SMS con un código de verificación de 6 cifras.
Haz clic en "Continuar" y habremos terminado.

¡Enhorabuena!
Ya tienes instalada la app Activare



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



A través de encuestas, se aprovechó para conocer el **grado de concienciación** inicial de los pacientes y cuidadores, y su **evolución** tras los aprendizajes obtenidos en las dinámicas



Organizador:

Patrocinador:

Sede del evento:

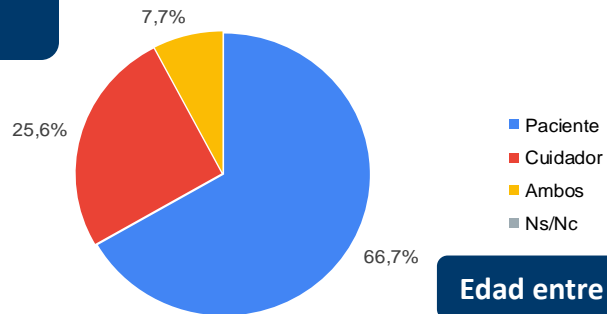


c) Encuestas: Perfil de los pacientes

#CampañaAdheridos

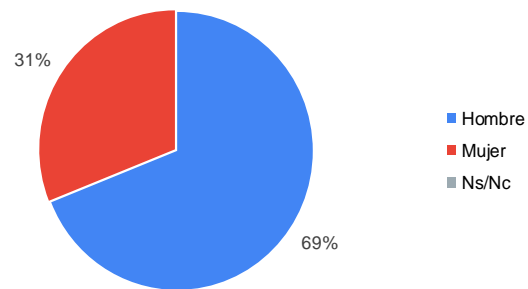
Edad entre 51 y 80 años.
Familiar

¿Qué eres?

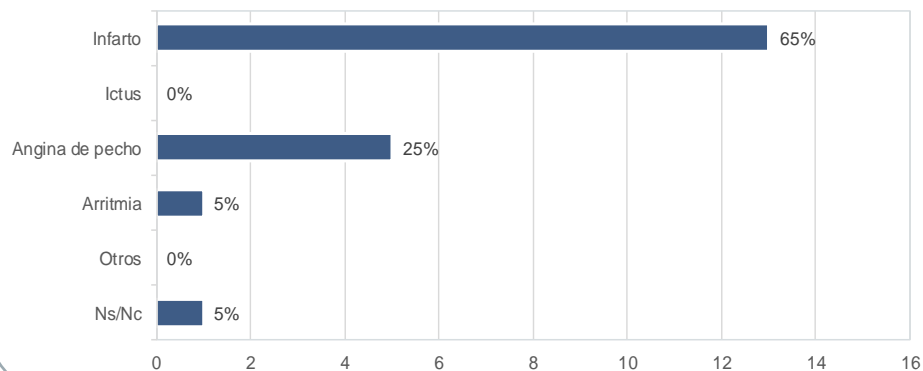


Edad entre 61 y 80 años

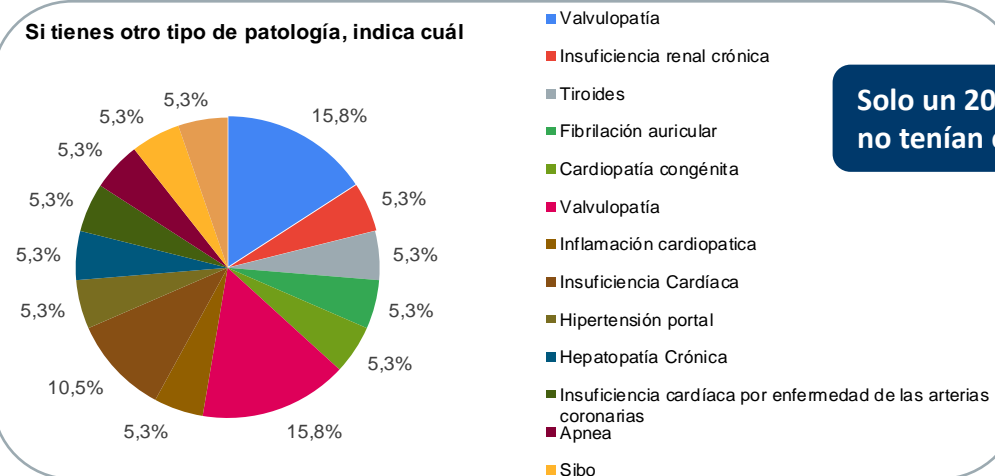
¿Qué sexo tienes siendo paciente?



Si has tenido un evento Cardiovascular, ¿qué tipo de evento?



Si tienes otro tipo de patología, indica cuál



Solo un 20% de los pacientes no tenían otras patologías

Organizador:



Patrocinador:



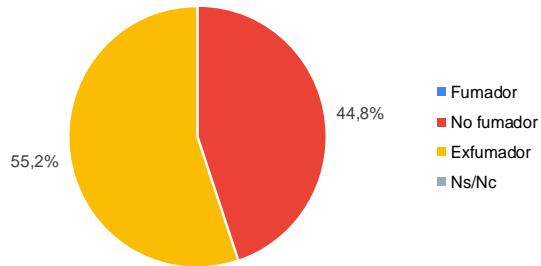
Sede del evento:



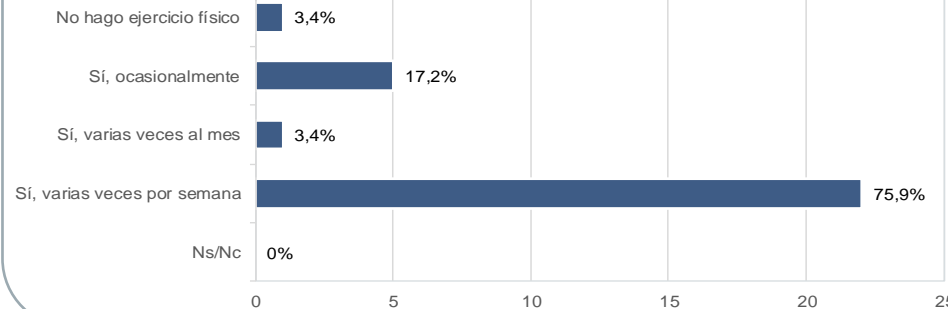
c) Encuestas: Hábitos saludables y tratamiento de los pacientes

#CampañaAdheridos

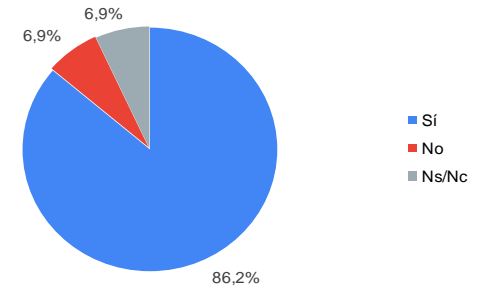
¿Eres fumador?



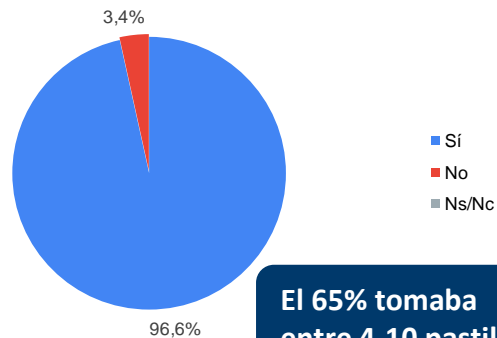
¿Realizas alguna actividad física en tu tiempo libre?



¿Mantienes una dieta saludable acorde a las recomendaciones?

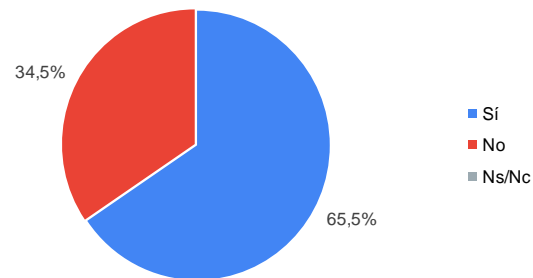


Actualmente, ¿estás tomando algún tipo de tratamiento para la enfermedad Cardiovascular?

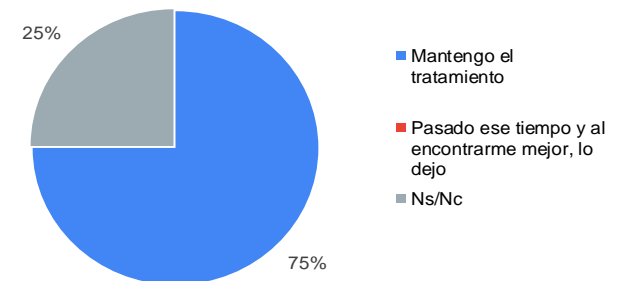


El 65% tomaba entre 4-10 pastillas

¿Has olvidado tomar la medicación alguna vez?



Si has tenido un evento Cardiovascular y ha pasado un tiempo, por ejemplo, 4-6 meses...



Organizador:



Patrocinador:

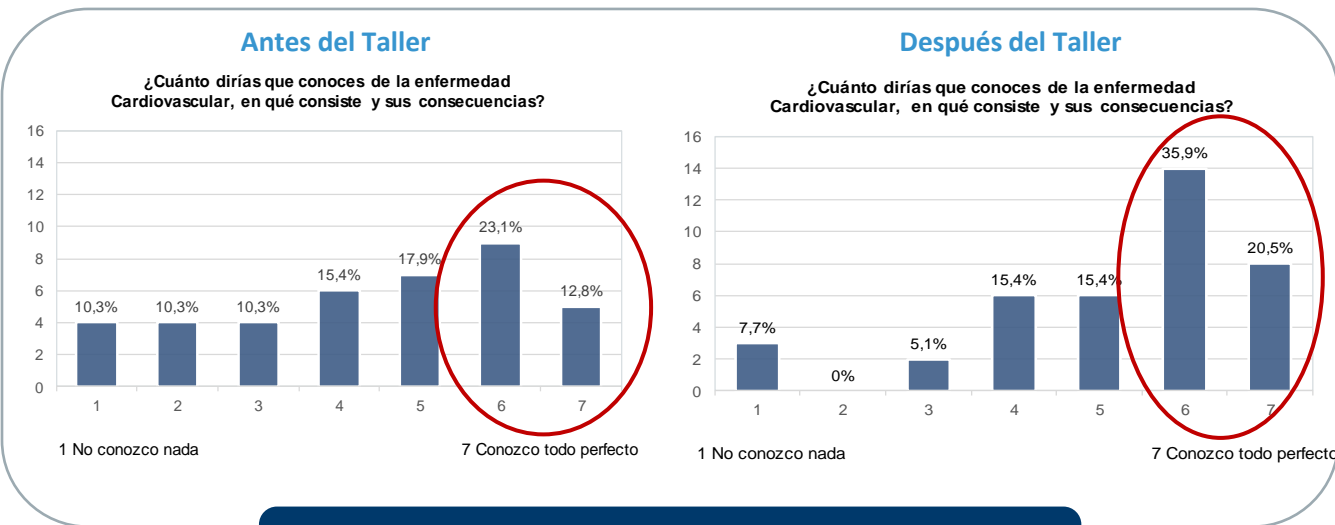


Sede del evento:

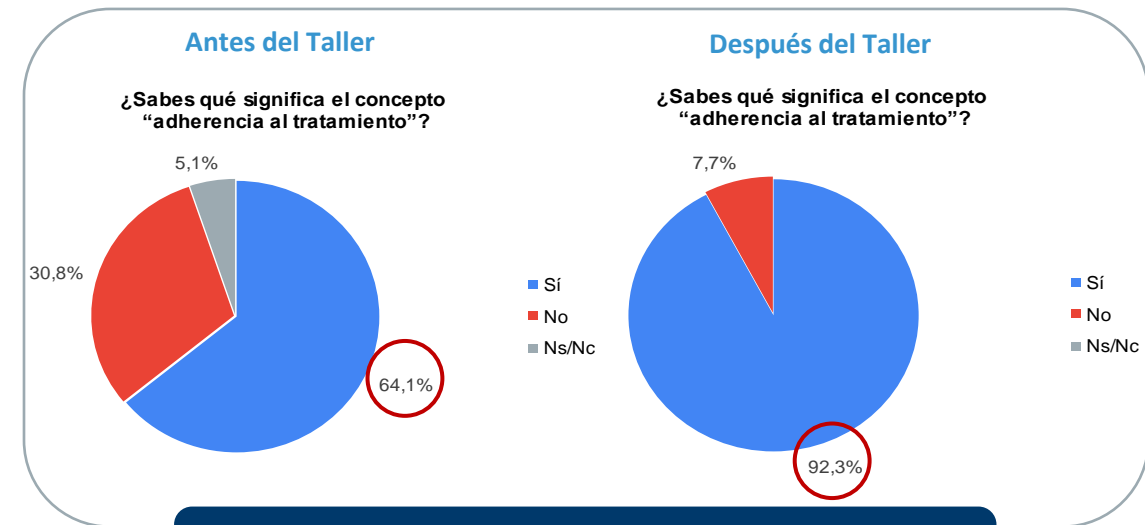


c) Encuestas: Antes y después del taller

#CampañaAdheridos



Mejora con el conocimiento de su patología, pasando del 35,9% al 56,4% entre el 6 y el 7



Mejora en el entendimiento del concepto de adherencia, pasando del 64,1% al 92,3%



Organizador:

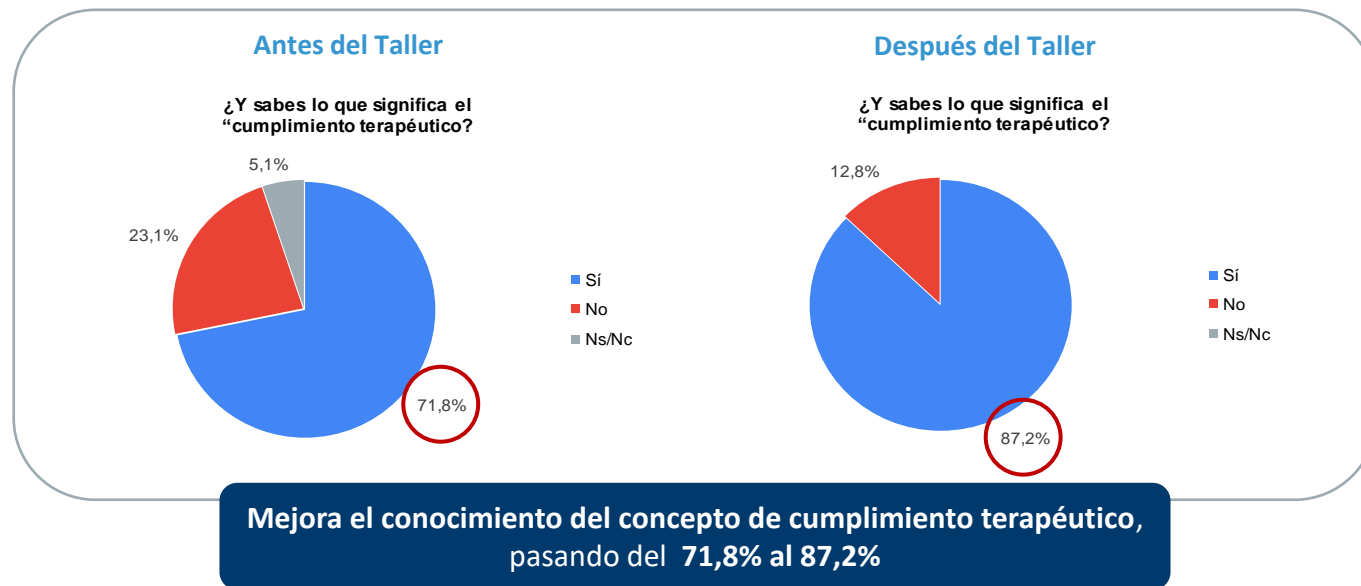


Patrocinador:



Sede del evento:





Organizador:



Patrocinador:

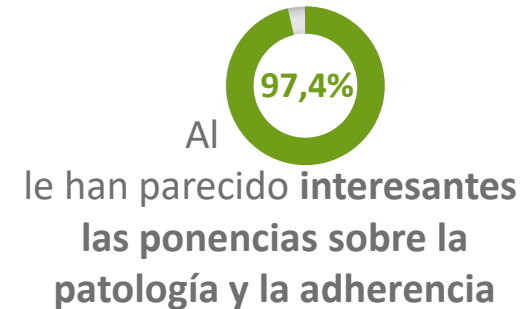


Sede del evento:






c) Encuestas: Satisfacción y recomendación talleres

#CampañaAdheridos



Según los asistentes...

- Los **temas tratados** son **relevantes para mi día a día** **9,2*** 
- Voy a **poner en práctica los consejos/recomendaciones** **9,6*** 
- **Recomendaría este taller** a otros pacientes **9,7*** 

* Puntuación media

Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:



JORNADA DE RESULTADOS

para profesionales sanitarios y gestores



Adheridos a nuestra Salud

Campaña de Concienciación en Adherencia
en el área Cardiovascular

¡¡Muchas gracias!!



Organizador:



Patrocinador:



Sede del evento:

