

	PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código: FGN- AP01-G-22
	GUÍA PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR	Versión: 02 Página: 1 de 7

1. OBJETIVO

Establecer lineamientos para identificar y gestionar de manera general el riesgo de enfermedad del sistema cardiovascular en los servidores que aún no han presentado síntomas (prevención primaria) y en los servidores que ya sufren de padecimientos relacionados (prevención secundaria), conforme a los lineamientos del Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud, a través de intervenciones encaminadas a disminuir la morbilidad y mortalidad facilitando conductas que promuevan una apropiada condición de vida a favor de la salud de los servidores de la Fiscalía General de la Nación.

2. ALCANCE

Inicia con la Realización de estrategias de prevención primaria y finaliza con el direccionamiento de los servidores con factores de riesgo cardiovascular a la Entidad Administradora del Plan de Beneficios.

Aplica a los servidores objeto, identificados con Riesgo Cardiovascular

3. DEFINICIONES Y SIGLAS

Accidente cerebrovascular: Las enfermedades vasculares cerebrales (o accidentes o enfermedad cerebrovasculares) se definen "*como cualquier enfermedad del encéfalo, focal o difusa, transitoria o permanente provocada por una alteración de la circulación cerebral. Esta alteración puede ser debida a un proceso patológico que afecte a los vasos del cerebro o un trastorno de la sangre circulante*". Según la OMS, la enfermedad vascular cerebral es "*el desarrollo rápido de síntomas clínicos indicativos de un trastorno local o generalizado de la función cerebral, con síntomas que persisten 24 o más horas o que conducen a la muerte sin que exista una causa aparente que la vascular*". Atlas de Neurología¹.

AHA: American Heart Association - Asociación de cardiología de América

Aterosclerosis: Endurecimiento de la pared de las arterias, con proliferación de placas de ateroma que son acúmulos de grasa, colesterol y otras sustancias. Esto dificulta la circulación sanguínea y predispone a problemas cardiovasculares como la trombosis².

CAF: Centro de Acondicionamiento Físico

EAPB: Entidad Administradora de Plan de Beneficios, antes EPS

EMO: Evaluación Médica Ocupacional.

Enfermedad cardiovascular: La enfermedad cardiovascular es un término amplio para problemas con el corazón y los vasos sanguíneos. Estos problemas a menudo se deben a la aterosclerosis. Esta afección ocurre cuando la grasa y el colesterol se acumulan en las paredes del vaso sanguíneo (arteria). Esta acumulación se llama placa. Con el tiempo, la

¹ www.iqb.es/neurologia/atlas/generalidades/general01.htm

² Enciclopediasalud.com, www.enciclopediasalud.com/definiciones/arteriosclerosis.

	PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código: FGN- AP01-G-22
	GUÍA PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR	Versión: 02 Página: 2 de 7

placa puede estrechar los vasos sanguíneos y causar problemas en todo el cuerpo. Si una arteria resulta obstruida, esto puede llevar a que se presente un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular. Tipos de enfermedad cardiovascular: Cardiopatía coronaria, insuficiencia cardíaca, arritmias, arteriopatía periférica, presión arterial alta (hipertensión), accidente cardiovascular, cardiopatía congénita³.

Factores de riesgo cardiovascular: Los factores y marcadores de riesgo cardiovascular, son los que se asocian a una mayor probabilidad de sufrir una enfermedad cardiovascular.

Los factores de riesgo cardiovascular no modificables como: la edad, el sexo y herencia; y los modificables: dislipidemias, hipertensión arterial, tabaco, diabetes mellitus y otros llamados factores secundarios como la vida sedentaria, “stress”, obesidad, etc.⁴

Hipertensión arterial: Es el estado patológico caracterizado por un aumento mantenido de la tensión arterial por encima de los valores considerados como normales, basándonos por las cifras establecidas por la OMS, es generalmente una afección sin síntomas en la que la elevación anormal de la presión dentro de las arterias aumenta el riesgo de trastornos como un ictus, la ruptura de un aneurisma, una insuficiencia cardíaca, un infarto de miocardio y lesiones del riñón.⁵

OMS: Organización Mundial de la Salud

SG-SST: Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

Sobrepeso y obesidad: Se definen como la acumulación anormal o excesiva que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre peso y talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos⁶.

4. DESARROLLO

No.	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	REGISTRO
1	Realizar estrategias de prevención primaria por medio de campañas para la concientización a los servidores, respecto a los factores de riesgo cardiovascular y su impacto en la salud.	Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central	Material de comunicaciones
2	Identificar la población objeto de prevención secundaria, para lo cual se deben tener en cuenta las siguientes fuentes: 1.Resultados de Evaluaciones médicas ocupacionales del período anterior. 2. Auto reporte de condición de salud. 3.Tamizaje de Riesgo Cardiovascular. 4. Informe de Diagnóstico de Salud.	Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central	Base de Excel con la población objeto

³ MedlinePlus. <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/.../000759.htm>

⁴ sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/cardiologia/v31_n1/pdf/a01.pdf

⁵ <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GTHS07.pdf>

⁶ <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GTHS07.pdf>

	PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código: FGN- AP01-G-22
	GUÍA PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR	Versión: 02 Página: 3 de 7

	<p>5. Perfil Sociodemográfico. 6. Otras fuentes de información del SG- SST.</p>		
3	<p>Seleccionar los servidores que cumplan con dos o más de las siguientes condiciones: Antecedentes médicos familiares o personales, IMC con obesidad, Hipertensión, enfermedades metabólicas, Perímetro abdominal por encima de los límites establecidos, edad por encima de los 55 años, tabaquismo o dependencia a otras sustancias.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central</p>	<p>Base de Excel con la población objeto</p>
4	<p>Enviar la base de Excel con la población objeto identificada a todas las seccionales para inicio del proceso.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central / Seccionales</p>	<p>Correo electrónico</p>
5	<p>Realizar invitación al programa y al Taller Fiscalía Saludable a través de un correo electrónico a los servidores identificados en el punto anterior.</p> <p>Nota: El profesional de Seguridad y Salud en el Trabajo coordina con el profesional de Bienestar en las seccionales que aplique, las fechas para la ejecución del taller.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central / Seccionales</p>	<p>Correo electrónico</p> <p>Listados de asistencia.</p>
6	<p>Ejecutar el Taller Fiscalía Saludable y toma de exámenes paraclínicos a la población objeto (Glicemia y perfil lipídico).</p> <p>Nota: En los talleres presenciales se realiza en el mismo tiempo al inicio del Taller Fiscalía Saludable y en las actividades virtuales se informará la fecha disponible a los servidores objeto del programa.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central / Seccionales</p>	<p>Listados de asistencia</p>
7	<p>Invitar a actividades de intervención en los factores de riesgo modificables:</p> <p>1 Actividad física:</p> <p>Los servidores se citan para evaluación de condición física por el profesional encargado del CAF para inclusión en los programas de actividad física de la entidad.</p> <p>Esta actividad puede ser virtual o presencial.</p> <p>Los servidores se citan a médico deportólogo, para la prescripción del ejercicio.</p> <p>Metodología: Individual, presencial o virtual</p> <p>NOTA: Para la citación por medicina deportiva el servidor debe contar con los resultados de los exámenes paraclínicos, con el fin de realizar la retroalimentación correspondiente.</p> <p>2 Intervención por Nutrición.</p>	<p>Servidor responsable de Bienestar</p> <p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo.</p>	<p>Correo electrónico</p> <p>Listados de asistencia</p>

	PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código: FGN- AP01-G-22
	GUÍA PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR	Versión: 02 Página: 4 de 7

	<p>Los servidores del programa que por recomendación de medicina deportiva requieran y acepten intervención por nutrición, serán valorados por Nutricionista.</p> <p>Metodología: Individual, presencial o virtual</p>		
8	<p>Realizar seguimiento al servidor participante en el programa</p> <p>En el transcurso del siguiente año, en la cita del servidor al examen médico ocupacional, se realiza seguimiento al nivel de riesgo Cardio Vascular, para determinar su nivel y remitir a la Entidad Administradora de Plan de Beneficios EAPB (EPS) si así lo requiere.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central / Seccionales</p> <p>Médico ocupacional propio o contratado</p>	<p>Correo electrónico</p> <p>Listados de asistencia</p> <p>Formato de Concepto médico EMO.</p>
9	<p>Realizar Chequeo Personalizado para directivos</p> <p>Para los servidores que ostentan el cargo o funciones por encargo de Directivos en la Entidad: Fiscal General, Vicefiscal, Comité Directivo, Directores Nacionales, Estratégicos, Seccionales, Subdirectores Nacionales y Regionales, Jefes de Departamento y Asesor III o sus homólogos, de acuerdo con la estructura definida y planta de la entidad. Este examen se realiza una vez al año con citación individual, teniendo en cuenta el riesgo cardiovascular relacionado con el riesgo psicosocial por la posición estratégica y nivel de toma de decisiones.</p>	<p>Servidor responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo del Nivel Central</p>	<p>Base de Excel con población identificada</p> <p>Correo con cartas de confirmación.</p>

5. ASPECTOS GENERALES

5.1 EVALUACIÓN DEL RIESGO CARDIOVASCULAR

Un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una Enfermedad Cardiovascular. Los factores de riesgo cardiovascular se clasifican en 2 grandes grupos:

Factores modificables: Es posible intervenir para evitarlos o reducirlos. Dentro de los factores de riesgo modificables se encuentran el sobrepeso, la obesidad, la hipertensión arterial, el aumento del colesterol sanguíneo, el consumo y exposición a productos derivados del tabaco, la inactividad física, el consumo excesivo y periódico de alcohol, la ansiedad y el estrés⁷.

Factores no modificables: No es posible intervenirlos. Son la edad, sexo, raza y los antecedentes familiares

⁷ Estrategia "conoce tu riesgo peso saludable" instructivo para la utilización de la calculadora de riesgo: ministerio de salud y protección social _subdirección de enfermedades no transmisibles; tomado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/instructivo-aplicativo-conoce-riesgo.pdf>

Con base en los anteriores factores, se debe investigar la población para determinar el nivel de riesgo al que están expuestos y establecer acciones de intervención con el fin de disminuir y controlar los factores modificables.

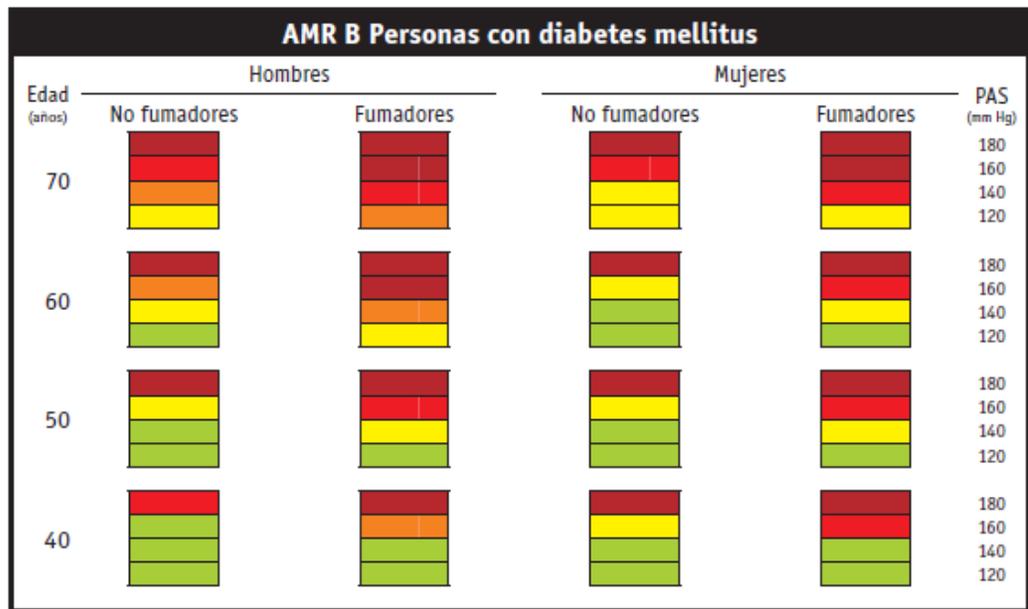
5.2 Identificación de la población en riesgo

Si los servidores no cuentan con la documentación suficiente y tienen criterios de riesgo dentro del grupo de factores no modificables, el primer paso es invitarlos para la realización de la evaluación o tamizaje de riesgo cardiovascular.

Para la estimación del riesgo se aplicarán las tablas sugeridas por la OMS para las Américas:

La tabla de predicción del riesgo de la OMS se aplica en los contextos en que no se cuenta con resultado del colesterol sanguíneo, con su uso se estima el riesgo de padecer un episodio cardiovascular mortal o no en un período de 10 años según el sexo, la edad, la presión arterial sistólica, el consumo de tabaco y la presencia o ausencia de diabetes mellitus.

Nivel de riesgo ■ <10% ■ 10% a <20% ■ 20% a <30% ■ 30% a <40% ■ ≥40%



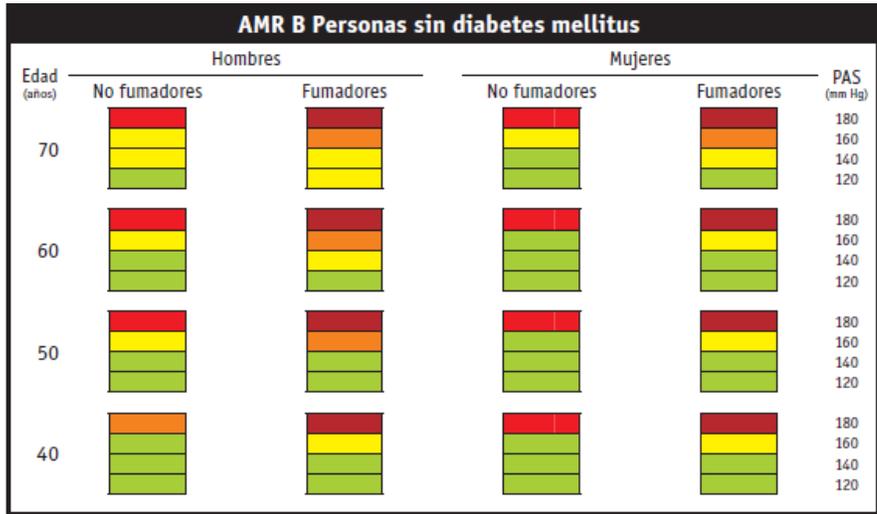


Figura 1. Tablas de valoración del riesgo OMS, para población sin datos de colesterol sanguíneo. Tomado de: OMS, Guía de bolsillo para la prevención de enfermedades cardiovasculares. Ginebra, Suiza, 2008

5.3 Interpretación y recomendaciones de acuerdo con el nivel de riesgo:

De acuerdo con el riesgo referido en las tablas anteriores, se remitirán a las respectivas EAPB los servidores con nivel de riesgo confirmado moderado, alto o muy alto; puesto que a partir de este nivel de riesgo probablemente necesite intervención terapéutica adicional por el equipo de salud de las entidades de seguridad social.

Recomendaciones* para la prevención de las enfermedades cardiovasculares en las personas con factores de riesgo cardiovascular (según el riesgo individual total)^a

Riesgo de episodio cardiovascular a 10 años < 10 %, 10 a < 20%, 20 a < 30%, ≥ 30%	
Si los recursos son limitados, puede que haya que priorizar el asesoramiento y la atención individuales en función del riesgo cardiovascular.	
Riesgo < 10%	Los individuos de esta categoría tienen un riesgo bajo. Un bajo riesgo no significa "ausencia de riesgo". Se sugiere un manejo discreto centrado en cambios del modo de vida ^b .
Riesgo 10%-< 20%	Los individuos de esta categoría tienen un riesgo moderado de sufrir episodios cardiovasculares, mortales o no. Monitorización del perfil de riesgo cada 6-12 meses.
Riesgo 20%-< 30%	Los individuos de esta categoría tienen un riesgo alto de sufrir episodios cardiovasculares, mortales o no. Monitorización del perfil de riesgo cada 3-6 meses.
Riesgo ≥ 30%	Los individuos de esta categoría tienen un riesgo muy alto de sufrir episodios cardiovasculares, mortales o no. Monitorización del perfil de riesgo cada 3-6 meses.

Figura 2: Tabla de recomendaciones de la OMS de acuerdo con el riesgo calculado

	PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código: FGN- AP01-G-22
	GUÍA PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR	Versión: 02 Página: 7 de 7

6. REVISIÓN Y APROBACIÓN

Revisó: Gina María Espinosa Reina - Jefe Departamento de Bienestar y Salud Ocupacional.

Aprobó: Líder del Proceso Gestión del Talento Humano, Germán Ricardo Castellanos Mayorga – Subdirector de Talento Humano (e)