

RUTA de la SALUT ANY 2017



CONSORCI
HOSPITAL GENERAL
UNIVERSITARI
VALÈNCIA



GENERALITAT
VALENCIANA

CONSELLERIA DE SANITAT UNIVERSAL
I SALUT PÚBLICA



**SERVEI DE PLANIFICACIÓ, QUALITAT i
CONTROL de PROJECTES**
(setembre – novembre 2017)

RESULTATS ANY 2016

ANÀLISI DE L'ACTIVITAT

S'estima que dels 89 municipis visitats per l'equip de professionals de la Ruta de la Salut, hi van participar més de 3.000 persones, amb un perfil d'edat majors de 65 anys i una distribució per sexes d'un 80% dones i 20% homes. Pel que fa a les tècniques, es calcula que s'hi han fet més de 19.000 tècniques.

Servei de Pneumologia

Personal que hi ha participat:

- 2 metges adjunts de pneumologia,
- 2 residents de pneumologia,
- 4 infermeres amb experiència en laboratori de funció pulmonar i
7 infermeres generalistes de la sala d'hospitalització de la Unitat d'Hospitalització de Pneumologia.

L'activitat realitzada va consistir en una breu xarrada divulgativa abordant conceptes bàsics sobre el funcionament de l'aparell respiratori, ressaltant sobretot la rellevància del tabaquisme com a origen o empitjorament de les malalties respiratòries cròniques més freqüents i la importància de la prevenció de la grip mitjançant la vacunació de grups de risc. També s'hi feia especial insistència en aquells signes i símptomes respiratoris pels quals la població ha de consultar el seu Metge d'Atenció Primària.

S'hi va realitzar una valoració bàsica de l'estat respiratori dels participants, que consistia en un breu qüestionari de salut respiratòria i la realització d'exploracions senzilles però fonamentals per a la detecció de malalties respiratòries cròniques, com són l'espirometria bàsica, la pulsioximetria i, en el cas de ser fumador actiu, la cooximetria.

Resultats obtinguts: La participació en la taula de Pneumologia va ascendir a un total de 2.500 persones, majoritàriament dones, a les quals se'ls va realitzar una espirometria simple i una pulsioximetria i, en el cas de ser fumadores, una cooximetria per a determinar el nivell de CO exhalat. D'aquests quasi 2.500 usuaris, en 2.152 es va poder realitzar l'espirometria adequadament (la resta es descarten per processos aguts o mala realització de la tècnica), dels quals 412 van mostrar valors per davall de la normalitat sense ser coneixedors de patir patologia pulmonar obstructiva, per la qual cosa se'ls aconsellà acudir al seu Metge d'Atenció Primària per a estudi del cas.

Conclusions: Tal com ja vam poder comprovar en edicions anteriors de la Ruta, hi ha una infrautilització de l'espirometria com a mètode de diagnòstic fonamental per a la detecció de malalties respiratòries cròniques de tipus obstructiu (asma i EPOC), que són les més freqüents i infradiagnosticades al nostre país juntament amb el SAHS. En la nostra experiència durant la Ruta de la Salut 2016, un percentatge baix de la població atesa coneixia tindre'n alguna, no obstant això trobem un percentatge alt de persones amb malaltia respiratòria crònica de tipus obstructiva (EPOC / asma) sense diagnòstic previ i, per tant, sense tractament adequat, la qual cosa confirma les dades publicades en la literatura mèdica assenyalant l'important infradiagnòstic de l'EPOC i l'asma al nostre país, com també l'escassa utilització de l'espirometria com a tècnica bàsica per al seu diagnòstic.

Aquests resultats, una vegada més, segueixen en concordança tant amb les edicions passades de la Ruta de la Salut com amb les conclusions de l'estudi GESEPOC, en el qual es mostra l'alt grau d'infradiagnòstic de la patologia pulmonar obstructiva crònica. Això posa sobre la taula la necessitat de més campanyes d'aquest tipus com també la poca implantació de la tècnica d'espirometria simple fora dels centres d'especialitats i dels laboratoris de funció pulmonar dels centres hospitalaris. L'acumulat de les tres edicions de ruta ens acosta a quasi 5.000 usuaris entrevistats i valorats per espirometria simple, mostra no obtinguda mai fora de l'entorn hospitalari fins a la data al nostre país.

Els resultats obtinguts d'aquesta activitat han sigut presentats en activitats i congressos de la Societat Valenciana de Pneumologia i de la Societat Espanyola de Pneumologia i Cirurgia Toràcica, amb l'obtenció de premis i reconeixements per les comunicacions en ambdues Societats Científiques.

Medicina Familiar i Comunitària

La tasca de l'equip de medicina de família ha sigut un tant multidisciplinària donant resposta a tot tipus de qüestions plantejades pels assistents en especial en l'àrea de factors de risc cardiovascular i medicina de família. Igualment s'han centrat en xarrades informatives, especialment sobre els factors de risc cardiovascular i en la participació activa en la realització de proves com la presa de tensió, glucèmia, ECG juntament amb l'entrevista de cada pacient.

De totes les dades obtingudes s'ha objectivat que la majoria dels pacients presentava almenys un dels factors de risc cardiovascular estudiats (HTA, Diabetis, Tabaquisme i Obesitat). En un percentatge menor hem diagnosticat de nou malalties com ara diabetis, arítmies com la fibril·lació auricular o bé xifres tensionals altes, la qual cosa des d'aquest punt de vista ha servit per a captar aquest tipus de pacients per a un control, seguiment i tractament específic per a cada un d'ells.

També s'ha pogut objectivar que la majoria de pacients ja diagnosticats d'alguna d'aquestes malalties presentava un bon control pel seu metge d'atenció primària, ja que les xifres obtingudes així ho han indicat, i per consegüent una bona adherència al seu tractament crònic.

En conclusió, l'equip mèdic valora aquest programa com molt important per a acostar-se al ciutadà per a formar, informar i previndre, perquè gràcies a l'educació s'aconsegueix corregir estils erronis de vida i, per tant, una societat més responsable amb la seua salut.

Servei de Cardiologia

L'equip de Cardiologia juntament amb l'equip de Medicina Primària, hi han participat amb un programa de prevenció i promoció de salut cardiovascular, detectant factors de risc cardiovascular, com ara obesitat, sedentarisme, hipertensió arterial, diabetis i dislipèmia. És ben sabut que aquests factors poden modificar-se amb el canvi a un estil de vida cardiosaludable, disminuint l'aparició de determinats esdeveniments cardiovasculars.

Els nostres professionals han impartit una xarrada grupal informant sobre quins són els factors de risc, quines patologies causen i com podem modificar-los amb l'adopció de determinats estils de vida o bé, en el cas que ja n'hi haja, com controlar-los amb l'ajuda dels professionals sanitaris. Durant les xarrades, s'ha respost als dubtes plantejats en el grup.

S'han realitzat més de 2.400 exploracions, com ara proves d'antropometria, presa de tensió arterial, glucèmia digital i electrocardiograma. Després d'aquestes exploracions i una breu entrevista, s'ha realitzat un càlcul de risc cardiovascular i de forma individualitzada s'han donat pautes per a mantindre i millorar la salut cardiovascular, assessorant i facilitant-ne material informatiu específic.

En cada municipi, els nostres professionals han valorat molt positivament la proximitat i la confiança de les persones participants.

Les anomalies detectades durant les exploracions han sigut valorades pel nostre equip remetent-se, segons la seua gravetat, a l'equip d'Atenció Primària de referència, en aquells casos en què es va detectar alt risc no conegut (15% de la població valorada), per al seu seguiment i control, i fins i tot, en 14 dels casos, al Servei d'Urgències, a causa de la possible gravetat de la situació (8 crisis hipertensives, 4 per arítmies no conegudes amb anterioritat i 2 per hiperglucèmia en pacients que no havien detectat símptomes clínics).

Osteoporosi, diagnòstic, prevenció i tractament

En aquesta edició de la Ruta de la Salut, la participació dels professionals d'Infermeria del Servei de Reumatologia i els metges del Servei de Medicina Física i Rehabilitació ha sigut doble:

- Xarrada divulgativa sobre el coneixement de l'osteoporosi, factors de risc, mesures preventives i tractament actual
- Tallers en què s'ha explicat i repartit fullets sobre les mesures dietètiques i l'exercici, que són fonamentals per a la prevenció de l'osteoporosi i com a ajuda al tractament.

A més, se'ls ha aplicat als assistents l'Índex de FRAX, índex patrocinat per l'Organització Mundial de la Salut (OMS) i que valora el risc de fractura en els pròxims 10 anys, aplicant els factors de risc d'osteoporosi. Als assistents se'ls donava un informe perquè l'ensenyaren al seu metge de família en la pròxima visita.

L'equip de professionals ha realitzat aproximadament 1.500 càlculs de risc de fractura amb el mètode FRAX[®] que avalua el risc de fractura en el ciutadà. Tots els pacients valorats tenien

una edat superior als 50 anys. Les valoracions han sigut majoritàriament en dones. Se'ls ha entregat el resultat en un document perquè servisca com a mitjà informatiu per al pacient i per al seu metge de capçalera i a cada persona dos fullets explicatius sobre l'exercici en la prevenció de l'osteoporosi i la dieta rica en calci i vitamina D.

Igualment en el circuit de proves han realitzat els test, s'han donat recomanacions particulars (quasi com en una consulta normal) sobre osteoporosi i les indicacions sobre la realització de la densitometria òssia, artrosi, artritis reumatoide, fibromiàlgia, cervicàlgia, lumbàlgia, síndrome del túnel carpià, dieta rica en calci i exercici permessos en cada cas particular segons els seus símptomes. També cal assenyalar que s'han vist traumatismes en fase de recuperació i, en aquests casos, s'han donat recomanacions en esquinços de canell, turmell i tendinitis.

Per la seua gran acceptació, creiem que hem col·laborat a difondre el coneixement d'una malaltia tan prevalent com l'osteoporosi, millorant-ne el diagnòstic precoç i l'aplicació de mesures higièniques i tractament en els casos necessaris, comptant sempre amb la indispensable col·laboració del Metge de Família.

Nutrició i exercici

En aquesta edició de la Ruta de la Salut, l'equip de dietistes-nutricionistes de la Unitat d'Endocrinologia i Nutrició, a més d'intentar millorar la salut de la població a través de l'adquisició o millora d'uns bons hàbits dietètics i d'exercici físic, ha aprofitat la participació dels habitants de les diverses poblacions visitades durant aquests mesos per a determinar l'adherència a la dieta mediterrània d'un grup de ciutadans de la província de València i la seua relació amb l'Índex de Massa Corporal, intentant esbrinar si una alta adherència a aquesta s'associa amb una menor prevalença d'obesitat.

En aquesta edició s'han avaluat més de 800 persones (el nombre total de participants en les tres edicions s'acosta a les 2.000 persones). L'adherència va ser calculada a partir del qüestionari MEDAS-14. El pes, massa greix, greix visceral i Índex de Massa Corporal van ser mesurats utilitzant un impedanciòmetre de la marca OMRON, model BF500.

Les edats dels participants estaven compreses entre 24 i 89 anys, amb una edat mitjana de $64,96 \pm 1,25$ anys. Quant als resultats obtinguts, el 44% de la mostra va presentar sobrepés i el 31% obesitat, sent l'excés de pes ponderal més comú en persones majors de 65 anys ($p < 0,001$). L'adherència a la dieta mediterrània va ser relativament alta, sense diferències significatives entre sexes ($p = 0,254$). Els subjectes amb baixa adherència van presentar un major Índex de Massa Corporal, encara que no es van trobar diferències significatives en relació a l'excés de massa greix ($p = 0,45$) i greix visceral ($p = 0,705$).

De l'estudi i anàlisi de les dades obtingudes **concloem** que una baixa adherència a la dieta mediterrània es va associar a un major risc de patir obesitat, principalment en els homes. Per tant, considerem que és necessari implementar estratègies dirigides al control del pes i la lluita contra l'obesitat, entre les quals l'educació alimentària basada en els aspectes qualitius i quantitius del patró de la dieta mediterrània hauria de figurar com a aspecte fonamental.

Quant a activitat física, a més del consell individualitzat segons característiques i patologies, s'ha pretés transmetre la importància de l'exercici físic en la prevenció i tractament de malalties de cara a una implementació en l'esquema de vida dels participants.

Resum d'Activitat

En total, durant la Ruta de la Salut s'han impartit **356** conferències, desenvolupades durant els mesos:

- Abril: es van realitzar 36 conferències
- Maig: es van realitzar 84 conferències
- Juny: es van realitzar 68 conferències
- Setembre: es van realitzar 52 conferències
- Octubre: es van realitzar 72 conferències
- Novembre: es van realitzar 44 conferències

Hem estimat que en aquests 89 municipis, hauran participat en aquest programa de la Ruta de la Salut més de 3.000 persones.

Respecte a les revisions gratuïtes, es calcula que s'han fet més de **19.000** tècniques:

- Tècniques de pneumologia (espirometries, cooximetria i mesuraments de saturació d'oxigen).
- Càlculs de risc de fractura.
- Exploracions (presa de tensió arterial i glucèmia digital) i electrocardiogrames.
- Bioimpedanciometries, IMC, enquestes adherència DM

Personal participant

Segons el calendari pactat amb els municipis, els professionals de l'Hospital General Universitari de València s'ha desplaçat als municipis en dilluns, dimarts, dimecres i dijous, on han desenvolupat el programa de salut de 17:00 a 20:00 hores.

Els professionals implicats per a desenvolupar els distints programes de la Ruta de la Salut 2016, que s'han anat rellevant entre ells per a cobrir-la, han sigut un total de **56 persones** amb el desglossament següent:

- **Equip de facultatius especialistes en diferents especialitats: 37**
- **Equip d'infermeria: 10**
- **Equip de nutricionistes: 8**
- **Coordinació i Gabinet de Comunicació: 1**



ENQUESTA DE SATISFACCIÓ

Dels resultats de les enquestes (vegeu annex), s'objectiva un alt grau de satisfacció dels participants i al mateix temps proposen uns possibles temes a desenvolupar en futures edicions:

- Al·lèrgies
- Malalties cròniques
- Demència i Alzheimer
- Malalties oncològiques i Prevenció de càncer de pell
- Cuina saludable
- Remeis naturals
- Exercici segons edat i patologia
- Nutrició
- Ictus
- Memòria i motricitat (consells pràctics)
- Detecció precoç de malalties
- Atenció dels ulls
- Vacunes
- Dolor crònic

RECONeixEMENTS I PREMIS

- Premi de la Fundació Hispana d'Osteoporosi i Malalties Metabòliques (Fhoemo)
- Millor Comunicació d'Infermeria en el XXII Congrés de la Societat Valenciana de Pneumologia
- Finalista en els Premis Best in Class en Responsabilitat Social Corporativa – 2015
- Premi FHOEMO Millor poster en la difusió de l'osteoporosi en el Congrés de SEIOMM – 2015
- Premi Best in Class en Responsabilitat Social Corporativa - 2016