

NUESTRO MEJOR CORAZÓN

Protocolo de Prevención de Enfermedad Cardiovascular (PEC) – Promoción de la Salud en el trabajo

Dr. José Luis Vilanova Alonso

Servicio de Prevención – Unidad de Medicina del Trabajo
Coordinador del Protocolo de Prevención de Enfermedades Cardiovasculares
E-mail: jlvilanova@iberdrola.es

Dr. Victor Adrián Harasemiu

Médico del Trabajo / Servicio Médico de Iberdrola

NUESTROS PRINCIPIOS BÁSICOS



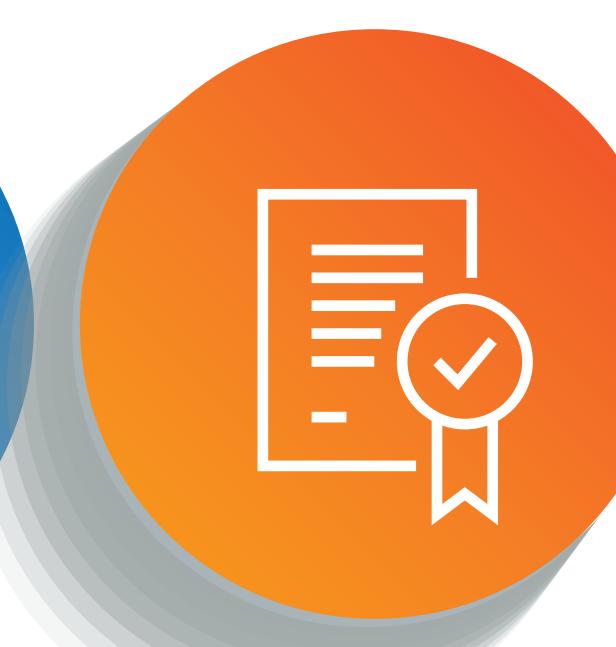
PARTICIPACIÓN
de los
empleados



Promover
SALUD y
BIENESTAR



Adoptar
BUENAS
PRACTICAS



Cursos sobre
HÁBITOS
SALUDABLES

NUESTROS 5 PRINCIPIOS ESENCIALES SOBRESEGURIDAD Y SALUD



Seguimos
nuestros
procesos, reglas
y procedimientos



Fomentamos
la SALUD y el
BIENESTAR
dentro y fuera
del trabajo



Solo asumimos el
trabajo para el
cual somos
competentes



Cuidamos de los
demás y
trabajamos
como un equipo



Pensamos antes
de actuar:
evaluamos y
controlamos los
riesgos

2011

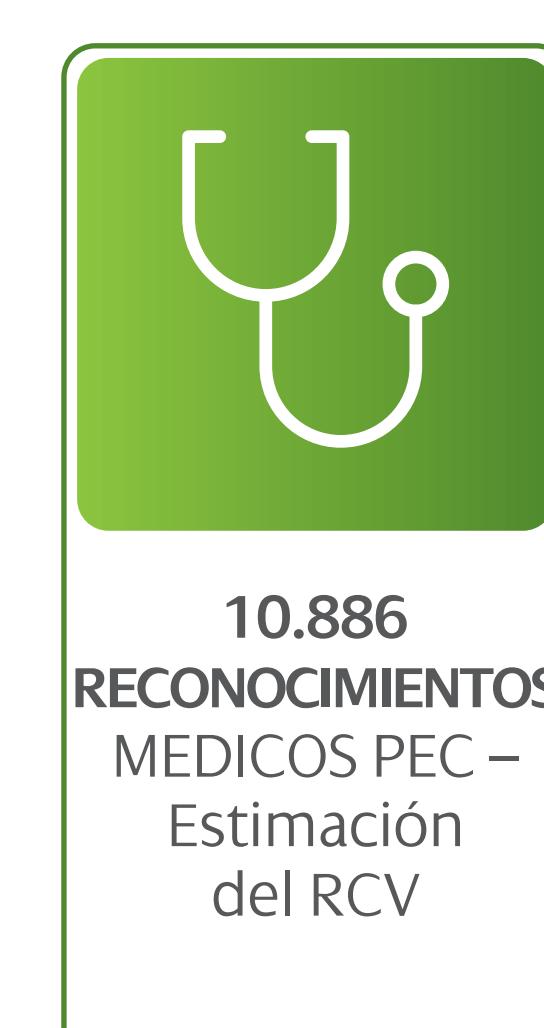
A raíz de algunos casos de muerte súbita entre nuestros empleados nos propusimos cuidar de nuestro corazón, afianzar una cultura preventiva al respecto y adelantarnos a los daños antes de que se produzcan mediante:



13.579 HORAS
de
CHARLAS
DIVULGATIVAS



DIFUSIÓN 11
VIDEOS
Cada mes
hábitos devia-
da para un factor de
RCV clásico



10.886
RECONOCIMIENTOS
MEDICOS PEC –
Estimación
del RCV



FACTORES DE
RIESGO
Protocolo
médico para
dejar de fumar



ALIMENTACIÓN
SALUDABLE
Menú saludable
en comedor de
empresa



ACTIVIDAD
FÍSICA
Gimnasio y pista
de pádel en centro
de trabajo

8

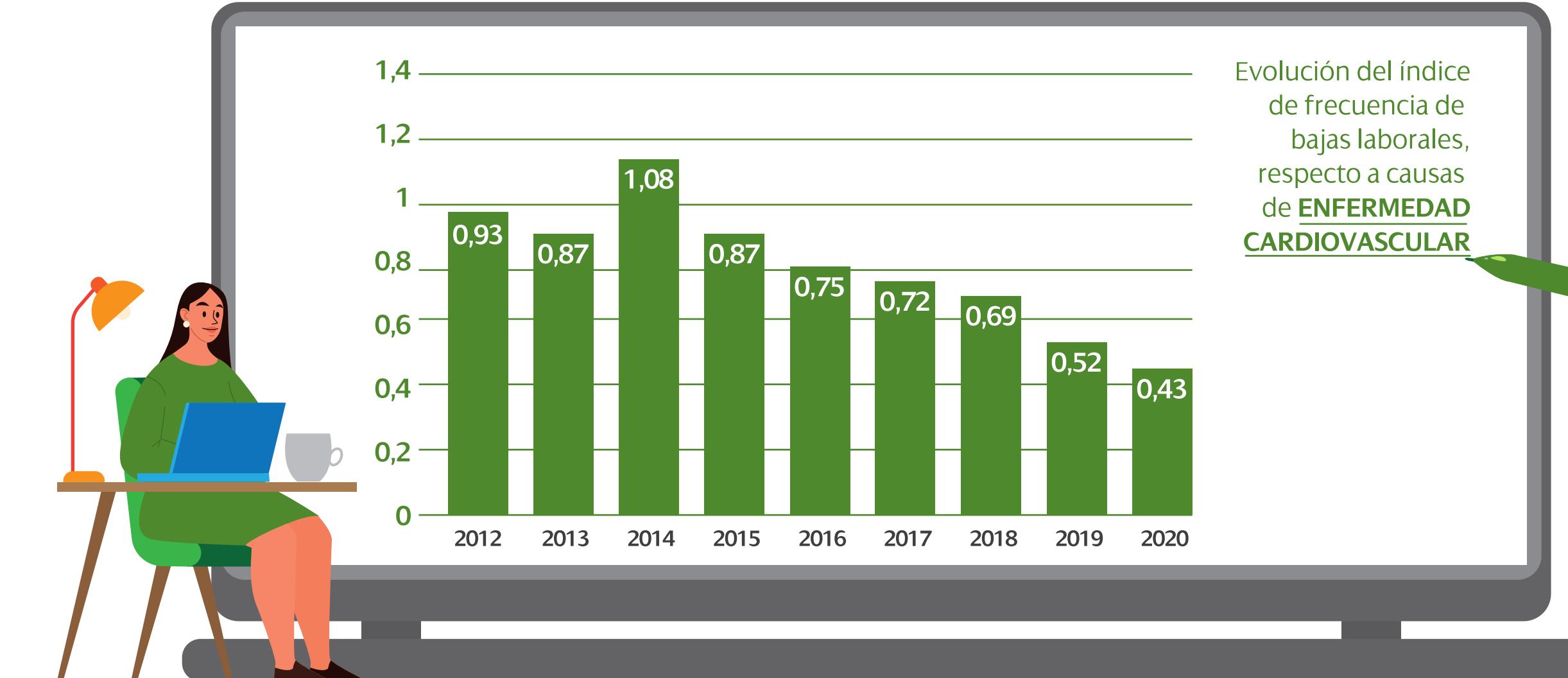
años después había que comprobar si íbamos por buen camino: el empleado de Iberdrola había mejorado TODOS sus elementos de riesgo medibles.



2012

2019

46,01	EDAD	46,35
129,47 - 79,03	T.ART.	121,05 - 74,81
100,49	PER. ABD.	93,13
79% ex/no fumadores	TABACO	85% ex/no fumadores
27,09	IMC	26,43
Semanal	EJERCICIO	Semanal
205,20	COLESTEROL	197,56



Y llegó la hora de mirar más lejos: **Evaluación poligénica integrada del riesgo cardiovascular y manejo clínico diferencial**

OBJETIVO: Valoración de determinantes genéticos de cardiopatía isquémica (C.I.) y de los que sustentan factores clásicos de riesgo cardiovascular (RCV) en poblaciones seleccionadas en función de un doble criterio de carga familiar y de edad (jóvenes con un fin puramente preventivo). El estudio del 1er grupo persigue confirmar la validez del estudio genético y su concordancia con los casos en los que conocemos una elevada incidencia familiar de C.I. El estudio del 2º grupo trata de establecer la predisposición genética al desarrollo de los factores clásicos de RCV, para establecer criterios de vigilancia específica y de tratamiento precoz en los casos que corresponda.

DURACIÓN: 2019 – 2023 / POBLACIÓN ESTIMADA: 600 empleados

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

1er grupo: Antecedentes familiares de C.I. precoz o de C.I. por ambas líneas familiares

2º grupo Jóvenes aleatoriamente en el año que cumplen 30 años, para valorar la carga genética de ocho factores de riesgo clásicos

MÉTODO

Test Cardioincode Score de 12 determinantes genéticos

Test Cardioincode Check, que añade al método Score otros 158 determinantes genéticos

PRIMEROS RESULTADOS:

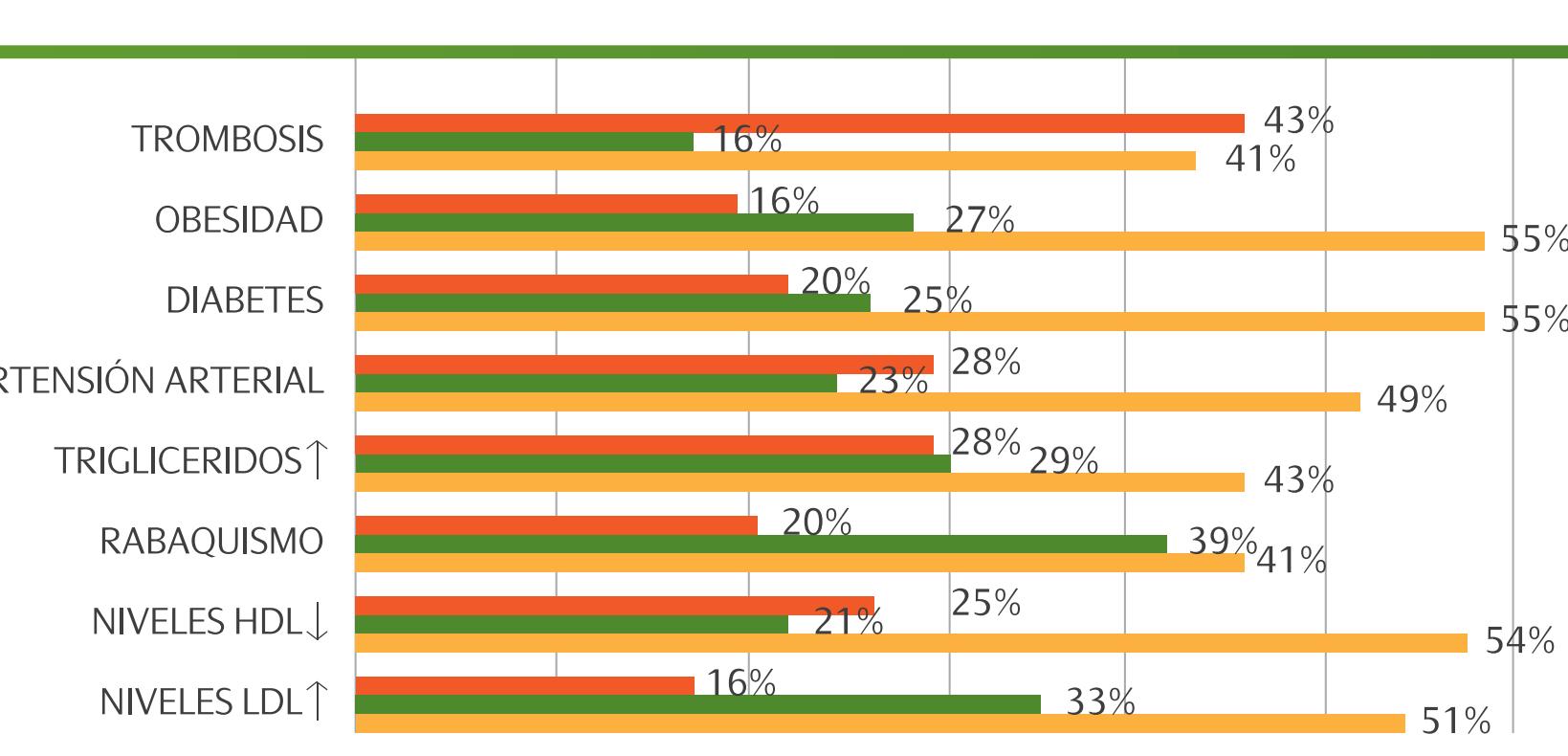
142 trabajadores (37%) precisan acciones preventivas y correctoras sobre sus elementos de riesgo, y de ellos 99 en Q5 de riesgo severo (26%).

RR =1	17	86	38	141
RR 1,1-1,5	14	69	34	128
RR >1,5	20	81	27	117
Total	51	236	99	386
	Q1	Q2-Q4	Q5	Total

Estratificación en cuadrantes de riesgo, en base a la combinación del riesgo relativo (RR) y el factor de riesgo genético (quintiles de riesgo)

Predisposición genética
a desarrollar factores de
riesgo cardiovascular

Predisposición genética (PG) en relación con los factores de RCV



ACTUACIÓN:

ELABORAMOS UN PROTOCOLO
DE SEGUIMIENTO QUE INCLUYE:

1. Controles diagnósticos periódicos
3. Fomentar hábitos de vida saludables

2. Recomendaciones higiénico-dietéticas

4. Criterios de tratamiento y derivaciones especializadas

"Son nuestras personas, y ponen cada día su corazón para darnos luz. Qué menos que quienes nos ocupemos de la salud cuidemos esos corazones mientras trabajan, descansan, se emocionan y viven ..."

Servicio de
Prevención
mancomunado



IBERDROLA