Detección de riesgos metabólicos y cardiovasculares en personal de la comunidad de ECOSUR de San Cristóbal

ECOSUR

Departamento de Salud

Dirección del estudio

- Dr. Héctor Ochoa Díaz-López (Investigador Titular “C”)
- Dr. César Antonio Irecta Nájera (Investigador Asociado “B”)

Colaboradores

- Mtra. Leonides Elena Flores Guillén (Estudiante de Doctorado)
- Mtra. Pilar Elena Núñez Ortega (Estudiante de Doctorado)
- Dra. Itandehui Castro Quezada (Posdoctorante)
- Ing. Roberto Solís Hernández (Técnico académico)
- QFB. Ivar Jasiel Torres Romero (Asistente de investigación)
- Estudiantes de Nutrición de la UNICACH

OBJETIVO

Evaluar el perfil de riesgo metabólico y cardiovascular en personal de ECOSUR Unidad San Cristóbal de Las Casas, mediante la participación voluntaria y confidencial en tres etapas realizadas del 4 al 28 de septiembre del 2018.

ETAPAS DEL ESTUDIO

Primera etapa

Cuestionario autoaplicable en línea para evaluar factores de riesgo cardiovascular.

92 personas

Segunda etapa

Mediciones antropométricas (peso, talla, circunferencia de cintura) y presión arterial.

73 personas

Tercera etapa

Datos bioquímicos: glucosa, colesterol total, colesterol HDL, colesterol LDL y triglicéridos.

63 personas

Riesgo de enfermedades metabólicas y cardiovasculares

Escala de Framingham

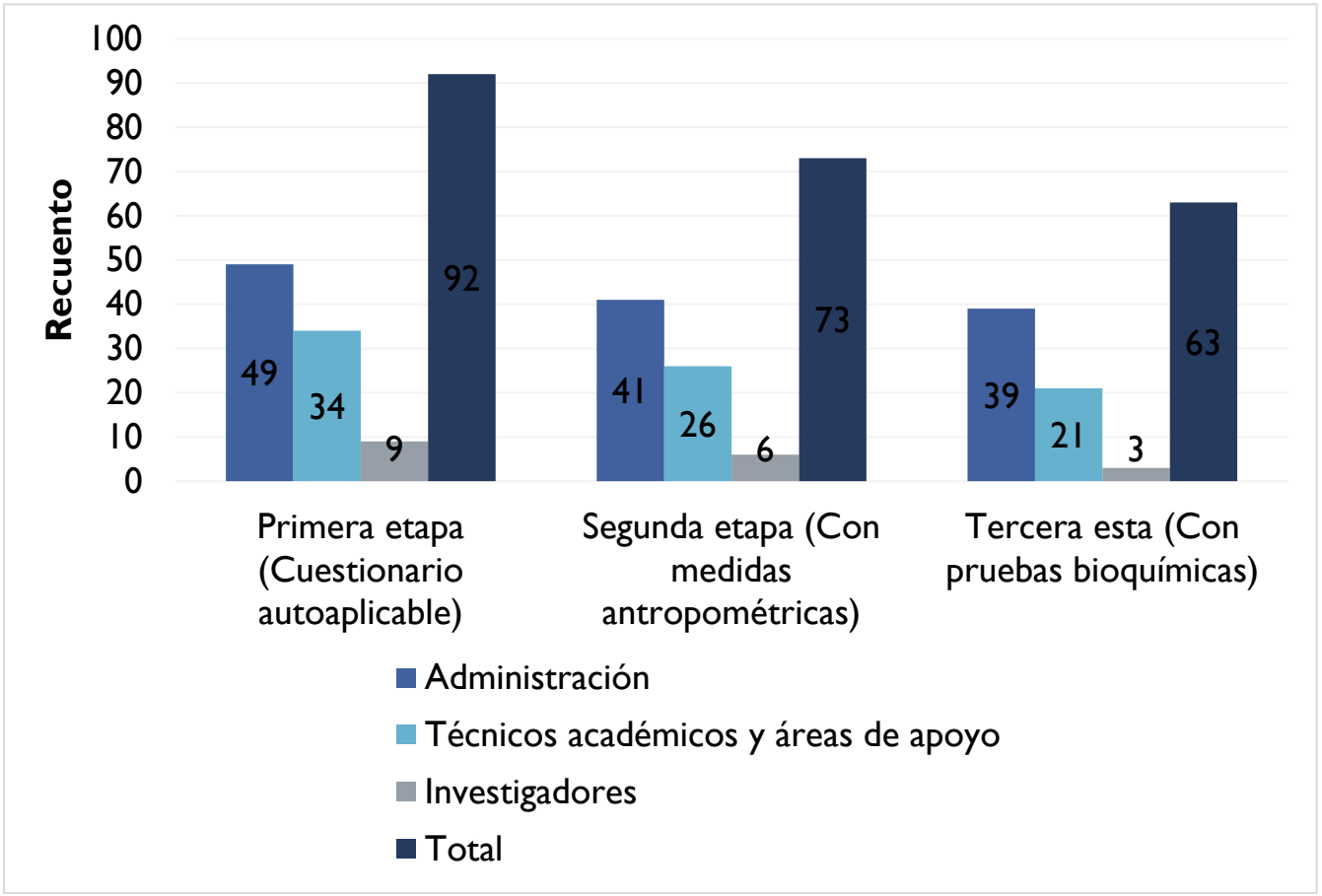
Síndrome metabólico (ALAD)

PRIMERA ETAPA

53

39

Distribución de categoría laboral según etapas del estudio

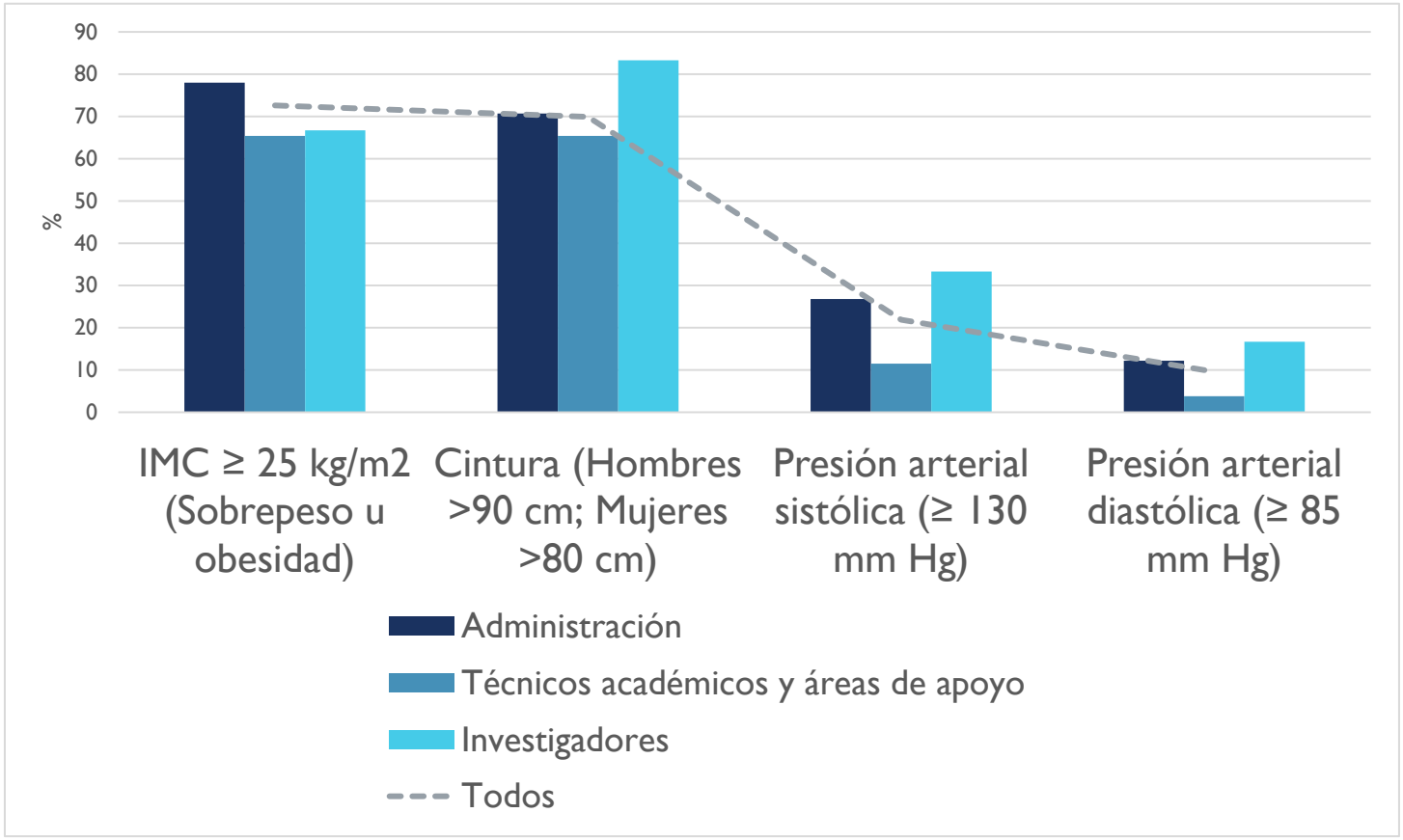


SEGUNDA ETAPA

47

26

Factores de riesgo de acuerdo a indicadores antropométricos y clínicos por categoría laboral (n=73)

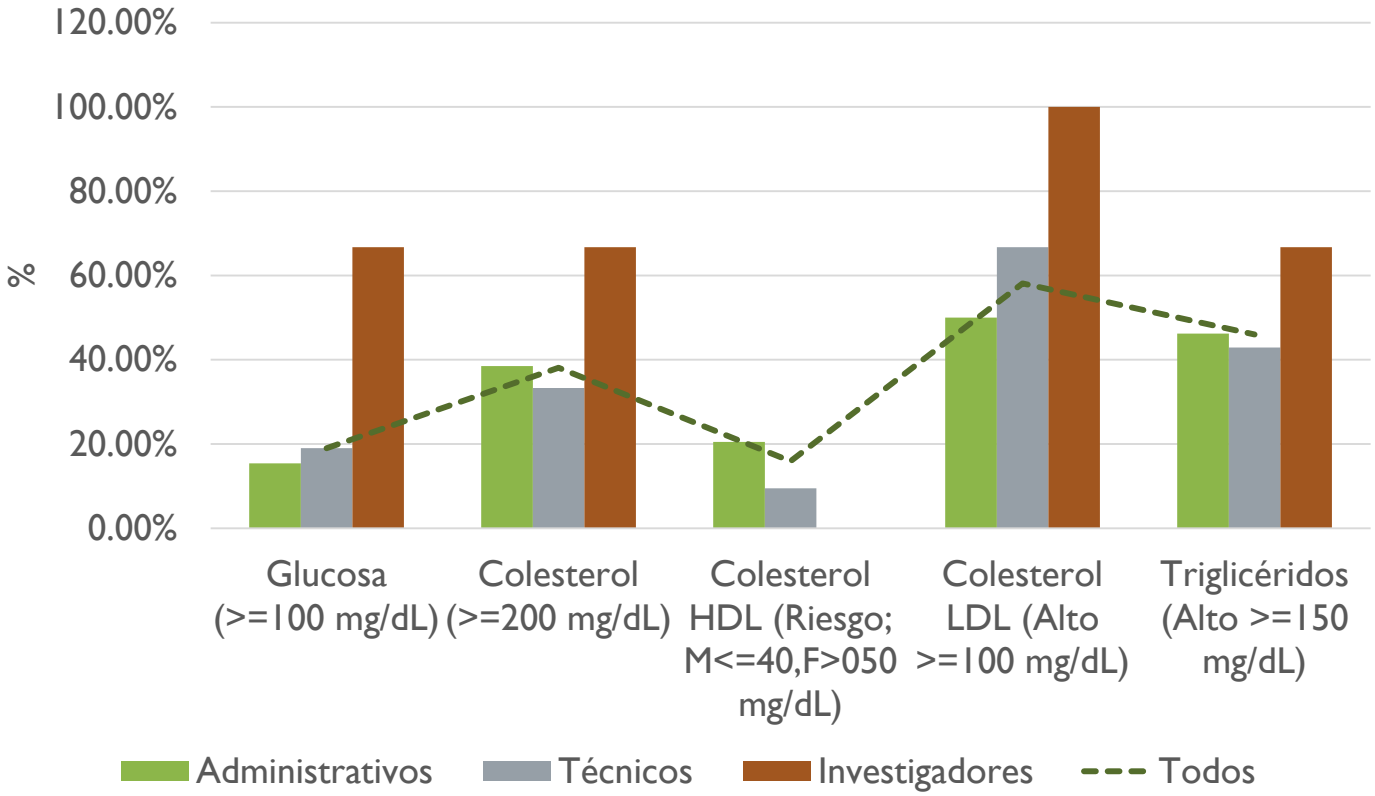


TERCERA ETAPA

44

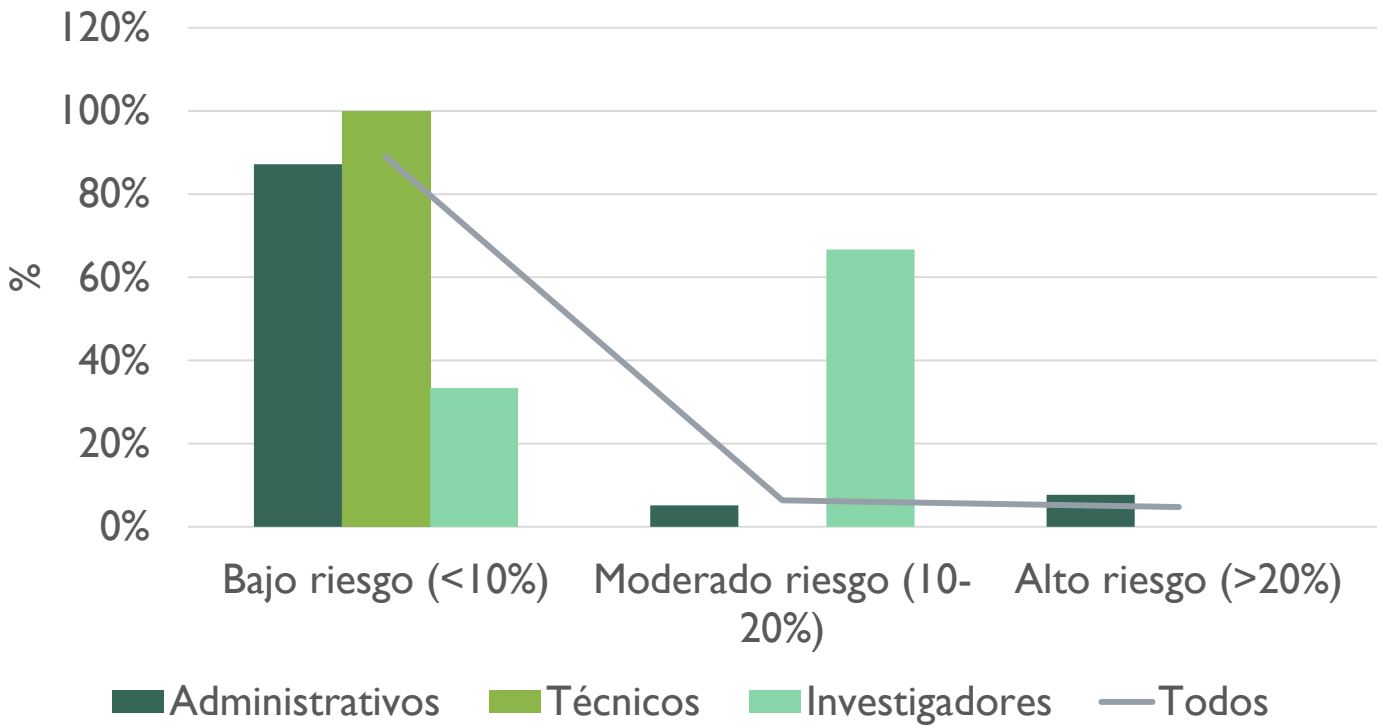
19

Población en riesgo por indicadores bioquímicos de acuerdo a categoría laboral (n=63)



RIESGO DE ENFERMEDADES METABÓLICAS Y CARDIOVASCULARES

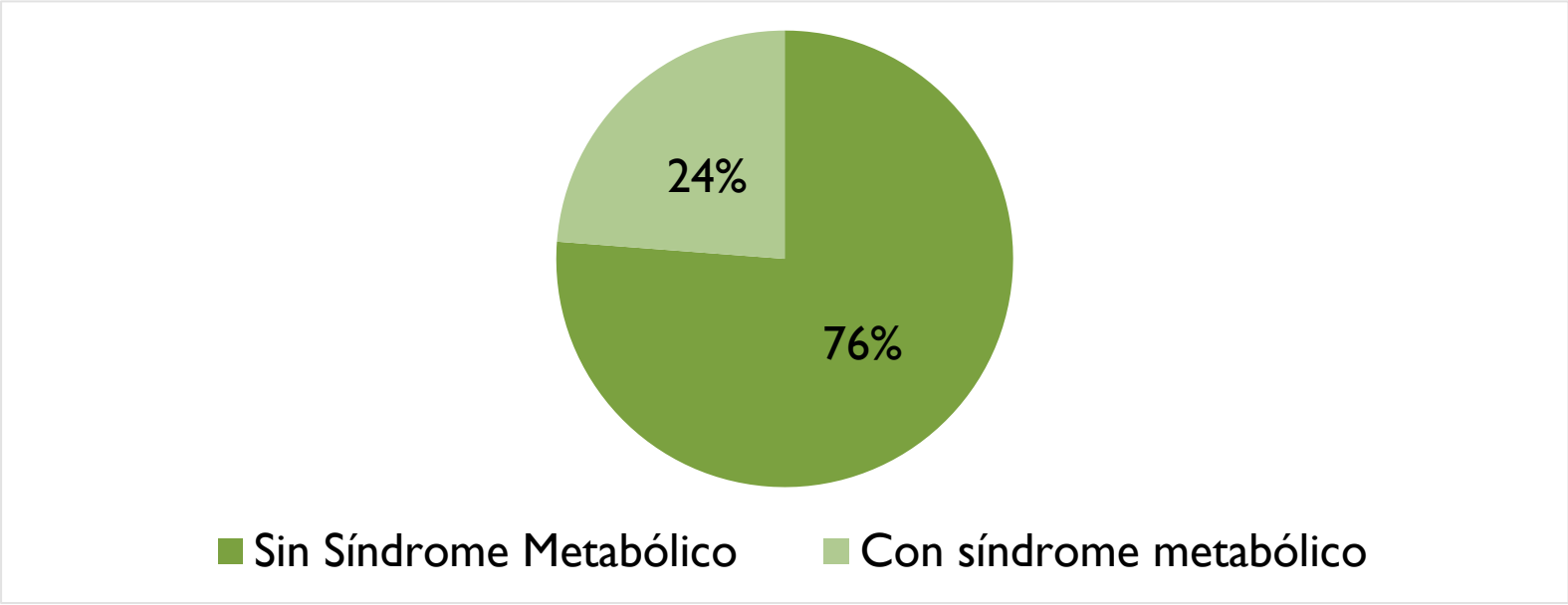
Riesgo de enfermedades cardiovasculares por Escala de Framingham de acuerdo a categoría laboral (n=63)



D´Agostino *et al.*, 2008

RIESGO DE ENFERMEDADES METABÓLICAS Y CARDIOVASCULARES

Prevalencia de síndrome metabólico de acuerdo a la escala ALAD* (n=63)



*Asociación Latinoamericana de Diabetes

Rosas Guzman *et al.*, 2010

PROPUESTAS DE ACCIÓN

Dieta saludable y sostenible

- Talleres grupales de alimentación saludable
- Orientación alimentaria (pasantes de Licenciatura en nutrición)

Eventos deportivos

- Torneos internos deportivos mixtos (varones y mujeres) para voleibol, básquetbol y fútbol de lunes a viernes de a partir de las 16:10 a 18:00 horas.
- Activación física, dos veces por semana, por las mañanas.
- Zumba y gimnasia cerebral, dos veces por semana, por las mañanas.

Seguimiento de factores de riesgo cardiovascular