



Desafíos para mejorar
la calidad de vida en

Quibdó

Encuesta Comunitaria
de Salud y Enfermedad

Cardiovascular



Universidad de
los Andes

Escuela de Gobierno
Alberto Lleras Camargo



ABORDAJE SOCIAL DE LA

Hipertensión

Tradicionalmente se ha considerado la **hipertensión arterial** como un problema exclusivamente **biológico**, que requiere atención médica. Sin embargo, cada día existe **mayor evidencia** de la necesidad de ampliar esta visión, reconociendo el carácter social de la **hipertensión**.

El reconocimiento de la **hipertensión** desde una perspectiva social abre la posibilidad de comprender que si bien tiene consecuencias biológicas, su **desarrollo** y, por tanto, su **prevención** más efectiva requiere reconocer los contextos y factores que influencian la forma en la cual las **personas nacen y viven**. En este sentido es importante destacar aspectos como la **educación**, el **empleo** e **ingreso dignos**, la adecuada **infraestructura** para la **actividad física** y la **recreación**, la variedad y calidad de **alimentos saludables**, la **seguridad** en los espacios públicos y privados, los y buenos niveles de **integración** entre los miembros de la comunidad, entre otros. Estos aspectos han sido descritos en la literatura sobre este tema y también se han identificado como importantes en un estudio realizado con actores sociales y políticos de Quibdó¹.

¹Lucumi DJ, Schulz AJ, Israel BA. Local Actors' Frames of the Role of Living Conditions in Shaping Hypertension Risk and Disparities in a Colombian Municipality. *J Urban Health*, 2016;93(2):345-63



Aunque la presión arterial alta suele ser silenciosa, la **prehipertensión** y la **hipertensión** aumentan el riesgo de sufrir algún tipo de enfermedad cardiovascular, daño en el riñón o lesión en los ojos.



En Colombia,
4 de 10 infartos y
6 de cada 10 de los
"derrames cerebrales"
están asociados a la
hipertensión¹.

¹Ministerio de Salud y Protección Social, 2017

Abordando los Determinantes Sociales de la

Hipertensión en QUIBDÓ



Hipertensión



Prehipertensión

ES UN TIPO DE PRESIÓN ARTERIAL ALTA QUE SE PRESENTA CUANDO

PRESIÓN ARTERIAL SISTÓLICA
120 - 139
PRESIÓN ARTERIAL DIASTÓLICA
80 - 90
Milímetros de mercurio

Chocó es uno de los cinco departamentos donde **mueren** más personas por causas relacionadas con la **hipertensión**².



²Vargas-Sandoval G, Valencia-Hernández C, Castaño-Orjuela C. Quinto Informe ONS: carga de enfermedad por enfermedades crónicas no transmisibles y discapacidad en Colombia. En: Instituto Nacional de Salud. Observatorio Nacional de Salud. Ministerio de Salud y Protección Social, editor. Carga de enfermedad por Enfermedades Crónicas No Transmisibles y Discapacidad en Colombia. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia; 2015.

¿Quiénes participaron en la ENCUESTA?



50,1%

MUJERES



49,9%

HOMBRES

27%

45 y 65 Años

73%

18 y 44 Años

56%

casados o en
unión libre



44%

viven sin pareja



18%

no completó
la primaria

16%

completó la
primaria

44%

tenía
bachillerato
completo

22%

completó
educación
superior



65%

no recibe **ingresos**
económicos

35%

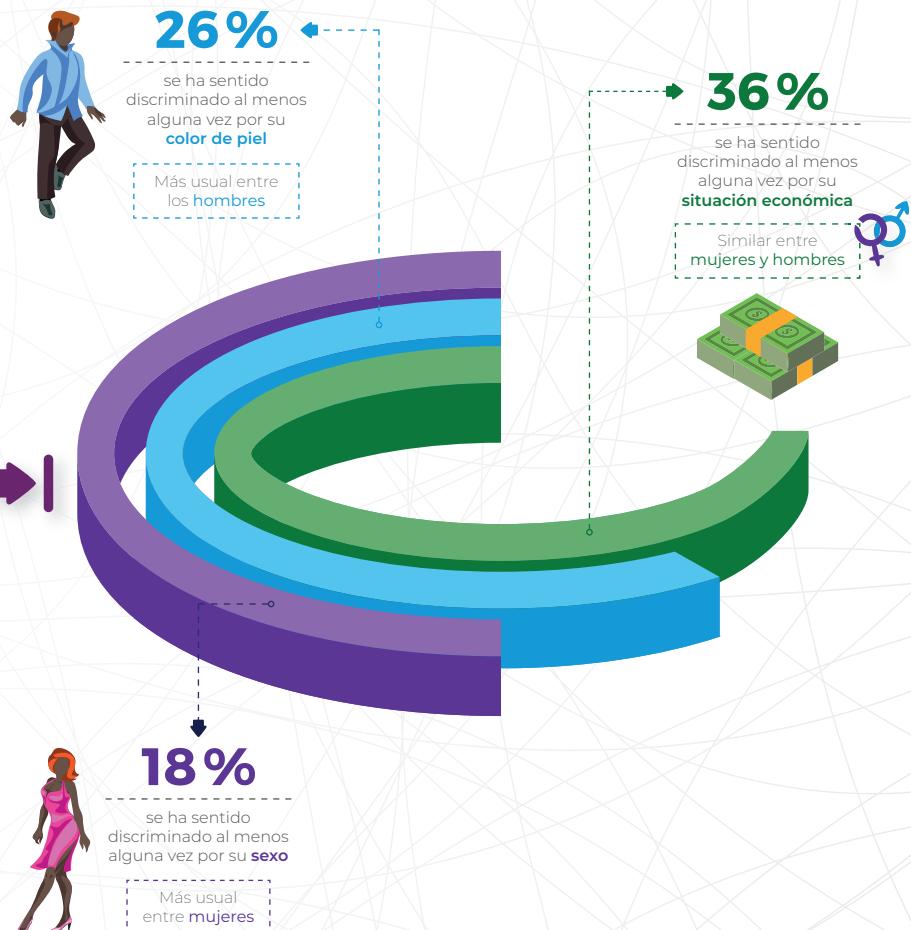
recibe **ingresos**
económicos

50%

empleados
trabajadores
independientes
5% pensionados

RESULTADOS DE LA **ENCUESTA**

¿Cómo percibo la DISCRIMINACIÓN?



¿Cómo percibimos el BARRIO?

83%

percibe la **inseguridad** como un problema

75%

se uniría a sus vecinos para mejorar la **seguridad**

76%

colabora con sus vecinos

44%

reconoce que hay gran disponibilidad de **frutas frescas**

41%

reconoce que hay disponibilidad de **verduras frescas**

58%

reconoce que hay mucha venta de **fritos**

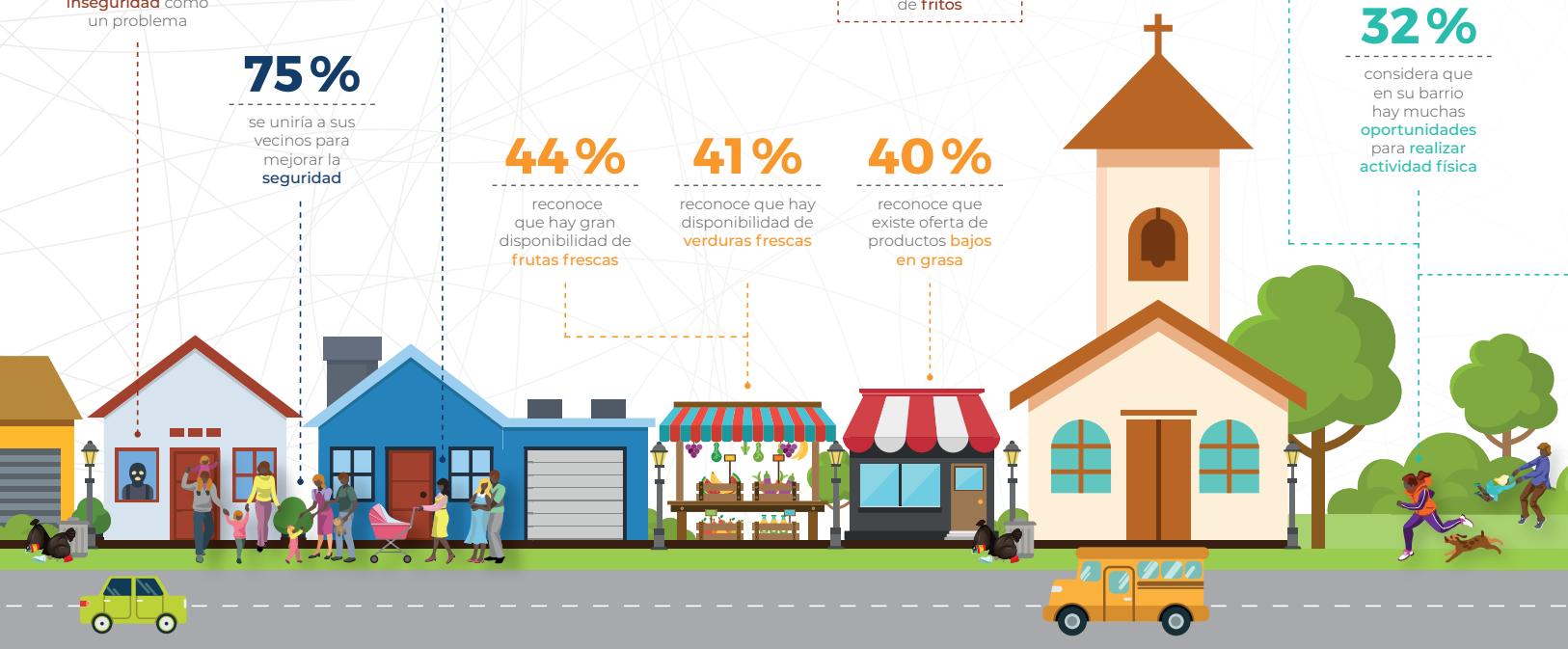


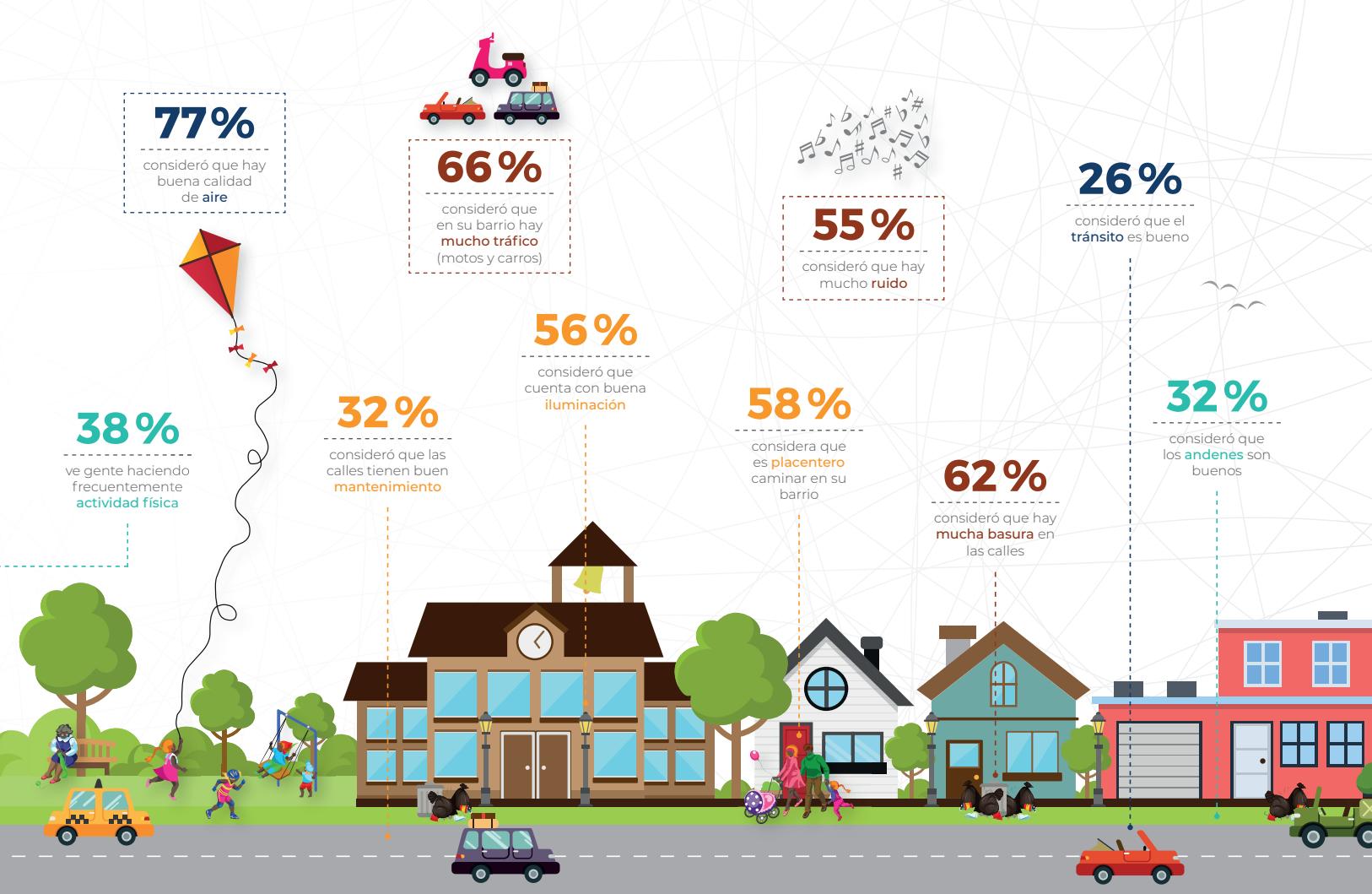
16%

consideró que los espacios para la actividad física y el deporte **están en buen estado**

32%

considera que en su barrio hay muchas **oportunidades** para realizar **actividad física**





NUESTROS COMPORTAMIENTOS

HÁBITOS



11,5 %
fuma cigarrillo



64 %
consumió alcohol
en el último mes

⁴ Para la Encuesta se define caminar por transporte cuando esta actividad es realizada por razones diferentes al ocio. Por ejemplo, caminar para ir al trabajo.



ACTIVIDAD FÍSICA

Caminar como medio de transporte⁴



31 %

caminó por
transporte al
menos 10 minutos
seguidos y más de
cuatro días en la
última semana

12 %

lo hizo por al
menos 10 minutos
seguidos por tres o
cuatros días

22 %

lo hizo por al
menos 10 minutos
seguidos uno o
dos días

35 %

no caminó por
transporte por al
menos 10 minutos
seguidos en
ninguno de los
días de la semana

Caminar en el tiempo libre en la última semana



75 %

no caminó en
tiempo libre por al
menos 10 minutos
seguidos

10 %

lo hizo por **uno**
todos días

5 %

lo hizo por **tres o**
cuatro días

10 %

lo hizo **más de**
cuatro días

Actividad física moderada (no incluye caminar por tiempo libre o transporte)

75%

en la última
semana **no realizó**
actividad física
moderada por al
menos 10 minutos
seguidos

13%

lo hizo por **uno o**
dos días

4%

lo hizo por **tres o**
cuatro días

8%

lo hizo **más de**
cuatro días

Actividad física vigorosa

89%

en la última
semana **no realizó**
actividad física
vigorosa por al
menos 10 minutos
seguidos

5%

lo hizo por **uno o**
dos días

3%

lo hizo por **tres o**
cuatro días

4%

lo hizo **más de**
cuatro días



Recomendaciones
de actividad física
para adultos:

mínimo
150
minutos
(dos horas y media)

acumulados a la
semana.

Estas actividades
pueden realizarse en
la **vida cotidiana** en
diferentes lugares y
momentos del día.



Recomendaciones consumo de frutas y verduras: al menos **tres porciones diarias de frutas y dos de verduras**

Límite máximo de circunferencia abdominal: mujeres **80 cm** y hombres **90 cm.**



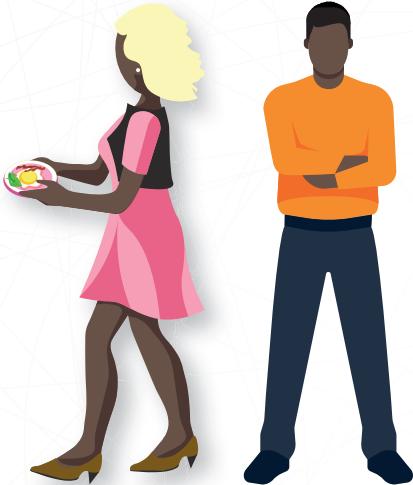
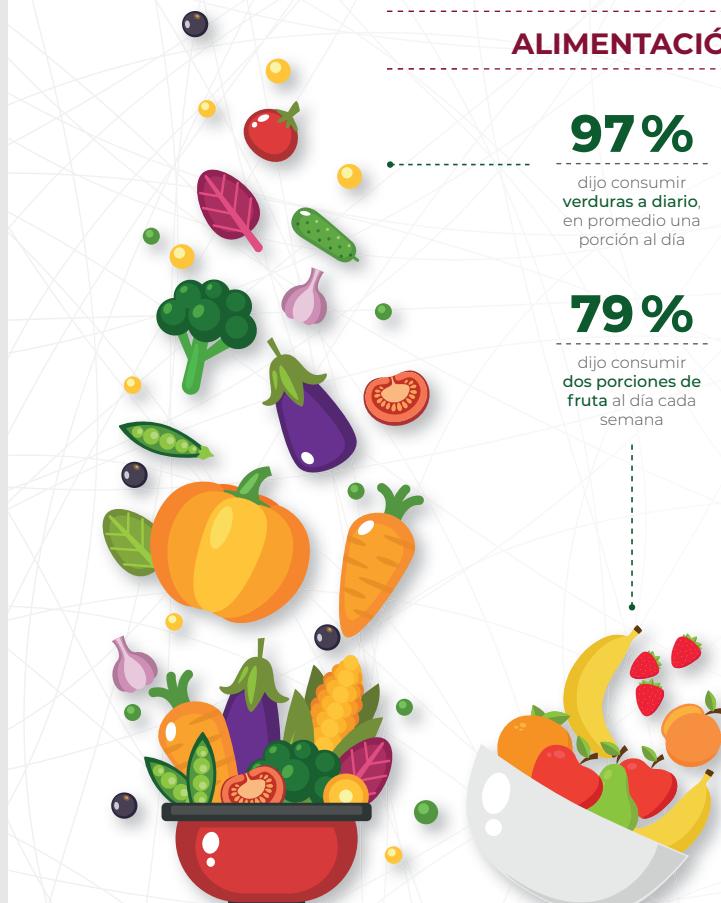
ALIMENTACIÓN

97 %

dijo consumir **verduras a diario**, en promedio una porción al día

79 %

dijo consumir **dos porciones de fruta** al día cada semana



Considerando toda la población, **53 %** tenía **una circunferencia abdominal con una medida superior a los límites estipulados.**



18 %

consume siempre o con frecuencia alimentos procesados altos en sal



9 %

considera que tiene un exagerado o alto consumo de sal

37 %

de los hombres tienen sobrepeso

37 %

de hombres tuvo un exceso en la circunferencia abdominal

18 %

tienen obesidad

38 %

tienen obesidad

31 %

de las mujeres tienen sobrepeso

69 %

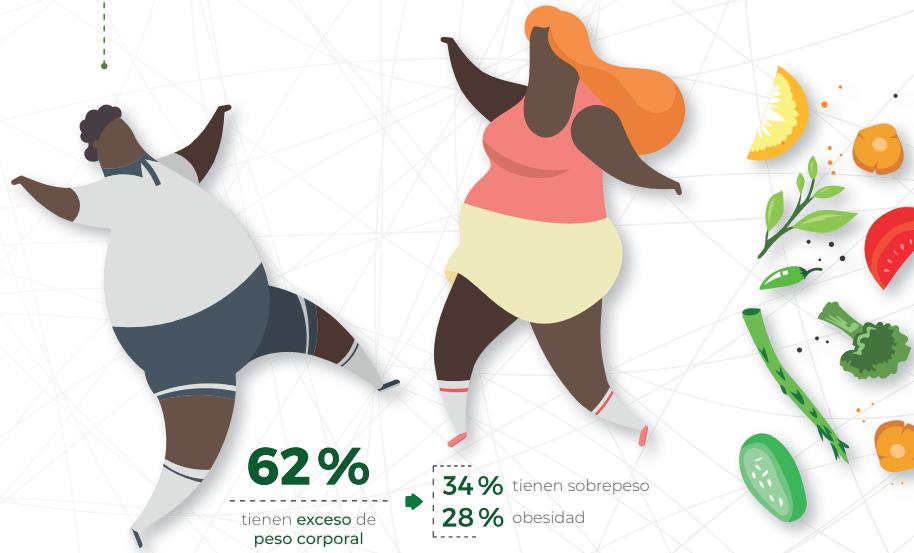
de mujeres tuvo un exceso en la circunferencia abdominal

62 %

tienen exceso de peso corporal

34 % tienen sobrepeso

28 % obesidad



Un evento

estresante puede ser: separación de la pareja, **pérdida** del trabajo o la jubilación, malos resultados en los negocios, un **episodio** de violencia, un **problema** grande en la familia, problema serio de salud o **accidente**, muerte de la pareja, **enfermedad** o **muerte** de un familiar cercano.



NUESTRA REALIDAD



ESTRÉS



22%

reportó haber experimentado al menos **un evento estresante** en el **último año**



De los que manifestaron haber tenido, al menos, un **evento estresante**, el promedio experimentado fue **2**



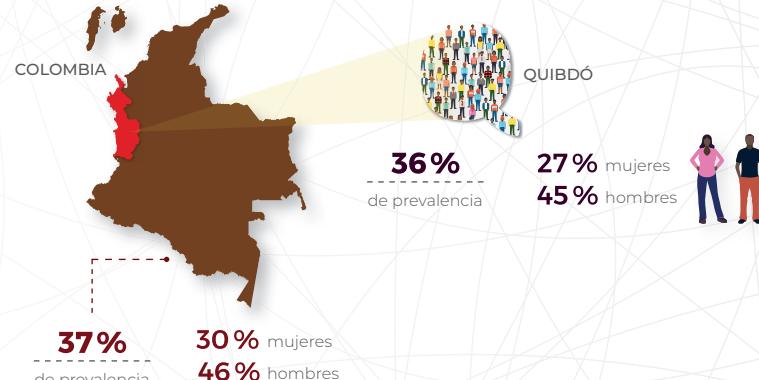
41%

se siente **inseguro** estando solo (a) en la **casa**

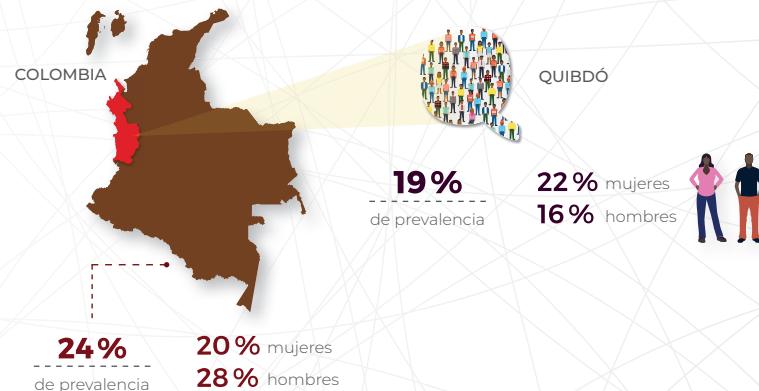
NUESTRA PRESIÓN ARTERIAL



PREHIPERTENSIÓN⁵



HIPERTENSIÓN⁶

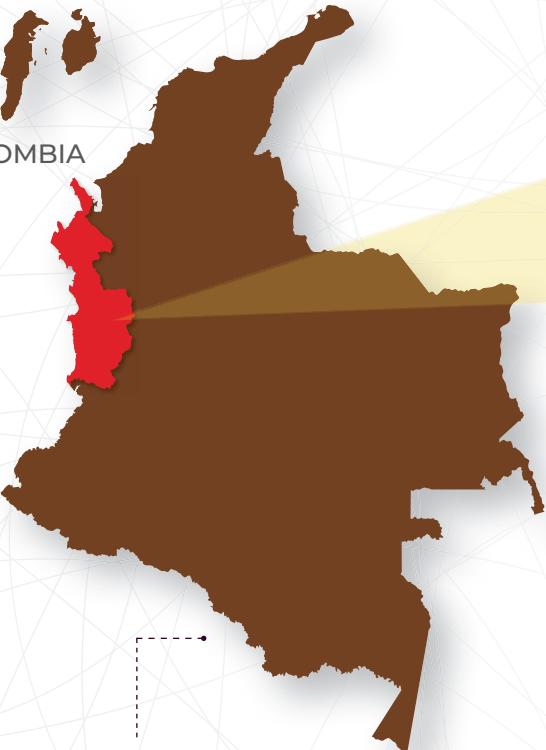


⁵Restringiendo el análisis al mismo rango de edad (18 a 65 años) y usando los datos de la Encuesta Nacional de Salud de 2007.

⁶Restringiendo el análisis al mismo rango de edad (18 a 65 años) y usando los datos de la Encuesta Nacional de Salud de 2007.



COLOMBIA



61%

de la población entre
18 - 65 años tiene la
presión arterial **más alta** de lo normal

50% mujeres
74% hombres



55%

de la población entre
18 - 65 años tiene la
presión arterial **más alta** de lo normal

49% mujeres
61% hombres



QUIBDÓ



ACERCA DE LA ENCUESTA

La Encuesta Comunitaria de Salud y Enfermedad Cardiovascular de

Quibdó buscó llenar los vacíos existentes en el conocimiento sobre aspectos sociales y comportamientos relacionados con la **hipertensión** en Quibdó. Hace parte de la iniciativa

Abordando los Determinantes Sociales de Hipertensión en Quibdó, en la cual participan organizaciones e instituciones locales que integran la *Coalición Interétnica por la Salud Integral (COAINTSI)*, que trabaja en alianza con la *Escuela de Gobierno Alberto Lleras Camargo de la Universidad de los Andes*.



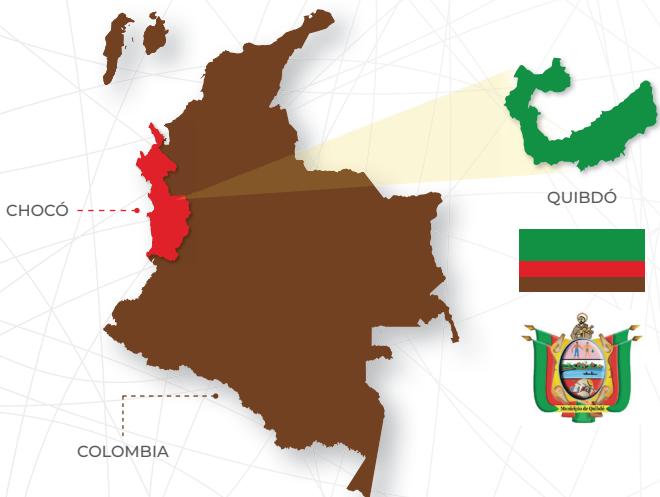
La Encuesta fue financiada y apoyada técnicamente por la Iniciativa Global en Salud de la **Fundación Henry Ford**. Su realización técnica y operativa fue posible gracias a **COAINTSI**, la **Facultad de Medicina de la Universidad El Bosque** y la **Escuela de Gobierno Alberto Lleras Camargo de la Universidad de los Andes**.

[Contacto]

Para mayor información puede escribir a:
Diego Iván Lucumí Cuesta, coordinador de la Maestría en Salud Pública de la Universidad de los Andes: di.lucumi@uniandes.edu.co

Coalición Interétnica por la Salud Integral:
adshquibdo@gmail.com

NUESTRA CIUDAD



QUIBDÓ

CAPITAL DE CHOCÓ

Superficie **3337.5 km²**



Está a orilla de
RÍO ATRATO



La ciudad está
dividida en
6 COMUNAS

6

Una de las zonas con
más **alta pluviosidad**
del mundo

Temperatura promedio **28°C**

POBLACIÓN **116.087** HABITANTES



La mayoría de la **población** es
afrocolombiana

Altitud **43 m.s.n.m.**

Gentilicio **Quibdoseño, -a**



Publicación de la Escuela de Gobierno Alberto Lleras
Camargo de la Universidad de los Andes y de la
Coalición Interétnica por la Salud Integral (COAINTSI)

**Director de la Escuela de Gobierno de la
Universidad de los Andes**
Eduardo Pizano de Narváez

**Jefe de Mercadeo y Comunicaciones de la
Escuela de Gobierno de la Universidad
de los Andes**
Camilo Andrés Torres C.

**Edición y gestión editorial de la Escuela de
Gobierno de la Universidad de los Andes**
Angélica María Cantor Ortiz

Diseño, diagramación e infografías
Natalia Andrea Gallo Orjuela

Impresión

[Contacto]

3394949 ext. 2073

Cra. 1 No. 19 – 27, bloque Aulas, tercer piso

Universidad de los Andes | Vigilada Mineducación |
Reconocimiento como Universidad: Decreto 1297 del 30
de mayo de 1964. | Reconocimiento personería jurídica:
Resolución 28 del 23 de febrero de 1949 Minjusticia.

fb.com/EGOBuniandes

@EGOBUniandes

egob.uniandes.edu.co



FICHA TÉCNICA

La **Encuesta Comunitaria de Salud y Enfermedad Cardiovascular de Quibdó** se realizó a partir de la selección de dos de las **seis comunas** en las que se divide la ciudad y tuvo en cuenta las diferencias **históricas, sociales, económicas y geográficas** entre estas, según se describe en un estudio cualitativo que soportó el estudio. Una comuna fue denominada como **tradicional** y la otra como **periférica**.

Comuna tradicional:

Barrios de la **Comuna 3** ubicada en el **centro del área urbana de Quibdó**. En esta área empezó el desarrollo de la ciudad desde la orilla del río Atrato y en ella se ubica gran parte de la **infraestructura institucional y comercial**, al igual que los **primeros barrios** que tuvo la ciudad.

Comuna periférica:

Barrios de la **Comuna 1**, geográficamente ubicada en el **norte de Quibdó**. Corresponde a una de las áreas de **más rápido crecimiento** en la ciudad, debido, en parte, a que en ella se asentó una proporción importante de **población desplazada**.

A partir de lo anterior se realizó un muestreo probabilístico, polietápico por conglomerados y estratificado.

Se calculó un tamaño de muestra de **362 sujetos**, el cual fue ajustado por un efecto de diseño de 1,2 dada la conglomeración de la muestra, lo que arrojó un tamaño de muestra de **434 sujetos**; este tamaño fue finalmente ajustado por un potencial porcentaje de no respuesta de **20 %**, por ello el tamaño final de la muestra fue de **522 personas**.

En la primera etapa del muestreo se seleccionaron barrios (unidades primarias de muestreo) ubicados al interior de cada uno de las dos **comunas seleccionadas**. En la segunda etapa se eligieron viviendas. En la última etapa se escogieron personas al interior de cada vivienda.

Luego de aplicar la encuesta la tasa de respuesta, estimada a partir de tamaño final de la muestra, fue de **50,3 %**, que equivale a **60,5 %** si no se incluye al tamaño de la muestra el ajuste de no respuesta de **20 %**.



Abordando los Determinantes Sociales de la Hipertensión en Quibdó

Encuesta Comunitaria de Salud y Enfermedad

Cardiovascular en Quibdó

ECSECQ



Consejo Comunitario Casimiro
Corporación Chocóvisible
Fundación Te abrazo Chocó
Impacto y Estrategias en Salud Comunitaria
Secretaría Municipal de Salud de Quibdó
Universidad Tecnológica del Chocó

