

Los programas de hipertensión arterial y su contribución al conocimiento de la enfermedad y a la práctica de hábitos saludables de los usuarios del régimen contributivo de diferentes EPS de la ciudad de Medellín, 2006

* * * * *

Autores:

Sandra Lucía Restrepo M.

ND. Magíster en Salud Colectiva.
Esp. en Nutrición Humana
Escuela de Nutrición y Dietética,
Universidad de Antioquia
sanres@pijaos.udea.edu.co

Berena Patricia Torres

Antropóloga. Mag. en Salud Colectiva.
Facultad de Enfermería,
Universidad de Antioquia
berena@tone.udea.edu.co
Facultad de Enfermería,
Universidad de Antioquia

Tomás Bernal A.

Odontólogo. Mag. en Desarrollo Social
Facultad de Odontología,
Universidad de Antioquia
clagongo@epm.net.co

Palabras claves:

Hipertensión, promoción de la salud, prevención de la enfermedad, educación en salud, hábitos saludables.

Resumen

La hipertensión arterial, HTA es una enfermedad silenciosa y progresiva que puede desencadenar

daños significativos en órgano blanco, lo que requiere de acciones de educación en salud para que los pacientes tengan un mayor conocimiento y manejo de su enfermedad.

Objetivo: Analizar cómo contribuyen los programas de HTA al conocimiento de la enfermedad y a la práctica de hábitos saludables de los usuarios de diferentes EPS de Medellín.

Metodología: Estudio descriptivo transversal. Se seleccionó una muestra por conveniencia en las EPS participantes.

Resultados: el 52% de los usuarios dejó o disminuyó el licor por las recomendaciones del programa. De los usuarios que no fuman actualmente, el 42% fue fumador y de estos el 26% dejó de fumar por dichas recomendaciones. El 74% de los usuarios realizan actividad física, de los cuales el 65% afirmaron haberla iniciado por el programa. En cuanto a la alimentación las recomendaciones que más practican los usuarios son disminuir el consumo de grasas (92%), disminuir el consumo de sal (91%) y no adicionar sal a las preparaciones (86%).

Conclusiones: las actividades de educación en salud contribuyen a que los pacientes abandonen factores de riesgo y a que instauren hábitos saludables que contribuyen al manejo y control de su enfermedad.