

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
**CARRERA DE LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**

**RESUMEN DE ELEMENTOS CLAVES DE LA INTERVENCIÓN  
EDUCATIVA PARA DISMINUIR EL RIESGO  
CARDIOVASCULAR EN PACIENTES CON ENFERMEDADES  
REUMÁTICAS**

**1.- Datos generales**

**Centro:** Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador

**Facultad:** Ciencias de la Salud

**Carrera:** Licenciatura en enfermería

**Fecha:** Enero 2024 – diciembre 2025

**2. Justificación**

Las enfermedades reumáticas inflamatorias son un grupo de afecciones que se caracterizan por la presencia de un proceso inflamatorio mantenido que es el responsable de las manifestaciones clínicas y complicaciones que se presentan. Pueden afectar de manera aislada o conjunta, elementos osteomioarticulares (afectación articular) u otros órganos y sistemas de órganos del cuerpo humano (afectación extraarticular).

El proceso inflamatorio mantenido, sobre todo en enfermedades como la artritis reumatoide, lupus eritematoso sistémico, miopatías inflamatorias y espondiloartritis incrementan de manera significativa el riesgo de enfermedad cardiovascular; a ellos se deben añadir otras situaciones como el uso de ciertos fármacos y la presencia de factores de riesgo asociados previos (sedentarismo, obesidad, dislipidemia), los cuales exacerban la posibilidad de afectación cardíaca en pacientes con esta enfermedad.

El personal de enfermería tiene un rol clave en la educación, prevención y promoción de estilos de vida saludables que contribuyan a disminuir este riesgo. Por ello, esta intervención busca fortalecer conocimientos y promover conductas saludables en los pacientes.

**3. Población Objetivo**

Pacientes adultos diagnosticados con enfermedades reumáticas que reciben atención en servicios de reumatología

**4. Duración del Programa**

La duración del programa será variable en relación de los resultados que se obtengan en la aplicación de cuestionarios en el pretest. Se recomienda:

- Duración total: 16-20 semanas
- Frecuencia: 2 sesiones semanales combinando actividades teóricas y prácticas

- Duración por sesión: 45 a 90 minutos, dependiendo de la actividad que se esté realizando.

## **5. Objetivo General**

- Fortalecer conocimientos y promover cambios en el estilo de vida de pacientes con enfermedades reumáticas para disminuir el riesgo cardiovascular.

## **6. Objetivos Específicos**

- Educar sobre el vínculo entre enfermedad reumática y riesgo cardiovascular.
- Identificar factores de riesgo cardiovascular modificables.
- Promover hábitos saludables (alimentación, actividad física, adherencia al tratamiento).
- Fomentar habilidades de autocuidado y monitoreo.
- Evaluar cambios en conocimientos y conductas.

## **7. Contenidos**

Estos temas son sugeridos, se adicionarán todos aquellos que se consideren necesarios a partir de la identificación de problemas en el pretest.

- Enfermedades reumáticas y su impacto sistémico
- Relación entre inflamación y enfermedad cardiovascular
- Factores de riesgo cardiovascular
- Alimentación cardioprotectora (dieta equilibrada)
- Reducción de grasas saturadas, sodio y azúcares
- Actividad física adaptada
- Importancia de la adherencia al tratamiento
- Control del dolor y la inflamación
- Manejo del estrés
- Control de presión arterial, glucosa y colesterol
- Reconocimiento de signos de alarma
- Plan personal de autocuidado

## **8. Metodología**

- Participativa y centrada en el paciente
- Aprendizaje significativo
- Educación basada en evidencia
- Enfoque multidisciplinario

La metodología utilizará será variada y responderá entre otras situaciones a: tipo de actividad, tema impartido, características del grupo de pacientes, objetivo de la actividad y otros

## **9. Tipos de actividades que se pueden utilizar**

### *9.1. Actividades Teóricas*

- Exposición interactiva con apoyo audiovisual

- Discusión grupal
- Presentación de casos clínicos

## *9.2. Actividades Prácticas*

- Taller de lectura de etiquetas nutricionales
- Demostración de ejercicios físicos adaptados
- Elaboración de un plan de autocuidado
- Simulación de toma de presión arterial

Se pueden implementar otros tipos de actividades siempre y cuando el equipo de investigación considere que son necesarias para cumplir con los objetivos de la intervención educativa.

## **10. Recursos**

### *10.1. Humanos*

- Enfermera educadora
- Médico reumatólogo (opcional)
- Nutricionista (opcional)

### *10.2. Materiales*

- Proyector y computadora
- Folletos educativos
- Esfigmomanómetro
- Material audiovisual (videos)
- Guías impresas

## **11. Evaluación**

- Evaluación Inicial (Pretest)
- Cuestionario sobre conocimientos previos
- Identificación de factores de riesgo
- Evaluación Formativa
- Participación en actividades
- Observación directa
- Preguntas orales
- Evaluación Final (postest)
- Cuestionario post intervención
- Evaluación de cambios en hábitos
- Autoevaluación del paciente

## **12. Indicadores de Éxito**

Los indicadores de éxito de la aplicación de la intervención educativa se resumen en:

- Incremento del conocimiento sobre riesgo cardiovascular
- Mejora en hábitos (alimentación, ejercicio)
- Adherencia al tratamiento

- Reducción de factores de riesgo (según seguimiento)

### **13. Estrategia de Retroalimentación**

Cualquiera de los siguientes elementos puede ser utilizados como estrategia de retroalimentación

- Retroalimentación verbal al finalizar cada sesión
- Discusión grupal de experiencias
- Reforzamiento positivo
- Corrección de errores en tiempo real

### **14. Plan de Seguimiento**

El seguimiento de estos pacientes se realizará por parte de su servicio de salud correspondiente; desde punto de vista educativo sugerimos que se mantengan las actividades educativas en las consultas médicas en forma de mensajes o charlas cortas individuales o grupales; se sugiere que el seguimiento clínico se realice al menos cada 3 meses incorporando las actividades de refuerzo educativo antes mencionadas. Puede organizarse talleres grupales con participación de personal de enfermería para reforzar y consolidar los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos.

### **15. Consideraciones Éticas**

Tener presente:

- Consentimiento informado
- Respeto a la confidencialidad
- Adaptación cultural y educativa del contenido
- Uso de información solo con fines investigativos

### **16. Consideraciones finales**

Se sugiere dar continuidad a toda intervención educativa con al menos una periodicidad anual en la cual se actualicen los conocimientos ya adquiridos; sin embargo, esta decisión estará en dependencia del criterio de los investigadores y de los objetivos que se tengan en investigaciones futuras.