

**Propuesta de prevención en población con riesgo de alteraciones cerebrovascular (ACV)  
con edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá - Colombia.**

Gloria Patricia Anama Rosero

Gustavo Camacho Monroy

Mayra Alejandra Gómez Parra

Nataly Lizcano Bermudez

Sara Verónica Rodríguez Barreiro

Asesora

Anyely Eliana Cruz Suarez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias de la Salud - ECISA

Tecnólogo de Regencia de Farmacia

2023

## Resumen

Las enfermedades cerebrovasculares representan un desafío significativo para la salud pública en todo el mundo, en el caso específico de la población joven de 20 a 35 años.

En Bogotá, esta problemática adquiere relevancia especial debido a la presencia cada vez mayor de enfermedades cerebrovasculares en jóvenes adultos, en la que destaca el accidente cerebrovascular (ACV). Los principales factores de riesgo son el ritmo de vida urbana, hipertensión, sedentarismo y el acceso limitado a una atención médica oportuna. En este trabajo, abordaremos los factores de riesgo, así como las medidas preventivas y hábitos saludables que pueden adoptarse para reducir la incidencia y minimizar las consecuencias de estas afecciones. Esperamos que este trabajo contribuya a concientizar sobre la importancia de la prevención de enfermedades cerebrovasculares en adultos jóvenes en Bogotá, entendiendo que la prevención y el conocimiento son pilares fundamentales para salvaguardar la salud cerebral de las personas en esta etapa de su vida.

***Palabras claves:*** enfermedad, ACV, cerebrovascular, jóvenes, factores de riesgo.

### **Abstract**

Cerebrovascular diseases represent a significant challenge for public health worldwide, specifically in the young population between 20 and 35 years of age. In Bogota, this problem is especially relevant due to the increasing presence of cerebrovascular diseases in young adults, in which cerebrovascular accident (CVA) stands out. The main risk factors are the pace of urban life, hypertension, sedentary lifestyle, and limited access to timely medical care. In this paper, we will address the risk factors, as well as the preventive measures and healthy habits that can be adopted to reduce the incidence and minimize the consequences of these conditions. We hope that this work will contribute to raise awareness of the importance of cerebrovascular disease prevention in young adults in Bogota, understanding that prevention and knowledge are fundamental pillars to safeguard the brain health of people at this stage of their lives.

***Key words:*** disease, stroke, cerebrovascular, young people, risk factors.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	7
Objetivos .....	8
Objetivo General .....	8
Objetivos Específicos.....	8
Metodología y Desarrollo .....	9
Análisis de la Situación Problema .....	9
Diagnóstico Social y Epidemiológico.....	12
Identificación de Causas y Determinantes .....	12
Diseño de Intervención .....	13
Enfoque de Investigación y Encuesta .....	13
Población y Muestra .....	14
Estrategia de Comunicación en Salud.....	15
Diseño de la Campaña y Aplicación del Modelo Precede y Salud 4.0.....	16
Resultados de la Estrategia .....	17
Encuesta Primera Fase de la Estrategia: Población con Riesgo o Alteración Cerebrovascular ....	18
Propuesta en Comunicación en Salud, Campaña Población con riesgo o alteración cerebrovascular (ACV) en edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá.....	27
Encuesta. Segunda Fase de la Estrategia: Intensión de Cambio en Población con Riesgo o Alteración Cerebrovascular .....	29

Resultados .....	29
Conclusiones .....	32
Bibliografía .....	34

## Lista de Figuras

Figura 1: Tasa de mortalidad por grandes causas. Bogotá 2005 – 2017.....	11
Figura 2: Causas de muerte en Colombia.....	11
Figura 3: Significado de la sigla ACV.....	19
Figura 4: Tipos de ACV.....	19
Figura 5: Síntomas de ACV.....	20
Figura 6: Que hacer en un ACV.....	20
Figura 7: Tensión arterial influye en ACV.....	21
Figura 8: Tratamiento de un ACV.....	21
Figura 9: Familiar a sufrido un ACV.....	22
Figura 10: ACV urgencia vital.....	22
Figura 11: Se puede prevenir un ACV.....	23
Figura 12: Secuelas de un ACV.....	23
Figura 13: La genética influye en un ACV.....	24
Figura 14: Estilo de vida saludable.....	24
Figura 15: Acciones que pueden producir un ACV.....	25
Figura 16: El estrés puede ocasionar un ACV?.....	26
Figura 17: Muerte por ACV.....	26
Figura 18: ¿Puedes decir que sabes los síntomas de un ACV?.....	30
Figura 19: ¿Tienes más claro cómo reaccionar ante un ACV?.....	30
Figura 20: ¿De acuerdo al material suministrado sabes cómo prevenir un ACV?.....	31

## Introducción

Las enfermedades cerebrovasculares constituyen una preocupación creciente en la salud pública mundial debido a su impacto devastador en la calidad de vida y la mortalidad de la población. En particular, el grupo de edad comprendido entre los 20 a 35 años, que representa a jóvenes adultos en plena etapa de desarrollo personal y profesional.

En la ciudad de Bogotá, capital de Colombia, esta problemática adquiere una relevancia especial debido a la acelerada vida urbana, el aumento de factores de riesgo y el acceso limitado a una atención médica oportuna.

En este trabajo, nos proponemos analizar y destacar la importancia de la prevención de enfermedades cerebrovasculares en la población joven de 20 a 35 años en Bogotá. Abordaremos los factores de riesgo que inciden en este grupo etario, así como las medidas preventivas y hábitos saludables que pueden adoptarse para reducir la incidencia y minimizar las consecuencias de estas afecciones.

Asimismo, se presentarán recomendaciones y estrategias dirigidas a fomentar una cultura de prevención y promoción de hábitos de vida saludables entre la población joven. Entendemos que la prevención y el conocimiento son pilares fundamentales para salvaguardar la salud cerebral de las personas en esta etapa de su vida.

Finalmente, esperamos que este trabajo contribuya a concientizar sobre la relevancia de la prevención de enfermedades cerebrovasculares en personas de edades entre 20 a 35 años en Bogotá, y a impulsar la adopción de medidas efectivas para garantizar una mejor calidad de vida y un futuro más saludable para la población joven en la ciudad.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Analizar y proponer estrategia de prevención de enfermedades cerebrovasculares en personas de edades comprendidas entre 20 a 35 años en la ciudad de Bogotá, Colombia.

### **Objetivos Específicos**

Identificar los factores de riesgo más relevantes asociados a las enfermedades cerebrovasculares en la población joven de 20 a 35 años en Bogotá.

Investigar y revisar las prácticas y hábitos de vida de la población joven en Bogotá que puedan contribuir al desarrollo de enfermedades cerebrovasculares.

Proponer estrategias educativas para crear conciencia sobre la importancia de la prevención y detección temprana de enfermedades cerebrovasculares en la población de 25 a 35 años.

Evaluar la efectividad de las estrategias de prevención propuestas y su posible impacto en la reducción de casos de enfermedades cerebrovasculares en el grupo de edad estudiado.

Contribuir a la sensibilización de la comunidad académica y la sociedad en general sobre la importancia de la prevención de enfermedades cerebrovasculares en personas jóvenes, fomentando un enfoque integral de cuidado de la salud.

## **Metodología y Desarrollo**

A continuación, se presenta la metodología de desarrollo de la propuesta de prevención en población con riesgo de alteraciones cerebrovascular (ACV) con edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá – Colombia.

### **Análisis de la Situación Problema**

Las enfermedades cerebrovasculares representan un desafío significativo para la salud pública en todo el mundo, en el caso específico de la población joven de 20 a 35 años en Bogotá. Esta problemática tiene como objetivo analizar y promover la prevención de enfermedades cerebrovasculares en adultos jóvenes con edades entre los 20 a 35 años, utilizando información estadística real y aplicando una metodología adecuada para desarrollar una propuesta efectiva de prevención.

Para contextualizar el análisis de la situación problemática, se recopilarán datos estadísticos reales sobre la incidencia de enfermedades cerebrovasculares en adultos jóvenes de 20 a 35 años en Bogotá. Estos datos serán extraídos de fuentes confiables, como el Instituto Nacional de Salud (INS), la Secretaría de Salud de Bogotá y estudios epidemiológicos incluidos en el plan territorial de la salud de Bogotá del año 2020 al 2024, donde se muestra que en los años de 2005 al 2017 las enfermedades con más impacto en mortalidad en Bogotá fueron por sistemas circulatorio en la que incluimos los ACV, su mortalidad fue de (131.5 x 100.000 habitantes).

Las enfermedades cerebrovasculares (ECV) son un grupo de trastornos que afectan los vasos sanguíneos del cerebro, incluyendo accidentes cerebrovasculares (ACV) isquémicos o hemorrágicos. Estas afecciones pueden tener graves consecuencias para la salud y la calidad de vida de las personas. En el caso específico de la población de 20 a 35 años en Bogotá, existe una

creciente preocupación por el aumento de casos de eventos cerebrovasculares (ECV) en este grupo de edad, lo que demanda una atención especial en materia de prevención y cuidado de la salud.

Entre los factores de riesgo específicos que afectan a la población de 20 a 35 años más relevantes se encuentran la hipertensión arterial, la obesidad, el consumo de alcohol y drogas, el tabaquismo, el estrés crónico y la falta de actividad física.

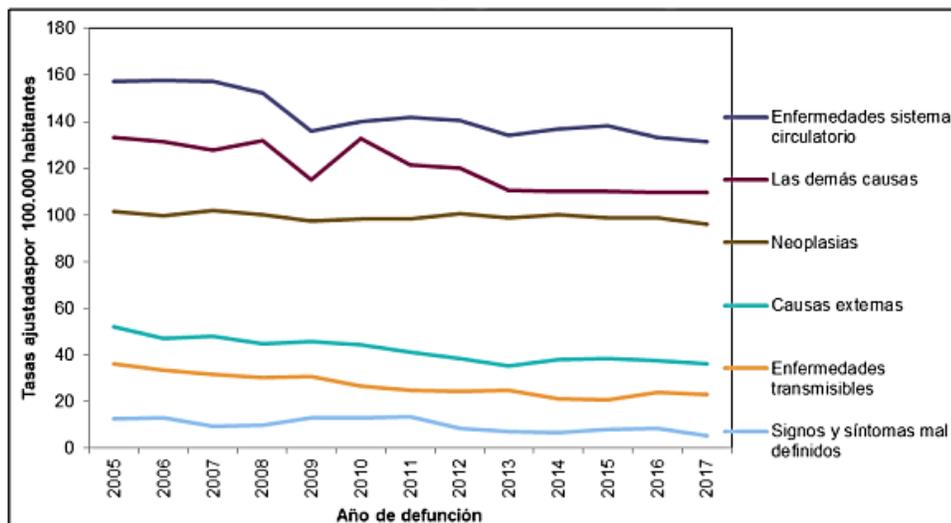
Para ello se debe entrar a evaluar la disponibilidad y accesibilidad de servicios de atención médica y prevención relacionados con las ACV en Bogotá. Es esencial para comprender las barreras existentes y proponer soluciones adecuadas. Se debe considerar si existen campañas de concientización y detección temprana de factores de riesgo, así como la disponibilidad de servicios de salud que puedan atender a los jóvenes adultos de manera integral.

Según estadísticas en Colombia, 16.000 personas mueren cada año, de las cuales el 16% están entre el rango de edades de 15 a 39 años y el 62% está entre los 70 años, asimismo, el ACV es considerado como la segunda causa de mortalidad en Colombia y la primera causa de discapacidad en todo el mundo. (“Estadísticas ACV: Datos de Colombia y el mundo”, 2023), por tanto, observamos que los jóvenes adultos se encuentran en un porcentaje importante de víctimas de estos trastornos cerebrovasculares.

En Cundinamarca, el ACV ocupa el segundo lugar en las condiciones crónicas prevalentes con el 32.66 % de los habitantes. Estas cifras se relacionan además con los factores de riesgo, las condiciones de salud en determinada población y la planificación de las acciones sanitarias en torno a la enfermedad.

**Figura 1**

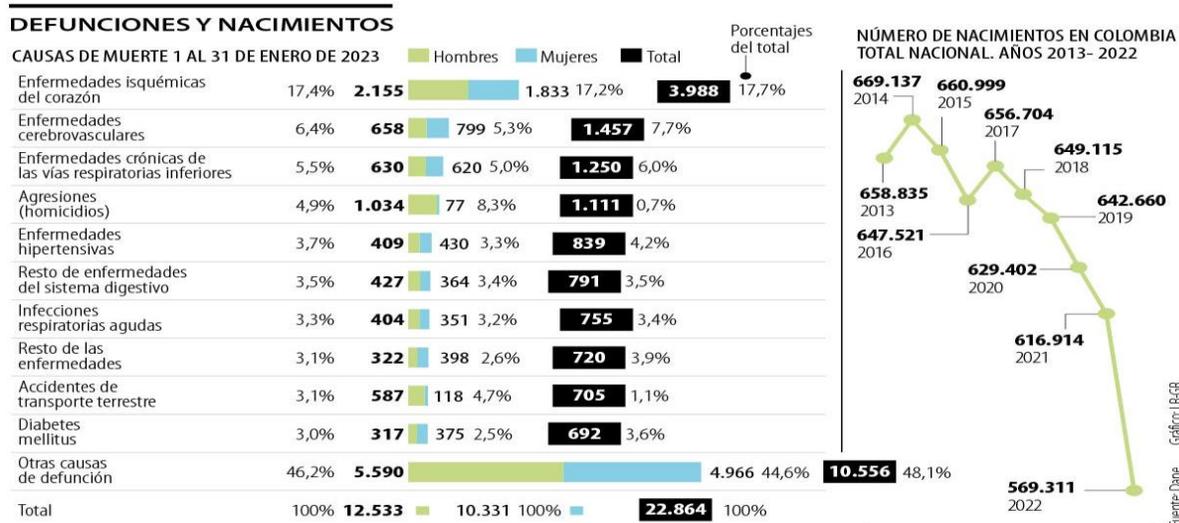
*Tasa de mortalidad por grandes causas. Bogotá 2005 – 2017*



Nota: La figura muestra la tasa de mortalidad por grandes causas en Bogotá entre los años 2005 y 2017. Fuente tomada de: (Salud, 2020)

**Figura 2**

*Causas de muerte en Colombia*



Nota: La figura muestra las causas de muerte en Colombia para los años 2013 y 2022. Fuente tomada de: (S.A.S, 2023)

El objetivo de las estadísticas ACV es reconocer la situación de salud en Bogotá frente a la aparición de estos trastornos y poner esta información en conocimiento de la comunidad en general. Esto con el propósito de implementar medidas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad con diversas acciones educativas. Para el análisis de esta campaña se utilizará la metodología de comunicación PRECEDE, el cual permite proporcionar una estructura útil para llevar a cabo el estudio poblacional identificando los factores que actúan como antecedentes comportamentales de los problemas de salud, permitiendo valorar su grado de importancia para intervenir de forma objetiva.

### **Diagnóstico Social y Epidemiológico**

La población objeto para este estudio son los habitantes de la ciudad de Bogotá en edades entre los 20 a 35 años, en quienes nos enfocaremos para identificar los factores de riesgo prevalentes que pueden desencadenar un ACV.

Es importante señalar que algunos de estos factores de riesgo son modificables mediante cambios en el estilo de vida, mientras que otros pueden requerir tratamiento médico para controlarlos. La prevención y el control de los factores de riesgo son fundamentales para reducir las posibilidades de sufrir un ACV.

### **Identificación de Causas y Determinantes**

Un accidente cerebrovascular (ACV) ocurre cuando el flujo de sangre al cerebro se detiene debido a la obstrucción de un vaso sanguíneo (ACV isquémico) o a la ruptura de un vaso sanguíneo (ACV hemorrágico). La identificación de causas y determinantes del ACV implica considerar factores de riesgo y elementos que contribuyen a su desarrollo.

Además de las alteraciones usuales de salud como los son la hipertensión arterial, obesidad, consumo de alcohol, drogas, tabaquismo, estrés crónico y falta de actividad física; el

consumo de sustancias psicoactivas como la cocaína, las metanfetaminas y el cannabis destacan como factores de riesgo, haciéndolos más vulnerables a sufrir un evento cerebro vascular isquémico. El riesgo de ACV aumenta con la edad y los hombres tienen mayor riesgo de sufrir ACV que las mujeres.

### **Diseño de Intervención**

La metodología que se va a usar para desarrollar la propuesta sobre la población con riesgo de sufrir alteraciones cerebrovasculares en edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá es salud 4.0. y modelo unilineal para recopilar y difundir información en necesidad del estudio. Mediante uso de encuestas dirigidas a los jóvenes bogotanos en edad de 20 a 35 años se pretende conocer cuáles son los conocimientos en salud referente a los signos y síntomas de un accidente cerebro vascular (ACV), que tipo de complicaciones conlleva este padecimiento y a qué condiciones médicas y de salud se enfrenta una persona después de sufrir un ACV.

### **Enfoque de Investigación y Encuesta**

La metodología utilizada en la encuesta para este estudio será un enfoque cuantitativo, este enfoque tiene como objetivo obtener resultados objetivos y generalizables, permitiendo sacar conclusiones basadas en evidencia numérica. Este diseño permite cuantificar cada pregunta enfocada en conocer los hábitos que tiene la población en edad de 20 a 35 años de la ciudad de Bogotá para prevenir enfermedades cerebrovasculares y su intención de cambio una vez se suministra la información básica para reconocer e identificar generalidades del ACV.

Los pasos que se realizara son:

1. Encuesta para identificar el nivel de conocimiento de la población en edad de 20 a 35 años de la ciudad de Bogotá de alteraciones cerebrovasculares (ACV).
2. Recopilación de la información

4. Procesamiento de la información (diseño de gráficos)
5. Elaboración de campaña de Promoción de la salud y prevención de cerebrovasculares, (ACV).

### **Población y Muestra**

La encuesta se realizará en aplicativo GoogleForms, el formato de encuesta contará con 16 preguntas básicas acerca de los conocimientos primarios de las alteraciones cerebrovasculares, se aplicará a 50 personas entre familiares, amigos y conocidos de los integrantes del grupo en la ciudad de Bogotá.

La muestra se realizará de manera aleatoria en participantes que se encuentren en el rango de edad entre los 20 a 35 años, para ser consecuentes con la edad objetivo de estudio, para así, obtener resultados reales y ajustar la campaña de promoción y prevención según los resultados obtenidos.

## **Estrategia de Comunicación en Salud**

La estrategia de comunicación en salud que se utilizara en la divulgación de las encuestas y de la campaña de promoción y prevención es unilineal.

El fundamento de esta iniciativa es llegar a la población objetivo para conocer sus hábitos y así poder crear contenido acorde a las necesidades, que les permita identificar factores de riesgo que están contribuyendo al deterioro de la salud.

Una vez ajustada la campaña se divulgará a través de las redes sociales el contenido de la infografía y el video de información básica de alteraciones cerebrovasculares, signos, síntomas y tratamientos para promover el autocuidado en jóvenes adultos entre los 20 a 35 años para prevenir ACV, se compartirá a través de enlace de YouTube, TikTok, y WhatsApp.

La estrategia de comunicación en salud que se usara para la campaña de promoción y prevención es información básica mediante un video explicativo donde se hablará de las generalidades de las enfermedades cerebrovasculares y ACV, también se compartirá una infografía con información con los signos y síntomas para identificar un ACV y de los tratamientos para este padecimiento y posibles consecuencias post padecimiento.

Una vez el público objetivo haya revisado la información, se realizará una nueva encuesta, esta vez para evaluar la intensión de cambio de los factores de riesgo frente a las posibles manifestaciones o no de un accidente cerebrovascular (ACV).

Paso1. Dar a conocer video e infografía con información básica de alteraciones cerebrovasculares.

Paso2. Realización de una segunda encuesta, esta vez para identificar la intención de cambio en la población objeto, después de tener conocimiento de la información de las alteraciones cerebrovasculares (ACV)

Paso3. Recopilación de la información

Paso4. Procesamiento de la información (diseños, gráficos)

Paso5. Análisis de la información.

### **Diseño de la Campaña y Aplicación del Modelo Precede y Salud 4.0**

La campaña será dirigida a jóvenes adultos entre los 20 a 35 años de la ciudad de Bogotá, la información para la investigación se obtendrá a través de una encuesta que evaluara los conocimientos básicos y factores de riesgo que son necesarios modificar en la población joven de Bogotá, con el objetivo de prevenir las alteraciones cerebrovasculares, puntualmente el accidente cerebrovascular (ACV). A partir de la recolección de datos y teniendo en cuenta el modelo unilineal, se realizarán: 1 video y 2 infografías que se usarán como elementos de difusión de información para la promoción y prevención haciendo uso de redes sociales como WhatsApp, TikTok, Facebook, Instagram y YouTube, para incentivar la adopción de hábitos saludables y la disminución de factores de riesgo que contribuyan a disminuir o prevenir el riesgo de sufrir de ACV.

La difusión de la campaña de promoción y prevención en población con riesgo de alteraciones cerebrovascular (ACV) con edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes se realizará a través de redes sociales. Durante el análisis de los medios de difusión se encontró que los jóvenes adultos en este rango de edad son propensos al uso de redes sociales, por tanto, se decidió que sería el medio ideal para realizar la campaña de promoción y prevención de alteraciones cerebrovascular (ACV), y que además este medio permite tener una difusión en tiempo real con resultados reales.

De esta forma se aplica el concepto salud 4.0 que busca mejorar la eficiencia, calidad y accesibilidad de los servicios de salud, optimizando el flujo de información y fomentando

mediante sistemas de información integrados, información de promoción, prevención y uso seguro de estrategias y campañas que faciliten el acceso de información a los interesados, contribuyendo de esta forma a la divulgación de información segura que actúe como coadyuvante en la toma de conciencia en la disminución de factores de riesgos que puedan afectar la salud de las personas.

La aplicación del modelo precede se representa a continuación.

Fase 1. Desarrollo de la propuesta de prevención en población con riesgo de alteraciones cerebrovascular (ACV) con edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá - Colombia.

Fase 2. La población objeto para este estudio son los habitantes de la ciudad de Bogotá en edades entre los 20 y 35 años, en quienes nos enfocaremos para identificar los factores de riesgo prevalentes que pueden desencadenar un ACV.

Fase 3. Identificar los factores que contribuyen a la predisposición de alteraciones cerebrovascular (ACV), hipertensión arterial, obesidad, consumo de alcohol, drogas, tabaquismo, estrés crónico y falta de actividad física; haciendo a los jóvenes cada vez más vulnerables a sufrir un evento cerebro vascular ACV.

Fase 4. Sesgo social, una vez establecida la estrategia a usar se decidió que la única forma de captar el interés de los jóvenes adultos por consultar información que tenga que ver con promoción y prevención en salud, es a través de las redes sociales porque son un medio de comunicación y difusión en el que todo el tiempo están interactuando entre ellos.

### **Resultados de la Estrategia**

Los resultados de la estrategia se evaluarán a través del método estadístico, que se obtendrá de los resultados numéricos de las respuestas de cada pregunta de la encuesta, otra

medición que se da es el nivel de aceptación en las redes sociales donde se compartió los medios audiovisuales que componen la campaña de la propuesta de prevención en población con riesgo de alteraciones cerebrovascular (ACV) con edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá.

Como resultado final se espera aceptación e intención de cambio de parte de los jóvenes adultos con edades entre los 20 a 35 años, para asumir la responsabilidad del autocuidado y el inicio de hábitos saludables que contribuyan a la disminución de los factores de riesgo, disminuyendo así, la probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular (ACV).

### **Encuesta Primera Fase de la Estrategia: Población con Riesgo o Alteración Cerebrovascular**

La encuesta inicial se realiza para identificar los conocimientos básicos y los factores de riesgo que enfrenta la población bogotana frente al riesgo de padecer alteraciones cerebrovasculares (ACV) en edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá. En la actualidad la población joven en la ciudad de Bogotá se encuentra en riesgo cada vez más alto de padecer alguna complicación cerebrovascular a causa de sus malos hábitos y del incremento de los factores de riesgo.

La encuesta se realizará en aplicativo GoogleForms, el formato de encuesta contará con 15 preguntas básicas acerca de los conocimientos primarios de las alteraciones cerebrovasculares, se aplicará a 60 personas entre familiares, amigos y conocidos de los integrantes del grupo en la ciudad de Bogotá.

A continuación, se comparte enlace del cuestionario aplicado y los resultados obtenidos. De forma gráfica se consignará cada resultado con su respectivo análisis.

Enlace: <https://forms.gle/fXsQrQzmW3pu2U7fA>

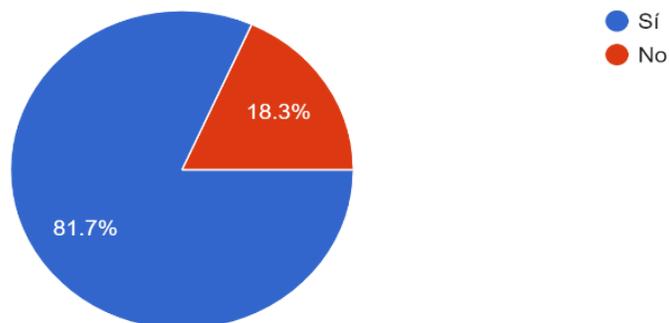
## Resultados

### Figura 3

#### *Significado de la sigla ACV*

¿Sabe que significan las siglas ACV?

60 respuestas



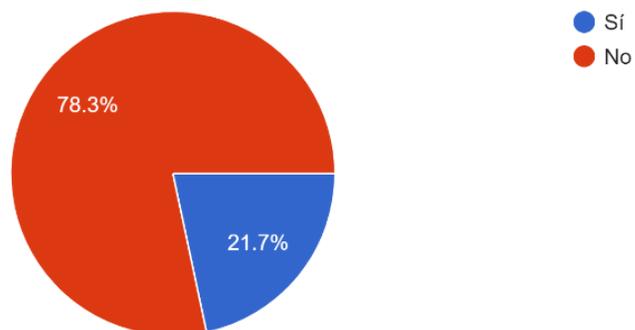
(MayraNatalyPatricia, 2023)

### Figura 4

#### *Tipos de ACV*

¿Sabe usted cuantos tipos de ACV hay??

60 respuestas

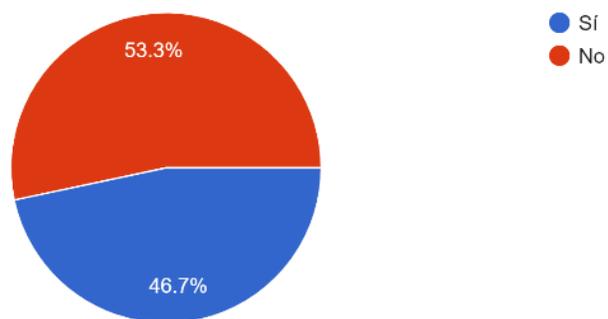


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 5***Síntomas de ACV*

¿Sabe usted cuáles son los síntomas del ACV?

60 respuestas

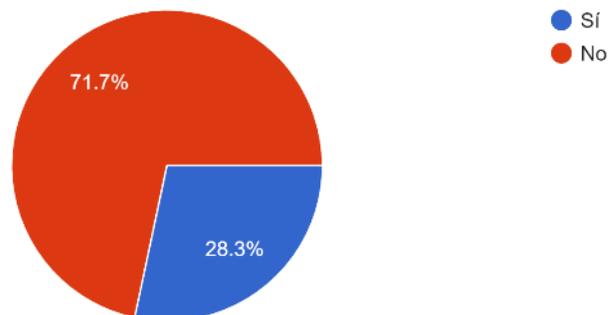


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 6***Que hacer en un ACV*

¿Sabe que hacer en caso de presentar síntomas de ACV?

60 respuestas

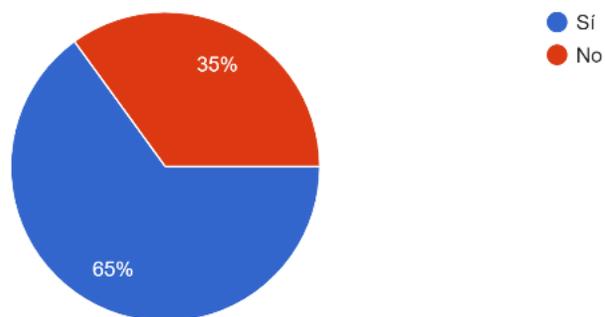


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 7***Tensión arterial influye en ACV*

¿Sabe usted que sufrir de la tensión arterial alta podría producir un ACV?

60 respuestas

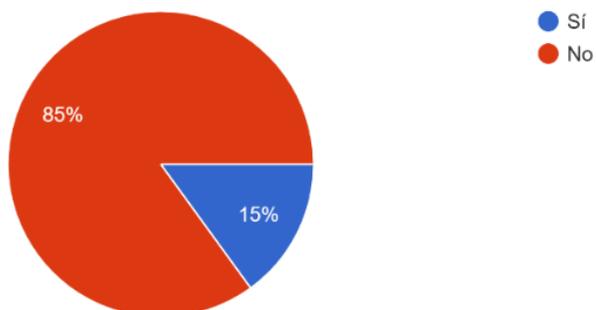


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 8***Tratamiento de un ACV*

¿Sabe usted cuál es el tratamiento para un ACV?

60 respuestas

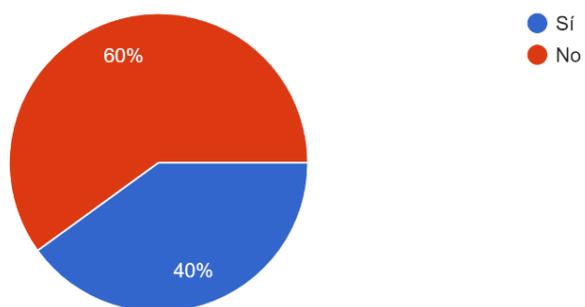


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 9***Familiar ha sufrido un ACV*

¿Alguien en su familia o algún conocido a sufrido un ACV?

60 respuestas

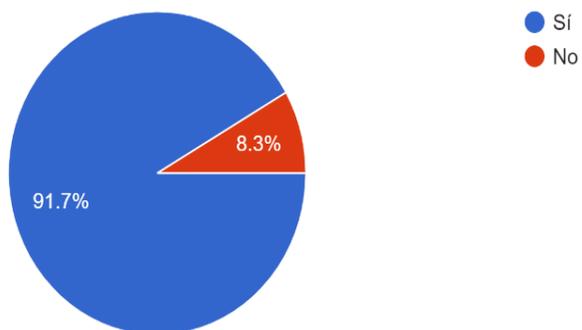


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 10***ACV urgencia vital*

¿Según su conocimiento considera que un ACV es una urgencia vital?

60 respuestas



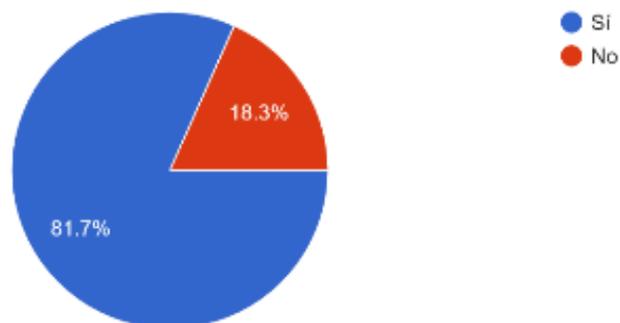
(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 11**

*Se puede prevenir ACV*

¿El ACV se puede prevenir?

60 respuestas



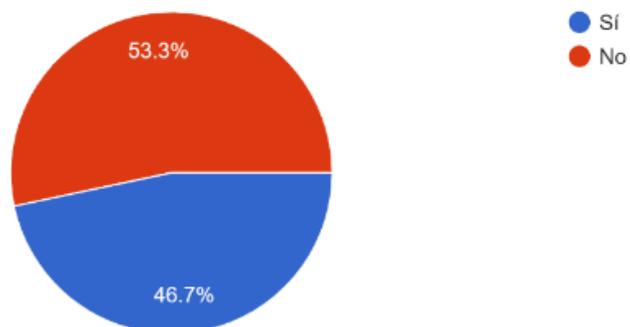
(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 12**

*Secuelas de un ACV*

¿sabe usted que secuelas podría producir el ACV?

60 respuestas

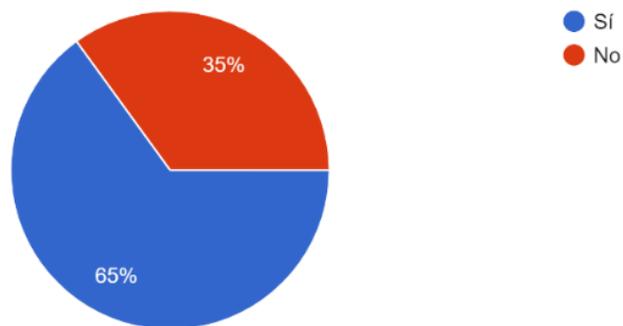


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 13***La genética influye en un ACV*

¿La genética puede influir en la probabilidad de tener un ACV?

60 respuestas

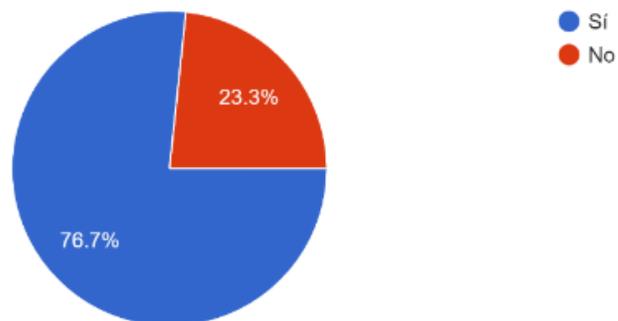


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 14***Estilo de vida saludable*

¿Si usted tiene un estilo de vida saludable y activo puede prevenir el ACV?

60 respuestas

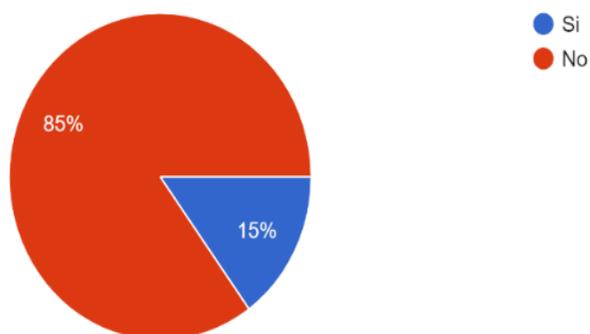


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 15***Acciones que pueden producir ACV*

¿el consumo de grasas saturadas, tabaco, alcohol y sedentarismo puede prevenir un ACV?

60 respuestas

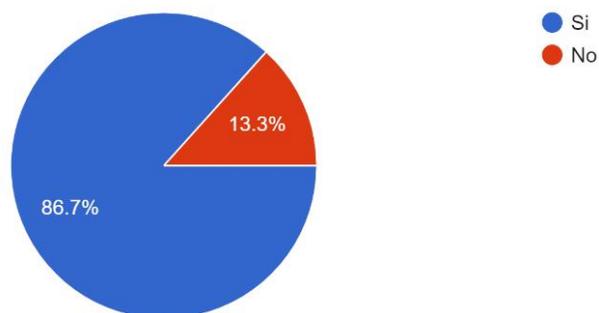


(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 16***El estrés puede ocasionar ACV*

¿El estrés puede ocasionar un ACV?

60 respuestas



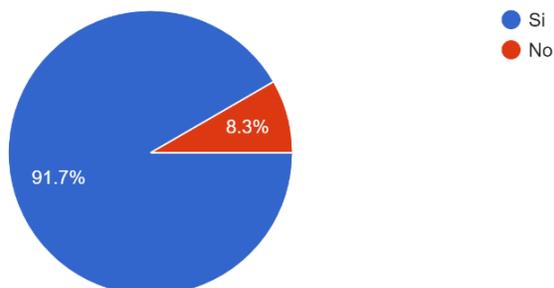
(MayraNatalyPatricia, 2023)

## Figura 17

### *Muerte por un ACV*

¿Un ACV puede producir la muerte?

60 respuestas



(MayraNatalyPatricia, 2023)

Link de tabla Excel de los resultados:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1tJp58Cv4IYDLKXNQcVyVtam2AZQt2nm6t2fBklmih0Y/edit?usp=sharing>

Como estudiantes de universidad y responsable de analizar los resultados de la encuesta sobre accidente cerebrovascular, es importante destacar que si bien las personas encuestadas tienen conocimiento del significado del accidente cerebrovascular (ACV), es preocupante observar que no tienen un mayor conocimiento acerca de sus síntomas y formas de prevención. Estos hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de implementar estrategias educativas más efectivas y específicas para abordar esta problemática.

El hecho de que las personas conozcan el término "accidente cerebrovascular" es un punto positivo, ya que indica que existe una cierta conciencia sobre esta condición de salud. Sin embargo, el conocimiento limitado sobre sus síntomas y medidas preventivas representa un desafío importante para promover la detección temprana y la adopción de hábitos saludables en la población encuestada.

### **Propuesta en Comunicación en Salud, Campaña Población con riesgo o alteración cerebrovascular (ACV) en edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá**

A partir de los resultados de la encuesta se diseña una campaña de concientización sobre los síntomas del ACV y la importancia de actuar rápidamente ante cualquier señal de alerta. Esta campaña debe utilizar mensajes claros y sencillos para llegar a un amplio público, enfocándose especialmente en la población de 25 a 30 años en Bogotá. Se realizará campaña de promoción y prevención en población con riesgo o alteración cerebrovascular (ACV) en edades entre los 20 a 35 años o adultos jóvenes en Bogotá, a través de redes sociales (WhatsApp, TikTok, Facebook e Instagram y YouTube) usando un video corto, infografías y TikTok, con información concisa con la intención de llegar al público objetivo y generar conciencia de cambio en sus hábitos diarios para promover estilos de vida saludables y así disminuir los factores de riesgo que influyen en padecer un accidente cerebrovascular ACV.

La difusión de la campaña (video, infografías y TikTok) de promoción y prevención al público objetivo se realizará a través de redes sociales. Ya que son muy activos en redes sociales, por tanto, el medio es el indicado para llevar a cabo la puesta en marcha de la campaña.

Es fundamental que estas estrategias se implementen de manera integral y sostenida en el tiempo, con la colaboración de diferentes actores sociales y de la comunidad. De esta forma, podremos aumentar el conocimiento de la población sobre el ACV y contribuir a la prevención de esta afección que puede tener consecuencias graves para la salud y calidad de vida de las personas.

- Video\_ Se comparte a través de WhatsApp, TikTok y YouTube.

Estilo de vida para prevenir una ACV (Propia,2023)

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=f1LuqwRAT2c>

En este video se presenta información básica de que es un accidente cerebrovascular, estadísticas y factores de riesgo que lo accionan.

Infografía: \_ Se comparte a través de WhatsApp, Facebook e Instagram.

Tips informativos para prevenir ACV (Propia,2023)

Enlace:[https://www.canva.com/design/DAFpJZRQvfs/HHKLLRZpLjkWrvS71ipOwA/edit?utm\\_content=DAFpJZRQvfs&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFpJZRQvfs/HHKLLRZpLjkWrvS71ipOwA/edit?utm_content=DAFpJZRQvfs&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

En la infografía podemos apreciar recomendaciones y tips informativos para prevenir y realizar cambios en los hábitos para disminuir los factores de riesgo que conlleva a aumentar las posibilidades de sufrir un accidente cerebrovascular.

- Video de TIK TOK: \_Se comparte a través de WhatsApp, TikTok, Facebook Instagram.

Estilos de Vida saludable para prevenir un ACV

Enlace: <https://vm.tiktok.com/ZM2qqAb1d/>

En este video de TikTok podemos apreciar información concisa que es un ACV, cuáles son sus síntomas y cómo podemos prevenir, con un cambio de estilo de vida.

## **Encuesta. Segunda Fase de la Estrategia: Intensión de Cambio en Población con Riesgo o Alteración Cerebrovascular**

Al haber realizado una encuesta principal se pudo evaluar que tantos conocimientos previos se tenían sobre el tema arrojando que sabían que significaba pero tenían muy poco conocimiento de sus síntomas y su forma de prevención por tal motivo se difundió por medios de comunicación las ayudas, volvimos a realizar nuevamente otra encuesta para obtener información de cuanto había quedado captado el tema y tanto les había gustado la información obtenida, esto nos demostró que la metodología utilizada para llevar a cabo esta segunda encuesta cumplió con su objetivo de difundir la información relevante de manera efectiva y llegar a la población joven de entre 20 a 35 años en la ciudad de Bogotá. El enfoque en redes sociales permitió llegar a un público más amplio y alcanzar a las personas de forma directa, aprovechando la presencia de esta población en plataformas digitales.

A continuación, se comparte el enlace de la segunda encuesta donde se evaluó que tanto conocimiento habían obtenido de nuestra estrategia de comunicación.

Enlace: <https://forms.gle/Ppug7qAv5vPuXtE9A>

### **Resultados**

Los resultados de la campaña pusieron de manifiesto que muchos de los factores de riesgo asociados al ACV son prevenibles mediante un cambio en el estilo de vida. Esto implica que al adquirir conocimientos sobre hábitos saludables y adoptarlos en su día a día, las personas pueden reducir significativamente su riesgo de sufrir un ACV, lo que, a su vez, podría salvar vidas.

El enfoque en redes sociales resultó ser especialmente relevante para llegar a un público más amplio y alcanzar a las personas de manera directa. Estas plataformas digitales han

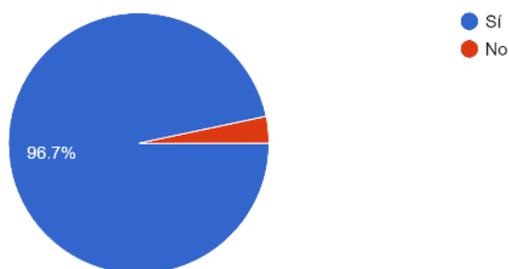
demostrado ser un medio efectivo para difundir información relevante y educativa, especialmente entre los jóvenes adultos que son usuarios activos de las redes sociales.

**Figura 18:**

*¿Puedes decir que sabes los síntomas de un ACV?*

¿De acuerdo con la información obtenida mediante la infografía y el video; puedes decir que sabes los síntomas de un ACV?

60 respuestas



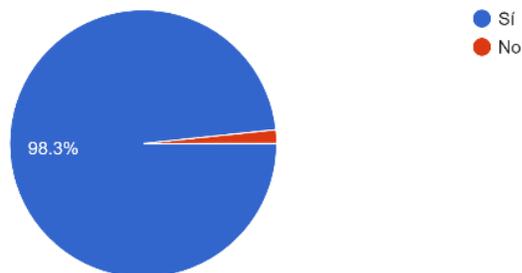
(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 19:**

*¿Tienes más claro cómo reaccionar ante un ACV?*

¿Después de haber recibido la información suministrada del ACV tienes mas claro como reaccionar ante un ACV?

60 respuestas



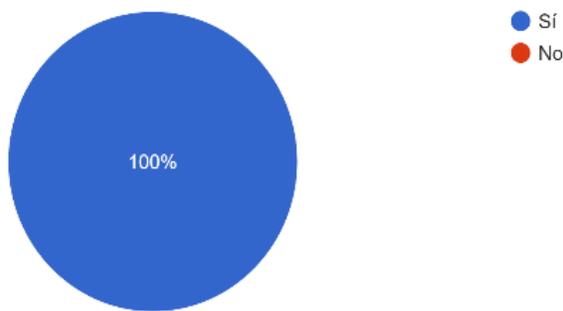
(MayraNatalyPatricia, 2023)

**Figura 20:**

*¿De acuerdo con el material suministrado sabes cómo prevenir un ACV?*

¿De acuerdo al material suministrado sabes como prevenir un ACV?

50 respuestas



(MayraNatalyPatricia, 2023)

Es importante destacar que, debido a esta estrategia de comunicación, los encuestados no solo adquirieron mayor conocimiento sobre el significado del ACV, sino también sobre sus síntomas y las medidas preventivas. Esto es crucial para aumentar la conciencia sobre la importancia de la detección temprana y la adopción de hábitos saludables que pueden reducir el riesgo de sufrir un ACV.

La implementación de este tipo de campañas de concientización y educación es esencial para mejorar la salud pública y reducir el impacto de enfermedades cerebrovasculares en la población joven. Estos resultados muestran que la metodología utilizada fue efectiva y que es necesario continuar con este tipo de iniciativas para mantener un impacto positivo y sostenido en la concienciación de la población sobre el ACV y la prevención de enfermedades cerebrovasculares.

## Conclusiones

La educación desempeña un papel fundamental, brindando a los individuos y comunidades herramientas para adoptar hábitos de vida saludables y promoviendo la adherencia al tratamiento médico

La prevención de enfermedades cerebrovasculares en adultos jóvenes de 20 a 35 años en Bogotá es esencial para proteger la salud cerebral de esta población. Con la implementación de una propuesta de intervención, concientización, programas de estilo de vida saludable y la promoción del acceso a servicios de salud preventiva, será posible reducir los factores de riesgo y mejorar la calidad de vida de los adultos jóvenes en la ciudad. La evaluación constante de las acciones permitirá asegurar que la propuesta de prevención sea efectiva y contribuya a un futuro más saludable para la población joven en Bogotá.

La prevención juega un papel fundamental en la lucha contra las enfermedades cardiovasculares. Adoptar un estilo de vida saludable que incluya una alimentación equilibrada, actividad física regular, evitar el tabaco y controlar los factores de riesgo como la hipertensión arterial y el colesterol alto puede reducir significativamente el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

La detección temprana y el control de los factores de riesgo son fundamentales en la prevención de enfermedades cardiovasculares. Realizar chequeos médicos periódicos, controlar la presión arterial, los niveles de colesterol y la glucosa en sangre, y recibir un diagnóstico temprano de enfermedades subyacentes como la diabetes, permiten una intervención oportuna y el manejo adecuado de los factores de riesgo, reduciendo así el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

El control de enfermedades cardiovasculares se logra a través de la adopción de un estilo de vida saludable, la conciencia pública, la educación y la detección temprana de factores de riesgo. Estas acciones pueden marcar una gran diferencia en la reducción de la incidencia de enfermedades cardiovasculares y promover la salud cardiovascular a largo plazo.

Es alentador observar que, después de difundir la información sobre el accidente cerebrovascular (ACV) a través de medios de comunicación, se pudo notar una mejora significativa en el conocimiento de la población joven de 20 a 35 años en Bogotá. Los resultados de la segunda encuesta demostraron que la metodología utilizada para difundir la información fue efectiva y logró captar el interés de los encuestados.

Esperamos que estos resultados sean un estímulo para seguir promoviendo la educación en salud cerebral y la adopción de estilos de vida saludables en la población joven de Bogotá. A través de la difusión de información relevante y accesible, es posible marcar la diferencia en la prevención de enfermedades cerebrovasculares y mejorar la calidad de vida de las personas en la ciudad.

## Bibliografía

Accidente cerebrovascular isquémico. (2015). Blood, Heart and Circulation.

<https://medlineplus.gov/spanish/ischemicstroke.html>

Accidentes cerebro-vasculares. (s/f)., de Kidshealth.org website:

<https://kidshealth.org/ChildrensMercy/es/teens/strokes.html>

Accidente cerebrovascular. (2023, junio 30). Recuperado el 20 de julio de 2023, de

Mayoclinic.org website: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/stroke/symptoms-causes/syc-20350113>

Conde-Cardona, Giancarlos, Medrano-Carreazo, Juan Camilo, Parada-Artunduaga, Michelle Daniela, Maldonado-Brigante, John Mario, Quintero-Marzola, Iván Dario, Yepes-Caro, Jorge Armando, & Moscote-Salazar, Luis Rafael. (2021). Enfermedad cerebrovascular en pacientes jóvenes: aspectos claves de la literatura. Acta Neurológica Colombiana , 37 (1), 39-48. Epub 06 de mayo de 2021. [https://doi.org/10.2237/9/242240\\_22361](https://doi.org/10.2237/9/242240_22361)

Hospital Simón Bolívar reconocido por atención en accidentes cerebrovasculares. (2021, 16 de julio), sitio web de Bogota.gov.co: <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/hospital-simon-bolivar-gestion-de-accidentes-cerebrovasculares>

Mayra Gomez, N. L. (07 de 2023). *formularios de google*.

[https://docs.google.com/forms/d/18dA4iKzUGwId\\_xbo0xcDeZkOhKCn9e66U8jyBC4Clow/edit#responses](https://docs.google.com/forms/d/18dA4iKzUGwId_xbo0xcDeZkOhKCn9e66U8jyBC4Clow/edit#responses)

Modelo Precede-Procede. (s/f)., de The Communication Initiative Network website:

<https://www.comminit.com/la/node/192683>

Salud, A. m. (04 de 2020). *www.saludcapital.gov.co*.

<https://subredsuoccidente.gov.co/planeacion/DOCUMENTO%20PTS%202020->

2024%20%2027042020.pdf

S.A.S, E. L. (2023). *larepublica.com.*, <https://www.larepublica.co/economia/estas-son-las-cinco-principales-causas-de-muerte-para-los-colombianos-recientemente-3577043>

Vargas-Murcia, J. D., Isaza-Jaramillo, S. P., & Uribe-Urbe, C. S. (2021). Factores de riesgo y causas de ACV isquémico en pacientes jóvenes (18-49 años) en Colombia. Una revisión sistemática. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 59(2), 113–124. doi:10.4067/s0717-92272021000200113

Savirón, C. (2020, diciembre 14). Salud 4.0: Digitalizada y centrada en el paciente. de ITAINNOVA website: <https://www.itainnova.es/blog/big-data-y-sistemas-cognitivos/salud-4-0-digitalizada-y-centrada-en-el-paciente/>