

## Proyecto de intervención para prevenir enfermedades cerebrovasculares en adultos mayores vinculados a una casa de abuelos

### Project Intervention to Prevent Stroke in Older Adults Attending to a Senior Care Home

Marlene Otaño Álvarez,<sup>I</sup> Marta Belkis NuñezLópez,<sup>II</sup> Maritza Amechazurra Oliva,<sup>II</sup> Pedro Gregorio Triana Alonso<sup>II</sup>

<sup>I</sup> Policlínico "Idalberto Revuelta". Sagua la Grande. Villa Clara, Cuba.

<sup>II</sup> Filial Universitaria de Ciencias Médicas: "Lidia Doce Sánchez". Sagua la Grande. Villa Clara, Cuba.

---

#### RESUMEN

**Introducción:** en el municipio de Sagua la Grande se produjo durante el último quinquenio un incremento de la morbilidad y mortalidad en adultos mayores por enfermedades cerebrovasculares, problema de salud que preocupa por el grado de incapacidad funcional permanente que provoca cuando se logra que el paciente sobreviva.

**Objetivos:** caracterizar y determinar los factores de riesgos de las enfermedades cerebrovasculares en los adultos mayores; identificar el nivel de conocimientos en relación con las enfermedades cerebrovasculares y su prevención; y elaborar alternativas de solución que permitan minimizar o atenuar el problema de salud que dio origen a esta investigación.

**Métodos:** se realizó una investigación cuantitativa de tipo descriptivo transversal, en adultos mayores vinculados a la casa de abuelos del Consejo Popular "Villa Alegre" perteneciente al Policlínico "Idalberto Revuelta", municipio de Sagua la Grande, provincia Villa Clara, en el periodo comprendido entre los meses de enero de 2012 a junio de 2013. El universo estuvo constituido por 30 adultos mayores y la muestra quedó integrada por 25, seleccionados por el método de muestreo no probabilístico intencional por criterios.

**Resultados:** los adultos mayores con factores de riesgo de enfermedades cerebrovasculares se caracterizaron por el predominio del sexo femenino, raza blanca y edad mayor de 75 años. Se identificó que la mayoría tienen hábitos tóxicos y presentan al menos, uno o dos factores de riesgo, entre los más frecuentes: la

hipertensión arterial, la cardiopatía isquémica y la diabetes mellitus. La mayoría no poseen adecuados conocimientos sobre las enfermedades cerebrovasculares.

**Conclusiones:** debido a que los adultos mayores con factores de riesgo de enfermedades cerebrovasculares vinculados a la casa de abuelos presentaron en su mayoría, uno o dos factores de riesgos y poseen inadecuados conocimientos sobre las enfermedades cerebrovasculares, los especialistas consideran pertinente y factible el proyecto para la prevención de las estas.

**Palabras clave:** envejecimiento, adulto mayor, enfermedades cerebrovasculares, prevención, proyecto de intervención.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** in the municipality of Sagua the Big one took place during the last five year period an increment of the morbidity and the mortality in bigger adults for illnesses cerebrovasculares, problem of health that worries for the grade of functional permanent inability that provokes when it is achieved the patient to survive.

**Objetive:** he/she was carried out an investigation cuantitativa of descriptive traverse type, in bigger adults linked to the house of grandparents, of the Popular Council Cheerful "Villa belonging to Policlinico Revolved" "Idalberto, of the municipality of Sagua the Big one, county Villa Clara, in the period understood among the months of January from 2012 to June of 2013. The universe was constituted by bigger 30 adults and the sample was integrated by 25, selected by the non probabilistic intentional sampling method by approaches.

**Results:** that the biggest adults with factors of risk of illnesses cerebrovasculares were characterized for the I prevail of the feminine sex, the white race and the age bigger than 75 years. It was identified that most has toxic habits and they present one or two factors of risk at least, among the most frequent the arterial Hypertension; ischemic Cardiopatía and the Diabetes Mellitus. Most possesses inadequate knowledge on the illnesses cerebrovasculares.

**Conclusions:** because older adults with risk factors for cerebrovascular diseases linked to the grandparents' house had mostly one or two risk factors and have inadequate knowledge about cerebrovascular diseases, specialists consider relevant and feasible project for prevention of these.

**Keywords:** aging, bigger adult, illnesses cerebrovasculares, prevention, intervention project.

---

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento latinoamericano y caribeño ha sido muy rápido y lo será aún más. Se afirma que la región del Caribe es hoy la región en desarrollo más vieja del mundo, y se ha producido este proceso sin el respaldo del desarrollo económico que siempre lo caracterizó en el mundo desarrollado. Otra de las características del envejecimiento en esta región es la heterogeneidad; aunque toda el área está envejeciendo, el proceso se desarrolla con características diferentes. Existen países en cada una de las etapas de la transición demográfica, algunos como Bolivia, Guatemala

---

o Haití poseen un envejecimiento poblacional incipiente; otros como Uruguay, Argentina, Barbados y Cuba presentan un envejecimiento avanzado. La heterogeneidad no es solo demográfica, sino también económica, social y cultural.<sup>2</sup>

Cuba es un ejemplo de país en desarrollo que muestra una esperanza de vida de 78,97 para los hombres y 80 para las mujeres. Su población mayor de 60 años representa un 18,3 %, según estadísticas oficiales publicadas en el Censo de Población y Viviendas de 2012. Además, es uno de los países más envejecidos de América Latina y está previsto que tendrá la población más envejecida de Latinoamérica en 2025, y para el 2050 se espera que los cubanos disfruten de uno de los promedios de edad más añejos del planeta, con las implicaciones económicas y sociales que esta condición ocasiona.

Recientemente la Organización Mundial de la Salud (OMS) analizó las previsiones de cambio en el orden de las 10 principales enfermedades en el mundo desde 1990 hasta 2020. Los resultados permitieron pronosticar que para el 2020, las cuatro primeras causas de enfermedad y muerte serán la cardiopatía isquémica, la depresión, los accidentes de tránsito y las enfermedades cerebrovasculares. Se advierten, además, nuevos cambios en el papel epidemiológico, con alta prevalencia de discapacidades derivadas de la prolongación de vida y los ambientes socioeconómicos y culturales, los que sólo se controlarán mediante ambientes saludables y cambios de maneras de vivir.<sup>3</sup>

Las enfermedades cerebrovasculares (ECV) constituyen la tercera causa de muerte en Cuba, y una gran parte de los pacientes que sobreviven al ictus sufren como secuela la discapacidad. Según las estadísticas cubanas, para el 2020, el ictus se mantendrá como la segunda causa de muerte, y en términos de discapacidad, se encontrará entre las primeras cinco causas más importantes de carga por enfermedad.

Según revelan las estadísticas en Cuba, en el año 2012, la mortalidad por enfermedades cerebrovasculares se comportaron de manera ascendente, con una tasa de mortalidad bruta ajustada por edad de 79 por 100 000 habitantes, predominando el sexo femenino con una tasa de 80, y de 77 para el masculino. En la provincia de Villa Clara también ascendieron con 77,9 por 100 000 habitantes,<sup>4</sup> y en el municipio Sagua la Grande se produjo un incremento de pacientes con enfermedades cerebrovasculares, problema este que preocupa por el grado de incapacidad funcional permanente que provoca en los adultos mayores, convirtiéndose en un problema de salud para la familia y la sociedad en general.

El índice de envejecimiento actual y futuro de la población cubana, unido al incremento de las enfermedades cerebrovasculares con sus consecuentes implicaciones, constituye una de las principales dificultades que enfrenta la familia cubana, por lo que resulta una necesidad garantizar el cuidado a los adultos mayores para optimizar la calidad de vida de estos. En este sentido, las casas de abuelos juegan un papel primordial como instituciones del sistema de Salud Pública, ya que favorecen la socialización y la rehabilitación de los ancianos a través del desarrollo de actividades muy variadas que los mantienen socialmente activos.

El objetivo de este estudio es caracterizar y determinar los factores de riesgos de las enfermedades cerebrovasculares en los adultos mayores, identificar el nivel de conocimientos en relación con las enfermedades cerebrovasculares y su prevención, y elaborar alternativas de solución que permitan minimizar o atenuar el problema de salud que dio origen a esta investigación.

## MÉTODOS

Se realizó una investigación cuantitativa y cualitativa de tipo descriptivo transversal, donde el universo estuvo constituido por 30 adultos mayores vinculados a la casa de abuelos "Villa Alegre", perteneciente al Consejo Popular del mismo nombre. La muestra quedó integrada por 25 adultos mayores, seleccionados por el método de muestreo no probabilístico intencional por criterios.

Se realizó una entrevista para caracterizar y determinar los factores de riesgos de las enfermedades cerebrovasculares en los adultos mayores, así como un cuestionario para identificar el nivel de conocimientos en relación con las enfermedades cerebrovasculares y su prevención. Para confeccionar el proyecto de intervención se utilizó la matriz DOFA. Se valoró el proyecto de intervención atendiendo los criterios de pertinencia y factibilidad.

Principios éticos observados en la investigación:

- No producir daño.
- Respeto a la autodeterminación de los sujetos de la investigación y la beneficencia, tratando de maximizar los beneficios posibles y minimizar los daños o equivocaciones.
- No copia, imitación o falsificación de la investigación ni de las referencias bibliográficas.

## RESULTADOS

Se constató que de la muestra: el 60 % eran mujeres, el 64 % eran pertenecientes a la raza blanca y el 60 % mayores de 75 años. La mayoría de los adultos mayores tenían más de dos factores de riesgos de enfermedades cerebrovasculares, fundamentalmente hipertensión arterial (52 %), cardiopatía isquémica (36 %) y diabetes mellitus (12 %).

Al evaluar los hábitos tóxicos se constató que sólo consumían alcohol los adultos mayores del sexo masculino, donde el mayor consumidor correspondió al grupo de edad de 65-69 años. Mientras que el consumo de tabaco se manifestó en todos los grupos de edades, y los mayores indicadores se corresponden con 70-74 y de 75 y más, representados por el 16 y 20 % respectivamente del sexo masculino. Del total de la muestra, el 56 % tenían hábitos tóxicos, lo que evidencia la presencia de factores de riesgo para padecer de enfermedades cerebrovasculares.

El 76 % de los adultos mayores, poseían sobrepeso y sólo el 24 % una delgadez leve.

Los resultados demuestran que el 76 % poseían pocos conocimientos en relación a las enfermedades cerebrovasculares al no identificarlas de forma correcta como emergencia médica y sus síntomas de presentación; el 68 % poseían bajo nivel de conocimiento sobre los aspectos que pueden constituir factores de riesgo modificables para la prevención de las enfermedades cerebrovasculares y el 72 % no identificó algunas de las posibles complicaciones.

## DISCUSIÓN

Los resultados muestran, que de los adultos mayores vinculados a la casa de abuelos "Villa Alegre", predominan el sexo femenino y los mayores de 75 años. Resultados muy similares se encuentran en la investigación realizada por *Ferrer Herrera Ismael* y cols,<sup>1</sup> donde se plantea que en la población cubana tiende a crecer el número de ancianos.

Los resultados obtenidos con respecto a los factores de riesgos de las enfermedades cerebrovasculares, coinciden con diversos autores que abordan esta temática, tal es el caso del Dr. *Burgos*,<sup>2</sup> que señala entre los principales factores de riesgo la hipertensión arterial, diabetes mellitus, hábito de fumar y la obesidad asociada al sobrepeso y al sedentarismo.

*Mesa Cabrera MI* y cols<sup>3</sup> expresan que la hipertensión arterial es generalmente considerada el factor de riesgo más importante de la ECV, ya que niveles altos de presión arterial, tanto sistólica como diastólica, han sido asociadas con un incremento en la incidencia de ictus isquémico y hemorrágico en personas de todas las edades y de ambos sexos.

*Flores Podadera H* y cols<sup>4</sup> manifiestan que existen otros factores de riesgos, entre ellos la fibrilación auricular, la cual es la primera afección cardíaca asociada al embolismo cerebral y es el más importante factor de riesgo en los pacientes con más de 80 años de edad, especialmente del sexo femenino.

*Maya Entenza CM* y cols<sup>5</sup> refieren que la obesidad, el sedentarismo y el consumo inadecuado de alimentos, predisponen a desarrollar enfermedades cerebrovasculares, por lo que es sumamente necesario adoptar un estilo de vida saludable y una intervención educativa a escala familiar y comunitaria, ya que los factores causales de riesgo están enraizados en el entorno sociocultural, por lo que la población debe tener conocimientos de estos y tomar conciencia para la conservación, cuidado y restauración de la salud, lo que representa una incuestionable reducción en cuanto a costos, pues resulta más caro el tratamiento, control y rehabilitación, que su prevención.

Estudios realizados por *Lugones M* y *Bermúdez M*,<sup>6</sup> muestran las consecuencias del tabaquismo en diversas enfermedades.

*Vega Abascal J* y cols<sup>7</sup> señalan que la predicción del riesgo cardiovascular ha constituido, en los últimos años, la piedra angular en las guías clínicas de prevención cardiovascular, y deviene una herramienta útil del Médico de Familia para establecer prioridades en la atención primaria, mejorando la atención a los pacientes y eligiendo eficazmente la terapéutica a seguir, con el objetivo de acercarnos a la realidad multifactorial de las enfermedades cardiovasculares y a su prevención.

En este sentido, *Sansó Soberats F*<sup>8</sup> señaló que una nutrición adecuada, la realización de actividades físicas y aeróbicas, el abandono de hábitos tóxicos y el buen mantenimiento del peso, constituyen una base para la prevención de estas enfermedades.<sup>9</sup>

Es necesario enfatizar la labor educativa a través de programas de promoción y prevención en el adulto mayor.<sup>10</sup> Hacia el cumplimiento de estos objetivos, se diseñó un programa de intervención dirigido a la prevención de las enfermedades cerebrovasculares en adultos mayores, ubicados en casas de abuelos.

La intervención educativa tiene por título: "Por una longevidad satisfactoria: cómo alcanzar vidas largas y saludables".

Las actividades que se proponen en el proyecto de intervención se dirigen fundamentalmente hacia tres esferas:

1. *Esfera biológica y socio afectiva*: para mejorar la capacidad de reconocer la existencia del otro y de sí mismo a través de la expresión de sentimientos y emociones enmarcados en las relaciones interpersonales.
2. *Esfera cognitiva*: para comprender, aprehender, construir y utilizar las explicaciones y teorías que se producen sobre la realidad y los fenómenos que los rodean.
3. *Esfera comunicativa*: para significar todo lo que lo rodea a partir de la interacción con los otros y su vinculación a la cultura y sus conocimientos.

La actividad humana puede ser transformadora y mediatizada en condiciones de relación social, pues requiere de una cooperación –actividad acoplada entre varios individuos, que al ejecutar acciones segmentadas de una actividad compleja, alcanzan resultados beneficiosos para cada participante– y una comunicación entre los colaboradores, con el propósito de regular y dirigir la misma. En este proceso social, se evidencia que la relación con los otros constituye la determinación originaria de la subjetividad que durante el desarrollo se transforma, paulatinamente, en capacidad personal y autodomio del comportamiento, lo que se definió como la ley psicogenética del desarrollo.

El diseño fue valorado por 7 especialistas. De ellos, uno posee cargo de docente; 4 de master en longevidad satisfactoria y 2 de especialistas en Medicina General Integral y en Geriatria. Todos con gran experiencia y activa labor vinculada al programa del adulto mayor, 2 son profesores auxiliares, 3 profesores asistentes y 2 poseen categoría de instructor.

La mayoría considera pertinente y factible la propuesta del proyecto, al señalar que existe disponibilidad de los recursos humanos y materiales necesarios para aplicarlo; la intervención desarrolla actividades de prevención de enfermedades cerebrovasculares en los adultos mayores, propicia conocimientos sobre las mismas y favorece cambios en el comportamiento y estilos de vida.

En conclusión, los adultos mayores vinculados a la casa de abuelos "Villa Alegre", se caracterizaron por el predominio del sexo femenino, raza blanca y edad mayor de 75 años.

Desde el punto de vista clínico-epidemiológico se identificó, que la mayoría tenían hábitos tóxicos y presentaban uno o dos factores de riesgos de enfermedades cerebrovasculares, marcados fundamentalmente por hipertensión arterial, cardiopatía isquémica y diabetes mellitus.

Además, la mayoría poseía inadecuados conocimientos sobre las enfermedades cerebrovasculares. Los especialistas consideran pertinente y factible el proyecto de intervención propuesto para la prevención de estas enfermedades, en adultos mayores vinculados a la casa de abuelos "Villa Alegre", el cual fue aprobado por la Dirección Municipal de Salud de Sagua la Grande para su implementación inmediata.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ferrer Herrera IM, Jiménez Macías I, Hernández Pupo O, Ferrer Tan IJ, Llanes Rodríguez A. Intervención educativa en ancianos de una casa de abuelos sobre caídas en el hogar. AMC [revista en la Internet]. Dic 2008 [citado 18 May 2014];12(6). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552008000600008&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552008000600008&lng=es)
2. Enfermedades cerebrovasculares, epidemia del siglo xx [Periódico en la Internet]. [citado 23 Jul 2008]. Disponible en: <http://www.granma.cubaweb.cu/2009/04/16/nacional/artic08.html>
3. Mesa Cabrera MI, Fábrega Valdés AI, Blanco Aspiazú MA, Morera Méndez F, Suárez Rivero B, Oliva Torres L. Recurrencia del ictus cerebrovascular isquémico y su relación con algunos factores de riesgo. Rev Cubana Med Mil [Internet]. Mar 2006 [citado 10 Sep 2009]; 35(1). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572006000100006&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572006000100006&lng=es&nrm=iso)
4. Flores Podadera H, Beguería Santos R, Olivera Leal I, Alvarez Santana R, Flores Podadera Y, Baños Podadera H. Lethality behavior of cerebrovascular diseases in hypertensive patients. Rev Haban Cienc Méd [revista en la Internet]. 2008 Jun [citado 2014 Jun 29]; 7(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2008000200017&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2008000200017&lng=es)
5. Maya Entenza CM, Grondona Torres F, Gallardo Ríos MR. Ataques transitorios de isquemia del territorio vertebrobasilar: caracterización clínica evolutiva. Rev Cubana Med [revista en la Internet]. 2006 Jun [citado 2014 Jun 29]; 45(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75232006000200003&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75232006000200003&lng=es)
6. Lugones Botell M, Ramírez Bermúdez M, Pichs García LA, MiyarPieiga E. Las consecuencias del tabaquismo. Rev Cubana Hig Epidemiol [revista en la Internet]. 2006 Dic [citado 2014 Jun 29]; 44(3). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-30032006000300007&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032006000300007&lng=es)
7. Vega Abascal J, Guimará Mosqueda M, Vega Abascal L. Cardiovascular risk, a useful tool for prevention of cardiovascular diseases. Rev Cubana Med Gen Integr [revista en la Internet]. Mar 2011 [citado 2014 Jun 29]; 27(1):91-7. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252011000100010&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252011000100010&lng=es)
8. Sansó Soberats F, Alonso Galván P. Enfermedades Endocrinas Metabólicas. En: Guía Terapéutica para la Atención Primaria de Salud. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2010. p. 150.
9. Peña Pérez B, Terán Trillo M, Moreno Aguilera F, Bazán Castro M. Autopercepción de la calidad de vida del adulto mayor en la Clínica de Medicina Familiar Oriente del ISSSTE. Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas [Internet]. 2009. abr-jun [citado 20 mar 2011]; 14(2): [aprox. 7 p.]. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/473/47312308002.pdf>

10. Rangel Rivera JC, Lauzardo García del Prado G, Quintana Castillo M, Gutiérrez Hernández ME, Gutiérrez Hernández N. Necesidad de crear programas de promoción y prevención en el adulto mayor. Rev Cubana Estomatol [revista en la Internet]. 2009 Mar [citado 2014 Jun 29]; 46(1). Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75072009000100004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072009000100004&lng=es)

Recibido: 28 de mayo de 2014.

Aprobado: 9 de agosto de 2014.

*Marlene Otaño Álvarez.* Especialista en I Grado de Medicina General Integral. Master en Longevidad Satisfactoria. Profesora Instructora. Policlínico "Idalberto Revuelta". Sagua la Grande. Villa Clara, Cuba.  
Correo electrónico: [mar2006@capiro.vcl.sld.cu](mailto:mar2006@capiro.vcl.sld.cu)