



PERÚ

Ministerio de
Cultura

Instituto Nacional de
Radio y Televisión del Perú

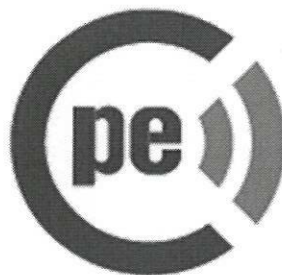
TV Perú
Radio Nacional
Radio La Crónica

PLAN

P-N° 007-2019-OA/IRTP

**PLAN ANUAL DE PREVENCIÓN
DE RIESGO CARDIOVASCULAR**

2019



PLAN ANUAL DE PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR

TABLA DE CONTENIDOS

	pág.
I.- OBJETIVO	3
II.- ALCANCE	3
III.- MARCO LEGAL	3
IV.- RESPONSABILIDADES	4
V.- VIGILANCIA DE PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR DE LOS SERVIDORES DEL IRTP.	4
VI.- DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO	5



PLAN ANUAL DE PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR

I. OBJETIVO

Establecer los lineamientos de la vigilancia de riesgo cardiovascular y estilos de vida saludable de los servidores del IRTP con la finalidad de prevenir la morbilidad y mortalidad por enfermedad cardiovascular, reduciendo los factores de riesgo cardiovascular a través de la intervención en los factores modificables con la implementación de actividades de promoción y prevención.

II. ALCANCE

El presente documento es aplicable a todos los servidores del IRTP en todas las sedes, así como al personal de las empresas contratistas del IRTP (personas naturales o jurídicas), según sea el caso.

III. MARCO LEGAL

- Ley N° 26842, Ley General de Salud.
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 003-2000-PROMUDEH, que aprueba el Reglamento de la Ley General de la
- Resolución Ministerial N° 312-2011/MINSA. Aprueban documento técnico "Protocolos de exámenes Médico Ocupacionales y Guías de Diagnóstico de los Exámenes Médicos Obligatorios por actividad.
- Resolución Ministerial 004-2014/MINSA de 03 de enero del 2014: Modifica el numeral 6.6.1 del documento técnico "Protocolos de exámenes médicos ocupacionales y guías de diagnóstico de los exámenes médicos obligatorios por actividad", aprobado por RM N° 312-2011-MINSA.
- Ley N° 28705 "Ley General para la Prevención y Control de los Riesgos del Consumo del Tabaco"
- Ley N° 27657 - Ley del Ministerio de Salud.
- Ley N° 27813 - Ley del Sistema Nacional Coordinado y Descentralizado de Salud.
- La Salud Integral: Compromiso de Todos - El Modelo de Atención Integral de Salud», aprobado por Resolución Ministerial N° 729-2003-SA/DM.
- Lineamientos de Política de Promoción de la Salud, aprobados por Resolución Ministerial N° 111-2005/MINSA.
- Guía Técnica Para La Valoración Nutricional Antropométrica De La Persona Adulta-MINSA.

IV.- RESPONSABILIDADES

Alta dirección:

- Suministrar todos los recursos necesarios para la implementación del programa de vigilancia de prevención de riesgo cardiovascular.
- Asegurar de que los colaboradores cumplan con las actividades programadas y recomendaciones brindadas

Área de administración del personal:

- Coordinar la realización de las actividades con las áreas e instituciones involucradas.
- Hacer gestión para el cumplimiento del presente plan de vigilancia.

Médico Ocupacional:

- Realizar el seguimiento de los trabajadores que requieran controles médico ocupacional.
- Entregar los resultados de los exámenes médicos a los trabajadores en forma individual respetando la confidencialidad de su contenido.



- Entregar el análisis de los resultados de los exámenes médicos al empleador a título grupal.

Médico Asistencial:

- Realizar el seguimiento de los trabajadores que requieran controles médicos

Trabajadores:

- Acudir a sus controles con el médico ocupacional y asistencial.
- Cumplir con las disposiciones en salud establecidas en el IRTP.
- Cumplir lo dispuesto en el programa de vigilancia epidemiológica cardiovascular y promover hábitos y estilos de vida saludables respecto a las condiciones laborales que presenten.

V. VIGILANCIA DE PREVENCIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR DE LOS SERVIDORES DEL IRTP.

El Presente plan se ha estructurado para invitar a los participantes a reflexionar sobre el necesario control de los factores de riesgo cardiovascular, ofreciendo recomendaciones permanentes en los aspectos básicos de desarrollo de actividades de incidencia sobre factores de riesgo cardiovascular y ejerciendo un seguimiento continuo en los trabajadores a quienes se les identifique alto riesgo de enfermedad cardiovascular.

Los factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares se clasifican como:

- Factores no modificables, son constitutivos de la persona la que siempre tendrá ese factor de riesgo y no es posible revertirlo o eliminarlo.
- Factores modificables, son aquellos que pueden ser corregidos o eliminados a través de cambios en el estilo de vida.

Factores de Riesgo Modificables	Factores de Riesgo No Modificables
Hipertensión arterial (HTA) Dislipidemia Tabaquismo Sedentarismo Obesidad Diabetes mellitus	Edad Raza Sexo Antecedentes familiares con alguna enfermedad cardiovascular.

Se tomarán como base de referencia para análisis los exámenes médicos ocupacionales registrados en la empresa, así como también el registro de las atenciones médicas realizadas en el consultorio médico de la institución y los resultados del programa Reforma Vida de ESSALUD, de cara a identificar los factores de riesgo para enfermedad cardiovascular presentes en la población de trabajadores en contraste con parámetros definidos como valores límites permisibles.



VI. DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO

No.	OBJETIVOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	RESPONSABLE
1.	Identificar y clasificar a la población con riesgo cardiovascular.	Identificación y clasificación de la población con factores modificables de riesgo cardiovascular, según los exámenes médicos ocupacionales, descansos médicos, atenciones de salud en el consultorio médico del IRTP, Consultas médicas, Interconsultas, hallazgos de programa Reforma Vida, para la vigilancia médica ocupacional respectiva.	Médico Ocupacional, Médicos asistenciales, Bienestar Social
2.	Realizar vigilancia médica y epidemiológica en la población con riesgo cardiovascular	Seguimiento de los trabajadores que requieran controles médicos por caso específico.	Médico Ocupacional, Médicos asistenciales, Bienestar Social
3.	Realizar formación específica y con una orientación práctica.	Capacitación de Manejo de Estrés	SST
4.	Crear entornos seguros y saludables	Campañas de Riesgo de Prevención Cardiovascular (Despistaje de glucosa, toma de presión arterial, control de peso y talla, perímetro abdominal, baile, Concurso de recetas saludables, masaje relajante, etc)	SST, Médicos asistenciales, Bienestar Social.
5.	Realizar formación específica y con una orientación práctica.	Charlas: Riesgo Cardiovascular y Estilos de Vida Saludable, Prevención de enfermedades crónicas.	Médico Ocupacional, Médicos asistenciales, Nutricionista
6.	Prevención y Control de riesgo cardiovascular. Sensibilizar para favorecer la participación de los servidores de IRTP al Programa de Reforma Vida.	Promover y proseguir el programa "Reforma de Vida Renovada" de ESSALUD que busca identificar factores de riesgo para la salud y promover estilos de vida saludable. (Difusión del programa en Campañas, intranet, wasap)	Médico Ocupacional, Médicos asistenciales, Bienestar Social
7.	Prevención y Control de riesgo cardiovascular en los servidores del IRTP.	Controles Nutricionales por especialista	Nutricionista
8.	Promover el desarrollo de conductas saludables de prevención de enfermedades crónicas y estilos de vida saludable	Promoción de la prevención de enfermedades crónicas y estilos de vida saludable a través de comunicación interna	Médico Ocupacional, Médicos asistenciales
9.	Fomentar la modificación de factores psicológicos que influyen negativamente en la salud de los servidores del IRTP.	Controles por consultorio de Psicología	Psicólogo
10.	Promover la práctica de actividad física y patrones de vida más activos en los servidores del IRTP.	Promoción de la actividad física: acceso a gimnasios, caminatas, Olimpiadas deportivas de IRTP.	Bienestar Social



VII. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

No.	ACTIVIDADES	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SET	OCT	NOV	DIC
1	Identificación de los trabajadores a través de: Evaluaciones periódicas, Consultas médicas, Interconsultas, hallazgos de programa Reforma Vida, descansos médicos.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2	Seguimiento de los trabajadores que requieran controles médicos por caso específico.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
3	Capacitación/charlas de Manejo de Estrés	X			X								
4	Campañas de Riesgo de Prevención Cardiovascular (Despistaje de glucosa, presión arterial, control de peso y talla, baile, Concurso de recetas saludables, masaje relajante, etc.)				X					X			
5	Charlas: Riesgo Cardiovascular y Estilos de Vida Saludable, Prevención de enfermedades crónicas.				X					X			
6	Promover y Proseguir con la participación de los servidores en el programa "Reforma de Vida Renovada" de ESSALUD que busca identificar factores de riesgo para la salud y promover estilos de vida saludable. (Difusión del programa en Campañas, intranet, wasap)				X	X	X	X					
7	Controles Nutricionales por especialista					X	X	X	X	X	X		
8	Promoción de la prevención de enfermedades crónicas y estilos de vida saludable a través de comunicación interna					X	X	X	X	X	X	X	X
	Promover la modificación de factores psicológicos que influyen negativamente en la salud de los trabajadores					X	X	X	X	X	X		
	Promoción de la actividad física: acceso a gimnasios, caminatas, Olimpiadas deportivas de IRTP.					X	X	X	X	X	X	X	X

