

# Memoria de la Ruta de la Salud Abril – octubre 2015

Proyecto Ruta de la Salud

Informe ejecutivo

Calendario de la Ruta de la Salud

Certificados de los Ayuntamientos

Resumen de la Ruta de la Salud

Informe técnico de la Ruta de la Salud

Comunicados para los medios y para el blog de comunicación

Impacto mediático

## Proyecto Ruta de la Salud



**Ruta de la **salud****

**“Visitar a los ciudadanos antes de que nos visiten los enfermos”**

DIPUTACIÓ DE  
VALENCIA  
Ajuntament d'Ajuntaments



**¿Qué es la Ruta de la Salud?**

La Ruta de la Salud es una acción coordinada desde la Diputación de Valencia, que con la colaboración del Consorci Hospital General, tiene el objetivo de incrementar el esfuerzo por la salud preventiva que se da a la población valenciana.

El Hospital General de Valencia, con su integración en la red de la Conselleria de Sanitat, desde hace años que se viene apostando por la salud preventiva y por una comunicación abierta con la población para mejorar los hábitos de salud.

La salud depende de los actos y actitudes del día a día (alimentación, actividad física, vida activa, emociones), pero los ciudadanos necesitan de los conocimientos de los profesionales para saber cuál es el camino correcto.

DIPUTACIÓ DE  
VALENCIA  
Ajuntament d'Ajuntaments



Por ello, esta ruta se propone para formar e informar, porque gracias a la transmisión de conocimiento se consigue corregir estilos erróneos de vida y, por lo tanto, una sociedad más responsable con su salud.

De este modo, médicos y enfermeros van a salir de sus centros para llegar a los ciudadanos.



**Cuidarnos es una responsabilidad de cada uno,  
no es una responsabilidad del médico**

## ¿Cómo se propone la Ruta de la Salud?

La Ruta de la Salud se plantea como una acción estratégica para acercarnos a las comunidades y a las familias y ofrecerles un servicio de salud programado y preventivo.

Para ello, **los ayuntamientos cederán sus instalaciones y se pondrán en contacto con las asociaciones de vecinos y los colegios** para contar también con sus instalaciones. En estas instalaciones los profesionales desarrollarán el circuito para ofrecer información y formación a los ciudadanos.

También se dará información de los ayuntamientos, asociaciones de pacientes y patrocinadores.

## Acciones y calendario



**65 salidas** a municipios de provincia de Valencia del 27/04/15 al 26/10/15.

Presencia: lunes, martes y miércoles, en horario de 17 a 20 horas.

**Charlas médicas** de 15 minutos cada una + 15 minutos de preguntas.

**Estaciones** para las pruebas, que se harán simultáneamente en otro espacio distinto al de las charlas.

**Mesas informativas:** Salud Pública, ayuntamientos, asociaciones, etcétera.

**Logística:** los espacios y las mesas y sillas los proporcionará cada ayuntamiento.

## Funcionamiento



En un mismo lugar pero con diferentes espacios habilitados se realizarán una serie de charlas médicas que abordarán temas como el riesgo cardiovascular, enfermedades respiratorias, osteoporosis, nutrición, la pérdida de audición, etc.

Al mismo tiempo y de forma simultánea, se dispondrá un circuito de salud con varias estaciones atendido por profesionales y donde se realizarán: cálculos del riesgo cardiovascular, espirómetros, audiometrías, toma de tensión, etc.



## Difusión:

- Se realizará diseño de los **carteles y traseras**.
- Desde la Diputación de Valencia y el Hospital General se reforzarán la difusión de los ayuntamientos a través de:

- **Blog de la Ruta de la Salud** ( calendario, reportajes gráficos, colaboradores, agradecimientos, preguntas y respuestas, etc.) .
- Difusión en las principales redes sociales
- Enlace en la web de la Diputación de Valencia y del hospital.
- El acto final de la ruta coincidirá con la Jornada del Paciente en los jardines del Hospital General y se invitará a las asociaciones de pacientes de los municipios que han participado.



## ¿Quiénes participarían en la ruta?

Para mejorar la calidad de vida de la comunidad, es el médico el que debe llegar hasta donde está el ciudadano.

Por lo tanto, se cuenta con la implicación por parte de:



Equipo de dirección  
Jefes de áreas clínicas  
Coordinadores del departamento  
Médicos de primaria  
Médicos especialista  
Enfermeras

### Coordinadores de la Ruta de la Salud:

Ricardo Zaragoza  
Jaime Alapont  
alapont\_jai@gva.es  
616120247 y 963131817



## Nuestros compañeros de viaje:

Diputació de València  
Conselleria de Sanitat  
Salud Pública  
Ajuntaments  
Asociaciones de vecinos  
Asociaciones de pacientes  
Organizaciones sociales  
Grupos altruistas  
Patrocinadores



El acercamiento a la sociedad puede producir cambios voluntarios en el comportamiento, ya que se eliminan las barreras que tienen los ciudadanos para acceder al consejo profesional (pedir cita, desplazarse, etc.).

Mejorar la salud física o mental contribuye al estado de bienestar de la sociedad y de su entorno y conlleva un uso racional de los recursos humanos y materiales, así como la identificación de necesidades y problemas de los individuos, familia y comunidad.

## Informe ejecutivo

## Informe ejecutivo de la Ruta de la Salud 2015

Valencia, 27 de abril de 2015

### 1. Bases del programa Ruta de la Salud para el ejercicio 2015

El 27 de enero de 2015 se publicaron en el BOP las bases que han de regir el programa de La Ruta de la Salud para el ejercicio 2015, a propuesta del servicio de Bienestar Social de la Diputación de Valencia.

Resumen del programa para el ejercicio 2015:

CHARLAS Y MESAS INFORMATIVAS	PRUEBAS
1. Riesgo cardiovascular	Estación 1: Cálculo Riesgo Cardiovascular, electrocardiograma
2. Enfermedades respiratorias	Estación 2: Espirometría y coxímetro
3. Pérdida de audición	Estación 3: Audiometrías
4. Reumatología y osteoporosis	Estación 4: Medición Ocular y rejilla de Amsler
5. Diabetes, nutrición y ejercicio físico	Estación 5: Toma de tensión, azúcar
6. Cómo cuidar tus ojos	Estación 6: Masa corporal, consejos nutricionales
	Estación 7: Revisión bucodental
Salud Pública: mesa informativa sobre vacunación gripe, tabaquismo, <i>screenig</i> de colon.	

- 65 municipios de provincia de Valencia.
- 6 charlas de 15 minutos cada una + 15 minutos de preguntas.
- 7 estaciones para las pruebas, que se harán simultáneamente en otro espacio distinto al de las charlas.
- Mesas informativas: Salud Pública, ayuntamientos, asociaciones, etcétera.
- Dotación presupuestaria de la Diputación: 65.000 euros

- Ultimo día para justificar la ejecución el programa por parte del Consorcio: 12 de noviembre del 2015.
- **La Ruta de la Salud 2015 se hará desde el 27 abril al 28 de octubre y empezará en Picanya.**

## 2. Municipios para La Ruta de la Salud

En el BOP N.º 62 1-IV-2015 se anunciaron los 65 municipios que la Diputación Provincial de Valencia estimó su petición para el desarrollo del programa: La Ruta de la Salud en el ejercicio 2015. Entre ellos: Picanya, Real, Dos Aguas y Montroy.

## 3. Presupuesto de la Ruta de la Salud

La dotación presupuestaria de la Diputación para este programa es de **65.000** euros.

Por tanto, la ejecución del programa y la organización de la ruta se han previsto teniendo en cuenta el número de pueblos a visitar, los profesionales que participan en la ruta y el resto de gastos operativos. Se ha ajustado al presupuesto consignado, dejando un pequeño sobrante para imprevistos.

## 4. Actuaciones operativas

**A)** Firma del convenio entre la Diputación de Valencia y el conseller de Sanidad.

**B)** Reuniones con colaboradores y ofrecimiento a participar en la Ruta de la Salud.

-Diabalance, Esteve, Abbot y Gaes participaran en algunos de los municipios ofreciendo productos y servicios.

**C)** Viabilidad económica de la Ruta. La Diputación de Valencia abonará 65.000 euros al Consorcio Hospital General Universitario de Valencia.

**D)**

### Transporte

- El transporte se realizará por medios propios del CHGUV y los vehículos privados que sean necesarios.

**E)** Comunicación y trámites:

El Gabinete de Comunicación del Consorcio y el de la Diputación se harán cargo de:

- Diseño e impresión de dípticos, carteles, traseras.
- Actualización del Blog de comunicación de la Ruta de la Salud.
- Envío de noticias de cada uno de los municipios visitados y notas de prensa de los resultados obtenidos.
- Banco de imágenes de la ruta.

El gabinete del hospital también se responsabilizará de:

- Llamar a todos los ayuntamientos para cerrar fechas y confirmar espacios que ponen a disposición de la ruta. Logística de mesas y sillas.
- Solicitar a cada ayuntamiento que hagan difusión para que se enteren los vecinos, los medios de comunicación locales, los centros de salud, las asociaciones de vecinos y de pacientes.
- Saber si los ayuntamientos van a participar con mesas informativas en la ruta.
- Pedir el certificado a cada uno de los ayuntamientos firmado por el secretario para acreditar que se ha impartido la formación.
- Hacer la memoria de los actos para presentar cuando finalice la ruta.
- Acto final de la ruta (podía coincidir con la Jornada del Paciente y acabar la ruta en los jardines del hospital) e invitación a las asociaciones de pacientes de los municipios que han participado.

## Calendario de la Ruta de la Salud

### Calendario Ruta de la Salud

De 17:00 a 20:00 horas

#### Abril

Lunes 27/04	<b>Picanya</b> (L´Horta Oest)	Centro de salud en Plaza Constitución s/n
Martes 28/04	<b>Emperador</b> (De la Vera)	Centro Social de Emperador, Plaza del Ayuntamiento, 2
Miércoles 29/04	<b>Alfara del Patriarca</b> (L´Horta Nord)	Centro Civico de la Calle Maestro Palau, 15

#### Mayo

Lunes 4/05	<b>Guadassuar</b> (Ribera Alta)	Centro Cultural ubicado en la C/ Sant Josep número 1.
Martes	<b>Benicull de Xúquer</b> (Ribera	Teatro Reina Sofía

5/05	Baixa)	
Miércoles 6/05	<b>Benifaió</b> (Ribera Alta)	Centro de Salud de Benifaió
Lunes 11/05	<b>Quesa</b> (Canal de Navarrés)	Centro de Salud en la Avenida de Valencia
Martes 12/05	<b>Anna</b> (Canal de Navarrés)	Local Social (Plaza del Labrador).
Miércoles 13/05	<b>Benavites</b> (Camp de Morverdre)	Consultorio de Benavites
Lunes 18/05	<b>Benagéber</b> (Los Serranos)	Ayuntamiento de Benagéber
Martes 19/05	<b>Real</b>	Ayuntamiento de Real
Miércoles 20/05	<b>Alfarp</b> (Ribera Alta)	Casa de la cultura
Lunes 25/05	<b>Montaverner</b> (La Vall d'Albaida)	Llars dels jubilats. C/ Nou, 7
Martes 26/05	<b>Llocnou d'en Fenollet</b> (La Costera)	La Casa de la Cultura
Miércoles 27/05	<b>Alberic</b> (Ribera Alta)	Ayuntamiento

## Junio

Lunes 1/06	<b>Benimodo</b> (Ribera Alta)	Centro de salud
Martes 2/06	<b>Godella</b> (Horta Nord)	Hogar del jubilado. Edificio Villa Teresita
Miércoles 3/06	<b>Quart de les Valls</b> (Plana Baixa)	Centro de Salud

Lunes 8/06	<b>Moncada</b>	Antiguo Colegio Jose Maria Oltra
Martes 9/06	<b>Benifairó de la Valldigna</b> (La Safor)	Colegio público
Miércoles 10/06	<b>Quartell</b> (Plana Baixa)	Ayuntamiento de Quartell
Lunes 15/06	<b>Rocafort</b> (Horta Nord)	Casal Jove. Antiguo casino
Martes 16/06	<b>Massalavés</b> (Ribera Alta)	Cámara Agraria
Miércoles 17/06	<b>Olocau</b> (Camp de Turia)	Casa de la Cultura
Lunes 22/06/15	<b>Titaguas</b> (Los Serranos)	Centro de Salud de Titaguas en Av/ Don Simón de Rojas Clemente nº 2
Martes 23/06	<b>Dos Aguas</b> (Hoya de Buñol)	
Miércoles 24/06	<b>Benimuslem</b> (Ribera Alta)	Hogar del Jubilado de Benimuslem.C/ Carcaixent s/n
Lunes 29/06	<b>Tavernes Blanques</b> (Horta Nord)	Edificio La Altruista – Antiguo Casino en la segunda planta.
Martes 30/06	<b>Domeño</b> (Los Serranos)	Centro Social San Isidro
<b>Julio</b>		
Miércoles 1/07	<b>Llombai</b> (Ribera Alta)	Ayuntamiento
Lunes 6/07	<b>Sinarcas</b> (Requena-Utiel)	Ayuntamiento
Martes 7/07	<b>Albal</b> (L´Horta Sud)	Centro Polivalente

Miércoles 8/07	<b>Vallada</b> (La Costera)	Ayuntamiento
Lunes 13/07	<b>Chelva</b>	Colegio público
Martes 14/07	<b>Montroy</b> (Ribera Alta)	Nuevo Ayuntamiento-edificio multiusos
Miércoles 15/07	<b>La Yesa</b> (Los Serranos)	Centro médico
Lunes 20/07	<b>Llocnou de Sant Jeroni</b> (La Safor)	Hogar del JubiladoC/ Monestir de Cotalba, 1. Edificio Ayuntamiento.
Martes 21/07	<b>L'Alcudia de Crespins</b> (La Costera)	Plz. Generalitat Valenciana, 20
Lunes 27/07	<b>Montichelvo</b> (La Vall d'Albaida)	"La Casa de la Música" situada en la Avenida Constitución 33, 46842 Montitxelvo.
Martes 28/07	<b>El Real de Gandía</b> (La Safor)	Casa de la cultura
Miércoles 29/07	<b>Beneixida</b> (Ribera Alta)	Plaza del ayuntamiento
Septiembre		
Martes 1/09	<b>Massalfasar</b>	Casa de la Cultura
Miércoles 2/09	<b>Aielo Malferit</b> (La Vall d'Albaida)	Local dels Jubilats, situat en el c/ Església s/n
Lunes 7/09	<b>La Pobla del Duc</b> (La Vall d'Albaida)	Local de los jubilados
Martes 8/09	<b>Tous</b> (Ribera Alta)	
Miércoles	<b>Ador</b> (La Safor)	La Casa de los Jóvenes de Ador. C/

9/09		Goya, 1
Lunes 14/09	<b>Guadasséquies</b> (La Vall d'Albaida)	En el mismo Ayuntamiento, sito en Av/ Constitución 14.
Martes 15/09	<b>Benissoda</b> (La Vall d'Albaida)	En el mismo Ayuntamiento
Miércoles 16/09	<b>Otos</b> (La Vall d'Albaida)	En el ayuntamiento de Otos C/ Santo cristo nº12
Lunes 21/09	<b>La Font d'en Carrós</b> (La Safor)	Edificio polivalente
Martes 22/09	<b>Cárcer</b> (Ribera Alta)	Centro Cultural C/Castro Montblanc nº 16 y 18
Miércoles 23/09	<b>Sedavi</b> (L'Horta Sud)	Ayuntamiento
Lunes 28/09	<b>Rafelcofer</b> (La Safor)	Biblioteca
Martes 29/09	<b>Bellús</b> (La Vall d'Albaida)	Ayuntamiento
Miércoles 30/09	<b>Siete Aguas</b> (Hoya de Buñol)	Consultori

## Octubre

Lunes 5/10	<b>Bufalí</b> (La Vall d'Albaida)	Ayuntamiento
Martes 6/10	<b>Ribarroja del Túria</b> (Camp del Túria)	Auditorio municipal
Miércoles 7/10	<b>Piles</b> (La Safor)	Hogar del jubilado
Martes 13/10	<b>Benigánim</b> (La Vall d'Albaida)	Espai Jove
Miércoles 14/10	<b>Aldaia</b> (L'Horta Oest)	Centro jubilados de la calle mayor

Lunes 19/10	<b>Puçol</b> (L´Horta Nord)	Centro de mayores
Martes 20/10	<b>Senyera</b> (Ribera Alta)	Se realizaria en el consultorio médico de la localidad en C/ Josep Iturbi, 28
Miércoles 21/10	<b>Sueca</b> (Ribera Baixa)	Servicios sociales del ayuntamiento de Sueca
Lunes 26/10	<b>Gandía</b> (La Safor)	Centro de Convivencia para personas mayores, Roís de Corella. Calle Ciudad Barcelona

## Certificados de los Ayuntamientos

## Resumen de la Ruta de la Salud

# **Informe técnico de la Ruta de la Salud**

## **(Del 27 abril al 28 de octubre)**

## Índice

- 1. Municipios visitados**
- 2. Diseño de elementos que han acompañado a la ruta**
- 3. Balance de asistencia y estudio de la actividad**
- 4. Resumen de actividad**
- 5. Participación de profesionales**

## 6. Ajuste presupuestario: Cortés de Pallás

## 7. Difusión

## 8. Organizadores y patrocinadores

## 9. Premios recibidos

### 1. Municipios visitados

La Ruta de la Salud ha visitado **65\*** municipios en su salida de lunes a miércoles entre los meses de abril a octubre: Picanya, Emperador, Alfara del Patriarca, Guadassuar, Benicull del Xúquer, Benifaió, Quesa, Anna, Benavides, Benagéber, Real, Alfarp, Montaverner, Llocnou d'en Fenollet, Alberic, Benimodo, Godella, Quart de les Valls, Moncada, Benifairó de la Valldigna, Quartell, Rocafort, Massalavés, Olocau, Titaguas, Dos Aguas, Benimuslem, Tavernes Blanques, Domeño, Llombai, Sinarcas, Albal, Vallada, Chelva, Montroy, La Yesa, Llocnou de Sant Jeroni, L'Alcudia de Crespins, Aldaia, Montichelvo, El Real de Gandía, Beneixida, Massalfassar, Aiello del Malferit, La Pobla del Duc, Tous, Ador, Guadasséquies, Sedaví, Otos, La Font d'en Carros, Cárcer, Benissoda, Rafelcofer, Bellús, Siete Aguas, Bufalí, Ribarroja del Túria, Piles, Benigánim, Cortés de Pallás, Puçol, Senyera, Sueca y Gandía.

- La acogida y participación por parte de los ayuntamientos ha sido muy buena.
- En la mayoría de los municipios ha habido representación institucional (alcalde y concejales).
- La acogida por parte de los vecinos de cada municipio ha sido excelente, tanto es así que han solicitado que se haga más veces e incluso algunos han dicho que es lo mejor que ha pasado en su pueblo.

#### LO MÁS VALORADO:

- En las pruebas lo que más se ha valorado es la cercanía y amabilidad de los profesionales a la hora de hacerse un chequeo que incluye varias pruebas.
- Que se detecten algunas anomalías y se remitan a las personas a sus centros de salud, algunas con carácter urgente.
- La participación en las charlas, donde se resuelven numerosas dudas no solo durante los 15 minutos de preguntas y respuestas, sino a lo largo de las 3 horas.

---

(\*) El presente informe y comunicaciones con los medios de comunicación se ha realizado sobre el programa planteado para 65 municipios según las bases. Ante la imposibilidad material de realizar la actividad en el municipio de **Cortés de Pallás** hemos incluido un capítulo aclaratorio (6) sobre Cortes de Pallás y correspondiente ajuste presupuestario sobre la subvención prevista.

## **2. Diseño de elementos que han acompañado a la ruta:**

Organizan:  
DIPUTACIÓ DE VALENCIA  
CONSORCI HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARI VALENCIA

Del 27 de abril al  
28 de octubre de 2015

# Ruta de la Salud

Charlas informativas y pruebas médicas

Participan:  
GENERALITAT VALENCIANA  
Abbott Diabetes Care  
Diabedem  
ESTEVE  
GAES

Del 27 d'abril al  
28 d'octubre de 2015

# Ruta de la Salud

Xarrades informatives i proves

Dia: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

Lloc: \_\_\_\_\_

Organitzen:  
DIPUTACIÓ DE VALENCIA  
CONSORCI HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARI VALENCIA

Participen:  
GENERALITAT VALENCIANA  
Abbott Diabetes Care  
Diabedem  
ESTEVE  
GAES

### 3. Balance de asistencia y estudio de la actividad

Se estima que en estos 65 municipios por la Ruta de la Salud habrán pasado unas **3.000 personas** y ha hecho más de **3.800 km**.

El perfil es: mayores de **65** años. **70 %** mujeres y **30 %** hombres y

Respecto a los chequeos gratuitos, se calcula que se ha hecho más de **4.000** técnicas.



### En Otorrinolaringología

La audiometría ha despertado gran interés, pues es una prueba que para realizarse en las consultas de ORL requiere cierta lista de espera y esta debe ir siempre

acompañada de una otoscopia bilateral que oriente el diagnóstico. Las audiometrías fueron realizadas por GAES y complementadas con la exploración otoscópica realizada por el especialista en Otorrinolaringología. La otoscopia es una prueba inocua, rápida y útil que todos los asistentes querían realizarse por estos tres motivos.

Con estas pruebas se han podido diagnosticar perforaciones timpánicas, otitis medias serosas, tapones de cerumen, pérdidas auditivas de distinta índole... y otras patologías básicas controlables y tratables posteriormente por sus médicos de cabecera u otorrinos correspondientes.

### En neumología

En el Programa de la Ruta de la Salud 2015 la implicación del Servicio de Neumología del Hospital General de Valencia ha sido muy importante, pues un total de 25 profesionales sanitarios formados por 3 médicos adjuntos, 4 médicos residentes, 3 enfermeros con formación específica en Exploración Funcional Pulmonar y 6 enfermeras de la Unidad de Hospitalización de Neumología han ido alternándose para dar cobertura a todos los municipios por los que ha pasado la Ruta 2015.

La actividad realizada consistió en una breve charla divulgativa abordando conceptos básicos sobre el funcionamiento del aparato respiratorio, resaltando sobre todo la relevancia del tabaquismo como origen o empeoramiento de las enfermedades respiratorias crónicas más frecuentes y la importancia de la prevención de la gripe mediante la vacunación de grupos de riesgo. También se hacía especial hincapié en aquellos signos y síntomas respiratorios por los que la población debe consultar a su Médico de Atención Primaria.

Se realizó una valoración básica del estado respiratorio de los participantes, que consistía en un breve cuestionario de salud respiratoria y la realización de exploraciones sencillas pero fundamentales para la detección de enfermedades respiratorias crónicas, como son la espirometría básica, la pulsioximetría y, en el caso de ser fumador activo, la cooximetría.

#### Resultados obtenidos:

La participación en la mesa de Neumología ascendió a un total de 1204 personas, de las cuales un 74% eran mujeres y un 26% eran hombres, con edad media de 63,3 años.

Solo un 10% de los participantes (124 personas) conocían tener una enfermedad respiratoria crónica previamente diagnosticada y aproximadamente dos tercios de ellos eran controlados al menos 1 vez al año por Neumología y el resto

principalmente por el MAP, sobre todo los asmáticos. Otras 30 personas más refirieron enfermedades o intervenciones quirúrgicas que pudieron afectar a su función pulmonar.

En cuanto al hábito tabáquico de la población atendida, 195 dijeron ser ex-fumadores y 160 fumadores, por lo que la tasa de tabaquismo activo calculada en la población atendida asciende al 13%. A estas personas fumadoras se les completó el examen funcional respiratorio con una cooximetría, obteniendo en el 79% de los casos valores por encima de 35 ppm de CO.

En las 1204 personas atendidas se realizó un número total de 2568 exploraciones neumológicas 382 personas (31%) afirmaron haberse realizado en alguna ocasión una espirometría simple, mientras 473 (40%) reconocían la pulsioximetría así como su finalidad.

Entre las 1080 personas que desconocían tener enfermedades respiratorias, detectamos alteraciones de la espirometría en 394 (36,5%), la mayoría de ellos (179; 45%) de tipo obstructivo, lo que señalaba a la EPOC o el asma como la enfermedad subyacente.

Finalmente, valorado cada caso individualmente teniendo en cuenta la encuesta de salud y los hallazgos de las exploraciones, se recomendó a 140 personas (12% de todas las atendidas) que consultaran pronto a su médico de cabecera para confirmar los hallazgos, completar el estudio e instaurar el tratamiento adecuado.

#### Conclusiones:

De nuevo, tal como ya pudimos comprobar en la Ruta de la Salud de 2014, existe una infrautilización de la espirometría como método de diagnóstico fundamental para la detección de enfermedades respiratorias crónicas de tipo obstructivo (asma y EPOC), que son las más frecuentes e infradiagnosticadas en nuestro país junto con el SAHS.

En nuestra experiencia durante la Ruta de la Salud 2015, solo el 10% de la población atendida conocía tener alguna de ellas, sin embargo encontramos un 36,5% de personas con enfermedad respiratoria crónica de tipo obstructiva (EPOC / asma) sin diagnóstico previo y, por tanto, sin tratamiento adecuado, lo que confirma los datos publicados en la literatura médica señalando el importante infradiagnóstico de la EPOC y el asma en nuestro país, así como la escasa utilización de la espirometría como técnica básica para su diagnóstico.

La tarea del equipo de medicina de familia ha sido un tanto multidisciplinar dando respuesta a todo tipo de cuestiones planteadas por los asistentes en especial en el área de factores de riesgo cardiovascular, otorrino y ojos.

Igualmente se han centrado en charlas informativas, especialmente sobre los factores de riesgo cardiovascular y participar activamente en la realización de pruebas como la toma de tensión, glucemia, ECG junto con la entrevista de cada paciente.

De todos los datos obtenidos se ha objetivado que la mayoría de los pacientes (alrededor del 82%) presentaba al menos uno de los factores de riesgo cardiovascular estudiados (HTA, Diabetes, Tabaquismo y Obesidad). En un porcentaje menor hemos diagnosticado de novo enfermedades como diabetes (3%), arritmias como la Fibrilación Auricular o bien cifras tensionales altas, lo cual desde este punto de vista ha servido para captar a este tipo de pacientes para un control, seguimiento y tratamiento específico para cada uno de ellos.

También se ha podido objetivar que la mayoría de pacientes ya diagnosticados de alguna de estas enfermedades, presentaba un buen control por su médico de atención primaria, ya que las cifras obtenidas así lo han indicado, y por consiguiente una buena adherencia a su tratamiento crónico.

En conclusión, el equipo médico valora este programa como muy importante para acercarse al ciudadano para formar, informar y prevenir, porque gracias a la educación se consigue corregir estilos erróneos de vida y, por lo tanto, una sociedad más responsable con su salud.

### En Cardiología

Se han valorado los factores de riesgo cardiovascular, obteniendo un registro de datos para análisis posteriores. Además se ha realizado asesoramiento individualizado para prevenir la aparición y desarrollo de dichos factores, fomentando el desarrollo de hábitos de vida cardiosaludables. Casi un 10% de los asistentes se les ha recomendado control de factores de riesgo por Atención Primaria.

El equipo de Enfermería de Cardiología ha participado con la intención de analizar factores de riesgo que puedan predisponer a la población a padecer un evento cardiovascular, con este fin ha realizado 1.321 exploraciones para detectar factores de riesgo cardiovascular (toma de tensión arterial, glucemia digital, y anamnesis) y 432 electrocardiogramas.

Se ha realizado educación sanitaria individualizada para la adquisición de hábitos de vida saludable y asesoramiento en aquellas personas con factores de riesgo reconocidos. En 129 casos se detectó muy alto riesgo no conocido, recomendando

seguimiento por atención primaria. Los hallazgos patológicos fueron revisados por los facultativos del equipo de la Ruta de la Salud y fueron remitidos a Servicio de Urgencias por diversos diagnósticos (3 casos fueron remitidos por fibrilación auricular no conocida anteriormente, 4 por crisis hipertensivas, 2 por hiperglucemia no controlada y un caso de bloqueo AV).

### Osteoporosis, diagnóstico, prevención y tratamiento,

En esta edición de la Ruta de la Salud, la participación de Reumatología ha sido doble:

- Charla divulgativa sobre el conocimiento de la osteoporosis, factores de riesgo, medidas preventivas y tratamiento actual
- Talleres en los que se ha explicado y repartido folletos sobre las medidas dietéticas y el ejercicio que son fundamentales para la prevención de la osteoporosis y como ayuda al tratamiento. Además, se les ha aplicado a los asistentes el Índice de FRAX, índice patrocinado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y que valora el riesgo de fractura en los próximos 10 años, aplicando los factores de riesgo de osteoporosis. A los asistentes se les daba un informe para que lo enseñaran a su médico de familia en la próxima visita.

Hemos colaborado a difundir el conocimiento de una enfermedad tan prevalente como la osteoporosis, mejorando el diagnóstico precoz y la aplicación de medidas higiénicas y tratamiento en los casos necesarios, contando siempre con la indispensable colaboración del Médico de Familia.

Este programa se ha conseguido con la colaboración de los servicios de Reumatología y Metabolismo Óseo (médicos y enfermería) y del Servicio de Rehabilitación.

A todas las personas interesadas se les calculó el riesgo de fractura mediante la aplicación de la herramienta FRAX® disponible en <http://www.shef.ac.uk/FRAX>, aplicación que calcula el riesgo de fractura a 10 años basado en los factores de riesgo individuales del paciente sin tener en cuenta en estos casos los resultados de la Densitometría ósea (DEXA, DXA, DMO).

El equipo de profesionales ha realizado aproximadamente 600 cálculos de riesgo de fractura con el método FRAX® que evalúa el riesgo de fractura en el ciudadano. Todos los pacientes tenían valorados tenían una edad comprendida entre 50-85 años de edad. El 75% de la valoraciones ha sido en mujeres. Se les ha entregado el resultado en un papel para que sirva como medio informativo para el paciente y

para su Médico de cabecera. Y a cada persona dos folletos explicativos sobre el ejercicio en la prevención de la osteoporosis y la dieta rica en calcio y vitamina D.

Igualmente en el circuito de pruebas han realizado los test, se han dado recomendaciones particulares (casi como en una consulta normal) sobre osteoporosis y las indicaciones sobre la realización de la densitometría ósea, artrosis, artritis reumatoidea, fibromialgia, cervicalgia, lumbalgia, síndrome del túnel de carpo, dieta rica en calcio y ejercicio permitidos en cada caso particular según sus síntomas. También cabe señalar que se han visto traumatismos en fase de recuperación y, en estos casos, se han dado recomendaciones en esguinces de muñeca, tobillo y tendinitis.

### En nutrición y ejercicio

Además de intentar mejorar la salud de la población a través de la adquisición o mejora de unos buenos hábitos alimentarios y de ejercicio físico, la Unidad de Endocrinología y Nutrición ha aprovechado la participación de los habitantes de las diversas poblaciones visitadas durante estos meses para determinar la adherencia a la dieta mediterránea de un grupo de ciudadanos de la Provincia de Valencia y su relación con el Índice de Masa Corporal, intentando averiguar si una alta adherencia a la misma se asocia con una menor prevalencia de obesidad.

En esta “segunda Ruta de la Salud” se han evaluado un total de 666 personas (aproximadamente el doble de participantes que en la “primera Ruta”). La adherencia fue calculada a partir del cuestionario MEDAS-14. El peso, masa grasa, grasa visceral e Índice de Masa Corporal fueron medidos utilizando un impedanciómetro de la marca OMRON, modelo BF500.

Las edades de los participantes estaban comprendidas entre 24 y 89 años, con una edad media de  $64,96 \pm 1,25$  años.

En cuanto a los resultados obtenidos, el 44% de la muestra presentó sobrepeso y el 31% obesidad, siendo el exceso de peso ponderal más común en personas mayores de 65 años ( $p < 0,001$ ). La adherencia a la dieta mediterránea fue relativamente alta, sin diferencias significativas entre sexos ( $p = 0,254$ ). Los sujetos con baja adherencia presentaron un mayor Índice de Masa Corporal, aunque no se encontraron diferencias significativas en relación al exceso de masa grasa ( $p = 0,45$ ) y grasa visceral ( $p = 0,705$ ).

Del estudio y análisis de los datos obtenidos concluimos que una baja adherencia a la dieta mediterránea se asoció a un mayor riesgo de padecer obesidad, principalmente en los hombres. Por tanto, consideramos que es necesario implementar estrategias dirigidas al control del peso y la lucha contra la obesidad, entre las que la educación alimentaria basada en los aspectos cualitativos y cuantitativos del patrón de la dieta mediterránea debería figurar como aspecto fundamental.

En cuanto a actividad física, además del consejo individualizado según características y patologías. Se ha pretendido transmitir la importancia del ejercicio físico en la prevención y tratamiento de enfermedades de cara a una implementación en el esquema de vida de los participantes.

## 4. Resumen de actividad

### Charlas:

- Abril: se realizaron 12 conferencias.
- Mayo: se realizaron 48 conferencias.
- Junio: se realizaron 48 conferencias.
- Julio: se realizaron 56 conferencias.
- Septiembre: se realizaron 56 conferencias.
- Octubre: se realizarán 36 conferencias.

En total, durante la Ruta de la Salud se impartieron **256** conferencias.

### Circuito de pruebas (algunos datos cuantitativos relevantes):

- Se estima que en estos 65 municipios por la Ruta de la Salud habrán pasado más de **3.000 personas** y ha hecho **3.800 km**.
- Respecto a los chequeos gratuitos, se calcula que se ha hecho más de **4.000** técnicas:
  - Audiometrías y otoscopias bilaterales.
  - **2568** técnicas de neumología (espirometrías, coximetrías y mediciones de saturación de oxígeno).
  - **600** cálculos de riesgo de fractura.
  - **1.321** exploraciones (toma de tensión arterial y glucemia digital) y **432** electrocardiogramas.
  - **666** bioimpedanciometrías

## 5. Participación de profesionales

Los lunes, martes y miércoles salen una furgoneta y varios vehículos desde el Hospital General Universitario de Valencia a los municipios, donde los profesionales están presentes de 17 a 20 horas.

Los profesionales implicados para hacer la Ruta de la Salud 2015, que se han ido turnando entre ellos para cubrirla han sido un total de **60 personas** con el siguiente desglose:

**Equipo de facultativos especialistas en diferentes especialidades: 19**

**Equipo de nutricionistas: 5**

**Coordinación y Gabinete de Comunicación (y que también hace de chófer): 1**

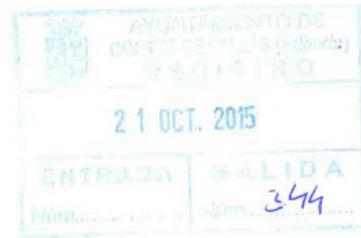


## 6. Ajuste presupuestario: Cortés de Pallás

Habida cuenta de la imposibilidad material de realizar el programa de la Ruta de la Salud en el Municipio de Cortés de Pallás, la subvención a desembolsar al Hospital General Universitario de Valencia debe ser minorada en 1.000 euros.



**AYUNTAMIENTO DE CORTES DE PALLÁS**  
Plz. de la Iglesia nº 14, Cortes de Pallás 46199 Valencia  
CIF. P-4610100-B Tf.962517001 Fax. 962517086  
web: www.cortesdepallas.es



DÑA. Montserrat Serrano Monteagudo, como Concejal de Sanidad del Ayuntamiento de Cortes de Pallás (Valencia).-

### EXPONE:

Que en fecha 4/02/2015, se solicitó por parte del mismo, la inclusión en el Programa de la Ruta de la Salud 2015, siendo aprobada esta con posterioridad.

Debido al desprendimiento producido el 6/04/2015, quedó anulado el acceso a este Municipio por carretera (CV-428) y ha sido imposible la realización de la misma por este motivo y dado que no existe la posibilidad aplazamiento, por los plazos establecidos en las bases que regulan el programa del año 2015.

### SOLICITA:

Que la Excm. Diputación Provincial, tenga en cuenta las mencionadas circunstancias, para que en el próximo ejercicio de este programa similar o análogo, el Municipio de Cortes de Pallás pueda acceder a ello y no ser penalizado, ya que es muy grande el interés en participar en estos programas de prevención y promoción de la salud.

Fdo. La Concejal de Sanidad  
  
Montserrat Serrano Monteagudo

## 7. Difusión

### Medios de comunicación

Cada día que sale la Ruta de la Salud se prepara una fotonoticia y se envía a la Diputación de Valencia al día siguiente. Además, se hace balance de la actividad los viernes.

En total se han enviado: **67** notas de prensa y fotonoticias.

La repercusión en los medios de comunicación (papel y on line) ha sido notable. Ver anexo. Destaca sobre todo las revistas comarcales y medios *on line*.

### Programas de radio

Programa de Eva Mora en esRadio

Programas de televisión locales y canales de video municipales, profesionales, etc. en los siguientes municipios:

Pobla del Duc

Aielo de Malferit

Riba-Roja

Sueca

Gandia

CECOVATV

Diputación de Valencia

**La Ruta en las Redes.** Cifras sólo periodo 2015

**Total visitas BLOG de la RUTA 8.400 visitas**

40 visitas/día

**Top procedencia de las visitas:**

Web Hospital: **832**

Facebook: **826**

### Las páginas más visitadas:

Calendario

Presentación de la Ruta de la Salud

Actividades

### Procedencia de las visitas:

España: **7.780**

Colombia: **172**

United States: **89**

### Contenidos del blog:

**70** entradas,

**455** Fotos subidas

**5** Videos





## 8. Organizadores y patrocinadores



## 9. Premios recibidos por la Ruta de la Salud (durante 2015)

Premio de la Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas (Fhoemo)

Mejor Comunicación de Enfermería en el XXII Congreso de la Sociedad Valenciana de Neumología

Finalista en los Premios Best in Class en Responsabilidad Social Corporativa

Premio FHOEMO Mejor poster en la difusión de la osteoporosis en el Congreso de SEIOMM 2015