

## Revista EXT

Discusión y difusión de experiencias y teorías sobre Extensión Universitaria

ISSN: 2250-7272

Número 11 | Año 2020

Sección: Experiencias y prácticas en extensión



Universidad  
Nacional  
de Córdoba



Secretaría  
de Extensión  
Universitaria

---

## Intervención extensionista en salud cardiovascular en un hospital escuela

Oberto MG<sup>1</sup>, Perovic N<sup>2</sup>, Celi A<sup>1</sup>, Marchiori GN<sup>1</sup>, Flores D<sup>3</sup>, Carrizo L<sup>4</sup>, Defago MD<sup>1</sup>

### Resumen

El acercamiento a la comunidad a través de la extensión, junto a la investigación y la docencia constituyen la misión de las universidades, y es relevante como una instancia de aproximación de los estudiantes a la realidad. El objetivo de la intervención fue generar un espacio de sensibilización sobre la importancia de adquirir hábitos saludables para el cuidado del corazón y el bienestar, y que estos contribuyan a la prevención de enfermedades cardiovasculares. El ámbito de desarrollo fue el Hospital Nacional de Clínicas, mediante la instalación de un *stand* en el interior de la institución. Se intercambiaron experiencias y conocimientos con quienes transitaban por dicho espacio. Antes del encuentro, el equipo extensionista, participó de dos talleres de formación en comunicación y consejería en salud cardiovascular. Se entregaron 500 imanes con mensajes saludables para promover la salud cardiovascular. A partir de los testimonios de los estudiantes, se pudo valorar la

---

<sup>1</sup>Equipo de docentes e investigadores del Proyecto de Investigación Lípidos dietarios e indicadores clínicos y moleculares de riesgo cardiometabólico en humanos. Res. SeCyT 313/16. Escuela de Nutrición. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Nacional de Córdoba. Argentina. [danieladefago@outlook.com](mailto:danieladefago@outlook.com)

<sup>2</sup>Escuela de Nutrición. FCM/UNC. [nrperovic@hotmail.com](mailto:nrperovic@hotmail.com)

<sup>3</sup>Servicio de Cardiología no Invasiva. Hospital Nacional de Clínicas. FCM/UNC. [d\\_flores\\_ar@yahoo.com.ar](mailto:d_flores_ar@yahoo.com.ar)

<sup>4</sup>Dirección del Área de Alimentación y Nutrición. Hospital Nacional de Clínicas. FCM/UNC. [lidiacarrizo@hotmail.com](mailto:lidiacarrizo@hotmail.com)

importancia de sus aprendizajes mediante esta práctica experiencial que propició su acercamiento a realidades concretas en el territorio, nuevas formas de razonamiento, interacción con diferentes actores sociales y sus conocimientos tradicionales, conocer nuevos escenarios, construir nuevos conocimientos, y relacionar el conocimiento con la acción en situaciones reales.

**Palabras clave:** prácticas extensionistas, salud cardiovascular, hábitos saludables

### **Abstract**

The approach to the community through engagement, together with research and teaching constitute the mission of universities, which is significant as an instance for students to get closer to reality. The objective of the intervention was to create a space to raise awareness about the importance of acquiring healthy habits for heart care and well-being, and to make them contribute to the prevention of cardiovascular diseases. The area of development was the Hospital Nacional de Clínicas, by setting a stand inside the institution. Experiences and knowledge were exchanged with those who visited the mentioned space. Prior to the meeting, the community engagement team participated in two training workshops on communication and counseling on cardiovascular health. 500 magnets with healthy messages were delivered to promote cardiovascular health. By listening to the testimonies of the students, it was possible to assess the importance of their learning by means of this experiential practice, which allowed them to experience concrete realities in their territory, new forms of reasoning, interaction with different social actors and with their traditional knowledge, to learn about new scenarios, to build new knowledge, and relate knowledge to action in actual situations.

**Key words:** community engagement practices, cardiovascular health, healthy habits

### **Introducción**

El aumento en la prevalencia de las enfermedades cardiovasculares (ECV) en la población mundial, junto con las proyecciones de mortalidad para las próximas décadas, requiere de intervenciones educativas en hábitos saludables y detección temprana de factores de riesgo cardiovascular. La Organización Mundial de la Salud (OMS) en la Carta de Ottawa establece que *“la promoción de la salud favorece el desarrollo personal y social en tanto proporcione información, educación sanitaria, (...)”. De este modo se incrementan las opciones para que la población ejerza un mayor control sobre su propia salud y la mejore*” (OMS, 1986, p.4). En este contexto, la promoción de comportamientos saludables, requiere de un abordaje integral de todos los sectores, incluida la Universidad.

El acercamiento con la comunidad a través de la extensión, junto a la investigación y docencia constituyen la misión de las instituciones de educación superior, comprometiéndose con las problemáticas reales de las poblaciones. A su vez, la extensión le confiere a la propia Universidad la posibilidad de “mirar” de manera crítica sus propias prácticas académicas y repensarlas en contextos extra áulicos en los cuales se ofrezca a los estudiantes una mayor conexión con la realidad, vinculándolos con sectores y situaciones muy diversas (Arocena et al., 2010). En palabras de Sousa Santos (2018), la tarea extensionista tiene que estar dirigida a quienes no pueden pagar nuestros servicios, a esos sectores más postergados de la sociedad se debe llegar con acciones concretas.

Así, sobre la base de esta línea de pensamiento que abarca un rol social, activo y construido desde acciones que busquen mejorar la calidad de vida de las personas, surge la inquietud de un equipo de docentes de la Escuela de Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas (FCM) de la Universidad Nacional de Córdoba (UNC) de promover la interacción entre investigación y extensión en estudiantes que realizan los trabajos finales de investigación como parte de su trayecto curricular para la obtención de la Licenciatura en Nutrición y que participan de un proyecto de investigación<sup>5</sup> que contempla el estudio de

---

<sup>5</sup> Proyecto de Investigación Lípidos dietarios e indicadores clínicos y moleculares de riesgo cardiometabólico en humanos. Secretaría de Ciencia y Tecnología de la

personas con riesgo cardiovascular, en marcha desde el año 2012 en el Hospital Nacional de Clínicas (HNC), hospital-escuela de la FCM-UNC.

Es por ello que, en conmemoración del Día Mundial del Corazón, durante el mes de septiembre de 2017 se realizaron diversas acciones bajo el lema “Cuida tu corazón con decisiones saludables cada día”<sup>6</sup> con el objetivo de generar un espacio de sensibilización sobre la importancia de adquirir hábitos saludables para el cuidado del corazón y el bienestar, y que estos contribuyan a la prevención de enfermedades cardiovasculares.

### **Diagnóstico de situación inicial**

El HNC “Prof. Dr. Pedro Vella” de la ciudad de Córdoba es uno de los dos hospitales-escuela de la FMC-UNC. Fundado en 1913 como hospital polivalente, dispone de más de 400 camas y todas las especialidades para cumplir funciones de docencia, asistencia e investigación. Es un hospital de referencia en la provincia de Córdoba que recibe, además, pacientes de distintas regiones del país, contabilizándose unas 20.000 consultas mensuales, 700 internaciones y realiza unas 650 cirugías por mes (HNC, s.f.). Participa también de las políticas y planificaciones sanitarias y de promoción de la salud implementadas tanto por el ministerio de Salud la Nación como por el ministerio de Salud Provincial (Machado, Giacone, Álvarez y Carri, 2007).

Datos previos recabados por el equipo de investigación en tarea conjunta con el Servicio de Cardiología del hospital, revelaron un perfil clínico-epidemiológico adverso en la población asistente al nosocomio, con elevada prevalencia de sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, dislipemias; una alimentación con escasa presencia de alimentos asociados a la salud cardiovasculares (frutas, verduras y pescados) y una baja actividad física (Marchiori et al., 2017; Baraquet et al., 2018; Bertorello, Marchiori, Lerda y Defagó, 2018).

---

Universidad Nacional de Córdoba. Res. HCS N° 2093/12 y 1565/14 y Res. SeCyT N° 313/16. Categoría A.

<sup>6</sup> Resolución Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba N° 1692/17 y N° 9/18.

## **Metodología**

La propuesta respondió a las características de una actividad comunicacional y de difusión masiva, respetando un derecho, el acceso a la información científica, oportuna y de calidad. Se combinó la interacción de los docentes y estudiantes con las personas que transitaban por el HNC (personal profesional y administrativo, comunidad en general, pacientes y, en particular, adultos mayores) durante los días de encuentro. Se recuperó la interacción bidireccional como un “diálogo de saberes” en el acercamiento con otros, donde se construyen nuevos conocimientos y resignifican otros (Chardon y Arce, 2011).

A los fines de diversificar y enriquecer el equipo de trabajo, se convocó a los estudiantes tesinistas y profesionales del proyecto marco, a las autoridades de la Secretaría de Asuntos Estudiantiles de la Escuela de Nutrición, FCM-UNC, a profesionales médicos del Servicio de Cardiología y personal docente del HNC. Las actividades se desarrollaron en dos etapas que se describen a continuación:

### **Actividades preliminares**

Una vez conformado el grupo de trabajo, se los invitó a participar en dos talleres sobre comunicación y consejería en alimentación saludable, consumo recomendable de sal, sedentarismo y actividad física, tabaquismo y presión arterial. Estos encuentros dieron lugar a un espacio de reflexión y debate para generar ideas y alternativas de implementación de la actividad, y apropiarse de estrategias para la difusión de hábitos de vida saludables que colaboren a reducir la incidencia de ECV en la comunidad. El diálogo y la consejería constituyeron el núcleo central del encuentro donde se recuperaron los saberes, mitos, creencias y conocimientos tradicionales, sobre las ECV, que tenían los participantes. Estas instancias pusieron en tensión las propias prácticas comunicativas y su posibilidad de reformularlas en un sentido bidireccional y multidireccional, donde se reconsideraron los supuestos jerárquicos de conocimiento académico, que muchas veces impide acceder a

un diálogo fluido con la comunidad, donde confluye una pluralidad de saberes, a la cual De Sousa Santos (2012) se refiere como “ecología de saberes” y la extensión revaloriza la construcción conjunta de conocimientos desde el saber popular que es tan significativo e importante como el académico para lograr la conexión con aquellos con los que la Universidad se vincula.

Asimismo, se acordó implementar una estrategia comunicacional impresa que permitiera un acercamiento a las personas, teniendo en cuenta que el grupo objetivo concurrente al HNC son los adultos mayores. Para ello, se diseñaron cuatro modelos de imanes que incluyeron leyendas de sensibilización sobre la salud cardiovascular, alusivas a cuatro pilares fundamentales para tener un corazón sano: no fumar, realizar actividad física, controlar la presión arterial y consumir alimentos cardiosaludables (Figura 1). Además, se colocó cartelera ilustrativa en los espacios comunes, sala de espera, pasillos y guardia del HNC.



Figura 1. Modelos de imanes con mensajes para la salud cardiovascular

Se complementó la actividad con toma de tensión arterial y encuesta de valoración del riesgo cardiovascular (a las personas que dieron su conformidad de hacer ambas prácticas), a cargo de los residentes de la especialidad de cardiología del HNC. A la propuesta se le sumó un kiosco saludable y un espacio para la realización de actividad física.

### Actividades de implementación

Se seleccionó el hall de ingreso del HNC por la gran afluencia de la comunidad académica, asistencial y público en general. Allí se instaló un stand durante dos días del mes de septiembre de 2017, de 9:00 a 16:00 horas donde diez estudiantes y ocho docentes de la Escuela de Nutrición intercambiaron información y conocimientos con quienes se acercaron o transitaban por el espacio mencionado, y se entregaron imanes ilustrativos con leyendas de sensibilización sobre la salud cardiovascular. A su vez, se invitó a las personas a realizarse una evaluación antropométrica que consistió en la toma del peso, talla, circunferencia de cintura y cálculo del índice de masa corporal (IMC) (Figura 2). Con la finalidad de interactuar con más personas, se recorrió la guardia y los distintos pisos del Hospital.

Asimismo, en el stand, los médicos residentes del Servicio de Cardiología y el jefe del servicio invitaron a las personas interesadas en conocer su riesgo cardiovascular global, a medirse la presión arterial y responder la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo, instrumento diseñado por el Ministerio de Salud de la Nación, Argentina, cuyo objetivo es proporcionar información válida, confiable y oportuna sobre los factores de riesgo y prevalencias de las principales enfermedades no transmisibles en la población de 18 años y más de la República Argentina (Figura 3 y 4).

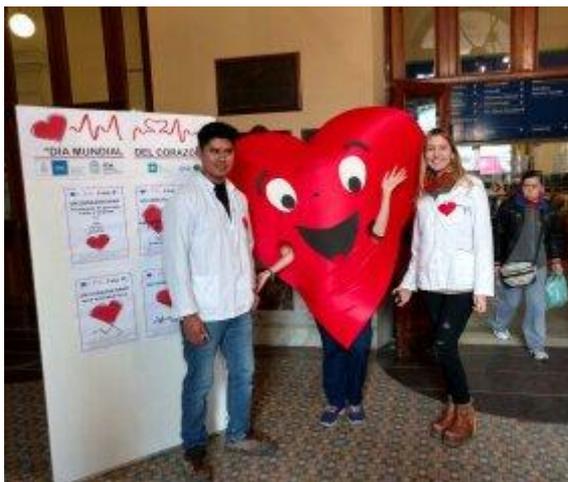


Figura 2. Miembros del equipo en el stand del ingreso al HNC.



Figura 3. Medición de riesgo cardiovascular global.



Figura 4. Medición de riesgo cardiovascular global.

Además, se instaló el “Kiosco Saludable” de la Secretaría Estudiantil de la Escuela de Nutrición, con una amplia oferta de alimentos saludables y su respectiva consejería a los participantes (Figura 4). Esta iniciativa, lleva varios años en la programación de las Noche de los Museos en el HNC y en espacios comunes de la Escuela de Nutrición con muy buena aceptación por parte de los consumidores, ya que ofrece preparaciones originales y accesibles, rompiendo la idea de que lo saludable es más costoso.

La propuesta culminó, cada día, invitando a las personas a una “Pausa activa saludable” en el patio interno de Técnicas no Invasivas del HNC a cargo de personal docente (Figura 5). Se realizó una rutina corta, con música, de aproximadamente 15 minutos de ejercicios con movimientos simples que no requirieron de un gran esfuerzo físico.



Figura 4. Kiosco saludable



Figura 5. Pausa activa

## Resultados

En los dos días de actividad, se calculó el riesgo cardiovascular global en 190 interesados, que accedieron a medirse la presión arterial, peso, talla, circunferencia de cintura y respondieron la encuesta Nacional de Factores de Riesgo. De los datos recabados se destaca que un 70% de las personas presentaron sobrepeso u obesidad, y un comportamiento sedentario.

En el momento que se entregaron los imanes (n=500), se generó una instancia de diálogo entre los participantes y el equipo extensionista, donde se recuperaron los siguientes testimonios:

*“A veces me resulta difícil comer con poca sal, pero sé qué debo hacerlo para controlar la presión, suelo agregar condimentos y limón a las comidas porque mejora el sabor, en especial el pollo y los guisos”* (participante 1, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“voy a los controles con el cardiólogo porque soy hipertensa, trato de comer sano con ajo y con poca sal, pero tomo poca agua, casi que no llego al litro por día”* (participante 2, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“si no tomo un mate con azúcar por la mañana, siento que en el día se me baja la presión”* (participante 3, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“cuando como le saco la grasa a la carne y la piel al pollo, sé qué no me hace bien”* (participante 4, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“salgo a caminar por recomendación de mi médico, aunque voy despacito y no camino todos los días”* (participante 5, comunicación personal, 29 de octubre de 2017); *“qué bueno aprovechar el tiempo de espera de atención para saber cómo está mi presión y peso”* (participante 6, comunicación personal, 29 de octubre de 2017); *“siempre cuido mi presión pero no presto tanta atención a lo que como, gracias por la recomendación”* (participante 7, comunicación personal, 29 de octubre de 2017); *“sería bueno repetir este tipo de actividades más seguido, invitan a participar”* (participante 8, comunicación personal, 29 de octubre de 2017).

Entre los dos días, alrededor de 25 personas se sumaron a la pausa activa y al finalizar la actividad, los estudiantes y docentes realizaron una evaluación cualitativa a fin de analizar la experiencia y generar nuevas alternativas de abordaje para futuras intervenciones. A continuación, se

comparten algunas expresiones de los estudiantes: *“rescato el trabajo en equipo y el contacto con las personas de la comunidad”* (estudiante 1, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“valoro el trabajo interdisciplinario en la promoción y prevención de la salud”* (estudiante 2, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“para mi sorpresa la demanda de la población fue mayor de lo esperado, me gustó mucho”* (estudiante 3, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“tendríamos que disponer de mayor cantidad de instrumentos de medición para la valoración antropométrica para así responder más rápidamente al interés generado”* (estudiante 4, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“se deberían realizar más actividades de este tipo en conjunto”* (estudiante 5, comunicación personal, 28 de octubre de 2017); *“deberíamos hacer la actividad durante más días y siento que son espacios muy gratificantes”* (estudiante 6, comunicación personal, 28 de octubre de 2017).

Las diferentes estrategias implementadas en esta propuesta, como la estimación del riesgo cardiovascular, la pausa activa, el kiosco saludable y la entrega de imanes con mensajes cardiosaludables permitieron interactuar y sensibilizar a los actores sociales sobre la necesidad de adquirir hábitos más saludables, a fin de mejorar la calidad de vida.

## **Conclusión**

Las actividades propuestas generaron un espacio de encuentro e intercambio de saberes entre todos los actores involucrados. Las personas manifestaron interés en implementar nuevos cuidados para su salud cardiovascular, principalmente en relación con enfermedades como diabetes, obesidad e hipertensión. En general, se reveló una predisposición a participar de las personas con quienes se interaccionó, creando nuevas oportunidades para seguir desarrollando este tipo de actividades y ampliar sus modalidades al mismo tiempo, pues se generó un intercambio enriquecedor para todos los involucrados.

A su vez, la experiencia permitió a los estudiantes acercar sus actividades de investigación con la acción extensionista, ejercitando nuevas

formas de comunicación, recuperación de saberes previos y reconstrucción de saberes compartidos con la comunidad a partir del diálogo. El intercambio con las personas contribuyó a que se interpelarán en su propia práctica pre-profesional

Por otro lado, a través de los testimonios de los estudiantes se pudo valorar la importancia de sus aprendizajes mediante esta práctica experiencial, permitiendo que se acerquen a realidades concretas en el territorio, a nuevas formas de razonamiento, interacción con diferentes actores sociales, conocer nuevos escenarios, construir nuevos conocimiento, y relacionar el conocimiento con la acción en situaciones reales y auténticas.

Finalmente, esta experiencia permitió aportar a las funciones sustantivas de la Universidad, a través de prácticas investigativas y extensionistas. A partir de esta articulación se espera impulsar futuras acciones en otros ámbitos de la salud pública que atiendan a los sectores más postergados de la sociedad, revalorizando sus conocimientos tradicionales para abordar el cuidados de la salud cardiovascular y promover hábitos de vida saludables.

## **Bibliografía**

- Arocena, R., Tommasino, H., Rodríguez, N., Sutz, J., Álvarez Pedrosian, E. y Romano, A. (2010). *Integralidad: tensiones y perspectivas*. Montevideo, Uruguay: Cuadernos de Extensión
- Baraquet, M., Marchiori, G., Diserio, G., Flores, D., Defagó, M. y Perovic, N. (2018). Ingesta de compuestos bioactivos dietarios y su relación con biomarcadores de inflamación en personas con riesgo cardiometabólico. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba, JIC XIX, 0, 217-218*. doi:<http://dx.doi.org/10.31053/1853.0605.v0.n0.21304>
- Bertorello, N., Marchiori, G., Lerda, D. y Defagó, M. (2018). Determinación del riesgo cardiovascular global según score de Framingham en pacientes con síndrome metabólico en Córdoba, resultados preliminares. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba, Sup. JIC XIX, 0, 249-250*. doi:<http://dx.doi.org/10.31053/1853.0605.v0.n0.21441>

- Chardon, M. y Arce, L. (2011, noviembre). Ponencia: *Comunidad y Universidad: diálogo de saberes en la vida cotidiana*. En Integración, extensión, docencia e investigación para la inclusión y cohesión social. XI Congreso Iberoamericano de Extensión Universitaria. Santa Fe, Argentina.
- De Sousa Santos, B. (2012). De las dualidades a las ecologías. *Serie: Cuaderno de Trabajo N° 18*. La Paz, Bolivia: REMTE.
- De Sousa Santos, B. (2018, junio). *Los dolores que quedan son las libertades que faltan. Para continuar y profundizar el manifiesto de 1918*. En Integración y Conocimiento. Conferencia Inaugural de la CRES 2018 (pp.8-21). Córdoba, Argentina: NEIES
- Hospital Nacional de Clínicas (HNC) (s.f.). *Reseña Histórica*. Recuperado de: <https://hospitalnacionalclinicas.fcm.unc.edu.ar/resena-historica/>
- Machado, A.L., Giacone, M., Álvarez, C. y Carri, P. (2007). La reforma de la salud y su impacto en los trabajadores del sector: el caso Hospital Nacional de Clínicas de Córdoba, Argentina. *Medicina Social*, 2(4), 173-182.
- Marchiori, G., Oberto, G., Flores, D., Carrizo, L., Perovic, N. y Defagó, M. (2017). Consumo de alimentos fuente de lípidos y su asociación con el perfil lipídico, inflamatorio y de presión arterial en sujetos hipertensos. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba, Sup. JIC XVIII*, 0. doi:<http://dx.doi.org/10.31053/1853.0605.v0.n0.18230>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (1986). Carta de Ottawa para la promoción de la Salud. Primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud. Ottawa, Canadá. Recuperado de <https://bit.ly/2urXmff>