

### N.º 3

#### **Análisis y prevención del riesgo cardiovascular en MC Mutual**

*Francisca Arenas Martínez. MC Mutual*

*Rosa Pérez Trenas. MC Mutual*

**Introducción:** las enfermedades cardiovasculares (ECV) tienen un impacto creciente sobre la salud, y son la primera causa de muerte en España. Las actuaciones en el ámbito laboral son fundamentales para mejorar hábitos de vida y conseguir una organización empresarial más saludable.

**Descripción:** durante el 2009, se instauró MC Mutual como empresa comprometida con la salud de sus trabajadores y la prevención del riesgo cardiovascular (RC) en los reconocimientos médicos laborales (RML) aplicando el modelo *Score* (*Systematic Coronary Risk Evaluation*), ajustado a la población española >40 años, que calculaba la probabilidad de padecer enfermedad coronaria y no coronaria en los diez años sucesivos.

#### **Objetivos:**

- Fomentar la concienciación y la reflexión sobre la importancia de ECV.
- Informe personalizado >40 años.
- Información específica del riesgo.
- Conocer datos globales relativos al RC.

#### **Metodología:**

- <40 años, 654 (51%).
- >40 años, 635 (49%). En 2009, de 1.981 trabajadores, 1.281 (65%) realizaron RML. Identificándose por edad: se aplicó la tabla *Score*.

#### **Resultados Score:**

- 56% muestra mujeres-44% hombres.
- Tabaco: dos tercios no fumadores.
- Tensión arterial: 90% cifras normales.
- Colesterol: >39% colesterol total <200 mg/dL y 90% <240 mg/dL.
- *Score*: > dos tercios nivel de riesgo <1%.
- Alteración de las variables modificables (tabaco, tensión arterial y colesterol) mayor en hombres que en mujeres.

**Conclusiones:**

- Los RML son una herramienta muy útil en el control RC.
- El análisis del RC es importante para una mayor concienciación individual y colectiva.
- El trabajador recibe información directa de factores RC que en muchas ocasiones desconoce.
- Actuando sobre el RC se previenen muertes prematuras y secuelas irreversibles.
- La influencia de la edad y el sexo son fundamentales en el nivel final de riesgo.
- Se obtienen niveles de riesgo muy diferentes en función de valores de tensión arterial, colesterol y hábito tabáquico.
- Se han realizado actuaciones complementarias para la prevención EC: información sanitaria en portal corporativo, programa de deshabituación tabáquica, modificación de productos en máquinas de Vending...