



**Universidad de  
los Andes**

**Escuela de Gobierno  
Alberto Lleras Camargo**

**Programa Piloto Prácticas Cotidianas Saludables  
en Actividad Física y Alimentación**

Diego Iván Lucumí Cuesta MD, MSP, PhD  
Profesor Escuela de Gobierno

**VI Curso de Políticas y Programas para la Promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable  
Bogotá, septiembre 30 de 2017**

# ADSH-Q

Abordando los Determinantes Sociales de la Hipertensión en Quibdó



Consejo Comunitario Casimiro  
Corporación Chocóvisible  
Fundación Te abrazo Chocó  
Impacto y Estrategias en Salud Comunitaria  
Secretaría Municipal de Salud de Quibdó  
Universidad Tecnológica del Chocó



Universidad de  
**los Andes**

Escuela de Gobierno  
Alberto Lleras Camargo

# No conflicto de interés por declarar

# Contenidos (Reflexiones)

1. Actividad física en contextos comunitarios
2. Reconocimiento y planeación en contextos comunitarios
3. Implementación, seguimiento y evaluación en contextos comunitarios

# Actividad física en contextos comunitarios

# R1: Preguntas

- ¿Cuál es el propósito de promover la AF a nivel comunitario?
- ¿Cuál es la definición de comunidad que subyace?  
¿Por qué?
- ¿Cuál es la relación entre la comunidad y nosotros?

# R1: Conceptualización

- Los comportamientos se dan en contexto y son influenciados por múltiples niveles
- La actividad física no solo fin, también catalizador y oportunidad de construcción de capacidad y cambio a nivel comunitario
  - Empoderamiento
  - Relaciones equitativas entre involucrados

Link BG, Phelan J. Social Conditions as Fundamental Causes of Disease. *Journal of Health and Social Behaviors*. 1995;Extra Issue:80-94.

Sallis JF, Owen N, Fisher E. Ecological Models of Health Behavior. In: Glanz K, Rimer B, Viswanath K, editors. *Health Behavior and Health Education Theory, Research and Practice*. Fourth Edition ed. San Francisco: Jossey-Bass; 2008.

Israel BA, Eng E, Schulz AJ, Parker EA. Introduction to Methods in Community-Based Participatory Research for Health. In: Israel BA, Eng E, Schulz AJ, Parker EA, editors. *Methods in community-based participatory research for health*. San Francisco: Jossey-Bass; 2012. p. 3-38.

Minkler M, Wallerstein N. Improving health through community organization and community building. In: Minkler M, editor. *Community Organizing and Community Building for Health and Welfare*. Third ed. New Brunswick: Rutgers University Press; 2015. p. 37-58.

# R1: Herramientas

- Modelo socio ecológicos en salud
- Referentes teóricos centrados en comunidad
- Enfoques participativos basados en comunidad

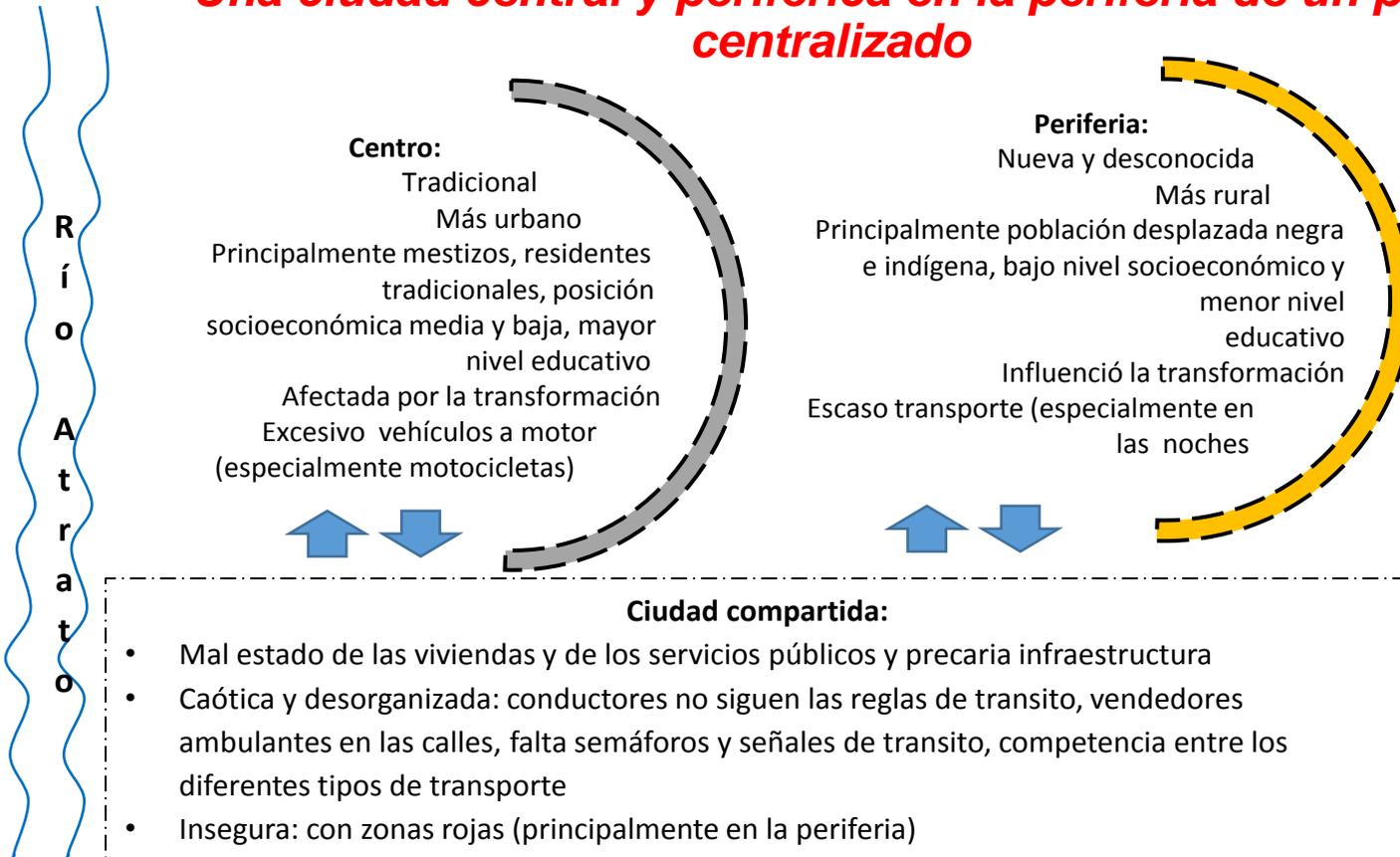
Sallis JF, Owen N, Fisher E. Ecological Models of Health Behavior. In: Glanz K, Rimer B, Viswanath K, editors. Health Behavior and Health Education Theory, Research and Practice. Fourth Edition ed. San Francisco: Jossey-Bass; 2008.

Israel BA, Eng E, Schulz AJ, Parker EA. Introduction to Methods in Community-Based Participatory Research for Health. In: Israel BA, Eng E, Schulz AJ, Parker EA, editors. Methods in community-based participatory research for health. San Francisco: Jossey-Bass; 2012. p. 3-38.

Minkler M, Wallerstein N. Improving health through community organization and community building. In: Minkler M, editor. Community Organizing and Community Building for Health and Welfare. Third ed. New Brunswick: Rutgers University Press; 2015. p. 37-58.

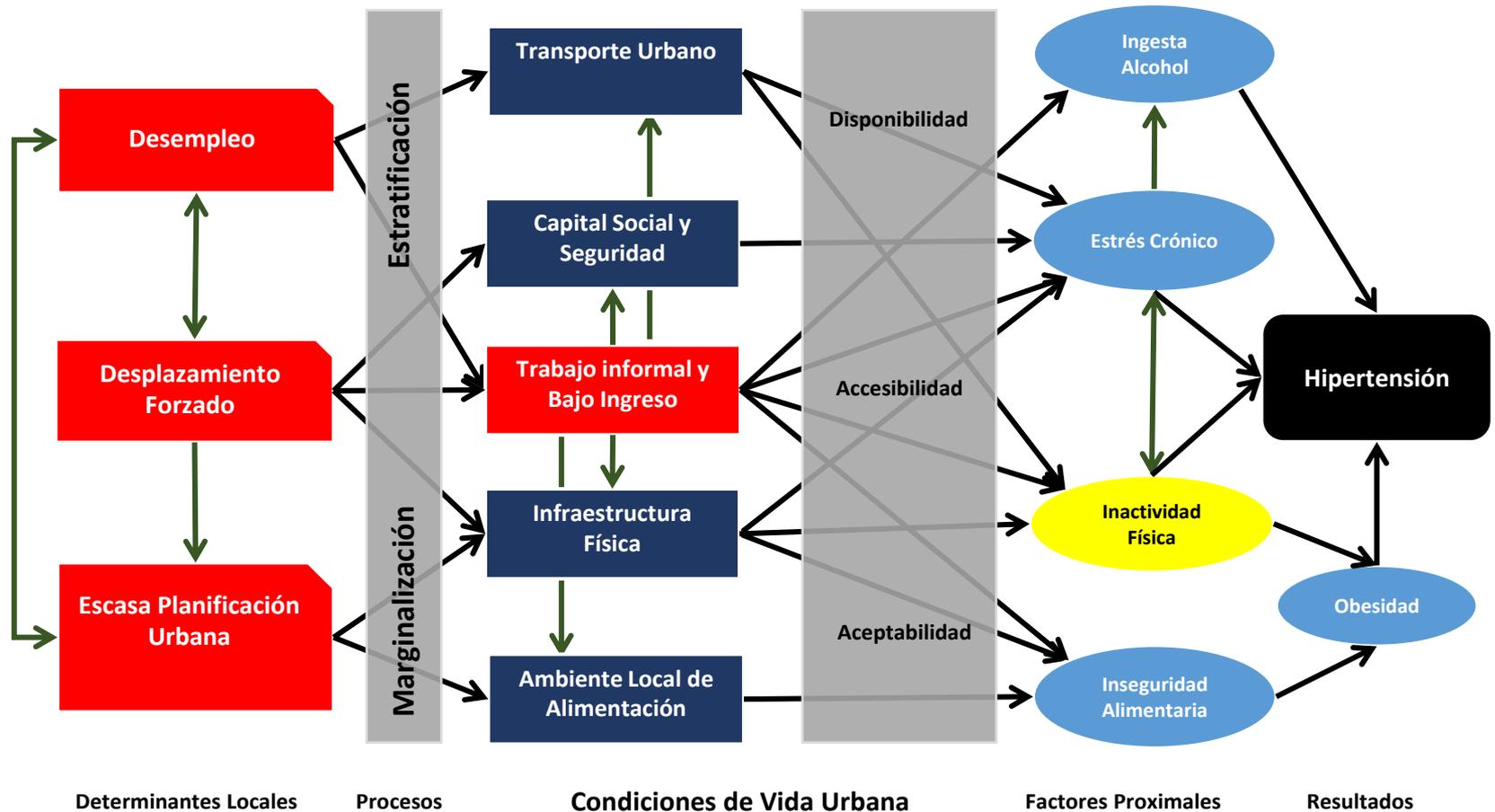
# R1: Evidencia

## Una ciudad central y periférica en la periferia de un país centralizado



# R1: Evidencia

## Modelo explicativo de la HTA en Quibdó



# R1: Evidencia

Las políticas públicas una herramienta clave para la acción

## Objetivos políticas estructurales

- Incrementar oportunidades económicas y de empleo:
  - bienestar y estrés
- **Adoptar regulaciones para planificación urbana**
- Mejorar acceso/disponibilidad a servicios públicos, infraestructura física, y calidad de la vivienda
- **Reducción violencia y problemas de movilidad**

## Objetivos políticas proximales

- Adoptar intervenciones de seguridad alimentaria
- **Implementar un plan de actividad física**
- Desarrollar intervenciones basadas en la escuela
- Incrementar el reconocimiento de la hipertensión como problema local

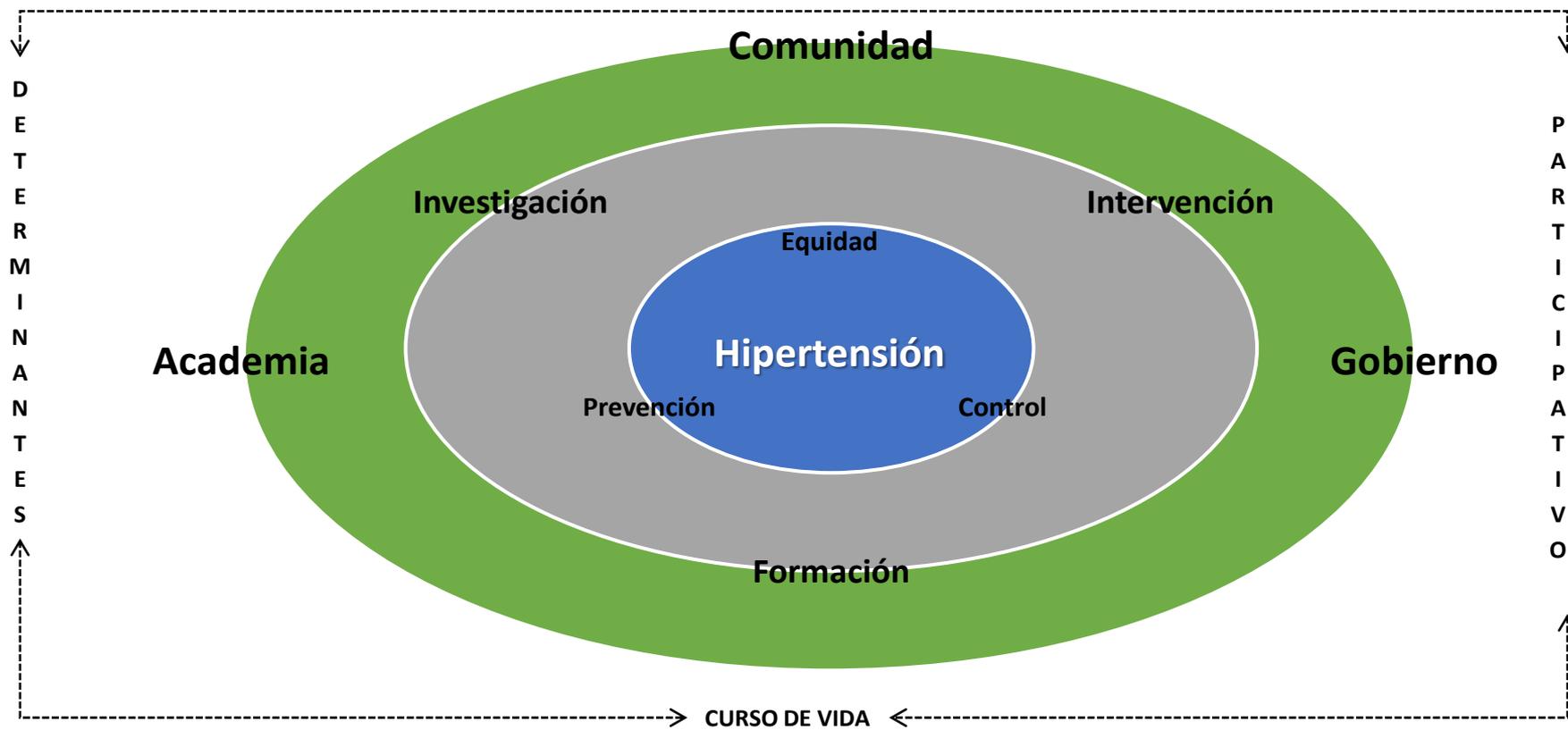
## ACCIONES PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD CARDIOVASCULAR Y LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN QUIBDÓ



**ADSH-Q**  
Abordando los determinantes Sociales de la Hipertensión en Quibdó

# R1: Evidencia

## Objetivos, acciones, actores y enfoques



# Reconocimiento y planeación en contextos comunitarios

# R2: Preguntas

- ¿Cuál es el contexto y características de la población donde se produce el comportamiento?
  - *Equidad?*
- ¿Cómo se entiende y práctica la AF en ese contexto y población?
- ¿Qué recursos y limitaciones existen?
- ¿Cómo se debe estructurar la intervención?

# R2: Conceptualización

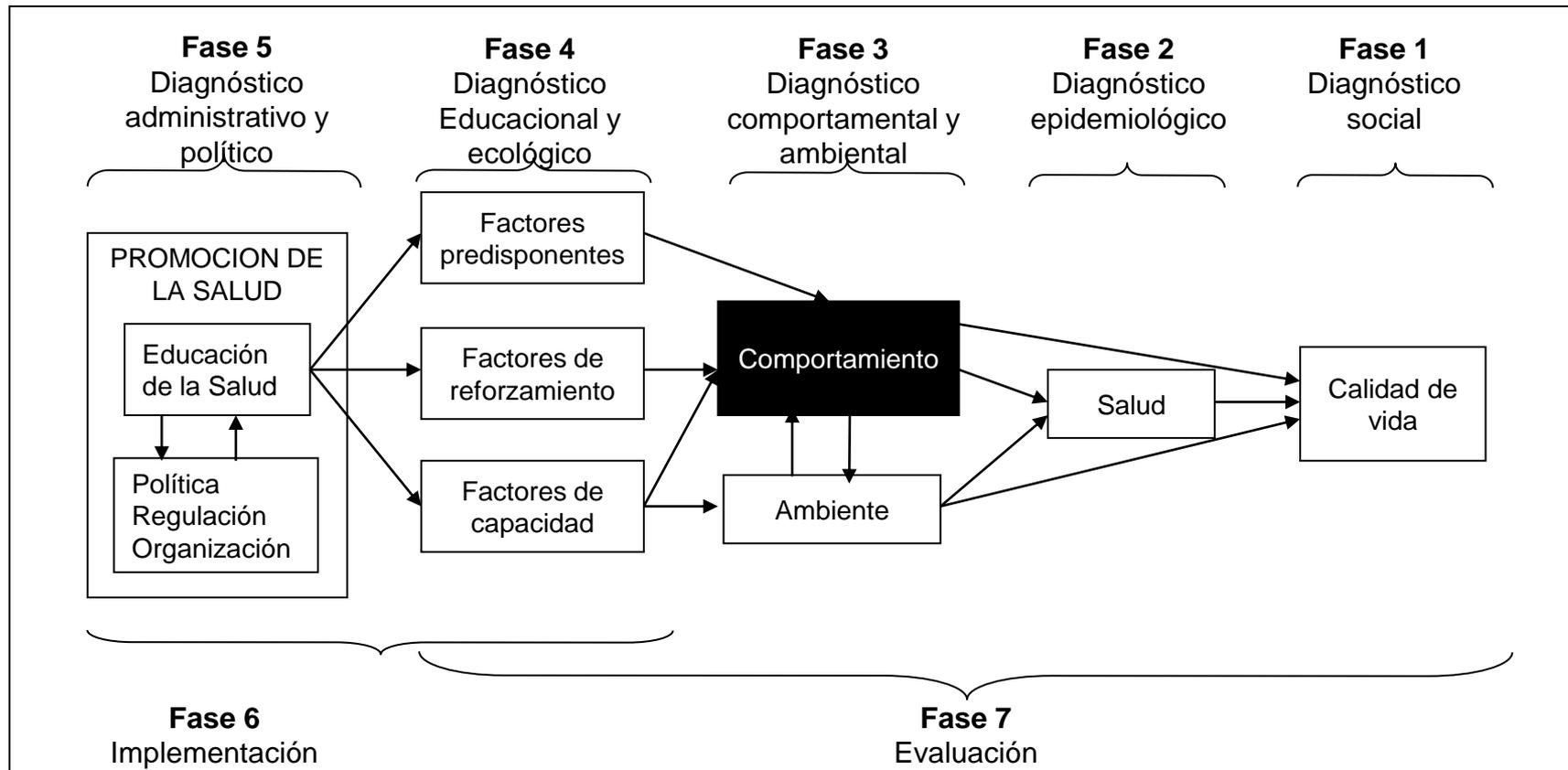
Los comportamientos son difíciles de cambiar y entender los pro

Las intervenciones:

- Acciones planeadas para el cambio de comportamiento
- Deben responder a condiciones culturales y geográficas

# R2: Herramientas

## Modelos Teóricos para Planeación de Intervenciones



Modelo Precede-Procede

# R2: Herramienta

## Investigación formativa

- Proceso por el cual los responsables de una intervención valoran los atributos de la comunidad donde la intervención se va a desarrollar
- Aplicable a cualquier tipo de intervención
- Uso de múltiples métodos: cualitativos y cuantitativos

# R2: Evidencia

## Objetivo general:

Explorar desde la perspectiva de los habitantes de dos áreas urbanas de Quibdó experiencias relacionadas con la realización de actividad física y sus patrones de alimentación

# R2: Evidencia

## Metodología:

- **Tipo de estudio:** cualitativo.
- **Lugar:** dos áreas de Quibdó (*Periférica y tradicional: 3 barrios*).
- **Muestra:** 30 participantes de 18 – 60 años, (*16 mujeres y 14 hombres*).
- **Técnicas:** grupos focales y Fotovoz entre 2014 y 2015.
- **Análisis:** Se realizó un análisis de contenido a partir de la organización y lectura de los datos, codificados e interpretados con NVivo 10.

# R2: Evidencia

## Resultados

### Percepción tradicional

- *“Es lo que prácticamente uno está acostumbrado acá en nuestro medio ya, al trote y aeróbico”*  
(Participante masculino, Grupo focal, área tradicional, actividad física).

### Percepción periférica

- *“Todo es actividad física, yo me levanto de la cama, monto a hacer el café y de allí que para acá, que a trapear, que vamos a lavar los platos, lavo la ropa”*  
(Participante femenina, Grupo focal, área periférica, actividad física).

# R2: Evidencia

## Barreras tradicional



*(Participante masculino,  
Fotovoz, área tradicional,  
actividad física)*

## Barreras periférica



*(Participante femenina,  
Fotovoz, área periférica,  
actividad física)*

# R2: Evidencia

## Resultados

- Transporte principalmente en motocicleta.
- Perdida del habito de transportarse caminando.
- Perdida de hábitos de realizar actividad física o recreación en tiempo libre.
- *“Los niños no pueden hacer actividad física y los adultos tampoco, entonces estamos perdiendo todos” (Participante masculino, Fotovoz, área tradicional, actividad física).*

# Implementación en contextos comunitarios

# R3: Preguntas

¿Quiénes y cómo se gestiona el programa?

¿Cómo se construye y aprende desde la práctica?

¿Cómo se favorece la sostenibilidad?

¿Cómo se potencia el liderazgo?

¿Cómo se da cuenta del proceso y se valoran logros?

# R3: Conceptualización

## Selección de asuntos

- Ganables
- Específicos
- Unen miembros del grupo
- Involucran aprendizajes significativos

Valorar el proceso y aprender de su desarrollo

Estructuración de espacios de retroalimentación

Valorar impacto evidencia

# R4: Herramientas

- Modelos de evaluación
- Procesos participativos de evaluación
  - Identificación de propósito
  - Definir un equipo de evaluación
  - Definir objetivos e indicadores de proceso y cambio
  - Seleccionar métodos para documentar y medir cambio
  - Recolectar datos
  - Analizar datos de manera colectiva
  - Comunicar resultados
  - Trasladar hallazgos a acciones

# R3: Evidencia



- Análisis de evidencia y reconocimiento de recursos y brechas
- Construcción de proceso y toma participativa de decisiones
- Posicionamiento local

# R3: Evidencia



# R3: Evidencia





**Universidad de  
los Andes**

Escuela de Gobierno  
Alberto Lleras Camargo

 [fb.com/EGOBuniandes](https://fb.com/EGOBuniandes)

 [@EGOBUniandes](https://twitter.com/EGOBUniandes)

**Universidad de los Andes** | Vigilada Mineducación | Reconocimiento como Universidad: Decreto 1297 del 30 de mayo de 1964. | Reconocimiento personería jurídica: Resolución 28 del 23 de febrero de 1949 Minjusticia.