



- Inicio
- Quiénes somos
- FACTORES DE RIESGO
  - Hipertensión arterial
  - Diabetes
  - Fibrilación auricular
  - Colesterol alto
  - Sedentarismo
  - Dieta inadecuada
  - Alcohol
  - Obesidad
  - Tabaquismo
  - Estrés y depresión
- RECURSOS
  - Vídeos
  - Blog
  - Podcast
  - Enlaces de utilidad
  - Lecturas adicionales
  - Publicaciones en los medios

- Noticias
-  Español
  -  English
  -  Português
  -  Русский
  -  Español
  -  Français
  -  Polski

- CONTACTO

DONATE

# El procesador inestimable: Un estudio de caso procedente de Finlandia



En Finlandia tienen lugar unos 25.000 casos de ictus al año en una población de 5 millones. La prevención es la única manera de reducir este número. La comunidad médica afirma ocho de cada diez ictus pueden prevenirse si se hace lo

que hay que hacer. Son varios los factores de riesgo que desembocan en ictus, pero sabíamos que no era buena idea intentar abordarlos todos, pues el mensaje se difuminaría.

Hemos hablado con Liisa Koivula, Coordinadora de Comunicaciones de Aivoliitto, la organización finlandesa de apoyo al ictus.

- Se estima que unos 2 millones de finlandeses tienen una presión arterial moderadamente alta o alta. Siete de cada diez pacientes de ictus (pacientes de infarto) ingresados en un hospital tienen problemas de presión arterial: «O no está siendo tratada, o la medicación que reciben no es óptima o no funciona como debiera», afirma Liisa.

- Así pues, decidimos empezar por aumentar la concienciación sobre la presión arterial. Nuestra impresión era, en primer lugar, que la gente no sabe que existe una conexión entre la salud cerebral y la presión arterial. Realizamos una encuesta que lo confirmó: la gente sabía que la hipertensión no es buena, que el corazón sufre de alguna manera, pero el hecho de que pueda provocar un ictus era mucho más desconocido que las consecuencias que tiene para el corazón. Aunque no importaba tanto que lo supieran o no, pues los encuestados no creían que fuera importante tomarse la presión arterial, al menos cuando no se presentan síntomas.

- Entonces decidimos pasar a la acción. Queríamos que la gente entendiese que cuidando su presión arterial protegen su cerebro, y que es una buena idea tomarse la presión arterial en casa o que alguien te la tome en un centro de salud. Queríamos dar a entender que la presión arterial es prioritaria y ese fue nuestro lema en los folletos (en tres idiomas: finés, inglés y sueco).

- Nuestros materiales son limitados; en realidad solo tenemos los folletos (para repartir) y dos carteles diferentes para publicitar los puntos de toma de tensión, por ejemplo, en las puertas de los centros comerciales.

- Pedimos a nuestras asociaciones locales, farmacias, empresas, etc. que instalasen puntos fugaces de toma de tensión durante una semana en octubre. Podían tomar la tensión durante unas horas, el día entero o varios días. Nuestra única condición era que la persona o personas que trabajasen en el punto fueran profesionales de la salud. Les entregamos el material y se pusieron a ello. Durante esta semana, colgamos un mapa de puntos en nuestra página web de la

campana para que todos pudieran ver cuándo y dónde podían tomarse la tensión. Esta medida fue una manera de animar a la gente a tomarse la tensión en casa; el folleto que se les entregó contenía instrucciones de cómo hacerlo.

- El primer año tuvimos unos 80 puntos fugaces, al año siguiente ya pasaban de 100 y el año pasado (2017) fueron unos 240.

- Al mismo tiempo en octubre estuvimos presentes en la radio, en las redes sociales y YouTube, e intentamos captar la atención de los medios. Fue difícil, aunque el año pasado logramos aparecer en la TV nacional; fue como si nos tocara la lotería. Creemos que las redes sociales han sido importantes para nosotros y gracias a ellas hemos podido repetir en los sucesivos meses de octubre; también nos hemos dado cuenta de que la publicidad en la radio funciona. Así, por ejemplo, en la primavera de 2017 hemos colaborado con la radio local realizando una serie sobre salud cerebral.

La campaña «El procesador inestimable» para la tensión arterial de la asociación finlandesa del cerebro recibió el premio Acto Saludable del Año en 2018 otorgado por Tamro.



**Desarrollado por**



**SAFE se reserva el pleno control sobre el contenido de este sitio web.**

**Con el apoyo de una beca formativa de**



## **Enlaces**

- [Condiciones de uso](#)
- [Política de privacidad](#)
- [Política de cookies](#)
- [Contacto](#)
  
- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)