La Fundación Pro CNIC presenta su App "El círculo de la salud" para enseñar a controlar los factores de riesgo cardiovascular

30/01/2015

El CNIC ha lanzado la App El círculo de la salud, con el objetivo de enseñar a controlar los factores de riesgo cardiovascular a través de las nuevas tecnologías.

Se trata de una iniciativa de la Fundación Pro CNIC para cumplir uno de los objetivos prioritarios tanto de la entidad como del director general del CNIC, el Dr. Valentín Fuster: la promoción de la salud.

La patología cardiovascular es la primera causa de mortalidad en el mundo y en España y se sabe que existen seis factores de riesgo que podemos modificar para no padecerla. Desde esta aplicación se pretende enseñar a cambiar los hábitos en estos factores: dos químicos (el colesterol y la diabetes), dos físicos (la obesidad y la tensión arterial alta) y dos conductuales (el consumo de tabaco y la falta de ejercicio físico).

A través de la nueva App, se da a conocer en qué consiste cada uno de estos factores de riesgo, explicados en vídeo por el Dr. Fuster. “Considero que la promoción de la salud es algo que se debe de abordar en positivo y, por ello, hemos desterrado el término ‘prevención de la enfermedad’. El mensaje es que todos podemos hacer mucho por estar más sanos y la incorporación de esta nueva herramienta es, sin duda, una buena noticia para la sociedad”, comenta el director general del CNIC.

La App está dividida en varias fases. En una primera etapa, se propone al usuario realizar un test para evaluar su estado de salud cardiovascular, aunque el resultado nunca es definitivo y se advierte de la importancia de consultar al especialista, sobre todo si éste es negativo.

A continuación, se pasa a la fase de información, en la que se explican las claves para prevenir los factores de riesgo y se incide en su significado, mediante vídeos y otras herramientas interactivas.

La fase de motivación es una de las más importantes de la App, ya que se trata de enseñar a abandonar los hábitos no saludables y adquirir los más beneficiosos para la salud. En esta fase, se entronca con la filosofía expuesta por el Dr. Fuster en su reciente libro El círculo de la motivación, en el que se habla de las cuatro T y las cuatro A, herramientas vitales a la hora de conseguir dicha motivación y lograr cambiar de hábitos para promover la salud.

Por último, la App se centra en la activación, que incluye consejos con acciones específicas

agrupadas en retos semanales para que el usuario pueda mejorar su salud y compartirlo además con sus amigos y familiares.

En definitiva, El círculo de la salud es una App –disponible para su descarga gratuita en Google Play y Apple Store- que aporta las claves sobre cómo prevenir los factores de riesgo más importantes para le enfermedad cardiovascular y que pretende así promover la salud de la población general a través de una interfaz de gran atractivo visual y completo contenido multimedia.

La Fundación Pro CNIC ha mostrado siempre un elevado interés en la promoción de la salud. La iniciativa presentada hoy se suma a otras como la elaboración de planes de salud cardiovascular dirigidos a los empleados de las empresas y fundaciones patrono y una jornada anual para hijos de sus trabajadores en la que se enseña a los más pequeños hábitos saludables.

Para D. Luis de Carlos, presidente de la Fundación Pro CNIC, el desarrollo de El círculo de la Salud es una nueva vía para conseguir uno de los objetivos fundacionales de la entidad que preside. “Nuestra intención es que esta App llegue al máximo número de personas y que contribuya a la mejora de hábitos saludables de la población general”, subraya.

La App, desarrollada por la empresa WakeApp Health, ha sido presentada por el director de Comunicación de Acciona –una de las empresas que forman parte de la Fundación Pro CNIC-, D. Pio Cabanillas que ha llevado a cabo en público una demostración de su funcionamiento, en un acto celebrado en el CNIC y presidido por el ministro de Sanidad, Alfonso Alonso.

Más información

www.elcirculodelasalud.com

Source URL:https://www.cnic.es/en/noticias/fundacion-pro-cnic-presenta-su-app-circulo-salud-para-ensenar-controlar-factores-riesgo