

Parte 3: Guías para la formación e instrucciones prácticas

Presentación general

En esta parte Esta parte contiene los siguientes temas

| Tema | Ver página |
|--|-------------------|
| Sección 1: Guía del instructor | 3-1-1 |
| Sección 2: Guía del entrevistador | 3-2-1 |
| Sección 3: Guía para las informaciones demográficas y las mediciones del comportamiento (Step 1) | 3-3-1 |
| Sección 4: Guía para las mediciones físicas (Step 2) | 3-4-1 |
| Sección 5: Guía para las mediciones bioquímicas (Step 3) | 3-5-1 |
| Sección 6: Guía para la introducción de datos (incluye EpiData) | 3-6-1 |
| Sección 7: Guía del analista de datos (incluye Epi Info) | 3-7-1 |

Sección 1: Guía del instructor

Presentación general

Introducción La guía del instructor le proporciona consejos sobre cómo planear, preparar y proporcionar las instrucciones necesarias para los equipos de recolección, introducción y análisis de datos.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a las personas que ocupan los puestos siguientes:

- Coordinador STEPS de zona
 - Supervisor del equipo de recolección de datos
 - Supervisor del equipo de gestión de datos
-

Objetivos Los objetivos de la formación son los siguientes:

- explicar el fundamento del programa de vigilancia STEPS
 - asegurar una utilización uniforme de los materiales del programa de vigilancia STEPS
 - motivar a los entrevistadores y a los trabajadores de la encuesta
 - asegurar la buena calidad general de los datos
 - asegurar la obtención de resultados útiles y significativos.
-

En esta sección Esta sección trata los temas siguientes:

| Tema | Ver página |
|---|-------------------|
| Cursos de formación | 3-1-2 |
| Preparación de la formación | 3-1-4 |
| Programa del curso: equipo de recolección de datos | 3-1-7 |
| Programa del curso: equipo de introducción de datos | 3-1-11 |
| Programa del curso: equipo de análisis de datos | 3-1-14 |
| Consejos prácticos para la formación | 3-1-16 |

Cursos de formación

Introducción Se requiere una combinación de clases teóricas y clases prácticas para formar adecuadamente a los equipos que se hayan contratado para trabajar en la encuesta STEPS.

Cursos de formación que se deben seguir Se deben seguir los siguientes tres tipos de formación por separado para que cada miembro de los diferentes equipos reciba una formación específica.

- Formación para los entrevistadores
- Formación en introducción de datos
- Formación en análisis de datos

Fases y duración de las clases de formación La siguiente tabla le ofrece indicaciones aproximadas para cada una de las fases y duración de las clases de formación para examinar toda la documentación, y así permitir a los participantes que comprendan y dominen perfectamente sus campos respectivos:

- Recolección de datos
- Introducción de datos
- Análisis de datos.

| Fases de formación | Duración recomendada |
|--|----------------------|
| Clases teóricas | 2-4 días |
| Prueba piloto | 1 día |
| *Clase de repaso antes del comienzo (opcional) | 1 día |
| Total | 4-6 días |

Notas: La clase de repaso es opcional, pero puede ser útil si:

- hay un lapso de tiempo considerable entre el final de la formación teórica y el comienzo de la encuesta, o
 - la prueba piloto revela grandes lagunas de conocimiento o si se necesita repetir algún punto de la formación
-

Contenido de la formación y duración de los módulos A continuación encontrará algunas sugerencias para el contenido de las clases, y una estimación de la duración de los módulos de aprendizaje.

Puede que éstos deban ser adaptados dependiendo de alguna zona en particular, por ejemplo en algún lugar en el que las clases de introducción de datos puedan reducirse si los participantes ya tienen experiencia, o deban aumentarse si los participantes no han utilizado antes un ordenador.

Sigue en la página siguiente

Cursos de formación, Continuación

Participación

Los cursos de formación están destinados principalmente a los miembros de los respectivos equipos. Para mejorar la coordinación, puede que cada supervisor tenga que recibir uno o más cursos.

Se recomienda que el consejero de estadística, además de al curso de análisis de datos, también asista a los cursos de introducción y recolección de datos, si fuera posible.

Preparación de la formación

Introducción La preparación de la formación incluye las siguientes tareas:

| Tarea | Descripción |
|-------|---|
| 1 | Encontrar y acomodar un aula adecuada. |
| 2 | Programar las sesiones de formación. |
| 3 | Coordinar las tareas y eventos de la formación. |
| 4 | Preparar, imprimir y distribuir los materiales de formación. |
| 5 | Informar a los participantes sobre los contenidos de los cursos, su fecha, hora y lugar, y las condiciones previas. |

Nota: Cada una de estas tareas se describe más adelante.

Requisitos en el lugar de la formación Se necesitará una sala durante un periodo de tiempo de tres a cuatro semanas para poder formar a todos los miembros de los equipos de recolección, gestión y análisis de datos.

La sala (o salas) deberán poder albergar al mismo tiempo el número requerido de personas en formación, instructores o animadores, además de varias personas extra.

| Requisitos para | Detalles |
|-----------------------|--|
| Todas las salas | <ul style="list-style-type: none">• Mesas• Sillas• Pizarra (normal, blanca o de papel)• Tiza, rotuladores, o bolígrafos y lápices• Proyector multimedia (opcional)• Retroproyector (opcional) |
| Recolección de datos | <ul style="list-style-type: none">• Espacio suficiente para practicar mediciones físicas.• La decoración puede ayudar en las simulaciones |
| Introducción de datos | Ordenadores (mínimo 1 para cada 2 personas) provistos del software de gestión de datos adecuado (EpiData). |
| Análisis de datos | Ordenadores (mínimo 1 para cada 2 personas) provistos del software específico de análisis de datos. (Epi Info). |

Programación de las sesiones de formación Necesitará programar con antelación las sesiones de formación para los equipos de recolección y gestión de datos, para asegurarse de que cada curso se imparte bien y de que todos los equipos reciben una buena formación antes del comienzo de la encuesta.
Envíe una carta a cada participante con la confirmación de los horarios del curso, incluyendo la fecha y el lugar de la formación.

Sigue en la página siguiente

Preparación de la formación, Continuación

Coordinación de la formación

Necesitará organizar y preparar todas o algunas de las tareas siguientes:

- Seleccionar una comunidad piloto
- Encargar o preparar té/ café y comidas para las clases teóricas
- Reservar alojamiento y encargarse del transporte (si fuera necesario)
- Elaborar y llevar a cabo ejercicios para las clases teóricas
- Elegir, elaborar y recopilar materiales de formación y de referencia que los participantes vayan a necesitar en clase.
- Conseguir mapas o una lista de viviendas

Preparación del material

Antes de las clases, tendrá que imprimir una copia por cada participante de la documentación necesaria del manual STEPS de vigilancia. También tiene la opción de imprimir un manual para cada participante. Si decide imprimir solamente las secciones más relevantes, use la tabla que se muestra a continuación.

| Equipo | Temas | Parte, Sección |
|----------------------|--|--------------------|
| Recolección de datos | Introducción | Parte 1, Sección 1 |
| | Planificación y preparación de una encuesta STEPS | Parte 2, Sección 1 |
| | Preparación de una encuesta STEPS | Parte 2, Sección 3 |
| | Guía del entrevistador | Parte 3, Sección 2 |
| | Guía de mediciones demográficas y de comportamiento | Parte 3, Sección 3 |
| | Guía de mediciones físicas | Parte 3, Sección 4 |
| | Recolección de datos | Parte 4, Sección 1 |
| | Instrumento STEPS | Parte 5 |
| | Instrucciones STEPS relativas a las preguntas. | Parte 5 |
| | Tarjetas visuales | Parte 5 |
| | Formularios para la entrevista, las extracciones de sangre y la recolección de datos | Parte 6, Sección 2 |
| Recolección de datos | Introducción | Parte 1, Sección 1 |
| | Preparación del entorno de gestión de datos | Parte 2, Sección 4 |
| | Guía de recolección de datos | Parte 3, Sección 6 |
| | Recolección y gestión de datos | Parte 4, Sección 2 |
| | Instrumento STEPS | Parte 5 |
| | Guía pregunta a pregunta | Parte 5 |
| | Formularios para la entrevista y recolección de datos | Parte 6, Sección 2 |

Sigue en la página siguiente

Preparación de la formación, Continuación

Preparación del material (continuación)

| | | |
|-------------------|--|--------------------|
| Análisis de datos | Introducción | Parte 1, Sección 1 |
| | Preparación de la muestra | Parte 2, Sección 2 |
| | Preparación del entorno de gestión de datos | Parte 2, Sección 4 |
| | Guía de análisis de datos | Parte 3, Sección 7 |
| | Análisis de datos | Parte 4, Sección 3 |
| | Informes y divulgación de los resultados | Parte 4, Sección 4 |
| | Instrumento STEPS | Parte 5 |
| | Guía Pregunta a pregunta | Parte 5 |
| | Formularios de entrevista y recolección de datos | Parte 6, Sección 2 |

Preparación del participante Antes de la sesión de formación, todos los participantes deberán estudiar el Instrumento STEPS y las secciones apropiadas del manual de vigilancia STEPS

Programa del curso: equipo de recolección de datos

Introducción El siguiente programa es una guía para el responsable de la formación del equipo de recolección de datos. Éste podrá ser el coordinador de zona STEPS o el supervisor del equipo de recolección de datos (si no se trata de la misma persona).

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|--|-------------|------------------------|--|---|
| <i>Día 1</i> | | | | |
| Introducción, preparación, agenda y objetivos | 09:00-10:00 | 3-1-16 | Crear un nuevo equipo, proponerse objetivos y establecer la agenda. | |
| Motivos, objetivos y metodología del programa de vigilancia STEPS | 10:00-12:30 | 1-1-4 | Entender las enfermedades crónicas, la importancia del programa de vigilancia, los factores de riesgo clave, lo que el programa STEPS quiere medir y la importancia de una correcta toma de muestras. | |
| <i>Comida</i> | | | | |
| Equipo de recolección de datos | 14:00-14:30 | 3-2-3 4-1-2 a 4-1-4 | Entender las tareas básicas de los miembros del equipo, las responsabilidades y la organización | |
| Presentación general del proceso de recolección de datos y de la importancia de la selección aleatoria de muestras en viviendas y/o personas | 14:30-15:30 | 2-2-4 4-1-5 | Entender cómo tomar muestras en las viviendas, los horarios y los problemas de confidencialidad. Comprender la necesidad de tomar muestras de manera aleatoria, cuándo se puede aceptar un cambio y cuándo no. | Hablar sobre cómo seleccionar las muestras. Exponer las posibles preocupaciones o preguntas y sus respectivas posibles soluciones. Identificar las dudas referentes a la confidencialidad. Explicar al entrevistador que debe extraer muestras de la persona seleccionada, y no acudir a un vecino si la persona no está en casa. |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|---|-----------------|----------------|---|--|
| Preparación de la zona STEPS | 15:30-16:30 | 2-3-4 a 2-3-11 | Realizar una lista del material y equipo necesarios para la recolección de datos. | |
| <i>Día 2</i> | | | | |
| Revisión, preparación, agenda y objetivos. | 09:00-10:00 | | Recordar lo aprendido el día anterior. Dudas y soluciones. | |
| Competencias para las entrevistas | 10:00-12:30 | 3-2-4 a 3-2-9 | Entender los métodos nuevos para hacer una buena entrevista y cómo ponerlos en práctica | Utilizar diálogos posibles para demostrar cómo pueden variar las respuestas según las diferentes técnicas de entrevista. |
| <i>Comida</i> | | | | |
| Entrar en contacto con las viviendas y los participantes seleccionados | 14:00-16:30 | 4-1-7 | Seguir fielmente los procedimientos para entrar en contacto con las viviendas. | Diálogos, de menor a mayor dificultad. |
| <i>Día 3</i> | | | | |
| Revisión, preparación, agenda y objetivos. | 09:00-09:30 | | Recordar lo aprendido el día anterior. Dudas y soluciones. | |
| Obtención del consentimiento | 09:30-11:00 | 4-1-11 | Entender las características étnicas y su relevancia a la hora de entrevistar. Seguir las indicaciones para obtener consentimiento. | Diálogos con ejemplos de respuestas de personas reticentes, hostiles, incómodas, demasiado ocupadas o ausentes. |
| Criterios de selección, reclutamiento, cómo rellenar el formulario de seguimiento de las entrevistas. | 11:00-12:30 | 4-1-13 | Entender la importancia de mantener un seguimiento de los participantes en potencia, mostrar el uso correcto del formulario de seguimiento. | Juego de roles en viviendas hipotéticas, utilizando los formularios de seguimiento. |
| <i>Comida</i> | | | | |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|--|-----------------|-----------------|---|--|
| Cómo utilizar el Instrumento STEPS, la guía pregunta a pregunta y las tarjetas visuales. | 14:00-16:30 | 3-2-10 a 3-2-11 | Entender el Instrumento, los diferentes factores de riesgo y lo que pretende medir, opciones de respuesta (incluyendo No Sabe o No Contesta), instrucciones para saltar de una pregunta a otra y tarjetas visuales. | Por parejas, uno representa el entrevistador, otro el participante, durante una o dos secciones del Instrumento. Intercambiar papeles. |
| <i>Día 4</i> | | | | |
| Revisión, preparación, agenda y objetivos. | 09:00-09:15 | | | |
| Recoger información demográfica e información sobre comportamientos de riesgo (Step 1) | 09:15-12:30 | 3-3-1 | Entender las preguntas y saber aclararlas. Transcribir las respuestas de manera clara y precisa, tratar con personas difíciles, resolver contradicciones e Instrumentos incompletos. | Hacer una demostración de varias dificultades y estrategias con un entrevistador "experto" y un participante. |
| Tomar y registrar mediciones físicas (Step 2) | 14:00-15:15 | 3-4-2 a 3-4-15 | Reunir el material y el equipo necesario. Medir la tensión, la altura el peso y la circunferencia de la cintura (en caso necesario). Transcribir de manera clara y precisa las respuestas del participante. | Organizar talleres en la sala. Aprender y practicar en primer lugar con los miembros del equipo, después con voluntarios. Cada uno tomará mediciones individualmente y después se compararán resultados. |
| Trascripción de la información y verificación de documentos. | 15:15-15:45 | 4-1-15 a 4-1-16 | Transcribir de manera clara y precisa las respuestas del participante. Demostrar habilidad en verificar una hoja de seguimiento y el instrumento completo. | Repartir fotocopias de hojas de seguimiento e Instrumentos, y pedir al participante que lo verifique. Hablar sobre los problemas y cómo solucionarlos. |
| (Recapitulación, revisión, preguntas, etc. opcional) | 15:45-16:30 | | | |
| <i>Día 5</i> | | | | |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|-------------------------------|-----------------|--------------------|---|---|
| Prueba piloto | 09:00-16:00 | 2-1-22 a 2-1-23 | Analizar exhaustivamente los aspectos principales de la recolección de datos, especialmente el Instrumento. Identificar debilidades o fallos en los sistemas y procesos actuales. | Ir a un área residencial con un plan de muestreo predeterminado. El equipo realizará el proceso completo de recolección de datos. |
| <i>En una fecha posterior</i> | | | | |
| Clase de repaso | 09:00-16:00 | | | |

Programa del curso: equipo de introducción de datos

Introducción El siguiente programa es una guía para los responsables de la formación del equipo de introducción de datos. Normalmente el responsable suele ser el supervisor del equipo de introducción de datos.

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|---|-------------|---------|--|---|
| <i>Día 1</i> | | | | |
| Introducción, preparación, agenda y objetivos | 09:00-10:00 | 3-1-16 | Crear un nuevo equipo, proponerse objetivos y establecer la agenda. | |
| Equipo de introducción de datos (organización del material y del trabajo) | 10:00-11:00 | 4-2-2 | Entender las principales funciones y la organización del equipo, los problemas de confidencialidad, el trabajo y sus horarios. | Numerar los ordenadores y asignárselas a los miembros del equipo para un primer contacto, crear carpetas y portadas para cada ordenador. |
| Nociones básicas de informática | 11:00-12:00 | 3-6-3 | Familiarizarse con los elementos del ordenador, su terminología, ergonomía y nociones básicas p. ej. Iniciar y cerrar sesión, cómo usar el teclado y el ratón, imprimir, conectarse a la red y/o a Internet. | Cada uno se sienta en su ordenador asignado y organiza su marco de trabajo. Iniciar sesión, explorar brevemente el entorno, crear un documento de Word y cerrar sesión. |
| <i>Comida</i> | | | | |
| Flujo de datos | 14:00-15:00 | | Describir la importancia de un buen flujo de datos en la oficina, los modelos disponibles para registrarlos, y presentar el flujo de datos para los Instrumentos en la oficina. Hacer una demostración sobre cómo rellenar y recuperar los Instrumentos y los formularios tras haber introducido los datos cada día. | Utilizar copias de los modelos de seguimiento y de registro de introducción de datos, mostrar cómo se rellenan y cuándo usarlos. |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|---|-----------------|----------------|---|--|
| Proceso de introducción de datos | 15:00-15:30 | 3-6-5 | Entender el conjunto del proceso de introducción de datos. | |
| Reglas e instrucciones para la Introducción de datos | 15:30-16:00 | 3-6-7 | Entender y enseñar las reglas y las instrucciones. | |
| <i>Día 2</i> | | | | |
| Revisión, preparación, agenda y objetivos. | 09:00-09:30 | | Revisar lo aprendido el día anterior y explicar cómo servirán en la sesión de hoy. | |
| Cómo usar EpiData (software de introducción de datos) | 09:30-11:30 | | Abrir y hacer funcionar EpiData, introducir datos (doble sistema de introducción de datos) y crear informes consecuentes. | Ver ejercicio "Learning EpiData" |
| Modelos EpiData | 11:30-12:30 | 3-6-9 | Entender los objetivos de los diferentes modelos, sus documentos fuente y la estructura de sus archivos. | Describir las diferentes secciones del Instrumento (según la división en modelos de EpiData). |
| <i>Comida</i> | | | | |
| Trabajo con el supervisor | 14:00-14:30 | | Cuándo pedir aclaraciones al supervisor, interacciones entre el supervisor y el equipo de introducción de datos, tareas y responsabilidades de cada miembro del equipo. | |
| Doble sistema de introducción de datos | 14:30-15:00 | 4-2-8, 4-2-9 | Capacidad de introducir datos en la base de datos STEPS, y validar introduciéndolos una segunda vez. | Describir el proceso de la introducción de datos en dos tiempos. Asignar ordenadores diferentes a cada uno y explicar cómo rellenar y utilizar los formularios de seguimiento y los archivos informáticos. Completar los dos momentos de introducción de datos en "Learning EpiData" |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|---|---------------------|----------------|--|--|
| Control y corrección de errores | 15:00-15:30 | 4-2-12 | Controlar los errores detectados por el ordenador, como por ejemplo las respuestas no válidas. Identificar y tratar correctamente las cuestiones asociadas con la calidad de la información en los Instrumentos y formularios. | Crear una lista de los posibles problemas generados por la introducción de datos y comentarlo con el equipo (p. ej. Páginas que faltan, letra ilegible...) |
| Copia de seguridad de los datos | 15:30-16:00 | 2-3-10, 4-2-15 | Entender la importancia de la protección y seguridad de los archivos. Mostrar el procedimiento para hacer copias de seguridad. | Completar la copia de seguridad de los datos en "Learning EpiData" |
| <i>Día 3</i> | | | | |
| Prueba piloto (necesaria si se usa un Instrumento adaptado) | 09:00-16:00 | 2-4-24 | Probar todos y cada uno de los procesos, incluyendo las agrupaciones, la introducción de datos, las comprobaciones, correcciones y la copia de seguridad. Identificar los problemas que surjan en la prueba piloto y averiguar cómo solucionarlos. Diversificar los conocimientos aprendiendo a solucionar las ausencias de información, las incoherencias o algún otro fallo en la recolección de datos, etc. | Completar el ejercicio en la sección correspondiente. |
| <i>En una fecha posterior</i> | | | | |
| Clase de repaso | Reuniones semanales | | Revisar los procedimientos necesarios para procesar correctamente todos los datos y los formularios. Identificar los puntos débiles o fallos en los sistemas utilizados, revisar los procedimientos si fuera necesario, y controlar la coherencia. | |

Programa del curso: equipo de análisis de datos

Introducción El siguiente programa es una guía para los responsables de la formación del equipo de análisis de datos.

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|--|-------------|--------------|--|---|
| <i>Día 1</i> | | | | |
| Introducción, preparación, agenda y objetivos | 09:00-09:15 | 3-1-16 | Crear un nuevo equipo, comentar los detalles del contenido del curso | |
| Proceso de análisis de datos | 09:15-09:45 | 4-3-4 | Entender las tareas principales de cada uno y la organización, los problemas de confidencialidad, el volumen de trabajo y los horarios. | |
| Instrumento STEPS | 09:45-11:00 | 5-1-1, 5-2-1 | Familiarizarse con el Instrumento STEPS específico de zona y con el Instrumento estándar, en particular con el tipo de datos recopilados y con la columna de codificación | Imprimir y leer el Instrumento STEPS específico de zona y el estándar para identificar las diferencias. |
| Proporcionar un análisis para el informe de zona y para la hoja de datos | 11:00-12:30 | 6-3D-1 | Familiarizarse con el Manual de datos | Imprimir y leer el Manual de datos. |
| <i>Comida</i> | 12:30-13:00 | | | |
| Elaboración del muestreo y alcance de la encuesta STEPS | 13:00-14:00 | 2-1-5, 2-2-2 | Entender el método de muestreo elegido y del alcance de la encuesta. Ser capaz de identificar el proceso de selección y de elaborar variables necesarias para la zona STEPS en cuestión. | |
| Introducción a Epi Info (software de análisis de datos) y acceso a los datos de la encuesta. | 14:00-16:00 | 3-7-4, 4-3-5 | Abrir Epi Info, importar una base de datos y tomar análisis básicos para hacer medias y porcentajes (e intervalos de confianza) con subgrupos y estratos, señalando y pinchando (clic). | Completar el ejercicio "Introduction Section" de "Learning Epi Info". |
| <i>Día 2</i> | | | | |
| Utilización del código Epi Info para los análisis | 09:00-12:00 | | Entender las ventajas del código. Establecer un código, guardarlo, volverlo a abrir y editarlo. | Completar la sección "Basic análisis" de "Learning Epi Info" |

| Temas | Duración | Sección | Resultados o competencias | Ejercicios |
|--|-----------------|----------------|--|--|
| <i>Comida</i> | 12:00-13:00 | | | |
| Obtención de nuevas variables en Epi Info | 13:00-14:00 | | Escribir con éxito un código que cree nuevas variables de otras ya existentes. | Completar la sección "Derive variables" de "Learning Epi Info" |
| Creación de gráficos en Epi Info, análisis más detallados. | 14:00-15:30 | | Verificar en profundidad las variables antes de producir resultados. | Completar la sección "Advanced functions" de "Learning Epi Info" |
| Necesidades para los análisis específicos de zona. | 15:30-16:30 | | Precisar los análisis suplementarios necesarios en su zona, según las modificaciones específicas del Instrumento. | |
| Consejo y asistencia. | 16:30-17:00 | | Saber a quién acudir en caso de necesitar consejo o asistencia, ya sea sobre contenidos de la encuesta, Epi Info o problemas estadísticos. | |

Consejos prácticos para la formación

Introducción Los consejos que se muestran a continuación pueden resultar útiles para las personas encargadas de la formación que en realidad no son formadores especializados.

Introducciones y preparación. Antes de empezar la formación, es importante presentarse y conocer un poco a los alumnos. El siguiente cuadro puede ayudarle con las presentaciones.

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Preséntese y presente a sus colaboradores. |
| 2 | Si no conoce a nadie en la sala, o no se conocen entre ellos, haga que cada uno se presente brevemente (o a la persona que tenga al lado). |
| 3 | <p>Pregunte a los participantes (adáptese al nivel de la clase) :</p> <ul style="list-style-type: none">• Qué entienden por "factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles"• Cuáles piensan que son los problemas de salud relativos a las enfermedades crónicas más graves en sus respectivos países o regiones.• De qué manera influyen estas enfermedades en la salud y el bienestar de las personas en sus comunidades respectivas. <p>Nota: Escriba las respuestas en la pizarra. Señale que no existe una sola respuesta correcta, sino que varía según el tiempo y la comunidad.</p> <p>Fomente el diálogo para medir el nivel de conocimiento del equipo. Así también podrán empezar a conocer sobre lo que van a trabajar después.</p> |
| 4 | <p>Pregunte a los participantes si tienen alguna pregunta o si quieren tratar algún tema de la encuesta en particular durante la formación.</p> <p>Nota: Escriba las respuestas en la pizarra e intente explicarlas durante el curso.</p> |

Definir el programa del curso y los objetivos

Los participantes necesitarán saber cuáles son los objetivos en cuanto al contenido de la formación, cuánto dura y qué se espera de ellos durante el curso. La siguiente tabla (y los programas) le servirán de ayuda para explicar el programa y fijar los objetivos:

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Explicar el objetivo de la formación. |
| 2 | Resumir el contenido del curso. |
| 3 | Informar de la duración del curso |
| 4 | Explicar qué se espera de ellos durante la formación. |

Sigue en la página siguiente

Consejos prácticos para la formación, Continuación

Uso del material

El manual de vigilancia STEPS está estructurado en secciones que se pueden extraer y volver a compilar para poder obtener manuales a medida para las diferentes formaciones.

El contenido del manual ha sido diseñado para ser usado tanto como material de formación como guía de referencia.

Ejercicios

Deberá crear ejercicios que:

- Sean relevantes en su marco de trabajo
- Apoyen el material de formación
- Contengan los problemas y preguntas con los que se puedan encontrar
- Permitan poner en práctica los conocimientos

Fomentar la participación

Lo más importante del curso no es la cantidad de contenido que Vd. como formador trate, sino la cantidad de nuevos conocimientos que adquieran los participantes.

Fomente continuamente la participación de todos. Use la siguiente tabla como guía.

| Tema | Consejos |
|---------------------------------|---|
| Situaciones delicadas | Los participantes tienen que saber que se podrán encontrar en situaciones delicadas (en particular en el curso sobre entrevistas, en el que el juego de roles constituye una parte importante de la formación). |
| Críticas | Asegúrese de que los participantes no son criticados o desmoralizados mientras realizan comentarios o preguntas. |
| Experiencias | Desarrolle el curso a partir de las experiencias y conocimientos de los participantes. |
| Miedos | Identifique sus miedos y preocupaciones y ofrézcales estrategias para superarlos. |
| Apoyo | Felicite a los participantes cuando lo merezcan y apoye a los que demuestren sentimiento de inferioridad o dificultades. |
| Puntos fuertes y puntos débiles | Recuerde a los participantes que todo el mundo tiene puntos débiles y puntos fuertes y que han sido seleccionados como miembros de un equipo que se complementan entre ellos. |
| Equipo de trabajo | Fomente el trabajo en equipo y la comunicación. |
| Ser independiente | Cuando empiece la encuesta, no siempre tendrán un 'experto' a su disposición para contestar sus preguntas. Los participantes tienen que saber ser independientes y cuándo es el momento de pedir ayuda a los demás. |

Sigue en la página siguiente

Consejos prácticos para la formación, Continuación

Primera y última sesión

Siempre es útil empezar cada sesión con una introducción que incluya:

- El trabajo ya realizado que constituirá la base de la sesión actual
- El contenido y objetivos de la sesión actual
- Brevemente, los recursos y el formato que se utilizará

Al final de cada sesión:

- Resuma los temas tratados y las competencias adquiridas
- Diga si han llegado al final del tema o si habrá una próxima sesión con material de ampliación.
- Informe de los progresos, pero también de las partes en las que se necesite realizar mayor hincapié

Problemas y participación

La siguiente tabla contiene consejos que le ayudarán a solucionar los problemas más comunes con los que se puede encontrar durante la formación.

| Problema/ situación | Consejo |
|--|--|
| Retrasos | Repita brevemente lo que acaba de decir y deje claro de manera educada que todos los participantes deben ser puntuales. |
| Interrupciones | Sea paciente en todo momento |
| Parece que los participantes no siguen o no entienden. | Muéstrese paciente y comprensivo. Repita el punto o tema con otras palabras y pregunte al participante si ha entendido mejor. |
| Hay un participante 'dominante' que hace difícil la participación y el aprendizaje de los demás. | En primer lugar, comente durante las sesiones que quiere que todo el mundo participe, incluso utilice la frase: "vamos a dejar que otra persona conteste esta vez". Si esto no da resultado, en un descanso hable con la persona en cuestión explicándole que los demás también tienen que participar. Felicítele por su conocimiento sobre el tema, pero explíquele que como formador, Vd. necesita escuchar a todos los participantes. |
| Un participante no sigue el ritmo de los demás o parece incapaz de "implicarse" | Igualmente durante un descanso, hable con la persona en cuestión para preguntarle si todo va bien, o si encuentra algo particularmente difícil. En ese caso podría serle útil una pequeña clase de apoyo. Si se encuentra mal o tiene problemas, debería irse. |

Sigue en la página siguiente

Consejos prácticos para la formación, Continuación

Celebrar el final de una etapa importante.

Tanto durante la formación como en el transcurso de la encuesta, celebre los finales de las etapas importantes para motivar a los participantes y para ayudarles a desarrollar un espíritu de equipo.

Piense sobre todo en aquellos que puedan parecer extraños de alguna manera, (que no sean de la ciudad, que los demás miembros del grupo no lo conozcan o que su lengua materna o su grupo étnico o cultural sea diferente) puede que se muestren más reticentes a la hora de participar.

Puede recompensar los esfuerzos, el dominio del tema, los progresos, etc. de los participantes. Use su imaginación para ofrecerles pequeños premios, chokolatinas o certificados.

Sección 2: Guía del entrevistador

Presentación general

Introducción Esta sección presenta indicaciones generales para los entrevistadores. No contiene instrucciones detalladas para entrar en contacto con los hogares ni para llevar a cabo las entrevistas.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a las personas que ocupan los puestos siguientes:

- entrevistadores,
- supervisores de los equipos de recolección de datos,
- coordinador STEPS de zona.

En esta sección Esta sección trata de los temas siguientes

| Tema | Ver página |
|---|-------------------|
| Equipo de recolección de datos | 3-2-3 |
| Aptitudes necesarias para las entrevistas | 3-2-4 |
| Cómo rellenar el Instrumento STEPS | 3-2-10 |

Presentación general

Introducción La calidad de los datos de vigilancia STEPS y su utilidad para establecer comparaciones en los países y entre ellos dependen en gran parte de la calidad de las entrevistas.

Lo que aprenderá En esta sección le enseñará:

- la razón de ser y el objetivo de una vigilancia STEPS de los factores de riesgo de las enfermedades crónicas,
- cómo formar parte de un equipo de recolección de datos,
- cómo entrevistar a los participantes,
- cómo utilizar el Instrumento STEPS y rellenarlo.

Resultado del aprendizaje Esta sección se propone enseñarle a llevar a cabo entrevistas de manera metódica y eficaz y a inscribir datos exactos.

Instrucciones detalladas Encontrará instrucciones detalladas sobre cómo llevar a cabo la encuesta e inscribir los resultados en la Parte 4, Sección 1.

Otros documentos relativos a la recolección de datos Esta Guía tiene que utilizarse junto con las secciones del Manual de vigilancia STEPS que se encuentran a continuación. Ésas secciones presentan instrucciones detalladas sobre los temas siguientes.

| Tema | Parte, Sección |
|--|-----------------------|
| Preparación de un sitio STEPS | Parte 2, Sección 3 |
| Recolección de datos | Parte 4, Sección 1 |
| Guía para la información demográfica y las mediciones del comportamiento | Parte 4, Sección 3 |
| Guía para las mediciones físicas | Parte 4, Sección 4 |

Equipo de recolección de datos

Introducción Usted formará parte, con otros entrevistadores, de un equipo que trabajará en una zona específica durante la recolección de datos.

Identificación del equipo Cada equipo de entrevistadores tendrá como nombre una letra (por ejemplo "C", "D").

Tendrá que utilizar esa letra en todos los Instrumentos y formularios que rellene.

Supervisión Cada equipo trabajará con un supervisor responsable de:

- seguir la evolución de su trabajo,
- asegurarse de que se rellenan bien los Instrumentos,
- respetar los plazos establecidos para la recolección de datos,
- resolver todos los problemas que puedan surgir.

Nota: Encontrarán más detalles sobre la tarea de supervisor en la Parte 4, Sección 1.

Aptitudes necesarias para las entrevistas

Introducción

La entrevista STEPS trata de averiguar e inscribir una lista de datos y comportamientos relativos a unos participantes aptos seleccionados.

El participante no tiene que sentirse presionado respecto a la encuesta y tiene derecho a rehusar, porque la participación es voluntaria. Por consiguiente, la entrevista tendría que desarrollarse en un ambiente lo más natural posible y ser llevada a cabo de manera educada, como una conversación normal.

Comportamiento y tacto

El siguiente cuadro presenta instrucciones sobre el comportamiento que hay que adoptar en una entrevista.

| Comportamiento | Instrucciones |
|---|---|
| Respeto de la confidencialidad | Respete la confidencialidad de todas las informaciones que recoja. |
| Respeto del tiempo dedicado por los participantes | Le está pidiendo al participante que dedique tiempo a la encuesta así que debe mostrarse educado y preparado para dar explicaciones. |
| Tacto | Si tiene la impresión de que una persona no está dispuesta a contestarle, no le obligue a hacerlo pero proponga volver más tarde. |
| Predisposición amistosa | Actúe como si esperara recibir una cooperación amistosa y compórtese como corresponde. |
| Comunicación no verbal | Mantenga un buen contacto visual y adopte un lenguaje corporal adecuado. |
| Ritmo de la entrevista | No precipite el ritmo de la entrevista. Dé bastante tiempo a los participantes para que entiendan la pregunta y contesten. Si está bajo presión, un participante puede contestar lo primero que se le pase por la cabeza. |
| Paciencia | Sea paciente y educado en todo momento durante la entrevista. |
| Actitud | Sea cual sea la respuesta a las preguntas, no juzgue el estilo de vida de los participantes. Si expresa cualquier crítica, el participante puede negarse a contestar o disimular informaciones importantes. |
| Gratitud | Agradezca a los participantes su ayuda y cooperación. |

Sigue en la página siguiente

Aptitudes necesarias para las entrevistas, Continuación

Hacer las preguntas

El siguiente cuadro presenta instrucciones para hacer preguntas en una entrevista :

| Tema | Instrucciones |
|---|---|
| Cuestiones en relación con las enfermedades crónicas y sus factores de riesgo | No haga comentarios sobre cuestiones en relación con las enfermedades crónicas y sus factores de riesgo. Los participantes podrían no contestar adecuadamente a las preguntas sino dar las respuestas que suponen que el entrevistador espera. |
| Respuestas correctas o incorrectas | Señale que no existen respuestas correctas o incorrectas y que la entrevista no es una prueba. |
| Respuestas parciales | Haga las preguntas siguiendo las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas para evitar las respuestas parciales y asegurar que se obtengan datos comparables. |
| Lectura de todas las opciones | Se tienen que leer todas las opciones a los participantes salvo No sabe, No se acuerda, Rehúsa, No Aplicable y Otros. |
| Lectura de las preguntas | Las preguntas se deben leer: <ul style="list-style-type: none">• tal y como están escritas,• despacio e insistiendo claramente en las palabras clave que aparecen en negrita,• con una voz agradable que denota interés y profesionalidad,• desde el principio hasta el final para asegurarse que el participante las ha oído en su totalidad. No cambie: <ul style="list-style-type: none">• la formulación, o• el orden de las preguntas. |
| Suposiciones | No haga suposiciones sobre las respuestas de los participantes con comentarios como "Ya sé que esto seguramente no le concierne a Vd., pero...". Hacer eso puede impedirle obtener informaciones exactas e imparciales. |

Sigue en la página siguiente

Aptitudes necesarias para las entrevistas, Continuación

Presentar aclaraciones

Es posible que tenga que aclarar ciertos temas cuando el participante:

- se muestra incapaz de contestar a la pregunta,
 - no parece haber entendido la pregunta y da una respuesta inadecuada,
 - no parece haber oído la pregunta,
 - no contesta enseguida y está dudando,
 - pide que se le repita una parte de la pregunta (puede repetirle sólo esa parte),
 - pide que se le repita una de las opciones (en general, vuelva a leer todas las opciones; puede omitir alguna si ésta ha sido expresamente eliminada por el participante),
 - pide que se le aclare un término (consulte las explicaciones de las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas).
-

Pedir especificaciones

Será preciso pedir especificaciones para obtener respuestas adecuadas cuando el participante:

- parece haber entendido la pregunta pero da una respuesta inadecuada,
 - no parece haber entendido lo que se le pregunta,
 - interpreta mal la pregunta,
 - no puede decidirse,
 - se aleja del tema o da informaciones inadecuadas,
 - necesita dar explicaciones sobre lo que ha dicho o aclarar su respuesta,
 - da informaciones incompletas o una respuesta confusa,
 - dice que no conoce la respuesta.
-

Sigue en la página siguiente

Aptitudes necesarias para las entrevistas, Continuación

Respuestas habituales para las que hay que pedir especificaciones

El siguiente cuadro establece una lista de las respuestas habituales para las que hay que pedir especificaciones:

| Si el participante contesta... | Entonces... |
|--------------------------------|--|
| "No sé" | Repita la pregunta |
| "Sigo sin saber" | Inténtelo otra vez antes de apuntar "No sabe". Pregunte por ejemplo "¿Puede decirme qué respuesta le parece la más cercana?". |
| "Sigo sin saber" | Esto puede significar que: <ul style="list-style-type: none">• se lo está pensando y quiere ganar tiempo,• no quiere contestar por razones personales,• efectivamente no sabe o no tiene una opinión particular al respecto. |
| "No aplicable" | <ul style="list-style-type: none">• Pregúntele por qué la pregunta no le concierne.• Escriba "No aplicable" si está claro que la pregunta es irrelevante. |

Nota:

- "No sabe", "No se acuerda", "No aplicable" y "Rehúsa" se deberían utilizar solamente en última instancia.
- Si no aparecen las opciones "No sabe" y "No aplicable", indíquelas en el margen izquierdo.

Técnicas para pedir especificaciones

El siguiente cuadro expone algunas técnicas que pueden utilizarse para pedir especificaciones:

| Técnica | Instrucciones |
|---------------------------------------|--|
| Repetir la pregunta | El participante puede encontrar la respuesta adecuada si oye la pregunta por segunda vez. |
| Hacer una pausa | Esto le permite al participante pensar en sus respuestas y hacer comentarios. |
| Repetir la respuesta del participante | Suele ser una manera eficaz para que el participante reflexione sobre la respuesta que acaba de dar. |
| Utilizar formulaciones neutras | Evite el uso de formulaciones parciales. No dé nunca la impresión de que está de acuerdo o en desacuerdo con lo que el participante está diciendo, o de que la respuesta es correcta o incorrecta. Si desea más informaciones, pregunte "¿Algo más?" o "¿Podría darme más detalles acerca de...?". |

Sigue en la página siguiente

Aptitudes necesarias para las entrevistas, Continuación

Interrupciones Pueden ocurrir interrupciones durante una entrevista. Si se alargan demasiado o se repiten, proponga volver para acabar la entrevista en otro momento.

Tiene que mostrarse paciente y educado en todo momento, aunque le interrumpen o se aplaza la entrevista.

Negativa a contestar Algunos participantes pueden negarse a contestar. Las razones pueden ser muchas y no ser las mismas para todos los participantes. Puede que algunos no se nieguen contundentemente pero expresen dudas, reservas u hostilidad.

Aprenderá a distinguir los diferentes grados de negativa (por ejemplo las dudas y las negativas contundentes). El hecho de obtener la cooperación de los participantes dependerá de su educación e imaginación.

No se debe forzar a los participantes para que contesten a la entrevista en general o a cualquier parte de la encuesta. Sin embargo, cuantos más participantes se nieguen, menos representativa de la población entera será la encuesta.

Tratar las negativas Prepárese para obtener la cooperación de un participante que no quiere que le entrevisten. En general, si se muestra agradable y actúa con tacto y profesionalidad, la mayoría de los participantes cooperarán.

El siguiente cuadro le ayudará a tratar algunas situaciones de negativa:

| Si... | Entonces... |
|---|--|
| El participante está a la defensiva | <ul style="list-style-type: none">• Muéstrese paciente y comprensivo.• Parezca estar de acuerdo con su posición y entenderla diciendo algo parecido a "Puedo entender esto" o "Vd. seguramente tiene derecho a sentir esto".• Comunique la importancia de la encuesta al participante. |
| Parece que ha llegado en mal momento | Inténtelo otra vez más tarde. |
| Parece que el participante ha entendido mal la razón por la que ha venido | Intente explicárselo de nuevo. |
| Piensa que le pueden decir que no | Intente irse y proponga volver más tarde antes de oír un "no" contundente o parcial. |

Sigue en la página siguiente

Aptitudes necesarias para las entrevistas, continuación

Problemas de idioma

Dese cuenta de que si utiliza "intérpretes de conveniencia" (como miembros de la familia o del hogar del participante, el jefe del pueblo o personal de la casa), puede inscribir datos incorrectos

Si no obtiene bastante cooperación por culpa de la barrera lingüística, señáleselo a su supervisor.

Cómo rellenar el Instrumento STEPS

Introducción Una vez que se ha adaptado, traducido e impreso el Instrumento STEPS, está listo para ser utilizado durante la encuesta.

Se tiene que rellenar un Instrumento por cada participante entrevistado y medido. Se tienen que rellenar todos los elementos del Instrumento para que la respuesta sea válida.

carátula Una parte de la carátula de cada Instrumento contiene informaciones que permiten identificar a los participantes, por ejemplo su nombre. Es muy importante que estos detalles sean confidenciales en todo momento. Convendría decirles a los participantes que esas informaciones no se divulgarán.

Secciones principales y ampliadas El Instrumento contiene, para cada Step, opciones de respuesta que tendrá que rellenar para las secciones principales y ampliadas.

Párrafos introductivos Cuando una sección viene introducida por un párrafo, léaselo al participante antes de hacer las preguntas de la sección.

Códigos de identificación El siguiente cuadro presenta instrucciones sobre los diferentes códigos de identificación que hay que rellenar en el Instrumento STEPS. El comité de coordinación y/o el coordinador del sitio crearán los códigos en la fase de planificación.

| Tipo de código | Descripción |
|---|---|
| Distrito | Utilice el código local del distrito que encontrará en la lista preparada por el coordinador de sitio. |
| Centro/pueblo (conglomerado/ hogar) | Utilice los códigos locales de los centros en las ciudades y los códigos de los pueblos en zonas rurales, códigos que le serán comunicados por el coordinador de sitio. |
| Identificación del entrevistador | Código del entrevistador para Step 1 y Step 2. |
| Número de identificación del entrevistado | Código único de identificación del participante. |
| Código de identificación del técnico | Código del técnico para Step 2 y Step 3 (en una clínica). |

***Nota:** Los códigos del entrevistador y el del técnico pueden ser los mismos si el mismo equipo realiza Step 1 y Step 2 a la vez.

Sigue en la página siguiente

Cómo rellenar el Instrumento STEPS, Continuación

Introducir las respuestas de los participantes

Para cada pregunta del Instrumento, puede haber una respuesta posible o más. Cada una de esas respuestas posibles tiene un código asociado. Tendrá que marcar las respuestas correspondientes o rellenar las casillas con la respuesta del participante. Por ejemplo:

| Pregunta | Respuesta | Código |
|--|---|--------|
| 24 ¿Fuma usted actualmente algún producto de tabaco , como cigarrillos, puros o pipas? | Sí ¹ No ² Si No, saltar a T6 | T1 |
| 45 ¿Cuántas porciones de fruta come en uno de esos días? (UTILIZAR LA CARTILLA DE IMÁGENES) | Número de porciones <u>0 5</u> No sabe 77 | D2 |

Instrucciones para los saltos

Las instrucciones para saltar de una pregunta a otra se encuentran en la columna "Respuesta", al lado de la respuesta. Tendrá que seguir esas instrucciones si el participante contesta de cierta manera a la pregunta.

Si necesita añadir notas (por ejemplo si la tensión se midió en el brazo izquierdo en vez de en el derecho), escríbalas en el margen izquierdo.

Respuesta "No sabe"

El siguiente cuadro muestra cómo introducir la respuesta del participante si ésta no es estándar. Esta solución tiene que ser el último recurso.

| Si el participante dice que | Y el número de <input type="checkbox"/> es de | Introduzca |
|-----------------------------|---|------------|
| No sabe | <input type="checkbox"/> | 7 |
| No se acuerda | <input type="checkbox"/> | 77 |
| No sabe | <input type="checkbox"/> | 777 |
| No se acuerda | <input type="checkbox"/> | 777 |
| No aplicable | <input type="checkbox"/> | 8 |
| Rehúsa | <input type="checkbox"/> | 88 |
| No aplicable | <input type="checkbox"/> | 888 |
| Rehúsa | <input type="checkbox"/> | 888 |

Instrucciones STEPS en relación con las preguntas

Para más información sobre cómo rellenar cada pregunta y tomar medidas, diríjase a las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas en la Parte 5.

Sección 3: Guía para las informaciones demográficas y las mediciones del comportamiento (Step 1)

Presentación general

Introducción Esta sección proporciona informaciones acerca de los datos recopilados en Step 1 sobre los factores de riesgo socioeconómicos y variables relacionados con el comportamiento. Es también una guía para trabajar con:

- los temas tratados en Step 1 del Instrumento STEPS,
- las Instrucciones relativas a las preguntas.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a las personas que ocupan los puestos siguientes:

- formador del equipo de recopilación de datos,
- supervisor del equipo de recopilación de datos,
- entrevistador
- coordinador de sitio STEPS,
- analista de datos

En esta sección Esta sección trata de los temas siguientes:

| Tema | Ver página |
|---|-------------------|
| Presentación general de los factores de riesgo relacionados con el comportamiento | 3-3-2 |
| Instrucciones STEPS en relación con las preguntas | 3-3-3 |
| Guía para la información demográfica, sección principal (Step 1) | 3-3-4 |
| Guía para las mediciones del comportamiento (Step 1) | 3-3-5 |
| Cartillas de imágenes | 3-3-9 |

Presentación general de los factores de riesgo relacionados con el comportamiento

Introducción Step 1 del Instrumento STEPS trata de las informaciones sociodemográficas fundamentales (como edad, sexo e ingresos) y de los factores de riesgo variables más importantes para averiguar:

- las tendencias sociodemográficas,
 - el consumo de tabaco y alcohol,
 - el estado nutricional,
 - la actividad física.
-

Lo que aprenderá En esta sección aprenderá:

- cómo utilizar las Instrucciones relativas a las preguntas,
 - la importancia de rellenar correctamente la sección principal de la información sociodemográfica,
 - cuáles son los factores de riesgo relacionados con el comportamiento y lo que significan,
 - cómo utilizar las cartillas de imágenes.
-

Resultado del aprendizaje Esta sección se propone hacerle entender cuáles son las principales mediciones del comportamiento y por qué respuestas exactas tienen que ser registradas para esas mediciones.

Lo que necesitará A continuación se enumeran los formularios necesarios para esta sección, que podrá encontrar en la Parte 5:

- Instrumento STEPS,
 - Instrucciones relativas a las preguntas,
 - Cartillas de imágenes correspondientes.
-

Instrucciones STEPS en relación con las preguntas

Introducción

Las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas son una versión ampliada del Instrumento STEPS estándar. Proporcionan indicaciones y directrices para cada pregunta.

Podrán encontrar las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas en la Parte 5.

Objetivo de las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas

El objetivo de las Instrucciones STEPS en relación con las preguntas es proporcionar informaciones básicas, explicaciones y ejemplos de información para ayudar a los entrevistadores a rellenar con precisión el Instrumento de cada participante.

Es una herramienta de formación, pero también se tiene que utilizar al recopilar los datos.

Utilizar las Instrucciones

Antes de llevar a cabo las entrevistas, los miembros del equipo de recolección de datos deberían:

- leer esas Instrucciones varias veces hasta que se sientan a gusto con su contenido,
 - entrenarse a hacer las preguntas,
 - familiarizarse con el contenido del Instrumento.
-

Contestar a las preguntas de aclaraciones

Si los participantes piden aclaraciones sobre el sentido de preguntas específicas, no lo interprete Vd. Mismo, utilice las Instrucciones relativas a las preguntas.

Guía para la información demográfica, sección principal (Step 1)

Introducción

Es fundamental obtener informaciones demográficas exactas para analizar y redactar informes sobre los resultados generales de la encuesta STEPS.

Si falta la edad y el sexo de un participante, sus respuestas no se pueden utilizar en el análisis porque la mayoría de los análisis se basan en esos criterios para clasificar los resultados.

Fecha de nacimiento y edad

En algunos países, puede que ciertas personas no conozcan su fecha de nacimiento y/o su edad exacta. En ese caso, hay que calcular aproximadamente su edad preguntándoles qué edad tenían o en qué etapa de su vida se encontraban cuando ocurrieron algunos eventos locales muy conocidos.

Información demográfica, sección ampliada

Algunas de las preguntas demográficas de la sección ampliada habrán sido adaptadas a su zona con el fin de que los términos y las frases tengan sentido para los participantes con los que trata.

Algunas de las adaptaciones pueden tener que ver con las preguntas sobre:

- los grupos étnicos, raciales o culturales,
 - el nivel de educación más alto alcanzado,
 - las categorías profesionales,
 - el nivel de ingresos.
-

Guía para las mediciones del comportamiento (Step 1)

Introducción

Las mediciones del comportamiento en el Instrumento STEPS están vinculadas con algunos aspectos de nuestra vida cotidiana. Quieren evaluar en especial:

- el consumo de tabaco,
- el consumo de alcohol,
- el consumo de fruta y verdura,
- el consumo de aceite o grasa,
- la actividad física.

Nota: A continuación encontrará detalles sobre cada uno de estos elementos.

Sección ampliada

Además de las mediciones del comportamiento mencionadas anteriormente, las preguntas de la sección ampliada tratan de:

- los antecedentes de tensión arterial elevada,
 - los antecedentes de diabetes.
-

Consumo de tabaco

En el mundo, el tabaco se consume sobre todo fumado y el cigarrillo manufacturado con filtro está alcanzando la posición dominante de producto de tabaco más consumido.

Otras formas de tabaco (por ejemplo el tabaco sin humo) son potencialmente igual de peligrosas aunque las consecuencias negativas de algunas de ellas son menos importantes porque no se traga humo.

El tabaco se masca, se toma en forma de rapé o se fuma tragando humo, lo que tiene consecuencias negativas importantes sobre los tejidos locales. Dado que las mayores consecuencias del tabaco sobre la salud se deben al hecho de fumar, la sección principal del Instrumento incluye sólo esa forma de consumo.

Preguntas en relación con el tabaco

Las preguntas en relación con el consumo de tabaco recomendadas para el método STEPS se basan en las directrices de la OMS para la vigilancia del consumo de tabaco reunidas en la publicación '*Guidelines for controlling and monitoring the tobacco epidemic*' (WHO, 1998).

Las preguntas del Instrumento STEPS se interesan en el consumo actual de cualquier producto de tabaco así como en la duración y cantidad de consumo diario. Aunque en algunos países sólo fumen los hombres, es preciso hacerles esas preguntas a las mujeres también.

Sigue en la página siguiente

Guía para las mediciones del comportamiento (Step 1), Continuación

Tabaco, sección ampliada

Las preguntas de la sección ampliada en relación con el tabaco se centran en los antecedentes de consumo de tabaco y en el consumo de tabaco sin humo. En algunos sitios, el tabaco sin humo es más común que el tabaco fumado.

Consumo de alcohol

El consumo de alcohol es un factor de riesgo importante de la cirrosis hepática y otros tipos de violencia y daños. Este consumo:

- ha sido asociado invariable e indiscutiblemente con varios tipos de cáncer, por ejemplo el cáncer de mama,
- puede tener una relación en U con las cardiopatías isquémicas (es decir que un poco de alcohol puede ser benéfico para el corazón pero que una cantidad más importante aumenta el riesgo y pesa más que cualquier beneficio para la salud pública),
- está estrechamente relacionado con varias lesiones y con la hemorragia cerebral.

El consumo de alcohol es irregular y preguntarles a los participantes sobre su consumo (diario) medio puede ser problemático. A partir de un nivel dado de consumo diario, el modo de consumo tiene una influencia importante sobre el riesgo de enfermedades crónicas.

Las encuestas sobre el consumo de alcohol deberían por tanto tratar de interesarse por la cantidad y por el modo de consumo para que sean más relevantes.

Modos de consumo de alcohol

Mientras algunas comunidades no beben nada de alcohol o solamente en unas pocas ocasiones especiales (como el nacimiento de un hijo), otras consumen alcohol en diferentes horas del día y días de la semana.

Algunos factores pueden tener un efecto sobre los modos habituales de consumo de alcohol, por ejemplo:

- el cobro del sueldo
- el sueldo semanal, quincenal o mensual,
- sencillamente el final de la semana laboral.

El consumo de alcohol también puede estar tradicionalmente asociado con ciertas fiestas, religiosas o no, y puede variar más generalmente en función de la temporada del año.

Sigue en la página siguiente

Guía para las mediciones del comportamiento (Step 1), Continuación

Preguntas en relación con el alcohol

El Instrumento STEPS trata de recopilar datos tanto sobre la frecuencia de consumo como sobre la cantidad de alcohol consumido porque el modo de consumo tiene una influencia importante sobre el riesgo de enfermedades crónicas.

La definición de un "vaso estándar" será adaptada y modificada por cada sitio en las cartillas de imágenes de la Parte 5 para que éstas reflejen los modos locales de consumo de alcohol. Ésta incluye:

- el tipo de producto y la cantidad de alcohol que contiene,
- las cantidades habituales,
- los términos locales utilizados para ambas cosas.

Si la fabricación artesanal de cerveza, vino o aguardiente es algo habitual, conviene recopilar informaciones sobre el etanol que contienen generalmente esas bebidas para poder determinar el volumen de alcohol puro que contiene un "vaso estándar".

Alcohol, sección ampliada

Las preguntas de la sección ampliada en relación con el alcohol se centran en el abuso de alcohol en hombres y mujeres.

Dieta (consumo de fruta y verdura)

La información sobre las costumbres alimentarias de la población y su evolución, constituyen la base de las políticas y de los programas de salud relacionados con la nutrición y su mejora.

La fruta y la verdura son componentes importantes de una dieta sana. Existen pruebas de que podrían prevenir enfermedades graves como enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer, sobre todo del sistema digestivo.

Preguntas en relación con la dieta

El Instrumento STEPS no trata de medir la dieta en su totalidad o la ingestión general de alimentos, sino sólo aspectos específicos de las costumbres alimentarias. Esto facilita las mediciones y la puesta a disposición de información tanto cualitativa como cuantitativa sobre la ingestión de alimentos durante varios períodos.

Las cartillas de imágenes en relación con la nutrición habrán sido puestas al día para mostrar ejemplos de frutas y verduras típicas de su zona. Para poder hacer comparaciones, la talla estándar de una porción es de 80 gramos. La OMS recomienda el consumo de al menos 400 gramos de fruta y verdura al día.

Sigue en la página siguiente

Guía para las mediciones del comportamiento (Step 1), Continuación

| | |
|--------------------------------|--|
| Dieta, sección ampliada | Las preguntas de la sección ampliada tratan del aceite o de la grasa utilizada para cocinar. |
|--------------------------------|--|

| | |
|-------------------------|---|
| Actividad física | <p>Practicar con regularidad una actividad física conlleva importantes beneficios para la salud. Puede reducir el riesgo de:</p> <ul style="list-style-type: none">• cardiopatía,• síncope,• diabetes,• depresión,• cáncer de mama,• cáncer de colon,• osteoporosis. <p>La actividad física puede ayudar también a perder peso o a mantenerlo y reducir el riesgo de caídas para los mayores.</p> |
|-------------------------|---|

| | |
|--|--|
| Preguntas en relación con la actividad física | <p>Es difícil hacer preguntas sobre las costumbres de actividad física. Por eso las preguntas están divididas en secciones para evaluar el nivel de actividad en tres situaciones diferentes:</p> <ul style="list-style-type: none">• en el trabajo (remunerado o no, en casa o en el exterior),• para desplazarse (para ir de un sitio a otro),• en el tiempo libre o en el deporte. <p>Algunas personas hacen ejercicio en las tres situaciones, otras en ninguno.</p> <p>Las cartillas de imágenes para la actividad física habrán sido adaptadas para mostrar en cada zona los tipos de actividad.</p> |
|--|--|

| | |
|---|---|
| Antecedentes de tensión arterial elevada | Las preguntas se interesan por las mediciones de la tensión arterial anteriores y procuran saber si el participante recibe algún tratamiento y/o consejo por tener la tensión arterial elevada. |
|---|---|

| | |
|---------------------------------|---|
| Antecedentes de diabetes | Las preguntas se interesan por las mediciones de glucemia anteriores y procuran saber si el participante recibe algún tratamiento y/o consejo por tener diabetes. |
|---------------------------------|---|

Cartillas de imágenes

Introducción Las cartillas de imágenes son instrumentos útiles para explicar qué significan algunas de las preguntas del Instrumento. Para ser útiles, tienen que haber sido adaptadas a la situación local.

Fichas correspondientes Para cada entrevista, necesitará tener a mano las cartillas de imágenes que representen los temas siguientes:

- Lista de categorías profesionales,
- Lista de productos de tabaco,
- Consumo de alcohol,
- Dieta (frutas y verduras típicas y medida de las porciones),
- Tipos de actividad física.

Nota: Podrán encontrar estas cartillas de imágenes en la Parte 5.

Instrucciones de uso Estas cartillas habrán sido adaptadas para corresponder a su zona.

Utilice las cartillas para:

- ayudar a clarificar lo que quiere decirle al participante y lo que significan los términos utilizados en el Instrumento,
 - enseñar a los participantes ejemplos del tipo de producto del que está hablando.
-

Sección 4: Guía para las mediciones físicas (Step 2)

Presentación general

Introducción Esta sección proporciona informaciones sobre los temas de Step 2 del Instrumento STEPS y es una guía para rellenarlo.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a las personas que ocupan los puestos siguientes:

- formador del equipo de recopilación de datos
 - supervisor del equipo de recopilación de datos
 - entrevistadores
 - coordinador de sitio STEPS.
-

En esta sección Esta sección trata de los temas siguientes:

| Tema | Ver página |
|---|-------------------|
| Presentación general de las mediciones físicas | 3-4-2 |
| Mediciones físicas | 3-4-3 |
| Medición de la estatura (sección principal) | 3-4-5 |
| Medición del peso (sección principal) | 3-4-6 |
| Medición del perímetro de cintura (sección principal) | 3-4-8 |
| Toma de la tensión arterial (sección principal) | 3-4-10 |
| Medición del perímetro de caderas (sección ampliada) | 3-4-13 |
| Medición del ritmo cardíaco (sección ampliada) | 3-4-15 |

Presentación general de las mediciones físicas

Introducción Step 2 del Instrumento STEPS supone unas mediciones físicas que han sido elegidas para determinar la proporción de adultos:

- con sobrepeso y/u obesos
 - que tienen la tensión arterial elevada.
-

Lo que aprenderá En esta sección aprenderá:

- lo que son y lo que significan las mediciones físicas
 - el material necesario
 - cómo montar y utilizar el material
 - cómo tomar las mediciones físicas y registrar correctamente los resultados.
-

Resultado del aprendizaje Esta sección se propone explicarle qué son las mediciones físicas y cómo tomarlas y registrar los resultados.

Mediciones físicas

Introducción Se mide la estatura y el peso de los participantes aptos para calcular su índice de masa corporal (IMC), utilizado para determinar el sobrepeso y la obesidad. Se toma también la tensión arterial para averiguar los casos de tensión elevada.

Unidades de medida El cuadro siguiente muestra las unidades estándar que se utilizan en STEPS para las mediciones físicas y sus límites inferior y superior para la introducción de datos.

| Medición física | Unidad | Mínimo | Máximo |
|-----------------------------------|-------------------|--------|--------|
| Presión arterial sistólica (PAS) | mmHg | 40 | 300 |
| Presión arterial diastólica (PAD) | mmHg | 30 | 200 |
| Ritmo cardíaco | Latidos/minuto | 30 | 200 |
| Estatura | cm | 100 | 270 |
| Peso | kg | 20 | 350 |
| IMC (índice de masa corporal) | kg/m ² | 11 | 75 |
| Perímetro de cintura | cm | 30 | 200 |
| Perímetro de caderas | cm | 45 | 300 |

Orden de las mediciones Las mediciones físicas se deberían tomar en el orden siguiente:

1. Tensión arterial
 2. Ritmo cardíaco (si se incluyen en la encuesta)
 3. Estatura
 4. Peso
 5. Perímetro de cintura
 6. Perímetro de cadera (si se incluyen en la encuesta)
-

Material necesario para tomar las mediciones

Para tomar las mediciones físicas necesitará:

- un tallímetro,
 - una báscula,
 - una tabla de madera (en caso de suelo irregular),
 - una cinta métrica,
 - un bolígrafo,
 - una silla o un perchero para la ropa de los participantes,
 - cortinas o un biombo para proteger la intimidad del participante si es imposible aislarse para tomar las mediciones,
 - un tensiómetro y brazaletes de diferentes tallas
-

Sigue en la página siguiente

Mediciones físicas, Continuación

Intimidad Donde sea posible, todas las mediciones físicas se tendrían que tomar en una zona apartada. Esto puede resultar difícil en algunos sitios pero por lo menos unos biombos deberían asegurar la intimidad para las mediciones del perímetro de cintura y de caderas.

En algunos sitios, se puede instalar todo el material necesario para cada medición en una habitación separada. Si es imposible, conviene delimitar una zona apartada con biombos.

Permita a los participantes elegir el grado de privacidad: algunos pueden sentirse incómodos al estar aislados o lejos de los demás con un desconocido.

¿En qué momento hacer las mediciones físicas y apuntar los resultados?

Recomendamos que las mediciones físicas se tomen inmediatamente después de la entrevista de Step 1. Los resultados de Step 2 se deben apuntar en el mismo Instrumento del participante.

Si transcurre tiempo entre las entrevistas de Step 1 y las mediciones físicas (lo que no recomendamos), conviene tener cuidado y asegurarse de que los formularios de recopilación de datos coinciden con los Instrumentos originales.

Presentaciones y explicaciones

Antes de tomar las mediciones físicas, explique lo que va a hacer, es decir medir:

para la sección principal

- la estatura
- el peso
- el perímetro de cintura
- la tensión arterial

para la sección ampliada

- el perímetro de cadera y el ritmo cardíaco
-

Medición de la estatura (sección principal)

Introducción La estatura de los participantes aptos se mide para calcular su índice de masa corporal (IMC), que es su peso en relación con su estatura. Tener sobrepeso o ser obeso representa un factor de riesgo importante para las enfermedades crónicas.

Material Para medir la estatura de pie o en posición recostada, necesita un tallímetro portátil.

Montaje del tallímetro Siga las etapas enumeradas a continuación para montar el tallímetro:

| Etapa | Acción |
|-------|---|
| 1 | Separe las 3 piezas del tallímetro deshaciendo el nudo de la parte trasera. |
| 2 | Junte las 3 piezas atándolas las unas a las otras en el orden correcto. |
| 3 | Cierre las fijaciones en la parte trasera. |
| 4 | Coloque el tallímetro sobre una superficie estable, apoyado contra una pared. |

Procedimiento Siga las etapas enumeradas a continuación para medir la estatura de un participante:

| Etapa | Acción |
|-------|--|
| 1 | Pídale al participante que se quite lo que lleva: <ul style="list-style-type: none">• en los pies (zapatos, zapatillas, sandalias, etc.)• en la cabeza (sombbrero, gorra, diadema, peine, cintas, etc.). Nota: Si en algunas situaciones es una falta de delicadeza pedir que se quiten pañuelos o velos, se pueden tomar las mediciones sobre telas finas. |
| 2 | Pídale al participante que se coloque delante del tallímetro, mirándole a Vd. |
| 3 | Pídale al participante que mantenga: <ul style="list-style-type: none">• los pies juntos• los talones contra el tallímetro• las rodillas rectas. |
| 4 | Pídale al participante que mire enfrente de él y no hacia arriba. |
| 5 | Asegúrese que los ojos están a la misma altura que las orejas. |
| 6 | Baje despacio la corredera hasta la cabeza del participante y pídale a ésta que aspire y que se mantenga lo más recto posible. |
| 7 | Lea en ese punto exacto la estatura en centímetros. |
| 8 | Pídale al participante que se aleje del tallímetro. |
| 9 | Apunte en el Instrumento del participante su talla en centímetros. |
| 10 | Inscriba su código de identificación de técnico en las casillas correspondientes en el Instrumento. |

Medición del peso (sección principal)

Introducción El peso de los participantes aptos se mide para poder determinar su índice de masa corporal.

Material Para medir el peso, necesitará el material siguiente:

- una báscula portátil electrónica;
- una tabla rígida para poner por debajo de la báscula si es probable que se encuentren problemas por culpa de un suelo irregular (por la suciedad, el barro o porque hay moqueta);
- un generador si la alimentación eléctrica no es fiable y si se utiliza una báscula electrónica. Las básculas funcionan habitualmente con pilas.

Necesidades de instalación Asegúrese de que la báscula se encuentra en un suelo estable y plano.

No coloque la báscula encima de:

- moqueta
- un suelo en pendiente
- un suelo accidentado e irregular.

Básculas electrónicas Siga las etapas enumeradas a continuación para poner en marcha una báscula electrónica:

| Etapas | Acción |
|---------------|---|
| 1 | Coloque la báscula en un suelo estable y plano. |
| 2 | Conecte el adaptador con la línea eléctrica principal o con el generador. |
| 3 | Encienda la báscula. |
| 4 | Pulse el botón [WEIGHT ONLY]. La báscula marcará 0.0. |

Procedimiento Siga las etapas enumeradas a continuación para medir el peso de un participante:

| Etapas | Acción |
|---------------|--|
| 1 | Pídale al participante que se quite todo lo que lleva en los pies (zapatos, zapatillas, sandalias, etc. y calcetines). |
| 2 | Pídale al participante que se monte encima de la báscula con un pie a cada lado. |

Sigue en la página siguiente

Medición del peso (sección principal), Continuación

Procedimiento (continuación)

| Etapas | Acción |
|---------------|---|
| 3 | Pídale al participante que: <ul style="list-style-type: none">• no se mueva• mire hacia adelante• mantenga los brazos a cada lado de su cuerpo• espere hasta que se le pida bajarse. |
| 4 | Apunte en el Instrumento del participante el peso en kilogramos. Si el participante quiere conocer su peso en libras, haga la conversión multiplicando el peso en kilogramos por 2,2. |

Medición del perímetro de cintura (sección principal)

Introducción Se mide también el perímetro de cintura para obtener más informaciones acerca del sobrepeso y de la obesidad.

Material Material Para medir el perímetro de cintura necesitará:

- una cinta métrica (por ejemplo, Figure Finder Tape Measure)
- un bolígrafo
- una silla o un perchero para la ropa de los participantes.

Intimidad Se necesita intimidad para tomar esta medición. Por tanto, puede tener lugar en otra habitación o en una zona apartada de la vista de los otros miembros del hogar.

Preparación del participante Esta medición se tendría que tomar sin ropa, es decir directamente sobre la piel.

Si no puede ser, es posible medir el perímetro de cintura por encima de un tejido fino, pero no de ropa gruesa o voluminosa. Hay que quitarse ese tipo de ropa.

¿Cómo tomar la medición? Esta medición se debería tomar:

- al final de una espiración normal,
- con los brazos relajados a cada lado,
- a la altura de la mitad de la axila, en el punto que se encuentra entre la parte inferior de la última costilla y la parte más alta de la cadera.

Sigue en la página siguiente

Medición del perímetro de cintura (sección principal),

Continuación

Procedimiento Siga las etapas enumeradas a continuación para medir el perímetro de cintura de un participante:

| Etapas | Acción |
|---------------|--|
| 1 | Colóquese a un lado del participante, localice el punto inferior de la última costilla y la cresta ilíaca (parte más alta del hueso de la cadera) y ponga unas marcas con bolígrafo fino. |
| 2 | Con una cinta métrica, encuentre el punto central entre esas dos marcas e indíquelo. |
| 3 | Coloque la cinta sobre el punto indicado en la etapa anterior y pídale al participante que se enrolle en ella. Nota: Verifique que la cinta se encuentra en posición horizontal alrededor de todo el cuerpo del participante. |
| 4 | Pídale al participante que: <ul style="list-style-type: none">• esté de pie con los pies juntos,• coloque los brazos a cada lado de su cuerpo con la palma de la mano hacia el interior, y• espere despacio. |
| 5 | Mida el perímetro de cintura y lea la medición con una precisión de 0,1 cm. en la cinta. |
| 6 | Apunte la medición en el Instrumento del participante. Nota: Mida el perímetro de cintura una sola vez y apunte el resultado. |

Toma de la tensión arterial (sección principal)

Introducción Se toma la tensión arterial para evaluar si el participante la tiene elevada. Una tensión arterial alta es un factor de riesgo para las enfermedades crónicas.

Material Para tomar la tensión arterial, necesitará el material siguiente:

- un tensiómetro digital automático OMRON (*Digital Automatic Blood Pressure Monitor DABPM*)
- unos brazaletes de tamaño adecuado.

Preparación del participante Pídale al participante que se siente tranquilamente durante 15 minutos sin cruzar las piernas.

¿Cómo poner el brazalete? Siga las etapas enumeradas a continuación para seleccionar un brazalete de tamaño adecuado y ponérselo al participante.

| Etapas | Acción | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|----------------------------------|----------------------------|--------|-------------|-------|-------------|------|------------|
| 1 | Coloque el brazo izquierdo * del participante en la mesa con la palma hacia arriba. | | | | | | | | |
| 2 | Quite o remangue la ropa que cubre el brazo. | | | | | | | | |
| 3 | Seleccione la talla de brazalete adecuada para el participante utilizando la tabla siguiente: <table border="1"><thead><tr><th>Perímetro del brazo (cm.)</th><th>Talla del brazalete</th></tr></thead><tbody><tr><td>17 -22</td><td>Pequeño (S)</td></tr><tr><td>22-32</td><td>Mediano (M)</td></tr><tr><td>> 32</td><td>Grande (L)</td></tr></tbody></table> | Perímetro del brazo (cm.) | Talla del brazalete | 17 -22 | Pequeño (S) | 22-32 | Mediano (M) | > 32 | Grande (L) |
| Perímetro del brazo (cm.) | Talla del brazalete | | | | | | | | |
| 17 -22 | Pequeño (S) | | | | | | | | |
| 22-32 | Mediano (M) | | | | | | | | |
| > 32 | Grande (L) | | | | | | | | |
| 4 | Coloque el brazalete por encima del codo alineando la marca <i>ART</i> con la arteria braquial. | | | | | | | | |
| 5 | Ajuste bien el brazalete alrededor del brazo y sujételo bien con el velcro. Nota: La parte inferior del brazalete debería estar entre 1,2 y 2,5 cm. por encima de donde se pliega el codo (parte interior). | | | | | | | | |
| 6 | Mantenga el brazalete al mismo nivel que el corazón durante la medición. | | | | | | | | |

Nota* Si se utiliza el brazo derecho, indíquelo en el margen derecho del Instrumento del participante.

Sigue en la página siguiente

Toma de la tensión arterial (sección principal), Continuación

Procedimiento OMRON

Tendrá que consultar las instrucciones de uso que acompañan el aparato para medir la tensión arterial de un participante utilizando una máquina OMRON.

Se tienen que tomar tres mediciones y, para el análisis, se utilizará la media de la segunda y la tercera lectura. El participante descansará durante tres minutos entre cada lectura.

- Verifique que se hayan rellenado correctamente las tres mediciones en el Instrumento
 - Indique su código de identificación de técnico en el Instrumento del participante
 - Informe al participante de los resultados de sus lecturas solamente una vez que todo el proceso ha terminado.
-

¿Cuándo utilizar un esfigmomanómetro?

En general, no recomendamos el uso del esfigmomanómetro. Sin embargo, éste se puede utilizar en las situaciones siguientes:

- el tensiómetro OMRON no funciona
 - la pantalla del tensiómetro OMRON indica varios errores
 - para verificar las mediciones del tensiómetro OMRON en varios estados clínicos como pulso irregular, insuficiencia circulatoria periférica e hipotensión aguda
 - para la calibración semanal del tensiómetro OMRON
 - si el mayor brazalete disponible con el tensiómetro OMRON no es bastante grande.
-

Sigue en la página siguiente

Toma de la tensión arterial (sección principal), Continuación

Procedimiento para el esfigmomanómetro

Siga las etapas enumeradas a continuación o consulte las instrucciones de uso que acompañan al aparato de medición de la tensión arterial para tomar la tensión de un participante con un esfigmomanómetro.

| Etapas | Acción |
|---------------|---|
| 1 | Coloque el brazalete (como se indica anteriormente). |
| 2 | Póngase los auriculares en las orejas y ponga el estetoscopio por el lado de la campana. |
| 3 | Tome el pulso a nivel de la arteria braquial o radial durante un minuto entero. |
| 4 | Aumente la presión e infle el brazalete hasta que ya no pueda sentir el pulso. |
| 5 | Continúe inflando el brazalete hasta llegar a 30 mmHg más allá de ese punto. |
| 6 | Coloque la campana del estetoscopio en la fosa antecubital derecha. |
| 7 | Escuche el ruido del pulso al desinflar despacio el brazalete. |
| 8 | Apunte la presión arterial sistólica (PAS) cuando empiece a percibir un sonido. |
| 9 | Apunte la presión arterial diastólica (PAD) cuando el sonido desaparece. |
| 10 | Desinfe totalmente el brazalete y deje el brazo en reposo durante tres minutos (entre cada medición). |
| 11 | Repita dos veces las etapas 2 a 7 para obtener tres lecturas (y utilice la media de la segunda y tercera para el análisis). |
| 12 | Verifique que todas las lecturas están correctamente apuntadas en el Instrumento. |
| 13 | Apunte su número de identificación de técnico en el Instrumento del participante. |
| 14 | Informe al participante del resultado de las mediciones una vez que se ha completado todo el proceso. |

Medición del perímetro de caderas (sección ampliada)

Introducción Siendo parte de la sección ampliada, el perímetro de caderas se mide únicamente en algunos sitios para conocer la prevalencia del sobrepeso y de la obesidad.

Material Para medir el perímetro de caderas, necesitará:

- una cinta métrica (por ejemplo, Figure Finder Tape Measure)
- un bolígrafo
- una silla o un perchero para la ropa de los participantes.

Intimidad Se necesita intimidad para tomar esta medición. Por tanto, puede tener lugar en otra habitación o en una zona apartada de la vista de los otros miembros del hogar. El perímetro de caderas se mide inmediatamente después del perímetro de cintura.

Preparación del participante Esta medición se tendría que tomar sin ropa, es decir directamente sobre la piel.

Si no puede ser, es posible medir el perímetro de caderas por encima de un tejido fino, pero no de ropa gruesa o voluminosa. Hay que quitarse ese tipo de ropa.

¿Cómo tomar esta medición? Esta medición se tendría que tomar:

- con los brazos relajados a cada lado
- en el lugar más ancho por encima de las nalgas.

Sigue en la página siguiente

Medición del perímetro de caderas (sección ampliada), Continuación

Procedimiento Siga las etapas enumeradas a continuación para medir la circunferencia de caderas.

| Etapas | Acción |
|---------------|--|
| 1 | Colóquese a un lado del participante y pídale que le ayude a poner la cinta en posición adecuada, por debajo de su cadera. |
| 2 | Coloque la cinta en las nalgas, en el lugar más ancho. |
| 3 | Pídale al participante que: <ul style="list-style-type: none">• esté de pie con los pies juntos• coloque sus brazos a cada lado de su cuerpo con la palma de la mano hacia el interior y espere despacio. |
| 4 | Verifique que la cinta se encuentra en posición horizontal alrededor de todo el cuerpo. |
| 5 | Mida el perímetro de caderas y lea la medición a 0,1 cm. en la cinta. |
| 6 | Apunte la medición en el Instrumento del participante. Nota: Mida una sola vez y apunte. |

Medición del ritmo cardíaco (sección ampliada)

Introducción El ritmo cardíaco se puede medir utilizando tanto un tensiómetro automático como un esfigmomanómetro.

Procedimiento Siga las etapas enumeradas a continuación para medir el ritmo cardíaco de un participante con un esfigmomanómetro.

| Etapas | Acción |
|---------------|--|
| 1 | Póngase los auriculares en las orejas y coloque el estetoscopio por el lado de la campana. |
| 2 | Tome el pulso a nivel de la arteria braquial o radial durante un minuto entero. |
| 3 | Apunte la primera lectura del ritmo cardíaco en latidos por minuto en el Instrumento del participante. |
| 4 | Repita las etapas 1 a 3 para la segunda y tercera lectura. |

Nota: Si utiliza un tensiómetro automático, el procedimiento es fácil y puede tener lugar al mismo tiempo que la medición de la tensión arterial.

Sección 5: Guía para las mediciones bioquímicas (Step 3)

Presentación general

Introducción Esta sección proporciona informaciones sobre la toma de las mediciones bioquímicas de Step 3 del Instrumento STEPS.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a las personas que ocupan los puestos siguientes:

- formador del equipo de recopilación de datos,
- profesional de la salud (en medio hospitalario),
- coordinador de zona STEPS.

En esta sección Esta sección trata los temas siguientes:

| Tema | Ver página |
|---|-------------------|
| Presentación general de las mediciones bioquímicas | 3-5-2 |
| Extracción de sangre | 3-5-3 |
| Medición de la glucemia (sección principal) | 3-5-5 |
| Medición de los lípidos en la sangre (colesterol) (sección principal) | 3-5-6 |
| Medición de los triglicéridos (sección ampliada) | 3-5-7 |

Presentación general de las mediciones bioquímicas

| | |
|-----------------------------------|---|
| Introducción | <p>En Step 3, se hacen determinadas mediciones bioquímicas a partir de muestras de sangre.</p> <p>En general, Step 3 tiene lugar en medio hospitalario y es necesario tener acceso a un laboratorio normalizado apropiado, lo que aumenta considerablemente el coste de la encuesta. Por eso Step 3 sólo se lleva a cabo en los países dónde los recursos lo permiten.</p> |
| Lo que aprenderá | <p>En esta sección aprenderá:</p> <ul style="list-style-type: none">• lo que son y lo que significan las mediciones bioquímicas,• el proceso de ayunas y las instrucciones para los participantes,• el material necesario,• cómo hacer las mediciones bioquímicas,• cómo se analizan los resultados,• cómo apuntar los resultados. |
| Resultados del aprendizaje | <p>Esta sección se propone explicarle qué son las mediciones bioquímicas, cómo preparar correctamente a los participantes y cómo tomar las mediciones.</p> |
| Apuntar los resultados | <p>Si Step 3 tiene lugar en un medio hospitalario que puede producir los resultados enseguida, éstos se tendrían que apuntar en los mismos Instrumentos utilizados para Step 1 y Step 2.</p> |
| Formularios | <p>Cuando Step 3 tiene lugar en medio hospitalario, se tienen que utilizar los siguientes formularios:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formulario de llegada al hospital,• Formulario de extracción de sangre,• Formulario de medición bioquímica. <p>Nota: Estos formularios están disponibles en la Parte 6, Sección 2.</p> |

Extracción de sangre

Introducción Se saca una muestra de sangre a los participantes aptos para analizarla y medir la glucemia y los lípidos que contiene. Una glucemia elevada es un factor de riesgo para la diabetes mientras que los lípidos en la sangre indican los niveles de colesterol.

Control de las infecciones Respete los procedimientos de control de las infecciones apropiados para sus instalaciones.

La sangre total es más infecciosa que el suero centrifugado o el plasma para las enfermedades que se transmiten por la sangre. Manipular sangre total puede ser más peligroso y conviene aplicar las medidas de precaución universales.

Unidades de medida El cuadro siguiente muestra las unidades estándar que se utilizan en STEPS para las mediciones bioquímicas y sus límites inferior y superior para la introducción de datos.

| Análisis de sangre | Unidad | Mínimo | Máximo |
|-------------------------------|--------|--------|--------|
| Glucemia en ayunas | mmol/L | 1 | 35.0 |
| Glucemia aleatoria | mmol/L | 1 | 50.0 |
| Colesterol total | mmol/L | 1.75 | 20.0 |
| HDL | mmol/L | 0.10 | 5.0 |
| Triglicéridos | mmol/L | 0.25 | 50.0 |
| Cociente colesterol total/HDL | mmol/L | 1.10 | 30.0 |

Obligación para los participantes de estar en ayunas Para obtener resultados exactos, los participantes tienen que haber estado en ayunas durante al menos ocho horas antes de hacer la extracción de sangre.

La mayoría de las muestras de sangre se tomarán por la mañana. Eso significa que los participantes no deben comer o beber nada (aparte agua sin gas) a partir de las 10 de la noche anterior.

En la medida de lo posible, los pacientes diabéticos que reciben tratamiento deben traer su medicación y tomarla después del análisis de sangre (en el caso contrario, tienen que informar al personal del laboratorio pertinente).

Nota: Las Instrucciones de ayuno para Step 3 están disponibles en la Parte 6, Sección 2.

Sigue en la página siguiente

Extracción de sangre, Continuación

Preparación del participante Después de saludar al participante y de ofrecerle una silla, siga las etapas enumeradas a continuación para prepararle para un análisis de sangre:

| Etapas | Acción | | | | | | |
|--|--|--------------|-----------------------------------|---|--|--|---|
| 1 | <p>Verifique que el participante haya rellenado el Formulario de consentimiento 2 para Step 3.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Si...</th> <th>Entonces...</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>No lo ha echo</td> <td>Busque su nombre en el Formulario de seguimiento de las entrevistas.</td> </tr> <tr> <td>Ha rellenado el Instrumento</td> <td>Pídale al participante que rellene el Formulario de consentimiento.</td> </tr> </tbody> </table> | Si... | Entonces... | No lo ha echo | Busque su nombre en el Formulario de seguimiento de las entrevistas. | Ha rellenado el Instrumento | Pídale al participante que rellene el Formulario de consentimiento. |
| Si... | Entonces... | | | | | | |
| No lo ha echo | Busque su nombre en el Formulario de seguimiento de las entrevistas. | | | | | | |
| Ha rellenado el Instrumento | Pídale al participante que rellene el Formulario de consentimiento. | | | | | | |
| 2 | Verifique que no quedan errores o respuestas incompletas en el Instrumento. Si hay comentarios subrayados, haga las preguntas otra vez para verificar las respuestas. | | | | | | |
| 3 | Apunte la información sobre el participante y la hora de llegada en el Formulario de llegada al hospital. | | | | | | |
| 4 | Apunte la hora en que el participante comió y bebió por última vez en el Formulario de extracción de sangre. | | | | | | |
| 5 | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Si...</th> <th>Entonces...</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>El participante no ha ayunado correctamente</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> • Apunte "problema de ayuno" en el Instrumento del participante. • Explique que para obtener resultados exactos, es necesario que los participantes hayan ayunado durante al menos 8 horas. • Pregúntele si estaría de acuerdo para intentar ayunar de nuevo y volver para el análisis al día siguiente. </td> </tr> <tr> <td>El participante acepta volver al día siguiente</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> • Déle una cita al participante y las instrucciones para ayunar. • Obtenga las informaciones de contacto y apúntelas en el registro de la recopilación de datos. • Informe a su supervisor. </td> </tr> </tbody> </table> | Si... | Entonces... | El participante no ha ayunado correctamente | <ul style="list-style-type: none"> • Apunte "problema de ayuno" en el Instrumento del participante. • Explique que para obtener resultados exactos, es necesario que los participantes hayan ayunado durante al menos 8 horas. • Pregúntele si estaría de acuerdo para intentar ayunar de nuevo y volver para el análisis al día siguiente. | El participante acepta volver al día siguiente | <ul style="list-style-type: none"> • Déle una cita al participante y las instrucciones para ayunar. • Obtenga las informaciones de contacto y apúntelas en el registro de la recopilación de datos. • Informe a su supervisor. |
| Si... | Entonces... | | | | | | |
| El participante no ha ayunado correctamente | <ul style="list-style-type: none"> • Apunte "problema de ayuno" en el Instrumento del participante. • Explique que para obtener resultados exactos, es necesario que los participantes hayan ayunado durante al menos 8 horas. • Pregúntele si estaría de acuerdo para intentar ayunar de nuevo y volver para el análisis al día siguiente. | | | | | | |
| El participante acepta volver al día siguiente | <ul style="list-style-type: none"> • Déle una cita al participante y las instrucciones para ayunar. • Obtenga las informaciones de contacto y apúntelas en el registro de la recopilación de datos. • Informe a su supervisor. | | | | | | |
| 6 | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Si...</th> <th>Entonces explíquelo que...</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>El participante ha ayunado correctamente</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> • La sangre va a ser tomada gracias a un pequeño pinchazo en el dedo. • Se analizarán: la glucemia en ayunas, el colesterol y los lípidos. </td> </tr> </tbody> </table> | Si... | Entonces explíquelo que... | El participante ha ayunado correctamente | <ul style="list-style-type: none"> • La sangre va a ser tomada gracias a un pequeño pinchazo en el dedo. • Se analizarán: la glucemia en ayunas, el colesterol y los lípidos. | | |
| Si... | Entonces explíquelo que... | | | | | | |
| El participante ha ayunado correctamente | <ul style="list-style-type: none"> • La sangre va a ser tomada gracias a un pequeño pinchazo en el dedo. • Se analizarán: la glucemia en ayunas, el colesterol y los lípidos. | | | | | | |

Medición de la glucemia (sección principal)

Introducción Se analiza la glucemia porque si ésta alcanza niveles altos, representa un factor de riesgo para la diabetes.

Aquí explicaremos únicamente la química seca porque la química húmeda se hará directamente en el laboratorio.

Material necesario El material necesario para un análisis de glucemia por química seca incluye:

- un glucómetro (por ejemplo: Reflotron Single Channel, o HemoCue Glucose 201),
 - tiras reactivas,
 - gasa estéril,
 - algodón,
 - un recipiente desechable.
-

Preparación del aparato Siga las instrucciones de uso del aparato para montar, preparar y utilizar el glucómetro.

Procedimiento para la medición de la glucemia Siga las etapas enumeradas a continuación para medir la glucemia y apuntar los resultados:

| Etapa | Acción |
|-------|--|
| 1 | Saque una tira reactiva. |
| 2 | Frote la yema de un dedo y presiónela para que se vaya la sangre (dedo más cercano al pulgar, de lado). |
| 3 | Limpie la yema del dedo con una gasa estéril. |
| 4 | Pinche la zona limpia de la yema del dedo con la lanceta. |
| 5 | Deje que se forme una gota de sangre sin presionar demasiado el dedo. |
| 6 | Aplique con cuidado la gota de sangre sobre la parte amarilla de la tira sin tocar esa parte directamente con el dedo. Nota: La parte amarilla de la tira reactiva tiene que estar completamente cubierta con sangre. Si no hay bastante sangre, no la extienda ni aplique otra gota. Repita la medición con una tira nueva. |
| 7 | Déle al participante un poco de algodón para hacer presión en el pinchazo. |
| 8 | Espere a que aparezca el resultado (tras una serie de pitidos seguidos por un pitido más largo). La glucemia aparece en mmol/L. |
| 9 | Apunte el resultado de la glucemia en ayunas en el Instrumento del participante y en el Formulario de extracción de sangre. |

Nota: Si aparecen mensajes de error, consulte las instrucciones de uso del aparato.

Medición de los lípidos en la sangre (colesterol) (sección principal)

Introducción Se miden los lípidos en la sangre para evaluar los niveles de colesterol.

Material necesario El material necesario para un análisis del colesterol por química seca incluye:

- un aparato de medición del colesterol (por ejemplo: Reflotron Single Channel, o Accutrend GCT)
 - tiras reactivas,
 - gasa estéril,
 - algodón,
 - un recipiente desechable.
-

Preparación del aparato Siga las instrucciones de uso del aparato para montar, preparar y utilizar el aparato de medición del colesterol.

Procedimiento para la medición del colesterol Siga las etapas enumeradas a continuación para medir la glucemia y apuntar los resultados:

| Etap | Acción |
|-------------|--|
| 1 | Saque una tira reactiva. |
| 2 | Frote la yema de un dedo y presiónela para que se vaya la sangre (dedo más cercano al pulgar, de lado). |
| 3 | Limpie la yema del dedo con una gasa estéril. |
| 4 | Pinche la zona limpia de la yema del dedo con la lanceta. |
| 5 | Deje que se forme una gota de sangre sin presionar demasiado el dedo. |
| 6 | Aplique con cuidado la gota de sangre sobre la parte amarilla de la tira sin tocar esa parte directamente con el dedo. Nota: La parte amarilla de la tira reactiva tiene que estar completamente cubierta con sangre. Si no hay bastante sangre, no la extienda ni aplique otra gota. Repita la medición con una tira nueva. |
| 7 | Déle al participante un poco de algodón para hacer presión en el pinchazo. |
| 8 | Espere a que aparezca el resultado (tras una serie de pitidos seguidos por un pitido más largo). |
| 9 | Apunte el resultado para el colesterol en el Instrumento del participante y en el Formulario de resultados bioquímicos (Step 3). |

Nota: Si aparecen mensajes de error, consulte las instrucciones de uso del aparato.

Medición de los triglicéridos (sección ampliada)

Introducción Se pueden medir los triglicéridos para evaluar los niveles de grasas naturales en la sangre. Si éstas están presentes a niveles altos, representan un factor de riesgo para las enfermedades cardíacas y los accidentes vasculares cerebrales.

Material necesario El material necesario para una medición de los triglicéridos por química seca incluye:

- un aparato de medición de los triglicéridos (por ejemplo: Reflotron Single Channel, o Accutrend GCT)
- tiras reactivas,
- gasa estéril,
- algodón,
- un recipiente desechable.

Preparación del aparato Siga las instrucciones de uso del aparato para montar, preparar y utilizar el aparato de medición de los triglicéridos.

Procedimiento para la medición de los triglicéridos Siga las etapas enumeradas a continuación para medir la glucemia y apuntar los resultados:

| Etapas | Acción |
|---------------|--|
| 1 | Saque una tira reactiva. |
| 2 | Frote la yema de un dedo y presiónela para que se vaya la sangre (dedo más cercano al pulgar, de lado). |
| 3 | Limpie la yema del dedo con una gasa estéril. |
| 4 | Pinche la zona limpia de la yema del dedo con la lanceta. |
| 5 | Deje que se forme una gota de sangre sin presionar demasiado el dedo. |
| 6 | Aplique con cuidado la gota de sangre sobre la parte amarilla de la tira sin tocar esa parte directamente con el dedo. Nota: La parte amarilla de la tira reactiva tiene que estar completamente cubierta con sangre. Si no hay bastante sangre, no la extienda ni aplique otra gota. Repita la medición con una tira nueva. |
| 7 | Déle al participante un poco de algodón para hacer presión en el pinchazo. |
| 8 | Espere a que aparezca el resultado (tras una serie de pitidos seguidos por un pitido más largo). |
| 9 | Apunte el resultado de los triglicéridos en el Instrumento del participante y en el Formulario de resultados bioquímicos (Step 3). |

Sección 6: Guía para la introducción de datos (incluye EpiData)

Presentación general

Introducción Esta sección proporciona directrices generales para el equipo de introducción de datos. Las instrucciones paso a paso sobre la introducción de datos y la gestión de resultados se encuentran en la Parte 4 Sección 2.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a los que realicen la función de:

- Supervisor del equipo de introducción de datos
 - Equipo de introducción de datos
 - Coordinador de zona STEPS
-

En esta sección Esta sección trata los temas siguientes:

| Tema | Ver Página |
|--|-------------------|
| Uso del ordenador | 3-6-3 |
| Proceso de introducción de datos | 3-6-5 |
| Normas y consejos | 3-6-7 |
| Introducción a EpiData | 3-6-8 |
| Uso de EpiData para la introducción de datos | 3-6-9 |

Presentación general

Introducción El equipo de introducción de datos desempeña un papel clave para garantizar que los datos que se han recopilado y se han registrado en los Instrumentos STEPS hayan sido introducidos correctamente en las bases de datos de la encuesta, y también de que todos los Instrumentos y formularios hayan sido clasificados y rellenados sistemáticamente.

Nota: Modifique esta guía según el nivel de base de su equipo de introducción de datos.

Qué aprenderá En este curso aprenderá:

- Cómo utilizar el ordenador
- El proceso de introducción de datos
- Normas y consejos sobre la introducción de datos
- Cómo resolver dudas
- Gestión e introducción de datos
- Cómo utilizar el software EpiData y los modelos generales.

Resultados del aprendizaje Este curso pretende enseñar a introducir los datos de la encuesta STEPS recopilados en los formularios e Instrumentos STEPS con precisión y eficacia.

Otros materiales para la introducción de datos Esta guía debe usarse junto con las siguientes Secciones del Manual de vigilancia STEPS. Estas secciones le proporcionarán el material didáctico completo para los siguientes temas.

| Tema | Parte, Sección |
|---|--------------------|
| Preparación del entorno de gestión de datos | Parte 2, Sección 4 |
| Introducción y gestión de datos | Parte 4, Sección 2 |
| Instrumento STEPS | Parte 5 |

Uso del ordenador

Introducción

Para introducir datos en un ordenador y ser capaz de trabajar con un software de introducción de datos, necesitará saber:

- Trabajar según las normas de seguridad
 - Encender el ordenador
 - Abrir el software que se va a utilizar
 - Salir del ordenador
 - Apagar el ordenador
-

Seguridad

Los ordenadores son aparatos eléctricos y se debe operar con ellos con toda seguridad. Las normas de seguridad de un ordenador personal incluyen:

| Tema | Norma |
|----------------------|--|
| Agua y polvo | Asegúrese de que su ordenador está siempre en un lugar limpio y seco. La humedad o el polvo pueden aumentar la probabilidad de descargas eléctricas que pueden resultar peligrosas para Vd. o para su ordenador. |
| Ergonomía | Compruebe que su silla y su lugar de trabajo estén distribuidos de manera ergonómica, sobre todo que su cuello y espalda no estén torcidos o en una posición forzada mientras trabaja en el ordenador. |
| Comida y bebida | Aleje la comida y bebida del ordenador. El líquido vertido en el teclado puede causar daños bajo las teclas. |
| Tormentas eléctricas | Si se produce una tormenta eléctrica mientras se está usando el ordenador, lo más seguro es apagarlo y desconectarlo de la corriente para evitar sobrecargas eléctricas que pueden dañar el equipo. |

Encender el ordenador

Siga los siguientes pasos para empezar a usar su ordenador:

| Paso | Descripción |
|------|---|
| 1 | Antes de encender el ordenador, compruebe que está enchufado y que la pared y alrededores parecen seguros. |
| 2 | Una vez encendido, oirá el sonido del ventilador interno y la pantalla se encenderá. Algunas pantallas tienen un botón adicional para el encendido. |
| 3 | Compruebe que la luz de CAPS LOCK no está encendida . Si está encendida, déle a la tecla CAPS LOCK para apagarla . |
| 4 | Introduzca su nombre de usuario y contraseña si se requiere. La contraseña se la proporcionará su supervisor y no debe compartirla con los demás. |
| 5 | El software instalado para Vd. aparecerá en la pantalla. |

Sigue en la página siguiente

Uso del ordenador, Continuación

Cómo utilizar el paquete informático

En el escritorio podrá ver varios iconos de programas diferentes. EpiData sirve para la introducción de datos y Excel para ir siguiendo las etapas, el lugar y los comentarios diferentes de los Instrumentos a medida que los vaya introduciendo.

Para abrir EpiData, haga doble clic en su icono.

Crear carpetas

Para gestionar correctamente todos los archivos en su ordenador, es importante que el equipo de entrada de datos aprenda a crear una carpeta en sus ordenadores. Siga las indicaciones siguientes para crear carpetas, con un ratón con dos botones:

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Vaya al escritorio en su ordenador (la pantalla principal donde se encuentran todos los iconos). |
| 2 | En un espacio vacío, haga clic con el botón derecho del ratón. |
| 3 | Seleccione "Nuevo" y después "Carpeta" |
| 4 | Escriba el nombre de la nueva carpeta bajo su icono. |
| 5 | Para crear una carpeta en el interior de esta nueva, abra la carpeta y siga los pasos de 2 a 5. |

Nota: Si su ratón no tiene 2 botones, puede crear una nueva carpeta abriendo Windows Explorer y seleccionando "Archivo", "Nuevo" y "Carpeta" en las opciones del menú.

Mantenimiento del ordenador

Su ordenador necesitará algunos cuidados, como:

- Limpiar el polvo del teclado y de las superficies externas con un trapo suave (no húmedo, ni mojado) cuando el ordenador esté apagado.
 - Limpiar la pantalla con una tela de gasa sin electricidad estática.
 - Para reducir los fallos producidos por el polvo, limpie con un aspirador las rendijas de ventilación.
-

Apagar el ordenador

Al final de cada jornada, siga los pasos siguientes para apagar su ordenador con toda seguridad:

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Cerrar EpiData y Excel. |
| 2 | Dirija el cursor a la esquina inferior izquierda de la pantalla. |
| 3 | Seleccione "Inicio" y después "apagar el equipo" |

Nota: Puede que el ordenador tarde un poco antes de apagarse completamente. La pantalla se apagará y el ruido del ventilador interno debería terminar al apagarse.

Proceso de introducción de datos

Introducción La introducción de datos es un proceso sistemático compuesto por las siguientes etapas principales:

- Recepción y registro
 - Introducción de datos
 - Validación
 - Corrección de errores
 - Clasificación
-

Generalidades del proceso La siguiente tabla le muestra cada etapa del proceso de introducción de datos.

| Paso | Descripción |
|------|---|
| 1 | Recepción, registro y clasificación por contenidos de los Instrumentos STEPS completados. |
| 2 | Primera introducción de datos del Instrumento STEPS, usando EpiData. |
| 3 | Segunda introducción de datos del Instrumento STEPS, usando EpiData |
| 4 | Revisión de datos por el supervisor del equipo de gestión de datos. |

Nota: Cada una de estas etapas están explicadas detalladamente en la Parte 4, Sección 2

Trabajo en equipo Se recomienda que los miembros del equipo trabajen juntos para completar la encuesta dentro de los plazos previstos. El equipo necesita una buena supervisión y gestión para garantizar que:

- Cada persona complete una amplia variedad de tareas cada día
 - Haya un buen ritmo de trabajo que permita seguir a tiempo la llegada de los Instrumentos y formularios STEPS completados.
-

Utilización de los Instrumentos El equipo de introducción de datos es responsable de la selección y gestión de los Instrumentos y formularios completados, enviados por el equipo de recolección de datos, y de archivarlos una vez finalizado el proceso de introducción de datos.

Sigue en la página siguiente

Proceso de introducción de datos, Continuación

Utilización de documentos: generalidades

Los Instrumentos tienen que ser tratados de manera sistemática para garantizar un buen ritmo de trabajo, asegurarse de que todos los problemas y dudas han sido resueltos y que los originales se puedan recuperar fácilmente. Se debería desarrollar un sistema cubriendo cada una de las etapas siguientes:

| Paso | Descripción |
|------|--|
| 1 | Recepción y registro por el supervisor. |
| 2 | Clasificación y asignación a un equipo de introducción de datos. |
| 3 | Registro de la recepción de Instrumentos por un miembro del equipo de introducción de datos. |
| 4 | Seguimiento de la evolución del proceso de introducción de datos usando el formulario de seguimiento, por el mismo miembro del equipo. |
| 5 | Almacenamiento seguro de los datos cada noche por el supervisor. |

Nota: Podrá encontrar una descripción detallada de cada una de estas etapas en la Parte 4, Sección 2.

Dudas

Cualquier duda deberá ser consultada ante el supervisor del equipo de gestión de datos. Si tiene cualquier duda, Vd. deberá:

- Recopilar toda la información necesaria sobre lo que quiera preguntar, antes de contactar con su supervisor.
 - Registrar la decisión tomada sobre la pregunta en el formulario de seguimiento de la introducción de datos.
-

Normas y consejos

Introducción Para asegurar la coherencia y calidad de la entrada de datos y minimizar los retrasos, se deben aplicar un cierto número de normas generales durante el proceso de introducción de datos. El siguiente cuadro contiene algunos consejos para la gestión de datos.

| Tema | Consejo | | | | | | | | |
|---------------------------------------|--|---------|-------------------|-------------|---------|-------------|---------------------|-------------|-------------------|
| Cuándo empezar a introducir los datos | Introduzca los datos del estudio principal tan pronto como hayan sido recopilados, cuando se disponga de pequeños lotes de Instrumentos completados. Esto ayudará a reducir los retrasos y aumentará las oportunidades de verificación y validación de datos. | | | | | | | | |
| Confidencialidad | Todos los datos y la información son confidenciales. Para respetar la confidencialidad evite dejar los documentos al alcance de la vista de las personas ajenas al equipo, no hable sobre los resultados o sobre los participantes con nadie que no sea necesario para el proceso de datos y proteja los ordenadores y los archivos. | | | | | | | | |
| Introducción de datos | Cuando aparezca el mensaje "No Value Entered" ("Ningún dato introducido") revise el Instrumento y vuelva a introducirlo. | | | | | | | | |
| Casillas en blanco | Las casillas en blanco del instrumento STEPS no se deben introducir como "0" sino que se deben introducir tantos 9 como quepan en el espacio de la respuesta (ej. 9, 99, 999, etc.) | | | | | | | | |
| Códigos especiales | Se han establecido códigos especiales para ver en el instrumento STEPS las razones por las que no se disponen de ciertos datos: <table border="1" data-bbox="734 1310 1380 1467"> <thead> <tr> <th>Códigos</th> <th>Para la respuesta</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7, 77 o 777</td> <td>No Sabe</td> </tr> <tr> <td>8, 88 o 888</td> <td>Respuesta no válida</td> </tr> <tr> <td>9, 99 o 999</td> <td>Ausencia de datos</td> </tr> </tbody> </table> | Códigos | Para la respuesta | 7, 77 o 777 | No Sabe | 8, 88 o 888 | Respuesta no válida | 9, 99 o 999 | Ausencia de datos |
| Códigos | Para la respuesta | | | | | | | | |
| 7, 77 o 777 | No Sabe | | | | | | | | |
| 8, 88 o 888 | Respuesta no válida | | | | | | | | |
| 9, 99 o 999 | Ausencia de datos | | | | | | | | |
| Sistema de doble introducción | Se requiere un sistema de doble introducción de datos para Step 1, 2 y 3 del Instrumento STEPS y de los formularios de seguimiento. Esto implica que haya un segundo miembro del equipo para introducir los datos por segunda vez. Los resultados se compararán para detectar y corregir los posibles errores. | | | | | | | | |
| Copia de seguridad | Todos los datos tienen que ser guardados en una copia de seguridad cada día. | | | | | | | | |

Nota: La "Respuesta no válida" es sólo para el equipo de introducción de datos y debe ser utilizada sólo cuando el entrevistador ha registrado en el Instrumento un valor que la herramienta de introducción de datos no acepta (ej. El entrevistador registró 1000 para peso en lugar de 100, y la herramienta no acepta 1000 para peso)

Introducción a EpiData

Introducción EpiData es un programa para la introducción y registro de datos. Aunque no se necesita ser un experto en EpiData para poder usar este programa, es importante tener nociones.

Abrir EpiData Para abrir EpiData o cualquier modelo asociado con este software, necesitará abrir el programa EpiData. Para abrir EpiData podrá:

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Hacer Clic en el icono de EpiData en el escritorio, o |
| 2 | Ir a C:\Program Files\EpiData y hacer clic en EpiData.exe |

Nota: No es posible abrir el archivo EpiData directamente desde el modelo (archivo tipo .ges). Debe abrir EpiData haciendo clic sobre el icono.

Barra de herramientas EpiData

La pantalla principal de EpiData está vacía y contiene tres barras de herramientas diferentes en la parte superior.

La más importante para los ejercicios en esta sección. Contiene 6 botones diferentes. A continuación encontrará la descripción de estos botones y de sus funciones:

| Botón | Sirve para... |
|-------------------|---|
| 1. Define Data | Acceder al archivo ges y realizar modificaciones en el fondo o la forma de los modelos de introducción de datos. |
| 2. Make Data File | Crear una pantalla de introducción de datos a partir del archivo ges |
| 3. Checks | Acceder al archivo chk y definir toda la variedad de datos y tipos de saltos que se usan durante la entrada de datos. |
| 4. Enter Data | Introducir datos. Utilizar este botón durante la fase de prueba, una vez terminadas las modificaciones. |
| 5. Document | Imprimir un libro de códigos para proporcionar toda la información asociada a un modelo. |
| 6. Export | Exportar datos una vez terminada su introducción. |

Ejercicio práctico

Si desea recibir mayor formación en EpiData, realice el ejercicio práctico "Learning EpiData" que encontrará en el CD o en la página Web de STEPS en Ginebra www.who.int/chp/steps .

Uso de EpiData para la introducción de datos

Modelos EpiData

STEPS en Ginebra ha creado unos modelos generales para la introducción de datos. La siguiente tabla le muestra una lista de los modelos.

| Modelo | Para registrar |
|----------------|---|
| Ubicación | <ul style="list-style-type: none">• Código del distrito• Código del país• Nombre del centro/localidad• Código del centro/localidad• Código del entrevistador• Fecha de la entrevista |
| Seguimiento | <ul style="list-style-type: none">• Código del centro/localidad• Identificación de la vivienda• Edad, sexo y estado de los participantes y no participantes• Consentimiento o no. |
| Encuesta | <ul style="list-style-type: none">• Preguntas y mediciones de base para Step1 y 2 (puede incluir las de Step 3)• Preguntas opcionales o ampliadas. |
| Consentimiento | Datos confidenciales (identificación personal) |
| Bioquímica | Mediciones Step 3 si se han registrado en un formulario por separado. |

Nota: Para más detalles sobre las bases de datos con ejemplos, ver Parte 2, Sección 4.

Sigue en la página siguiente

Uso de EpiData para la introducción de datos, Continuación

Introducción de datos Para introducir datos con EpiData necesita familiarizarse con los dos aspectos que encontrará descritos en la siguiente tabla.

| Etapa de introducción de datos | Acción |
|--|--|
| 1ª introducción de datos | <ul style="list-style-type: none">• Haga clic en 'Enter Data'.• Seleccione el archivo rec correspondiente (ej. Utilice "survey.rec" para introducir Step 1 a 3) |
| 2ª introducción de datos (duplicación) | Siga las instrucciones de la Parte 4, Sección 2 sobre "segunda fase del sistema de doble introducción de datos. |

Formación en EpiData La formación en EpiData tendrá lugar durante la prueba Piloto. Para más información sobre la prueba Piloto, ver Parte 2, Sección 3.

Lectura complementaria recomendada. Puede encontrar lectura complementaria sobre introducción de datos en la página Web de EpiData www.epidata.dk

- Encontrará información detallada sobre los modelos y su modificación en la guía de EpiData para STEPS, que se encuentra en el CD y en la página Web de STEPS www.who.int/chp/steps

Sección 7: Guía del analista de datos (incluye Epi Info)

Presentación general

Introducción Esta sección le proporciona directrices generales para el equipo de análisis de datos. No incluye las instrucciones para analizar los datos.

¿A quién se dirige? Esta sección está dirigida a los que realicen la función de:

- Analista de datos
 - Coordinador de zona STEPS
 - Consejero estadístico
-

En esta sección Esta sección trata los temas siguientes:

| Tema | Ver Página |
|-------------------------|-------------------|
| Información general | 3-7-3 |
| Introducción a Epi Info | 3-7-4 |

Presentación general

Introducción El analista de datos es responsable de:

- Crear una base de datos
 - Limpiar y ponderar los datos
 - Producir un manual de datos
-

Qué aprenderá En este curso aprenderá a utilizar Epi Info.

Resultados del aprendizaje El objetivo de esta sección es aprender a utilizar el código Epi Info estándar que le proporciona el equipo STEPS de Ginebra para llevar a cabo cálculos básicos necesarios para producir el manual de datos, utilizado para redactar la hoja de datos y el informe principal.

Otros materiales para el análisis Esta guía debe usarse junto con las siguientes Secciones del manual de vigilancia STEPS. Estas secciones le proporcionarán la información completa y detallada así como el material didáctico para los siguientes temas.

| Tema | Parte, Sección |
|----------------------------|-----------------------|
| Preparación de la muestra | Parte 2, Sección 2 |
| Análisis de datos | Parte 4, Sección 3 |
| Modelo del manual de datos | Parte 6, Sección 3D |

Información general

Introducción Es importante que los analistas de datos tengan algún conocimiento previo sobre la encuesta STEPS, ya que esto puede influir en la forma de analizar los datos. Esta sección enumera la información general necesaria para el analista y también dónde la puede encontrar.

Alcance de la encuesta El alcance de la encuesta debería estar disponible en el plan de implementación. El coordinador STEPS también debería tener esta información. Asegúrese de que el analista de datos entiende el alcance de la encuesta para que se vea reflejado en los resultados.

Método de muestreo Es esencial que el analista entienda cual fue el método de muestreo utilizado para la encuesta STEPS. La ponderación de datos depende de este método. El analista tendrá que estar familiarizado con las hojas de cálculo de Excel Interviewtracking.xls y con la carpeta STEPSSampling.xls.

La información sobre el muestreo debe haber sido previamente registrada y estar disponible para el analista. Si no es éste el caso, consulte al coordinador STEPS y asegúrese de que está hecho. Se trata de una información esencial y tiene que estar registrada.

Ayuda para la hoja de datos y el informe principal El analista de datos también debe ayudar al coordinador de zona con la hoja de datos y el informe principal. Póngase en contacto con el coordinador de zona para determinar las funciones y responsabilidades del analista. Para más información, ver Parte 4, Sección 4.

Introducción a Epi Info

Introducción Epi Info es el paquete informático especializado, gratuito y de dominio público que el equipo STEPS ha elegido para el análisis de datos.

Funciones del programa Epi Info se puede utilizar para diversas funciones, entre las cuales:

- Introducción de datos
- Análisis de datos
- Creación de mapas
- Creación de informes básicos

STEPS solamente utiliza Epi Info para el análisis de datos. Este manual sólo explica cómo analizar datos con este programa.

Temas En esta introducción general a Epi Info se tratarán los temas siguientes:

- Terminología básica
- Cómo abrir Epi Info y componentes de la pantalla
- Parámetros del programa y comandos básicos
- Cómo crear una nueva variable o variables derivadas
- Presentación de una variable
- Volver a codificar una variable
- Presentación de datos en un gráfico
- Abrir programas ya guardados
- Guardar e imprimir los resultados

Nota: Si en su zona se ha modificado de manera significativa el Instrumento STEPS, no podrá utilizar el código general. Para poder adaptarlo, póngase en contacto con el equipo STEPS de la OMS de Ginebra.

Terminología En la siguiente tabla se describen algunos de los términos específicos utilizados en Epi Info.

| Término | Descripción |
|-----------------|--|
| Comando | Término utilizado para el análisis que proporciona a Epi Info una sintaxis apropiada para llevar a cabo los análisis deseados. |
| Programa (.pgm) | Archivos de sintaxis que se guardan en una tabla dentro de la base de datos. |
| Proyecto | Nombre de la base de datos en sí misma (archivo mdb) en la que se almacenan todos los programas y datos. |
| Variable | Toda característica o atributo que pueda ser medido. |

Sigue en la página siguiente

Introducción a Epi Info, Continuación

Abrir Epi Info Para abrir Epi Info o cualquier modelo relacionado con éste, necesitará abrir el programa Epi Info. Para abrir Epi Info:

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Haga clic en el icono Epi Info de su escritorio. |
| 2 | Haga clic en " Analyze Data" en la pantalla principal. |
| 3 | Si no hay icono en el escritorio, vaya a C: \Epi Info y haga clic en "analysis.exe" (para lanzar directamente el componente de análisis del programa). |

Nota: No se puede abrir Epi Info directamente desde la base de datos Access de STEPS (mdb).

Componentes de la pantalla La sección de análisis de Epi Info tiene tres componentes principales, divididos en tres pantallas, como se indica a continuación:

| Pantalla | Función |
|-------------------------|---|
| Análisis | Contiene todos los comandos que se pueden usar durante el análisis. |
| Resultados del análisis | Presenta los resultados de un programa, una vez ejecutado. |
| Editor de programas | Presenta el código de los programas guardados y se puede utilizar para escribir nuevos programas. |

Parámetros del Software Siga los siguientes pasos para adaptar Epi Info para que pueda abordar las estimaciones de muestras complicadas.

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". (Comandos de análisis) |
| 2 | Vaya a "Options". (Opciones) |
| 3 | Vaya a "Set". (Seleccionar) |
| 4 | Seleccione "Yes" como "Yes". |
| 5 | Seleccione "No" como "No". |
| 6 | Seleccione "Missing" como "Missing". |
| 7 | Haga clic en los seis campos siguientes. |
| 8 | Seleccione "Advanced" en "Statistics" |
| 9 | No haga clic en "Include missing". |
| 10 | Seleccione "Normal" en "Process records" |
| 11 | Haga clic en "Save all". |

Sigue en la página siguiente

Introducción a Epi Info, Continuación

Abrir conjunto de datos

Para abrir un conjunto de datos, siga los pasos que se indican a continuación:

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". |
| 2 | Haga clic en "Read" para abrir la ventana de lectura. |
| 3 | Seleccione "Access 2000" en "Data format". |
| 4 | Haga clic en "Change Project". |
| 5 | Para encontrar y seleccionar el conjunto de datos: <ul style="list-style-type: none">• En "Data Source", haga clic en "Show all"• Haga clic en el nombre de su conjunto de datos entre los de la lista (debe ser un archivo .mdb)• Haga clic en "Ok" |

Nota: En la ventana final se mostrará el camino del archivo, el número de registros y la fecha y hora.

Crear variables nuevas o derivadas

Siga los siguientes pasos para crear una variable nueva o una variable derivada (p. ej. IMC)

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". |
| 2 | Vaya a "Define". |
| 3 | Escriba el nombre de una nueva variable (p. ej. IMC) y haga clic en "OK". |
| 4 | Vaya a "Assign". |
| 5 | Haga clic en el campo "Assign Variable" en el menú desplegable de la recién definida variable (p. ej. ICM). |
| 6 | Vaya al menú desplegable "Available Variable". |
| 7 | Elija variable para su sintaxis (p. ej. Peso) |
| 8 | Introduzca la fórmula (p. ej. $\text{Peso}/\text{Altura}^2$), y haga clic en "OK". |

Presentación de una variable los resultados

Siga los siguientes pasos para presentar una variable en los resultados de un análisis

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Vaya a "List". |
| 2 | Elija el nombre de la variable. |
| 3 | Haga clic en "OK". |
| 4 | En el resultado del análisis se mostrará una lista de variables elegidas. |

Sigue en la página siguiente

Introducción a Epi Info, Continuación

Volver a codificar una variable.

Siga los siguientes pasos para volver a codificar una variable (p. ej. Convertir edad en grupo de edad)

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Vaya a "Analysis tree". |
| 2 | Vaya a "Recode". |
| 3 | En el menú "From" seleccione su variable original (ej. Edad), |
| 4 | En el menú "To" seleccione una nueva variable (ej. Edad grupo). |
| 5 | En "Value" y "To" introduzca la franja que quiere volver a codificar (ej. 25 y 34). |
| 6 | Introduzca el "Recoded value" (ej.1). |
| 7 | Pulse "enter" para volver a codificar otros valores, o |
| 8 | Haga clic en "OK" cuando haya terminado. |

Nota: También puede completar los campos en "Fill ranges" si los espacios son los mismos entre los valores.

Representación de variables en un gráfico

Para representar las variables y presentar los datos en un gráfico, realice lo siguiente:

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Vaya a "Analysis tree". |
| 2 | Vaya a "Statistics". |
| 3 | Vaya a "Graph". |
| 4 | Introduzca "Graph type" (tipo de gráfico) (p. ej. Gráfico de barras para una variable binaria o de puntos para representar variables continuas). |
| 5 | Debajo de "X axis - choose main variable" (eje X- elegir variable principal) elija la variable que desee representar. |
| 6 | Debajo de "Y axis" (eje Y), en "Count" seleccione "show value of" y haga clic en "OK". Aparecerá un gráfico (p. ej. mostrando la distribución de los valores continuos o binarios para la variable elegida en su muestra). |

Sigue en la página siguiente

Introducción a Epi Info, Continuación

Ejecutar programas

Siga los siguientes pasos para ejecutar un programa ya guardado.

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". |
| 2 | Vaya a "User Defined Commands". |
| 3 | Vaya a "Saved Programs". |
| 4 | Abra el camino de acceso al archivo al programa guardado, que puede estar incluido en su archivo .mdb. |
| 5 | Elija el programa. |
| 6 | Haga clic en "OK". |

Nota: Si el programa se guardó como archivo de texto (.pgm), también se puede acceder al camino en el que el archivo está almacenado.

Guardar resultados

Siga los siguientes pasos para guardar los resultados en un solo archivo.

| Paso | Acción |
|------|---|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". |
| 2 | Vaya a "Output". |
| 3 | Vaya a "Routeout". |
| 4 | Defina o busque un nombre de archivo de resultados donde vaya a guardar sus análisis. |
| 5 | Haga clic en "Ok". |

Imprimir resultados

Siga los siguientes pasos para imprimir los resultados.

| Paso | Acción |
|------|--|
| 1 | Vaya a "Analysis Commands". |
| 2 | Vaya a "Output". |
| 3 | Vaya a "Printout." |
| 4 | Haga clic en "OK". Los resultados se imprimirán. |
