

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,
 INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E
 INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO
 AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

El CHN contará con una unidad de rehabilitación para la recuperación de pacientes ingresados por infarto o angina de pecho

El nuevo servicio, que entrará en funcionamiento en 2019, prevé atender a 450 pacientes al año

Sábado, 12 de mayo de 2018

El Complejo Hospitalario de Navarra (CHN) habilitará un nuevo espacio de rehabilitación destinado a la recuperación de pacientes con enfermedades cardíacas, un servicio considerado clave como herramienta de cuidados y prevención, en el que se prevé atender a unas 450 personas al año. Los principales beneficiados serán pacientes ingresados por síndrome coronario agudo o sometidos a intervenciones quirúrgicas de revascularización coronaria (personas que han sufrido un infarto o con angina de pecho, entre otras patologías del corazón).



Acto de presentación del nuevo proyecto de sala de rehabilitación para pacientes cardíacos.

El director Asistencial del CHN, Jesús Berjón, ha presentado hoy el proyecto acompañado del director del Área Clínica del Corazón de Navarra, Fernando Olaz, la jefa del área de Cuidados de esta unidad, Alicia Pérez, y la jefa del Servicio de Medicina Física y Rehabilitación, Teresa Cisneros. Han destacado que estas instalaciones “permitirán realizar una intervención multifactorial” en pacientes con patología cardíaca, que abarcará tanto su recuperación física como la mejora de su estilo de vida, su dieta, sus factores de riesgo cardiovascular y aspectos psicosociales.

Entre las ventajas de contar con un programa de rehabilitación cardíaca hospitalario destaca la reducción de mortalidad cardiovascular, el número de eventos cardíacos y hospitalizaciones, la disminución de consultas, la mejora del cumplimiento terapéutico, el incremento de la satisfacción y la calidad de vida del paciente, la mejora de su capacidad funcional y el control de factores de riesgo.

La nueva Unidad de Rehabilitación Cardíaca se localizará en un espacio de 600 metros cuadrados actualmente desocupado ubicado en la planta baja del antiguo Hospital de Navarra, anexo al Servicio de

Rehabilitación, donde se tiene previsto habilitar dos consultas médicas de Cardiología y Rehabilitación, una tercera consulta de Enfermería y un espacio de gimnasio dotado de 12 puestos de ejercicio monitorizados.

La obra necesaria para poner en marcha este servicio se iniciará en junio y prevé finalizarse a finales de año, de modo que la unidad pueda entrar en funcionamiento en 2019. El coste previsto de la obra se acerca a los 500.000 euros y el del equipamiento asciende a 260.000 euros.

Perfil de pacientes

La puesta en marcha de este proyecto se enmarca en el plan de Prevención Cardiovascular y Cuidados continuados del paciente con cardiopatía del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea (SNS-O). Las nuevas instalaciones han sido definidas e impulsadas en colaboración con el Servicio de Medicina Física y Rehabilitación, el Área Clínica del Corazón del CHN y la gerencia de Atención Primaria.

El tratamiento en esta unidad incluye la atención escalonada en el tiempo a la cardiopatía isquémica, la insuficiencia cardiaca, el seguimiento tras la cirugía de pacientes valvulares, la hipertensión pulmonar, las cardiopatías congénitas y otras patologías. A los pacientes clasificados como de riesgo bajo se les diseñará un programa de ejercicio ambulatorio guiado por Atención Primaria. Los de riesgo moderado son incluidos en programas de ejercicio dentro de la propia unidad, programas con una duración entre 2 y 3 meses.

Para su funcionamiento, esta unidad contará con un equipo multidisciplinar, compuesto por especialistas médicos de Cardiología y de Rehabilitación, profesionales de Enfermería y fisioterapeutas. En función del perfil y necesidades de cada paciente, este equipo colaborará también con profesionales de Nutrición y Dietética, Psicología Clínica y Trabajo Social.

Doce puestos de ejercicio monitorizado

La propuesta de trabajo para la puesta en marcha de esta unidad es generar ocho grupos de 10-12 pacientes cada uno. Cuatro de los grupos realizarían ejercicio tres días a la semana durante dos meses y los otros cuatro dos días a la semana durante tres meses. En función de las necesidades, se podría plantear un aumento de tamaño de los grupos, que se ofrecerán en horario de mañana y tarde.

Las nuevas instalaciones contarán con un área de recepción de pacientes, tres consultas, un gimnasio de 135 metros cuadrados, un box de atención y reanimación, vestuarios para pacientes y almacén.

En lo que respecta a equipamientos, el gimnasio se dotará de 8 bicicletas estáticas (una de ellas para pedalear en posición reclinada), 1 elíptica y tres cintas para caminar o correr, pesas y colchonetas. Contará además con los correspondientes aparatos y equipos para controlar las constantes de los y las pacientes y sus condiciones físicas: pulsioxímetro para medir pulso y saturación de oxígeno, transmisores telemétricos de electrocardiograma, cooxímetro para medir también la oxigenación, ergoespirómetro, ecocardiógrafo, bioimpedanciómetro (analizador de la composición corporal: porcentaje de grasa, musculatura y variaciones de agua corporal), etc.

Se contará asimismo con una central para monitorizar los doce puestos previstos, con control en tiempo real de parámetros relacionados con cada paciente (tensión arterial, frecuencia cardíaca, electrocardiograma y saturación de oxígeno) y del entrenamiento que está realizando (tiempo de ejercicio, carga, velocidad, rampa, etc.). Esta central dispondrá de un sistema de alarma que avise de alteraciones



De izquierda a derecha, Fernando Olaz, Jesús Berjón, Teresa Cisneros y Alicia Pérez.

en la frecuencia cardíaca. Permitirá asimismo la configuración de diferentes protocolos de entrenamiento que incluyan fases de calentamiento y recuperación y distintas modalidades de ejercicio: con frecuencia cardíaca constante, con carga constante e interválicos controlados por frecuencia cardíaca o por saturación de oxígeno. Se almacenarán los datos de cada sesión de entrenamiento para posibilitar su análisis y el estudio de la evolución de cada paciente.

Ventajas de la rehabilitación cardíaca

La rehabilitación cardíaca es un proceso multidisciplinar que incluye entrenamiento físico, educación para la reducción del riesgo, cambios en el estilo de vida y uso de técnicas de modificación de conducta. Está indicada en todas las cardiopatías e incluso en pacientes con múltiples factores de riesgo, como prevención primaria. Se considera la herramienta más eficaz en prevención secundaria en la cardiopatía isquémica. Desde finales de los años 80 se han publicado distintos estudios a nivel mundial que demuestran de forma significativa la disminución de la mortalidad cardiovascular y el infarto en pacientes coronarios que realizan un programa de rehabilitación específico.

En las actuales Guías de Práctica Clínica se insiste en la necesidad de modificar de forma intensiva los factores de riesgo y promover cambios en los estilos de vida, mejorando además la adherencia al tratamiento pautado al alta. Estas intervenciones han demostrado disminuir los reingresos y el gasto sanitario, además de la mortalidad. De hecho, los cambios en estilo de vida y factores de riesgo cardiovascular suponen más del 50% de reducción de mortalidad en enfermedad coronaria, siendo los demás tratamientos juntos responsables de un 40% de la reducción.

Los objetivos principales de la rehabilitación cardíaca son mejorar el estado físico y mental del paciente. En concreto, los objetivos fisiológicos son la mejoría de la capacidad física, la creación de hábitos de ejercicio y la mejoría de los factores de riesgo: perfil lipídico, peso corporal, glucemia, presión arterial y tabaco. Los objetivos psicosociales son la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión y la independencia funcional, con un retorno a trabajo apropiado y satisfactorio para el paciente y la sociedad.

En la actualidad, Atención Primaria trabaja de forma habitual en el seguimiento de pacientes con problemas cardiovasculares para conseguir los objetivos de control clínico y modificación de los estilos de vida y para controlar los factores de riesgo, implicando al paciente en dicha tarea, mediante el programa de autocuidados en el paciente crónico, en el que también se desarrollan talleres grupales para el afrontamiento y manejo de la enfermedad, en colaboración con el Instituto de Salud Pública y laboral de Navarra. La creación de un nuevo espacio hospitalario de rehabilitación contribuirá a reforzar la acción de prevención y recuperación que se realiza con los y las pacientes con patologías más complejas