

El control a distancia mejora el 40% el cumplimiento de los niveles de colesterol después de un infarto

- **El Servicio de Cardiología del Hospital del Mar ha empezado a aplicar un nuevo protocolo para controlar a distancia la evolución de los pacientes que han sufrido un infarto**
- **La aplicación del protocolo ha conseguido elevar del 30 al 74% el cumplimiento de los niveles de colesterol en estos enfermos. Los elevados niveles de grasas en sangre son un factor de riesgo para la repetición del infarto**
- **Los pacientes siguen un completo programa de rehabilitación, en el cual intervienen médicos, enfermeras y fisioterapeutas. A la vez, se les ofrecen clases de educación sanitaria para modificar sus hábitos de vida**

Barcelona, 23 de enero de 2019. – El control de los **niveles de colesterol** (lipoproteína de baja densidad (LDL, conocido popularmente como colesterol malo)) después de sufrir un infarto es básico para reducir el riesgo de sufrir un segundo episodio cardíaco. Pero solo 3 de cada 10 pacientes lo consiguen (según datos de la encuesta EUROASPIRE, realizada en una veintena de países europeos). Por este motivo, el equipo del Servicio de Cardiología del Hospital del Mar ha analizado un **nuevo protocolo** para el seguimiento a distancia de la evolución de estos pacientes. De momento, los resultados demuestran la utilidad de la iniciativa, que ha llevado el cumplimiento de los niveles de lípidos (nivel de colesterol malo en la sangre de 70 mg/DL o inferior) hasta el 75%, **un incremento del 40%**.

"El problema de sufrir un infarto es que multiplica las posibilidades de sufrir otro, porque existe una enfermedad cardíaca establecida", explica la Dra. Sònia Ruiz, médica adjunta del servicio. Por lo tanto, iniciar en seguida un proceso de seguimiento y de rehabilitación cardíaca es básico para mantener bajo control los factores de riesgo. **"Hay que prevenir que esta enfermedad no se continúe desarrollando. Se hace un gran esfuerzo en el momento del infarto, que no sirve de nada si no se hace un control de estos factores de riesgo cardiovascular"**, explica la Dra. Ruiz. En el caso del nuevo protocolo, se ha establecido que los pacientes, a la hora de recibir el alta hospitalaria, ya tienen programada una analítica de seguimiento al cabo de seis semanas del infarto. En caso que los resultados no sean satisfactorios, los pacientes reciben una llamada y se ajusta el tratamiento. Todo ello a distancia y sin necesidad que los enfermos se desplacen al hospital.

El protocolo se empezó a aplicar en noviembre del 2017. Se ha analizado la evolución de 125 pacientes, de los cuales, tres meses después, el 75% presentaban unos niveles de colesterol dentro de los objetivos recomendados. El análisis al año muestra un ligero descenso de esta cifra, hasta al 64%, **"que a pesar de que tenemos que intentar mejorar en el futuro"**, apunta la Dra. Ruiz, está muy por encima de la media en estos casos.

Un completo protocolo de rehabilitación cardíaca

Los pacientes tratados en el Hospital del Mar por un infarto entran de forma automática dentro de un **programa de rehabilitación cardíaca** que prevé el control de los factores de riesgo (hábitos de vida, alimentarios y ejercicio físico), al cual se añade el nuevo protocolo de seguimiento. En él intervienen cardiólogos, personal de enfermería y médicos rehabilitadores y fisioterapeutas, con el objetivo de conseguir alejar el riesgo de un segundo episodio cardíaco.

Durante su estancia en el hospital, los pacientes inician la movilización para devolverles la condición física necesaria a la hora del alta hospitalaria. A la vez, se les ofrece orientación sobre la medicación que tendrán de tomar, la actividad física que pueden realizar y los signos de alarma, así como los hábitos de vida que tendrán que cambiar para controlar los factores de riesgo. En una segunda fase, ya fuera del hospital, se refuerza la educación sanitaria con sesiones

informativas en grupo impartidas por médicos, enfermeras y fisioterapeutas. Esta parte del programa dura cuatro semanas.

Durante las siguientes cinco semanas, el paciente empieza un programa de entrenamiento en la sala de terapia, adecuado a sus posibilidades y dirigido por personal cualificado. Al acabar, se le ofrecen las pautas de actividad física y se programa el seguimiento a distancia. Todo ello tiene un efecto beneficioso en la calidad de vida del enfermo y en la disminución de la mortalidad.

La Dra. Ruiz destaca los beneficios de este control, si se tiene en cuenta que aproximadamente una tercera parte de los pacientes abandonen el tratamiento y este porcentaje mejora significativamente con protocolos de rehabilitación cardíaca. ***"Hay un problema preocupante para obtener las cifras-objetivo de control de los factores de riesgo"***, apunta. ***"Pasa por muchos motivos, a veces los profesionales médicos no optimizamos el tratamiento. Por ello, hay que establecer protocolos y trasladar al personal sanitario la importancia del control de estos factores de riesgo"***.

Más información

Departamento de Comunicación del Hospital del Mar. Tel. 932483537.
dcollantes@hospitaldelmar.cat / comunicacio@hospitaldelmar.cat