



La lucha de un colectivo por la calidad de vida de sus pacientes.

## Movimiento EPOC, una radiografía sobre el abordaje de esta enfermedad en España

Movimiento EPOC es un proyecto que quiere reflejar las distintas iniciativas que se están llevando a cabo en España para mejorar el abordaje de esta enfermedad y, de este modo, tener una radiografía lo más completa y exacta posible sobre el tratamiento de esta patología respiratoria en nuestro país. Paralelamente, también quiere ser un reconocimiento a la labor diaria que desempeñan los profesionales sanitarios implicados en su tratamiento y a la realidad que deben afrontar.

### EPOC en cifras

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es la primera causa de muerte evitable en España. Es prevenible en la mayoría de los pacientes y en el 90% de los casos está asociado al consumo de tabaco.

Actualmente afecta a más de dos millones de españoles, de los cuales el 70% no están diagnosticados, y supone el 40% de las consultas en Neumología.

Además del impacto sobre la vida personal, social y laboral del paciente, la EPOC consume el 2% del presupuesto del sistema sanitario nacional, equivalente al 0,2% del PIB.

### Proyecto editorial

Ante esta situación, Movimiento EPOC nace como el primer proyecto editorial cuyo objetivo es reflejar y recopilar la historia del compromiso de profesionales sanitarios (neumólogos, enfermeras, fisioterapeutas,...) y centros especialistas en la mejora de la asistencia y la calidad de vida de estos pacientes. Además, también pretende ser un reconocimiento al trabajo diario y constante que a lo largo de los últimos años ha ido transformando la evolución de esta enfermedad en España.

Así, la plataforma Movimiento EPOC aglutinará artículos, fotografías y vídeos, actualizando cada dos semanas sus contenidos con nuevas historias y abordando un gran abanico de experiencias, momentos y anécdotas protagonizadas por los centros asistenciales más prestigiosos de todo el país.

Para ello, progresivamente se están adhiriendo al Movimiento EPOC los diferentes centros hospitalarios de toda España destacados en el tratamiento de esta patología.

Más información en:

[HTTP://MOVIMIENTOEPOC.COM/](http://MOVIMIENTOEPOC.COM/)



Jesus Seco, Elena Martínez y Francisco Kovacs, autores de las investigaciones

## La calidad del sueño predice la evolución del dolor cervical

### Según dos estudios realizados por la Red Española de Investigadores en Dolencias de Espalda (Reide)

La calidad del sueño está asociada a la evolución del dolor cervical y el hecho de dormir mal en sí mismo predice que el paciente evolucionará peor y que es más probable que se convierta en enfermo crónico, tal y como se refleja en los resultados de dos estudios de una línea de investigación realizada en los últimos ocho años por la Red Española de Investigadores en Dolencias de la Espalda (Reide) y que han sido publicados en las revistas científicas *The Clinical Journal of Pain* y *European Journal of Pain*.

Con el objetivo de estudiar la calidad del sueño y su asociación por separado con el dolor cervical y con el dolor lumbar, un equipo multidisciplinar integrado por 30 investigadores de Reide y dirigido por Francisco Kovacs (Unidad de la Espalda del Hospital Universitario HLA-Moncloa) analizó una muestra representativa compuesta por un total de 883 pacientes con dolor subagudo o crónico, a los que realizaron un seguimiento de tres meses.

#### Dolor cervical

Concretamente, en el estudio relacionado con el dolor cervical participaron 422 pacientes, a los que durante 90 días se les midió la calidad del sueño a través del índice Pittsburgh, que consiste en una escala de 21 puntos, en la que cero corresponde a la mejor calidad posible y 21 a la peor, teniendo también en cuenta otras variables, personales (edad, sexo, situación laboral, etc), clínicas (intensidad y duración del dolor) y psicológicas (intensidad de pensamientos catastrofistas, depresión, etc). Participaron en la muestra 32 centros españoles de doce comunidades autónomas (14 de Atención Primaria, 10 hospitales y 8 consultas privadas de Fisioterapia).

#### Dolor lumbar

Por su parte, el estudio sobre dolor lumbar participaron 461 pacientes de 33 centros sanitarios, también de doce comunidades autónomas. El método que se siguió fue el mis-

mo, pero su resultado no: el hecho de que se durmiera bien o mal al principio del estudio no predecía su evolución del dolor lumbar.

#### Otras conclusiones

Los estudios también arrojan como conclusiones que el 62,7% de los pacientes con dolor cervical tienen una mala calidad de sueño y el dolor resulta más difícil de curar que en los pacientes que duermen bien; que la probabilidad de que este tipo de dolor mejore a lo largo de tres meses (el tiempo que se siguió a los pacientes) es un 191% mayor entre quienes duermen mejor; y que el 57% de los pacientes con dolor lumbar tienen también el sueño complicado, pero en ellos sin embargo la calidad del sueño no predice la evolución del dolor.

#### Necesidad de nuevos ensayos clínicos

A partir de estos estudios, dos de los investigadores participantes, como son el fisioterapeuta Jesús Seco (Instituto de Biomedicina «Ibiomed» de la Universidad de León) y Elena Martínez (Servicio de Rehabilitación del Hospital Ramón y Cajal), creen que sería interesante diseñar ensayos clínicos para comprobar que el hecho de mejorar la calidad de sueño en los pacientes con dolor cervical que duermen mal mejora también la evolución del dolor.

Sería lo óptimo, según los expertos, porque estos dos estudios lo que han constatado es una asociación entre la calidad del sueño y el dolor, pero eso no significa que una sea la causa de la otra, sino que las dos cosas ocurren a la vez. «Es una asociación, no es causa efecto; puede haber factores externos que influyan en ambas cosas a la vez», aclara Kovacs.

Y ahí se abren hipótesis sobre las posibles causas: una de ellas es que el hecho de dormir mal puede influir en el mecanismo neurológico en el que se procesa el dolor, y esto hace que se perciba más intenso.

## La rehabilitación cardíaca reduce la tasa de mortalidad en pacientes con diabetes mellitus sometidos a intervención coronaria percutánea

La Rehabilitación Cardíaca en pacientes con diabetes mellitus que se han sometido a una intervención coronaria percutánea se asocia a menores tasas de mortalidad, en un grado similar al de aquellos sin diabetes mellitus. Así lo demuestra un reciente estudio del Centro de Investigación Biomédica en Red en su área temática de enfermedades cardiovasculares (CIBERCV), realizado en colaboración con la Mayo Clínic de Rochester (Minnesota, Estados Unidos).

La investigación, que tiene como autores principales al profesor Manuel Francisco Jiménez Navarro y a Luis Miguel Pérez Belmonte, investigadores del CIBERCV y de la Unidad de Gestión Clínica del Corazón del Hospital Universitario Virgen de la Victoria, de Málaga, ha sido publicada recientemente en *Journal of American Heart Association*.

Para poder evaluar el impacto de la Rehabilitación Cardíaca en los resultados clínicos de este grupo de alto riesgo, los investigadores llevaron a cabo un análisis retrospectivo de todos los pacientes con diabetes mellitus que se sometieron a intervención coronaria percutánea en el condado de Olmsted (Minnesota) entre los años 1994 y 2010.

Este estudio ha permitido constatar que la participación en la Rehabilitación Cardíaca es un componente esencial de la atención para pacientes con enfermedad coronaria, especialmente en el caso de las personas con diabetes mellitus.

De hecho, la investigación concluyó que, en pacientes con diabetes mellitus, la participación en Rehabilitación Cardíaca se asoció a la reducción de la mortalidad, infarto de miocardio o revascularización. En el caso de los pacientes sin diabetes, la Rehabilitación Cardíaca se vinculó a una reducción de la mortalidad por esta causa.

Sin embargo, a pesar de estos resultados, la participación en Rehabilitación Cardíaca fue menor en pacientes diabéticos. Esto pone de manifiesto la necesidad de centrar esfuerzos, incluyendo el desarrollo y la difusión de guías de práctica clínica, medidas de rendimiento e iniciativas políticas, orientadas todas ellas a incrementar la participación en la Rehabilitación Cardíaca después de la intervención coronaria percutánea.

Además, estos hallazgos permitirán también diseñar métodos para identificar y corregir las barreras que están frenando actualmente la participación de los pacientes con diabetes mellitus en la Rehabilitación Cardíaca.