



+XLSEMANAL

Tadej Pogacar saca toda su clase para imponerse al líder Vingegaard en la penúltima etapa de un Tour resuelto P51



La Lotería lleva casi medio millón de euros a Ataquines P20



La Sareb se reúne con los okupas de Arroyo antes de emprender la vía judicial

Valladolid registró 117 casos de okupación de viviendas durante el año pasado y cuenta con varios puntos conflictivos P4

ELECCIONES GENERALES 23J

Los españoles deciden hoy su futuro en un clima de extrema polarización

Unas inauditas elecciones en pleno verano determinarán si el país vive un cambio de Gobierno



Pedro Sánchez con su mujer, Begoña Gómez. EFE



Feijóo, en una juguetería de La Coruña con su esposa, Eva Cárdenas. EFE / DAVID MUDARRA

Pedro Sánchez y Alberto Núñez Feijóo se juegan su devenir político en unos comicios a las que están convocados 37,5 millones de votantes

La suerte está echada en unos comicios generales inusuales por la fecha y donde los ventiladores serán protagonistas en los 22.000 colegios electorales

donde podrán depositar su voto los 37,5 millones de españoles llamados a las urnas. El futuro político próximo es lo que se decide hoy. P26

La hostelería afronta el verano con falta de personal

Algunos negocios se ven obligados a cerrar varios días a la semana y a acortar los servicios por no poder suplir vacaciones

Faltan camareros y cocineros. Es la situación de la hostelería en la temporada veraniega, algo que se repite año tras año. El salario, las largas jornadas y las exigentes condiciones la-

borales están detrás de las dificultades para encontrar personal en el sector. Los 3.213 negocios hosteleros de Valladolid dan empleo a 14.151 personas, 3.489 de ellas autónomos. P8

El Río Hortega frena el daño cardiaco por la quimioterapia con rehabilitación precoz

El hospital Río Hortega de Valladolid cuenta con la Unidad de Cardio-Oncología, un servicio que ha logrado parar los efectos indeseados en el corazón de la quimioterapia. P2



GESTORIA ADMINISTRATIVA

Herencias - Escrituras - Tramitación de vehículos

Llámanos 983 35 40 22

C/ Santiago, 9, 3º Valladolid

El Río Hortega frena el daño cardíaco por la quimioterapia con rehabilitación precoz

La Unidad de Cardio-Oncología evalúa los efectos del ejercicio físico moderado en pacientes con cáncer de mama

ANA SANTIAGO



VALLADOLID. El día a día muestra unos grandes resultados de los beneficios de las terapias rehabilitadoras para el corazón en los enfermos con cáncer con un proceso tumoral activo. La quimioterapia es agresiva, algo muy conocido son sus efectos indeseados de náuseas o cansancio, entre otros; pero es especialmente grave la toxicidad sobre el corazón. Es tal que las enfermedades cardiovasculares son, junto con las recidivas neoplásicas, la principal causa de mortalidad de los supervivientes del cáncer.

La medicina ha focalizado hasta no hace tanto el tratamiento de los procesos oncológicos en la curación de los mismos sin estimar las repercusiones que, a largo plazo, podrían producir en el corazón. Un 11% de los pacientes de 40 años que han superado una neoplasia en la infancia padecen una cardiopatía grave, generalmente insuficiencia cardíaca, y diferentes estudios ponen de relieve tal daño cardíaco, especialmente con las antraciclina muy usadas en cáncer hematológicos y de mama.

Es por todo ello que el Río Hortega creó, ya en 2017, una Unidad de Cardio-Oncología, un nuevo servicio, en base a las recomendaciones y consensos científicos descrito ya entonces, «para una nueva disciplina que aborda las necesidades cardiovasculares de los pacientes oncológicos y optimiza su asistencia con un enfoque multidisciplinar. El daño al corazón es el más temido», explica la doctora Marina Revilla, responsable de la Unidad.

Antes, preferiblemente, de que haya ya un daño cardiovascular, el paciente entra en rehabilitación cardíaca. Fisioterapia, ejercicio moderado, aprendizaje del control del estrés, dieta mediterránea, atención a la hipertensión de, la obesidad... y todo ello bajo control clínico. En definitiva, es una rehabilitación cardiovascular precoz, lo más temprana posible para prevenir, o al menos frenar, los efectos de la toxicidad de la quimioterapia. Y, actualmente, dirigida a las pacien-



Juan Carlos Muñoz (jefe de Cardiología), María Acuña (cardióloga responsable Unidad Rehabilitación Cardíaca), Marina Revilla (cardióloga responsable de Unidad Cardio-Oncología) y Juan Carlos Torrego (jefe de Oncología Médica). Detrás, Ana Martín, (enfermera); Héctor García (cardiólogo de rehabilitación cardíaca), Alexandra Cáceres (fisioterapeuta), Irene Bragado (enfermera) e Isabel Domingo (fisioterapeuta). R. JIMÉNEZ

tes con cáncer de mama; pero tendría más indicaciones posibles. El término cardiotoxicidad engloba distintos problemas como son: la hipertensión arterial, la cardiopatía isquémica, la disfunción valvular, la enfermedad tromboembólica venosa, las arritmias, la hipertensión pulmonar, la miocarditis o la disfunción ventricular izquierda.

«También se les enseña a respirar bien, qué tipo de ejercicio deben hacer, hay que averiguar cada

tipo de riesgo, incluimos charlas que abren un espacio para sus dudas y necesidad de información, para que compartan experiencias, deshabitación tabáquica... porque sí, los hay que siguen el autocontrol de la salud», añade la doctora María Acuña Lorenzo, cardióloga responsable de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca.

Desde el Río Hortega, «hemos desarrollado, desde mayo de 2017, un protocolo conjunto de

trabajo en el área de la Cardio-Oncología, con una consulta monográfica, con una evaluación media de más de 400 pacientes al año, distribuidos en consultas semanales de diez pacientes, se realiza una estimación del riesgo, también un estudio ecocardiográfico completo y se optimiza el tratamiento médico», explica el equipo.

«Los derivan a la unidad los oncólogos y los hematólogos, es una tarea multidisciplinar, y al-

gunos llegan ya con problemas cardíacos. Se trata de revertirlos en lo posible con fármacos y rehabilitación», añade el doctor Juan Carlos Muñoz, jefe de Cardiología del Río Hortega. «A veces –añade– incluso diez años después aún tienen cardiopatías. Y, en ocasiones, los efectos sobre el corazón obligan a detener la quimioterapia, a valorar sus suspensión temporal». «Una decisión difícil que se toma de forma multidisciplinar –añade Marina Re-

Nuevo analizador de gases y aparataje de imagen para desarrollar el proyecto

A. S.

VALLADOLID. El Hospital Río Hortega cuenta en plantilla con el personal cualificado, las infraestructuras y los recursos materiales necesarios para desarrollar el proyecto, esto último con la incorporación de nuevo aparataje precisamente para desarrollar el

proyecto. «Contamos con ecógrafos con última tecnología 3D con software específico; capacidad para la determinación rutinaria de biomarcadores; con un sistema de gestión de la historia clínica que nos permite la obtención de los datos de seguimiento médico y analítico de los pacientes. Disponemos de perso-

nal capaz de consultar los estudios, la creación de la base de datos y su manejo y contamos con el soporte de la Unidad de Apoyo a la Investigación, para el asesoramiento y análisis estadístico».

Junto a ello, «la financiación de Sacyl ha permitido adquirir un analizador de gases (ergoespirómetro) necesario para la ade-

cuada valoración de la capacidad funcional (consumo de oxígeno) e indispensable para la correcta evaluación de un Programa de Rehabilitación cardíaca como estrategia de prevención cardiovascular en pacientes oncológicos. Esto permite valorar la capacidad aeróbica real y no sólo teórica de estos pacientes; lo que permite una mejor adaptación del entrenamiento en los programas de rehabilitación a umbrales reales, con una mejora en la calidad asistencial», explican los doctores Muñoz y Revilla.

villa— porque hay mucho que valorar. La rehabilitación cardiaca evita también tales suspensiones. Prevenir mejora los riesgos, la capacidad funcional, también aspectos psicológicos que influyen mucho en estos pacientes».

La investigación

Ahora, se trata de objetivizar estos resultados que la experiencia clínica avala pero «falta un estudio, con grupo control, que demuestre que, efectivamente, esto es así. Hay que demostrarlo», explica el doctor Héctor García Pardo, cardiólogo de rehabilitación del corazón.

Una investigación que, además, «permitirá determinar qué pacientes son los que más se pueden beneficiar de esta pronta rehabilitación, que nos ayude a establecer una población diana porque, además, es imposible llegar actualmente al 100% de los enfermos del cáncer», añade en este sentido la doctora Revilla Martínez.

Por ello, «vamos a realizar un estudio que nos permita evaluar el beneficio cardiovascular de un programa de rehabilitación cardiaca en pacientes bajo tratamiento quimioterápico activo por cáncer de mama; análisis de consumo de oxígeno, calidad de vida percibida, biomarcadores y parámetros de imagen cardíaca», detalla Marina Revilla, investigadora principal del proyecto.

De esta forma, el equipo analizará la capacidad funcional (consumo de oxígeno-vO2) medido mediante ergoespirometría, en mujeres con quimioterapia activa por cáncer de mama que siguen un programa de rehabilitación del corazón frente a las que no lo realizan. Hasta ahora, hay dieciséis pacientes a las que se les ha propuesto — «se lo ofrecemos a todas las que padecen cáncer de mama, añade Revilla— ocho ya lo han completado». El trabajo, que se prolongará durante todo el presente año hasta llegar al análisis y conclusiones hacia diciembre, se realizará con 25 participantes en cada grupo, uno de control, que sufren este tipo de tumor.

Asimismo se comparará la capacidad funcional objetiva frente a la subjetiva percibida y, de forma ya secundaria, la investigación busca evaluar la aparición de toxicidad cardiaca, mediante el análisis de biomarcadores y pa-

rámetros de imagen ecocardiográfica de estas pacientes en rehabilitación, frente a las que no lo realizan. Y también realizar un subanálisis en las mujeres mayores de 65 años.

El programa de rehabilitación cardiaca es de dos meses de duración, que incluyen la realización de ejercicio físico aeróbico y de resistencia —dos sesiones a la semana— y la asistencia a charlas educativas sanitarias.

DATOS DE LA INVESTIGACIÓN

► **El proyecto.** Evaluación del beneficio cardiovascular de un programa de rehabilitación cardiaca en pacientes bajo tratamiento quimioterápico activo por cáncer de mama; análisis de consumo de oxígeno, calidad de vida percibida, biomarcadores y parámetros de imagen cardiaca.

► **Objetivos.** Evaluar la capacidad funcional en mujeres con quimioterapia activa por cáncer de mama que siguen un programa de rehabilitación cardiaca, frente a las que no lo realizan. Y la capacidad funcional objetiva frente a la subjetiva, entre otros como evaluar la aparición de toxicidad cardiaca.

► **El equipo.** Está compuesto por cuatro cardiólogos, uno de ellos especializado en imagen y cardioncología que es la doctora Marina Revilla, investigadora principal, y dos en rehabilitación cardiaca; tres enfermeras de Cardiología, un fisioterapeuta, un médico rehabilitador y un oncólogo.

«Lo que me encantaría es poder continuar con el gimnasio del hospital. Me hizo mucho bien»

María José Juárez Domínguez Paciente que ya ha superado dos cánceres de mama

Esta vallisoletana fue la primera en terminar el programa de rehabilitación cardiaca

A. S.

VALLADOLID. Dos veces ha sufrido, y superado, María José Juárez un cáncer de mama, dos, sepadas por unos veinte años. Pero «nada que ver la primera con la de ahora. Bien en cierto que también la quimioterapia ha cambiado y mejorado en este tiempo; pero lo que ha marcado una gran diferencia es la rehabilitación cardiaca. Nada que ver. La primera vez ni me movía, no podía hacer nada. Ahora hasta he llegado a hacer ejercicio tras haber tenido sesión de quimioterapia y he podido con ello».

Lleva María José una agenda de las sesiones, que forma parte de la terapia, «se apunta lo que haces y el esfuerzo que supone», donde recibe una puntuación de cada jornada y ese concreto día de sobreesfuerzo «tuve un sobreesfuerzo, mira, porque tuvo

especial mérito», demuestra orgullosa la anotación.

«Dos días a la semana, como una hora y cuarto dura y haces una media hora de bicicleta estática y otros aparatos, te lo van poniendo y te controlan continuamente. Me parecía imposible después de la quimio pero, poco a poco, lo consigues. Cuesta pero te hace sentirte muy bien. Y mucho más positiva», afirma.

María José, casada y con dos hijos, asegura que «es un esfuerzo muy recompensado»; pero lo que echa de menos, insiste en ello, «es que no dure más, yo necesitaba continuar, me hace mucho bien. Fueron tres meses. Claro que ahora intento mantener el hábito del ejercicio, camino y voy a baile, a flamenco, también lo hice durante la rehabilitación; pero hecho de menos el ejercicio controlado y apoyado por fisioterapeutas en el gimnasio del hospital. No puedo estar más agradecida al equipo. Me cambió la vida».

Dos tumores padeció «pero no eran el mismo cáncer, sí en la misma mama. En ambos casos fue necesaria la cirugía pero en



María José, en el gimnasio de rehabilitación del Río Hortega. R. JIMÉNEZ

ANSIEDAD
«Además del ejercicio físico, las sesiones ayudan mucho a enfrentarte al estrés, a mejorar tu estado de ánimo»

SEGUIMIENTO
«Te vigilan continuamente, te toman dos y tres veces la tensión durante el ejercicio. Te sientes muy segura»

la primera solo fueron ganglios y la segunda fue más agresiva. La primera me la detectaron en revisiones normales y la segunda cuando fui al cribado me dijeron que, dado mi antecedente, tenía que acudir derivada por el médico. Así lo hice y me lo diagnosticaron en noviembre de 2021 y, en plena quimioterapia, a principios de 2022 comencé con la rehabilitación cardiaca. Me ayu-

daron también mucho las charlas, a controlar el estrés, el estado emocional, de ánimo».

«Aprendes mucho y te controlan continuamente el ritmo cardiaco, te enseñan a respirar y para ello te citan antes de empezar a ir al gimnasio, la tensión te la toman dos o tres veces durante la sesión de ejercicios. Te sientes muy segura. Creo que es muy muy recomendable».

UNIDAD DE FISIOTERAPIA

Parálisis facial
Dolores musculares
Lumbalgias - Dolores de espalda
Suelo pélvico
Rehabilitación de lesiones

UNIDAD DE LOGOPEDIA

Problemas de memoria atención y pronunciación



VITALITY
CLINICS

NUEVOS SERVICIOS DE MEDICINA ESTÉTICA

Rejuvenecimiento facial
Doctora especializada
Tratamientos faciales

C/ Muro, 7 - Valladolid
Reserva ya cita
682753692

Número Reg. Sanitario: 47-c22-0511

