



Acceso principal al HUA-Txagorritxu, donde se ubica la Unidad de Rehabilitación Cardíaca de la OSI Araba. Fotos: Pilar Barco / Cedita

LA UNIDAD DE REHABILITACIÓN ATIENDE A PACIENTES CADA VE

Casi 300 personas pasaron por el recurso durante el pasado 2021, la mayoría tras sufrir una angina de pecho o un infarto ● El servicio ha sido el primero de todo el Estado en ser acreditado por la **Sociedad Europea de Cardiología**

✦ **Carlos Mtz. Orduna**

VITORIA – La Unidad de Rehabilitación Cardíaca de la OSI Araba desempeña un papel clave en la completa recuperación de los pacientes que han sufrido una cardiopatía, una vez solventado ese primer y gran escollo que constituye el episodio agudo.

El equipo multidisciplinar encargado del servicio, que nació en el año 2009, ayuda a las decenas de personas que anualmente pasan por este trance a reincorporarse de la manera más óptima y rápida posible a sus rutinas sociales, familiares y laborales. No solo a quienes les ha sorprendido una angina de pecho o un infarto, que son la inmensa mayoría, sino también –y cada vez más– a aquellos

que padecen una insuficiencia cardíaca o han sido sometidos a una cirugía valvular o coronaria, para los que los beneficios de pasar por el recurso son también muy importantes.

En cifras globales, la unidad está atendiendo con el paso del tiempo a personas “cada vez más jóvenes”, según destaca en declaraciones a **DIARIO DE NOTICIAS DE ÁLAVA** su responsable, María Concepción Belló, debido a unos estilos de vida manifiestamente mejorables: sedentarismo, mala alimentación, tabaquismo, consumo excesivo de alcohol... Alrededor de 290 pacientes utilizaron el servicio a lo largo del pasado 2021, el 90% tras haber sufrido una enfermedad coronaria aguda.

Cardiólogos, enfermeras y fisioterapeutas

especializadas en rehabilitación cardíaca, médicos especialistas en rehabilitación, una psicóloga, un psiquiatra y una trabajadora social forman el nutrido equipo de la Unidad de Rehabilitación de Txagorritxu, que busca devolver a “una vida normal” al paciente que ha tenido un evento coronario. Lo hace a través de un programa educacional compuesto por charlas presenciales, ejercicio físico pautado, la enseñanza –y la puesta en práctica– de hábitos saludables y pautas de deshabituación –en su caso– y el necesario tratamiento.

DOS MESES DE REHABILITACIÓN Los pacientes que pasan por la unidad, que se encuentra en la planta baja del HUA-Txagorritxu, afrontan un

periodo de rehabilitación de dos meses, en los que cuentan con unas pautas de ejercicio físico –que también puede realizarse allí– y un seguimiento permanente que incluye también analíticas para ajustar bien la medicación. Todos tienen la opción de pasar por la consulta de Psicología o Psiquiatría y disponen de sesiones de relajación, que al igual que las charlas presenciales van a reanudarse este próximo junio tras ser suspendidas por la pandemia.

Belló defiende que los resultados entre las personas que siguen el programa son “mucho mejores” en comparación con los pacientes que no pasan por la unidad, tanto en el control de los factores de riesgo como en la mejora de su calidad de vida.

“Salir adelante, salen todos. Pero lo que el programa pretende es disminuir la incidencia de nuevos eventos coronarios y de nuevos ingresos. Y sobre todo, mejorar la calidad de vida, haciendo al paciente participe del tratamiento. Y los pronósticos mejoran. Bajan los ingresos, la reincorporación laboral se produce antes y logran mantener los objetivos de control de factores de riesgo, de tensión arterial, de bajar el colesterol o dejar de fumar”, contextualiza la especialista.

Con los años, la unidad ha aumentado “mucho” el número de pacientes que ve anualmente, porque antes eran “casi exclusivamente” personas que habían sufrido infartos o anginas de pecho. “Y ahora son más jóvenes, con el resto de patologías también. Así como hace años los infartos y las anginas aparecían normalmente en la década de los 60, cada vez han ido bajando más y ahora tenemos unos cuantos en la década de los 40. Pero no hay limitación de edad. Tenemos gente de 38, de 50, de 80 años...”, enumera Belló.



UNIDAD CARDIACA DE TXAGORRITXU CON MÁS JÓVENES

Los pacientes que pasan por el servicio, entre los que también se encuentran vecinos del Alto Deba y de Miranda de Ebro, saben además desde el pasado mes de octubre que son atendidos con unos parámetros de “excelencia asistencial” a nivel europeo. No en vano, la unidad ha sido la primera de todo el Estado en ser acreditada por la Sociedad Europea de Cardiología tras superar una “exhaustiva” evaluación de esta entidad, lo que la ha posicionado a la vanguardia en este campo.

LOGRAR “MÁS COSAS” Belló reconoce que a los profesionales con los que cuenta el servicio este reconocimiento les ha caído “muy bien”. “Aunque realmente no trabajamos para eso, ni muchísimo menos, la acreditación es muy buena para nosotros. Sobre todo igual para lograr más cosas. Por ejemplo, un profesional muy importante en para esta unidad es el nutricionista, que sí tuvimos al principio y ahora no tenemos. Ahora es nuestro caballo de batalla. Porque para el pacien-



APUNTES

- **El programa.** La unidad ofrece un programa educacional basado en charlas, ejercicio físico, la enseñanza –y la puesta en práctica– de hábitos saludables y pautas de deshabitación y el necesario tratamiento.
- **Actividad.** Alrededor de 290 pacientes pasaron por el servicio el año pasado, el 90% tras sufrir un infarto o una angina de pecho.

LA FRASE

MARÍA CONCEPCIÓN BELLÓ “LO QUE EL PROGRAMA PRETENDE ES DISMINUIR LA INCIDENCIA DE NUEVOS EVENTOS CORONARIOS E INGRESOS. Y, SOBRE TODO, MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA”
La responsable de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca resume los objetivos de este servicio.

LA CIFRA

2009

Año en el que se puso en marcha el servicio en Txagorritxu. Apenas ha necesitado 13 años para, al margen de ser acreditado por la Sociedad Europea de Cardiología, obtener el sello SEC-Excelente (2018) y el Premio del Corazón 2021.

te es mucho más fácil dejar de fumar que dejar de comer, y el porcentaje de obesidad, que es un factor de riesgo importante en nuestro campo, es alto. Y cada vez aumenta más”, remarca.

La profesional reclama, de cara a dar la vuelta a los factores de riesgo que precipitan las cardiopatías, “actuar a nivel no solo individual, sino también social”, mediante campañas u otras iniciativas “para que la gente no fume o los niños vuelven a la dieta de hace tiempo” en sus colegios.

Al margen de este reciente reconocimiento europeo, la unidad ostenta desde mayo de 2018 el sello de calidad SEC-Excelente de la Sociedad Española de Cardiología y ha recibido también el Premio del Corazón 2021 de manos de la Asociación Corazón sin Fronteras.

Lejos de conformismos, Belló mira al futuro con el reto fundamental de “intentar mejorar los resultados” que ya está logrando la unidad y ampliar la rehabilitación a un volumen cada vez más amplio de pacientes, “no solo con enfermedad coronaria”. ●