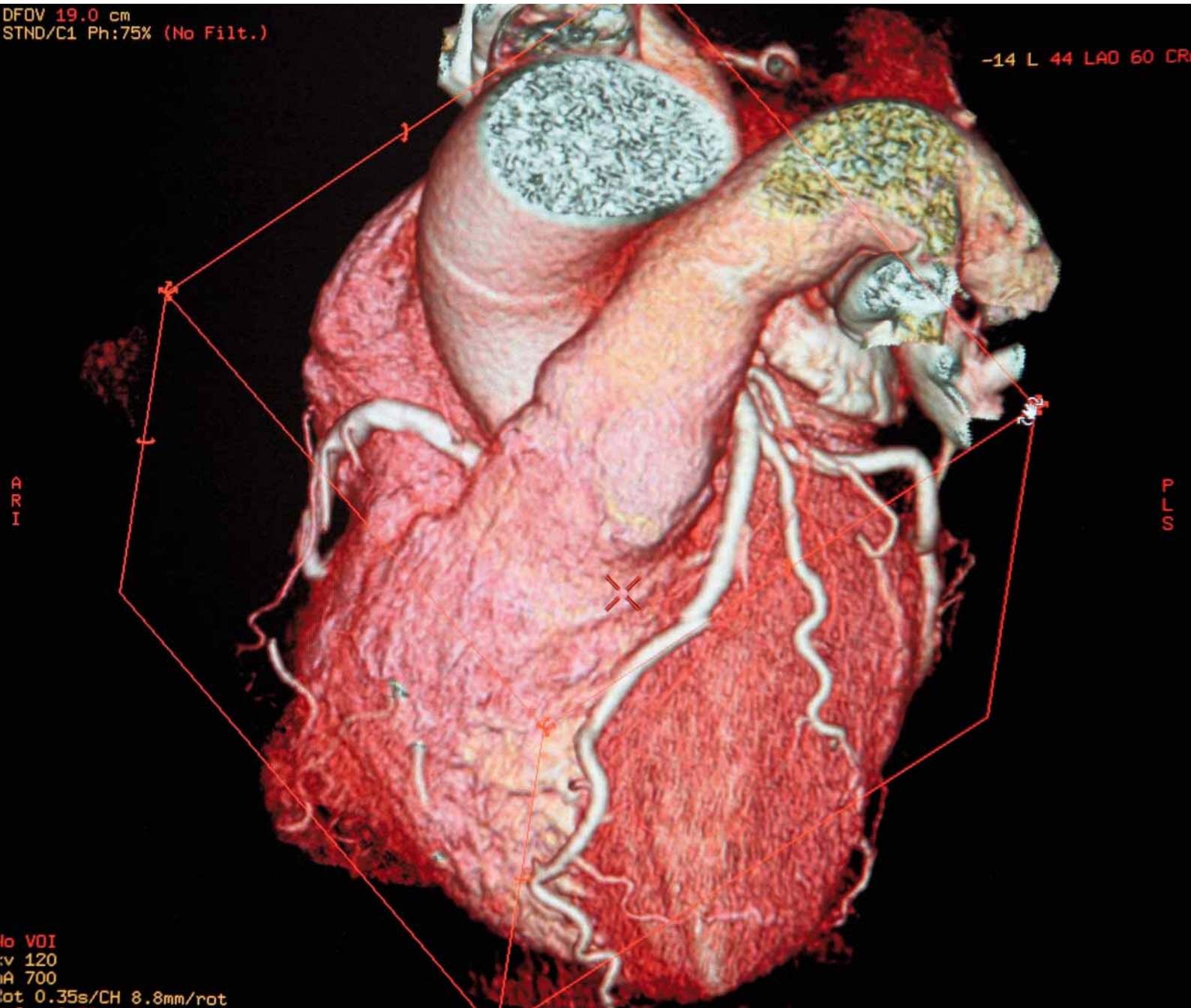
corazonadas

Publicación del ICICOR (Instituto de Ciencias del Corazón de Valladolid)
junio 2010 # nº 1

Cardiólogos al teléfono

Consejos: ¿Cómo dejar de fumar?

¿Qué es el ICICOR (Instituto de Ciencias del Corazón de Valladolid)?



Sumario nº 1 # junio 2010

03 **Presentación**

Asistencial

04-05 ¿Qué es el ICICOR?

06-07 Cardiólogos al teléfono

08-09 Actividades del ICICOR en el 2009

Investigación

10-11 El sistema NOGA

Fármacos

12-13 Ácido Acetilsalicílico

Consejos

14-15 ¿Cómo dejar de fumar?

Contraportada

16 La imagen: Un trabajo coral

Fotografía de portada:
TAC coronario multicorte. Técnica de diagnóstico por imagen para visualizar las coronarias. Sustituye al cateterismo.

Edita:

ICICOR

© ICICOR
(Instituto de Ciencias del Corazón)
Hospital Clínico Universitario
de Valladolid
Avenida de Ramón y Cajal, 3,
47003 Valladolid
T. 983 42 00 00

Dirección:
José Alberto San Román Calvar

Redacción:
Javier López Díaz, Ana Revilla Orodea y Berta Velasco Gatón.

Diseño y maquetación:
Cultura y Comunicación

Fotografía:
© Eduardo Margareto

Imprime:
Gráficas Germinal

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio sin permiso previo del editor.

Patrocinan: Sacyl · Hospital Clínico Universitario · Almirall · Boehringer Ingelheim

Presentación

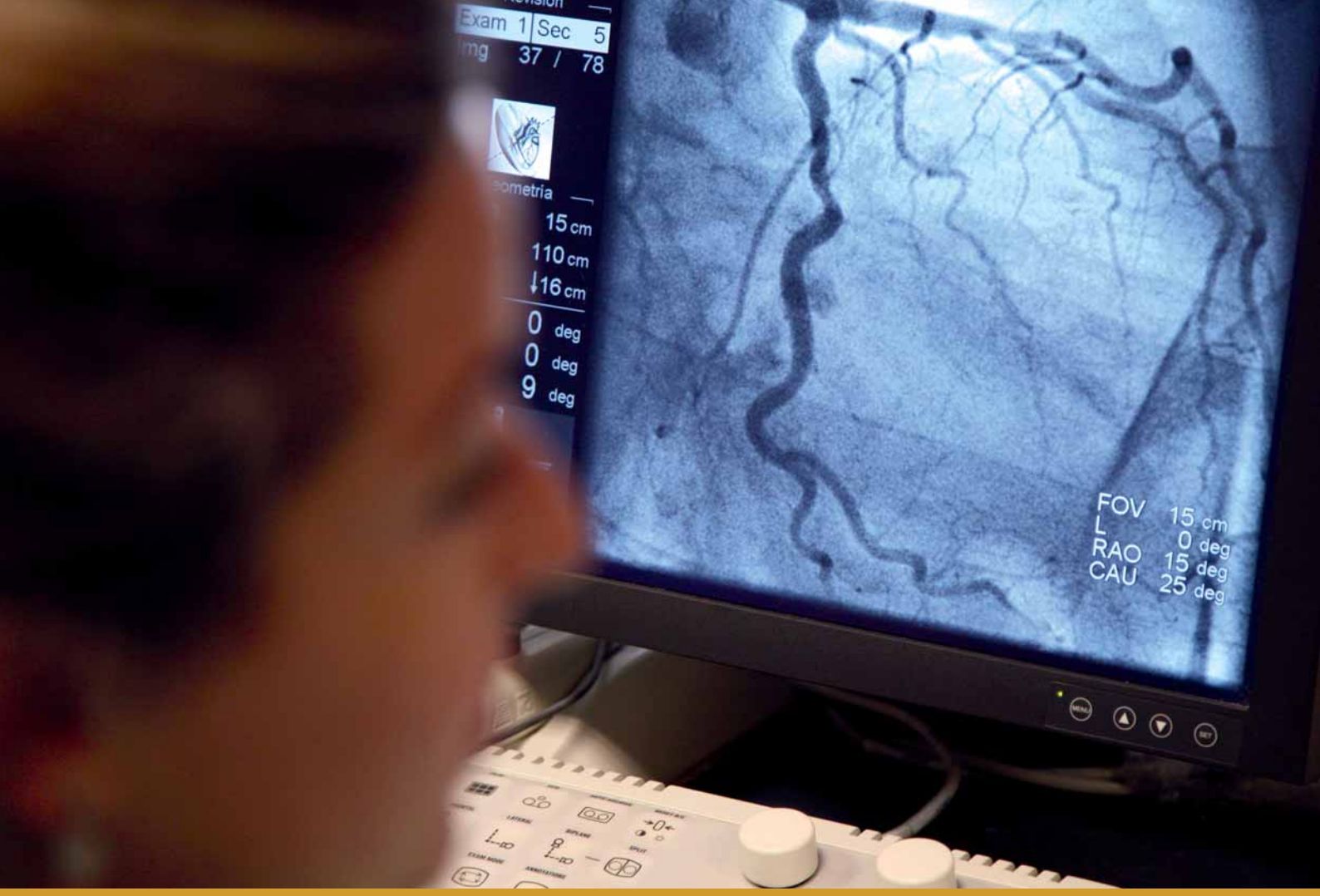
El ICICOR (Instituto de Ciencias del Corazón) se concibió como una agrupación funcional y estructural dirigida al paciente que, dependiendo de los órganos directivos del Hospital Clínico Universitario de Valladolid, pretende una gestión integral excelente y eficiente de todas las disciplinas y procesos médico-quirúrgicos, de cualquier complejidad y especialidad, que puedan contribuir a la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento de las enfermedades del corazón. Esta agrupación se forjó también como un instrumento de investigación cardiovascular, de formación de profesionales sanitarios y de educación de los ciudadanos en temas relacionados con la salud cardiovascular.

Con estas premisas, el principal objetivo de las personas que formamos el ICICOR es satisfacer las necesidades en salud de nuestros pacientes. Dentro de esos cuidados está incluido ofrecer información para que los pacientes y familia adquieran los conocimientos suficientes que les permitan llevar una vida saludable y afrontar las posibles recaídas que puedan aparecer. Para ello es necesario ser expertos en lo que hacemos y aplicar los tratamientos mejores. Este Servicio quiere estar formado por personas útiles, es decir, servidores de nuestra población. Nuestra pretensión no es llegar a ser los mejores del mundo, sino conseguir ser los mejores para el mundo. Creemos que la excelencia de un profesional se mide, ante todo, con el parámetro del servicio hacia sus pacientes.

Pero todos propósitos tienen que ir acompañados de un trato humano y cercano. Cuando los pacientes acuden al médico están tensos y preocupados. Es una experiencia difícil. A veces, los médicos no sabemos ponernos en su lugar, y no entendemos que estamos ante un paciente y no ante una enfermedad. Nosotros creemos firmemente que es nuestra obligación hacer más llevadera esa experiencia a nuestros pacientes. Y para ello es bueno que nos conozcan, que sepan lo que hacemos, que sepan hacia dónde vamos; en definitiva, que sepan en manos de quién ponen su salud. Nos gustaría que “Corazonadas” ayudara a ello. Si quieren saber más de nosotros no duden en consultar nuestra página web (www.icicor.es) ●

El principal objetivo del ICICOR (Instituto de Ciencias del Corazón) es satisfacer las necesiades en salud de nuestros pacientes, siempre con un trato humano y cercano.

José Alberto San Román, director del ICICOR y del Servicio de Cardiología del Hospital Clínico de Valladolid.



Cateterismo cardiaco, técnica utilizada para visualizar las arterias coronarias en pacientes con infarto o angina de pecho.

¿Qué es el ICICOR?

El Instituto de Ciencias del Corazón (ICICOR) está formado por los Servicios de Cardiología y de Cirugía Cardiaca del Hospital Clínico Universitario de Valladolid y estamos ubicados en la séptima planta de este Hospital.

Nuestra misión es contribuir a mejorar la salud cardiovascular de la población de Castilla y León a través de la excelencia en la asistencia, docencia e investigación y el respeto a nuestros pacientes.

En el ámbito asistencial somos centro de referencia a nivel regional en cardiología invasiva (Hemodinámica y Arritmias), Cirugía Cardíaca, Imagen e Insuficiencia cardíaca.

En investigación somos pioneros en el desarrollo de ensayos clínicos de terapia celular y lideramos varios estudios multicéntricos a nivel nacional.

Además desde el comienzo de las Redes Temáticas de Investigación Cooperativa (RETICS) del Instituto de Salud Carlos III en 2003 pertenecemos a la Red de Enfermedades Cardiovasculares (RECAVA) y a la Red de Terapia Celular (Red TerCel). Desde 2007 pertenecemos también al Centro en Red de Medicina Regenerativa y Terapia Celular de Castilla y León y desde 2008 hemos recibido el reconocimiento de Grupo de Investigación de Excelencia por parte de la Junta de Castilla y León. Mantenemos una estrecha colaboración con varios grupos de investigación básicos del Instituto de Biología y Genética Molecular (IBGM) de la Universidad de Valladolid con el fin de trasladar el conocimiento científico a la práctica clínica de una manera ágil.

En docencia pretendemos ofrecer una formación de la máxima calidad a través del desarrollo de cursos de formación y programas específicos de formación de 24 meses de duración en las nuestras distintas Unidades. Además varios de nuestros miembros son profesores de la Universidad de Valladolid.

Desde 2009 tenemos una página web www.icicor.es como una ventana abierta con la que pretendemos acercarnos a la sociedad para que nos conozca mejor y así como todas las actividades que desarrollamos de manera actualizada. Además estamos abiertos a cualquier consulta, comentario o sugerencia que nos quieran hacer llegar a través de la siguiente dirección icicor@icicor.es Estamos seguros de que esto nos ayudará a mejorar y a ofrecer una atención excelente a nuestros pacientes ●

Nuestra misión es contribuir a mejorar la salud cardiovascular de la población de Castilla y León a través de la excelencia en la asistencia, docencia e investigación.

Cardiólogos del ICICOR realizando pruebas diagnósticas y terapéuticas en el Hospital Clínico de Valladolid.

En breve, entrará en servicio una línea directa que será atendida durante dos horas al día para que nuestros médicos de Atención Primaria del Área de Salud Este de Valladolid, nos consulten todo lo que consideren oportuno.

Cardiólogos *al teléfono*

Próximamente empezaremos un nuevo plan que ha sido promovido por la Consejería de Sanidad. La idea es sencilla. Los médicos de Atención Primaria atienden pacientes que ya han sido diagnosticados o en los que se sospecha una enfermedad del corazón. Sin embargo, no disponen de una forma directa de contactar con nosotros, los especialistas del corazón. Actualmente tienen que solicitar una consulta reglada o mandar al paciente al servicio de Urgencias del hospital. A partir del próximo mes, existirá una línea directa que será atendida durante 2 horas al día para que nuestros médicos de Atención Primaria nos consulten todo lo que consideren oportuno. Además, podrán transmitir en directo los electrocardiogramas de los pacientes para discutirlos juntos. Esos electrocardiogramas podrán ser hechos en la consulta o incluso en el domicilio del paciente. Si la situación es urgente, los médicos de Atención Primaria podrán contactar con nosotros a cualquier hora del día y de la noche. En definitiva, esperamos que una estrecha colaboración entre los médicos de Atención Primaria y nosotros sirva para atender mejor a nuestros pacientes ●

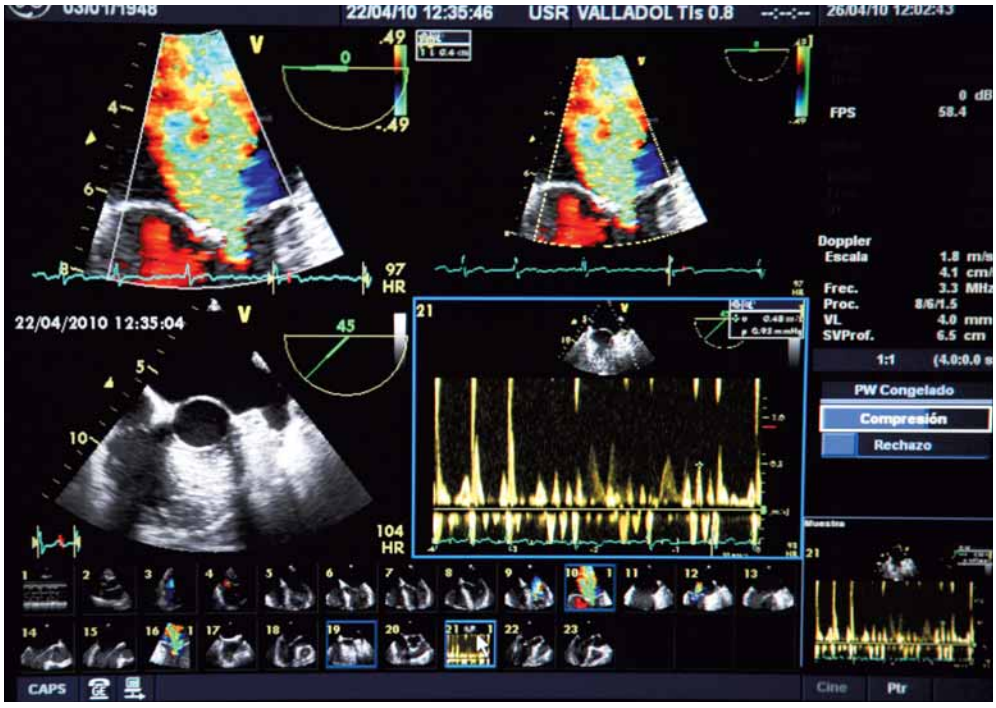
Actividades del ICICOR

en el año 2009

Consultas	14.153
Marcapasos	260
Trasplantes	13
Cateterismos	3.121
Ecocardiogramas	8.159
Cirugías	578
Resonancias magnéticas	416
TAC de arterias coronarias	190
Pruebas de esfuerzo	1.987
Holter	2.059

▲ *Cirujanos durante un trasplante cardiaco.*

Ecocardiograma Doppler, prueba de diagnóstico por imagen, ampliamente utilizada en cardiología. ▶

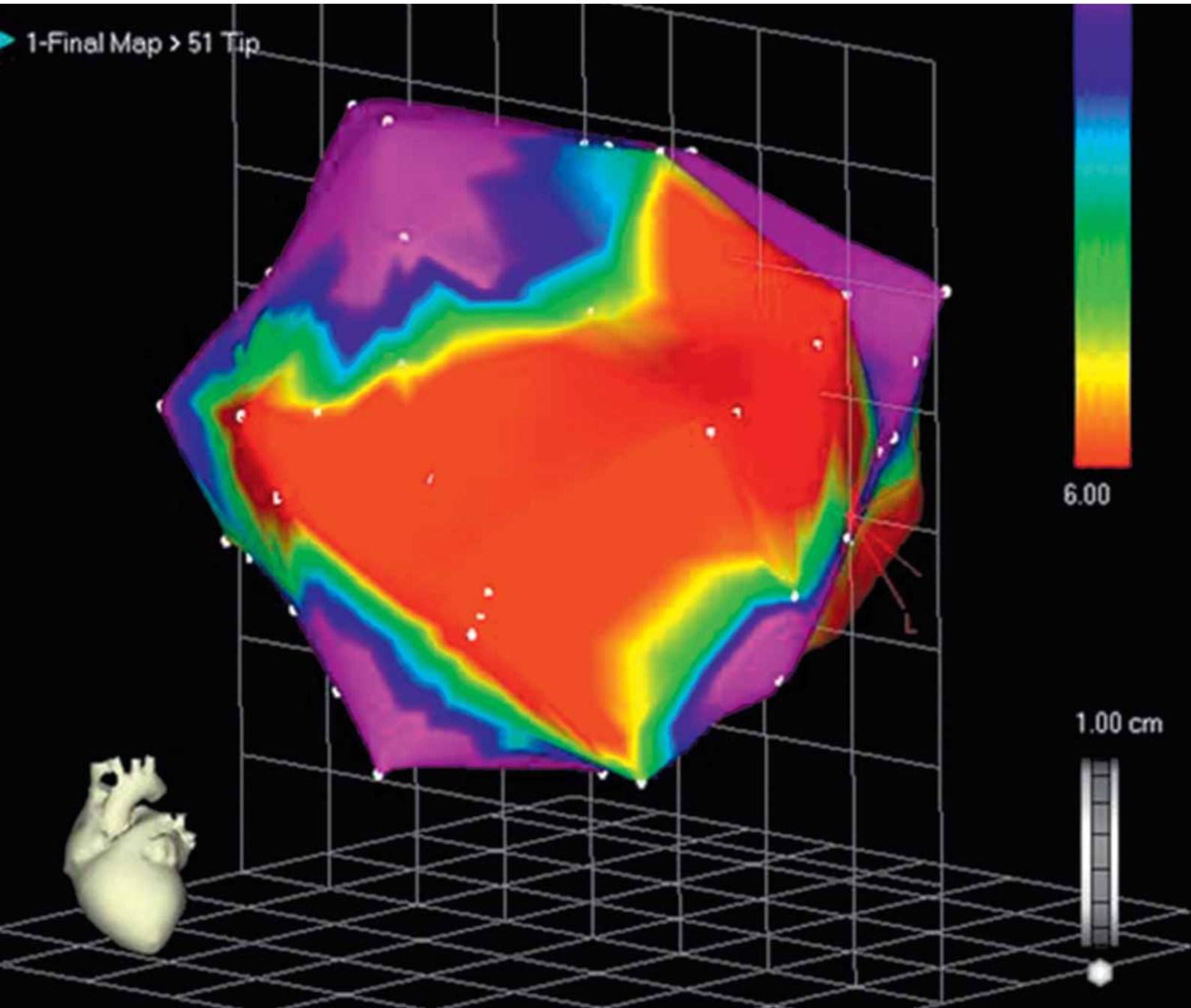


corazonadas
Publicación del ICICOR (Instituto de Ciencias del Corazón de Valladolid)
Investigación
junio 2010 # nº 1

El sistema NOGA

tecnología punta en el ICICOR

Reconstrucción tridimensional del ventrículo izquierdo con el sistema NOGA.



Desde el año 2006 contamos en el ICICOR con el sistema NOGA, que es una técnica diagnóstica que permite evaluar, a través de catéteres, las características eléctricas y la contracción del corazón. La electricidad es sinónimo de vida, es decir, si se detecta electricidad en un área del corazón es que las células de ese territorio están vivas. La contractilidad cardiaca puede perderse tras un infarto agudo de miocardio o cuando las arterias que llevan la sangre al corazón (arterias coronarias) están muy obstruidas.

Las siguientes figuras son ejemplos de la imagen cardiaca que se obtiene tras la realización de un NOGA. La figura de la izquierda muestra la electricidad generada en el corazón, la de la derecha, la contractilidad cardiaca. Las zonas de color rojo indican valores bajos de electricidad y contractilidad, las zonas rosas son normales y las verdes y amarillas, son áreas intermedias.

El sistema NOGA, que actualmente está disponible únicamente en 5 hospitales españoles, se utiliza en el tratamiento con células madre en pacientes con enfermedad severa de las arterias coronarias. A estos pacientes se les extraen unos 50 mililitros de la médula ósea pinchándoles en la cadera, esa médula se cultiva en el laboratorio durante aproximadamente 1 mes

El sistema NOGA es una técnica diagnóstica que permite evaluar, a través de catéteres, las características eléctricas y la contracción del corazón. Actualmente está disponible únicamente en 5 hospitales españoles.

Cardiólogo realizando un ecocardiograma Duppler. Abajo, ecocardiograma Duppler.

hasta obtener un número suficiente de células madre y posteriormente a través del sistema NOGA se inyectan dichas células en las zonas del corazón que no tienen contractilidad pero que generan electricidad. Los pacientes durante el procedimiento están despiertos, se hace a través de una arteria de la ingle (arteria femoral) y no suelen notar los pinchazos en el corazón. Generalmente permanecen ingresados únicamente 24 horas tras el procedimiento y la recuperación es rápida y sencilla. Hasta el momento se ha realizado la técnica en 8 pacientes, y todos ellos han evolucionado de manera favorable tras el procedimiento.

Esperamos en un futuro ampliar el número de pacientes en los que aplicar esta novedosa técnica, así como incrementar la utilidad del NOGA en otras indicaciones ●

7523
TD2
0207
Lote:
CAD:
9244C11
05.2011
0207
Lote:
CAD:
9244C11
05.2011

Acido Acetilsalicilico

(adiro®, tromalyt®, a.a.s®)

Es uno de los medicamentos más utilizados en Cardiología, sobre todo en la "cardiopatía isquémica" (enfermedades de las arterias del corazón). Se incluye dentro de los llamados fármacos "antiagregantes" (fármacos que evitan la agregación de las plaquetas). Las plaquetas son un componente muy importante de la sangre que al unirse entre ellas ("agregarse") forman trombos. Esto es muy útil para la curación de las heridas, ya que los trombos formados por las plaquetas ocluyen las zonas de sangrado y ayudan a la reparación del tejido. Pero a veces las plaquetas se activan y se unen formando trombos en las arterias coronarias, estrechándolas u obstruyéndolas, lo que produce un infarto o angina de pecho.

La acción fundamental del ácido acetilsalicílico es evitar la unión del las plaquetas por lo que no puede formarse el trombo. Por esto es uno de los medicamentos más utilizados en los pacientes con "ataque al corazón" tanto infarto agudo de miocardio como angina de pecho. También se utiliza de forma crónica (tratamiento de todos los días) en los pacientes que han tenido previamente un infarto o una angina de pecho. Es además muy importante en los pacientes a los que se les ha puesto un "stent" y casi todos ellos lo toman también a diario.

Su principal efecto secundario es la molestia de estómago o dolor de estómago tras tomarlo, pero suele ser un efecto leve que no impide el tratamiento. Para evitarlo es muy importante tomar la pastilla tras la comida, con el "estómago lleno". Otro efecto secundario es un aumento del riesgo de sangrados, aunque suelen ser leves. En muchos pacientes (sobre todo si tienen úlcera de estómago o duodeno) suele asociarse un medicamento protector de estómago para disminuir aún más el riego de molestias o sangrado.

Hay personas que pueden ser alérgicas o que no toleran la medicación, como los pacientes con asma, insuficiencia grave de la función del riñón o del hígado. Existen otros medicamentos antiagregantes que pueden administrarse si es necesario a estas personas.

Puede que en alguna ocasión haya que suspenderle el tratamiento con ácido acetilsalicílico temporalmente (si le van a operar de algo o a hacer una intervención dental importante). Siempre antes de decidir suspender el tratamiento debe consultarlo con su cardiólogo o con su médico de atención primaria, que le aconsejarán sobre si puede dejar el tratamiento y por cuanto tiempo ●

A veces las plaquetas se activan y se unen formando trombos en las arterias coronarias, estrechándolas u obstruyéndolas, lo que produce un infarto o angina de pecho.

La acción fundamental del ácido acetilsalicílico es evitar la unión del las plaquetas por lo que no puede formarse el trombo.

Consejos

Dejar de fumar, una decisión

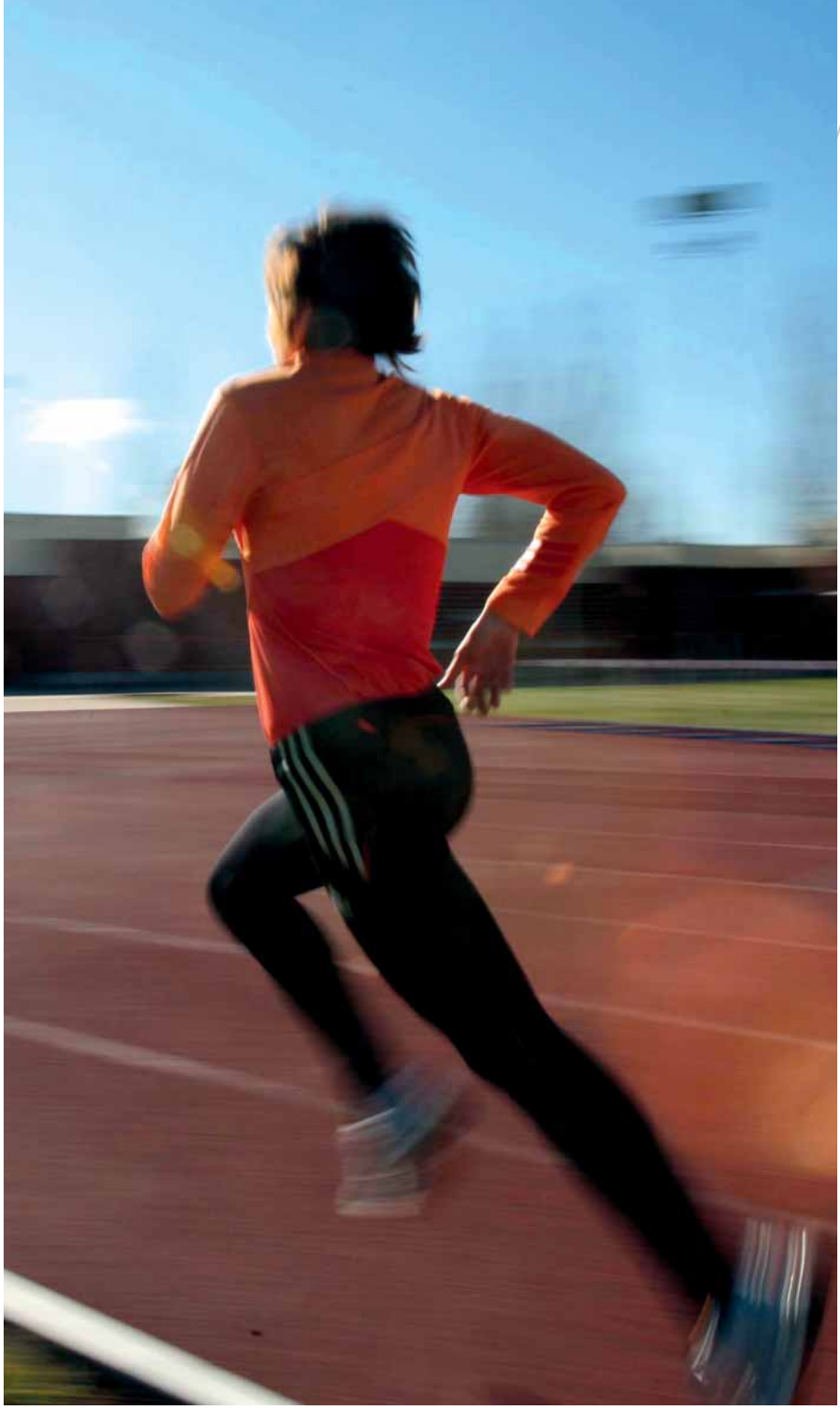
Dieta cardiosaludable y abandono del tabaco, dos buenas recetas para cuidar su salud.

Seguro que usted sabe los riesgos que para la salud y para su corazón conlleva el hábito de fumar. Activa la coagulación de la sangre, con el consiguiente riesgo para la formación de coágulos y, con ello, el riesgo de embolia e infarto. Los fumadores tosen más, son más proclives a sufrir infecciones respiratorias y se cansan con facilidad. Según la OMS, al año se producen en el mundo cuatro millones de muertes provocadas directamente por el tabaco. Esto asusta un poco ¿no?

Con total probabilidad, si usted es fumador, su cardiólogo, su enfermera, su mujer, su madre, sus hijos, sus amigos y hasta tal vez su conciencia le hayan dicho alguna (o muchas veces) que tiene que dejar de fumar… Si lo ha intentado e incluso lo ha conseguido ¡Enhorabuena¡

Para animarle le vamos a dar una buena noticia: usted puede dejarlo. ¿Cómo? Aquí va la respuesta:

1. Confiando en usted, creyéndose perfectamente capaz de dejar de fumar.
2. Marcarse para el día presente lo que quiere conseguir y olvidarse de la sensación de futuro.
3. Comenzar a dejar de fumar en los momentos que considere menos necesario y poco a poco ir suprimiendo alguno más.
4. Cambie los rituales: sustituir el “cafetito”, cambie el lugar en el que queda con los amigos. Escoja una ruta distinta para ir al trabajo, desayune en un lugar diferente, coma algo diferente. Mantenga en sus manos objetos distintos al cigarrillo: bolígrafo, anillo, pulseras, muñeco relajante.
5. Aprenda ejercicios de relajación o de respiración profunda por si la tensión aparece.
6. Puede apartar el dinero que se ahorra cada día. Después de un tiempo con lo que haya ahorrado, se hace usted un regalo (se asombrará del buen regalo que puede hacerse).
7. Mantenga fuera de su alcance los cigarros, y el encendedor. Retire los ceniceros de casa.
8. Procure situarse en lugares limpios de humo de tabaco.
9. Trate de pasar tiempo con personas que no fuman y ex-fumadores, quienes apoyarán sus esfuerzos para dejar de fumar.
10. Tal vez le pueda servir de ayuda escribir una lista de sus motivos para dejar de fumar y meditarlos de vez en cuando.
11. Cuando llegue la tentación de fumar, tenga a mano algo para picar o masticar: fruta fresca, frutos secos, chicles sin azúcar, pepinillos, zanahorias… Cualquier cosa, con pocas calorías.
12. Después de comer, lávese inmediatamente los dientes.
13. Algunas sugerencias alimenticias:
- Tome comidas sencillas. Evite los fritos, carnes muy sazonadas o comidas fuertemente condimentadas.



- Beba abundantes zumos de fruta: naranja, pomelo, limón.
- Tome un desayuno nutritivo.
- Evite los alimentos y bebidas que estimulan sus deseos de fumar.
- Disminuya lo más posible el consumo de alcohol, bebidas gaseosas y café.
- Lleve a cabo estas recomendaciones le ayudaran a disminuir la preocupación que le puede causar ganar algún kilo de más.

14. Haga ejercicio. Puede comenzar a practicar un nuevo deporte. Lo que pueda hacer andando, hágalo. Intente ir al trabajo a pie o en transporte público, evite el ascensor.

15. Realice actividades que le distraigan y le hagan disfrutar: puzzles, bricolaje, tocar un instrumento, y conseguirá dominar el deseo imperioso de fumar. Es buen momento para empezar a realizar aquellas actividades para las que nunca tuvo tiempo ●

Los fumadores tosen más, son más proclives a sufrir infecciones respiratorias y se cansan con facilidad. Según la OMS, al año se producen en el mundo cuatro millones de muertes provocadas directamente por el tabaco.

corazonadas

ICICOR Instituto de Ciencias del Corazón
(Hospital Clínico Universitario de Valladolid)

nº 1

La imagen

Un trabajo coral

En la pequeña bandeja de metal dos médicos preparan y manipulan un corazón joven y sano para que dé vida a otra persona. Este pequeño órgano musculoso acaba de llegar en una nevera, desde un lugar remoto, hasta Valladolid. Nadie pregunta la procedencia. Todos saben que su propietario acaba de morir. Posiblemente en un accidente de tráfico.

Concentración y coordinación. Es lo que transmite esta imagen. ¿Por qué no?, también mucha tensión, pero solapada por una buena sincronía.

La inmensa sorpresa que experimenta quien, por primera vez, presencia un trasplante cardiaco, es la armonía que envuelve la complicada actividad que se desarrolla en el quirófano. Cirujanos, anestesistas, enfermeras y auxiliares, tienen bien aprendido el papel que desempeñan en este trabajo coral. El cirujano principal apenas si se despega del paciente en las ocho horas que viene a durar la intervención.

El momento de excitación máxima se alcanza cuando se produce la conexión del nuevo corazón al cuerpo del receptor. Silencio. Respiración contenida. Sólo se escuchan las palpitaciones de la máquina que bombea la sangre. Nadie pronuncia palabra. Todos observan el interior del enorme cráter abierto en mitad del pecho del paciente. De súbito, el músculo comienza a latir con un acorde rítmico, alegre. Sin duda, este corazón es más lozano y mucho más vigoroso que el que acaban de extraer.

Una exhalación colectiva, pero muy comedida, inunda la sala. A pesar de la satisfacción, ninguno de los presentes se relaja. La representación no ha finalizado.

El quirófano es un pequeño escenario donde cada actor tiene perfectamente estudiado la parte del guión que debe interpretar. En el libreto, apenas hay diálogos. Sólo frases cortas, órdenes y muchas miradas de complicidad.

Nadie aplaude cuando concluye la intervención. El único espectador, el enfermo, duerme. Hasta dentro de unas horas no se sabrá si existe comunión entre dos cuerpos desconocidos ●