

# La Clínica Vista Hermosa es acreditada como Centro de Medicina del Sueño

► Es la única unidad de la provincia con esta certificación, que viene avalada por el CEAMS, un comité integrado por cinco sociedades médicas nacionales

## REDACCIÓN

■ La Unidad de Sueño de la Clínica Vista Hermosa ha sido acreditada recientemente como Centro de Medicina del Sueño, se-

llo que refleja la calidad del servicio en cuanto a las distintas pruebas diagnósticas realizadas, al servicio de consulta médica de todos los trastornos del sueño y a su carácter multidisciplinar, al estar formada por un equipo de Otorrinolaringólogos, Cardiólogos y Médicos Internistas, coordinados por una Neurofisióloga Clínica.

Esto nos convierte en la unidad de sueño de referencia de la provincia de Alicante, al ser los primeros y únicos en recibir esta certificación, avalada por el CEAMS, comité integrado 5 sociedades médicas (la Sociedad Española Sueño, la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica, la Sociedad Española de Neurología, la Sociedad Española de Psiquiatría y la Sociedad

Española de Pediatría).

La Medicina del Sueño ha dado un salto espectacular en los últimos 10 años en España. Están demostradas científicamente las consecuencias de los trastornos del sueño sobre la vida de los que los sufren, disminuyendo tanto su calidad como su esperanza de vida, ya que se asocian a somnolencia durante el día, aumentando los accidentes laborales y en carretera, a trastornos del estado de ánimo (depresión, ansiedad, irritabilidad), sin olvidar su frecuentes asociación a patología cardiovascular, siendo causa frecuente de hipertensión arterial, arritmias cardíacas e infartos agudos de miocardio.

Es por ello que en Europa y Estados Unidos las Unidades de Sueño son multidisciplinarias, estando integradas por distintas especialidades, lo que permite una mejor valoración del paciente.



**Noticia**  
de la Semana

## Descubren el gen de la juventud

Un grupo de investigadores del MIT acaba de anunciar el hallazgo de un gen cuya activación permite que las células «rejuvenezcan» y vivan dos veces más tiempo de lo normal.

Como sabemos muy bien, las células humanas tienen un ciclo de vida muy limitado. De hecho, sólo pueden renovarse un número determinado de veces antes de morir. Existe, sin embargo, una excepción a esta regla universal: El «contador» de la esperanza de vida celular «se pone a cero» cuando se trata de crear nuevas células destinadas a la reproducción. Es la razón, por ejemplo, de que los hijos engendrados por varones de veinte y de ochenta años tengan, los dos, las mismas expectativas de vida.

Por desgracia, la ciencia ignora cuál es el mecanismo que permite este extraordinario «reseteo» de las células humanas y, hasta ahora, los esfuerzos por desentrañar el misterio han sido en vano. Aunque las cosas pueden estar a punto de cambiar.

En efecto, un grupo de biólogos del MIT (Massachusetts Institute of Technology) ha conseguido localizar un gen que parece ser el responsable de este proceso. Los resultados son muy prometedores: activando el gen en células de levadura muy envejecidas, los investigadores consiguieron que éstas vivieran el doble de tiempo de lo normal.

Si el mecanismo funciona de la misma forma en las células humanas, el equipo del MIT podría haber dado con la clave para mantener la juventud durante mucho más tiempo. Si podemos identificar qué genes participan en el rejuvenecimiento, podremos diseñar, por medio de la ingeniería genética, formas de activarlos en las células normales.

Juan Carlos Padilla Estrada  
Director médico H.I. Medimar



9 6 5 . 1 6 . 2 2 . 0 0

www.hospitalmedimar.com

# Más de la mitad de los españoles padece un factor de riesgo cardiovascular

► Según la Fundación Española del Corazón es esencial que la población se conciencie de la importancia de mantener hábitos de vida saludables

## REDACCIÓN

■ Un estudio de la Fundación Española del Corazón (FEC) ha revelado que hasta el 57,6 por ciento de los españoles padece un factor de riesgo cardiovascular, como hipertensión, hipercolesterolemia, sobrepeso, diabetes, tabaquismo o sedentarismo, y casi la mitad (42%) acumulan al menos dos, lo que hace que aumenten «enormemente» sus probabilidades de sufrir una cardiopatía. Así se desprende de los resultados de las más de 25.000 pruebas médicas realizadas con motivo de la Semana del Corazón.

Esto es un reflejo, según la FEC, de que España, al igual que otros países desarrollados, está experimentando una epidemia de sobrepeso y obesidad, tanto en adultos como en niños.



La hipertensión es un factor de riesgo.

En dicho chequeo, la FEC analizaba de forma gratuita la tensión arterial, el índice de masa corporal (IMC), el colesterol y el perímetro de cintura a todos aquellos ciudadanos que quisieron conocer el es-

**Con una dieta equilibrada, practicar ejercicio regularmente y evitar el consumo de tabaco, se conseguirían «grandes resultados»**

tado de su salud cardiovascular.

El presidente de la FEC, Leandro Plaza, considera «esencial» que la población se conciencie de la importancia que tiene mantener unos hábitos de vida saludables para prevenir y reducir las enfermedades cardiovasculares.

«Con costumbres tan sencillas -añade este especialista- como seguir una dieta equilibrada, practicar ejercicio regularmente y evitar el consumo de tabaco, conseguiríamos grandes resultados», reconoce este experto, que anima a iniciar estos hábitos saludables desde la infancia, ya que «cuanto antes incorporemos estas medidas, antes se considerarán como algo natural, por lo que resultará más fácil mantenerse fiel a estas costumbres a lo largo de la vida».

# HOMBRO DOLOROSO EN EL PACIENTE HEMIPLEJICO

## Tribuna

### Dr. Manuel Menchón Bofill

► Coordinador del Equipo Multidisciplinar del Grupo Casaverde.  
Área de Clínica, Investigación y Formación.

**E**l daño cerebral sobrevenido es aquel que se deriva de una lesión sobre un cerebro previamente desarrollado. Tiene diferentes etiologías como un traumatismo craneoencefálico, procesos tumorales, infecciosos, patologías vasculares, etc. Las consecuencias suelen ser complejas y discapacitantes que afectan a diferentes niveles (motor, cognitivo, sensitivo, comportamiento, etc.) y a la independencia funcional del paciente mermando su calidad de vida. Las lesiones en las regiones frontales y parietales de los hemisferios cerebrales suelen provocar alteraciones en la parte del cuerpo contraria a la del

hemisferio cerebral lesionado. Así son frecuentes las hemiplejías (parálisis de la mitad del cuerpo) y las hemiparesias (pérdida de fuerza y destreza de la mitad del cuerpo). Otro problema a destacar de este tipo de lesiones es el aumento del tono muscular o espasticidad en algunos grupos musculares que asociada al déficit motor da lugar a posturas anómalas del brazo y / o la pierna.

Casi las tres cuartas partes de los hemiplejicos sufren dolor de hombro durante los siguientes doce meses al ictus. El porcentaje oscila entre un 16 y un 84%.

La etiología de esta patología puede ser diversa: desarrollo de una capsulitis adhesiva debida a la inmovilidad junto a la posición del hombro en aducción y rotación interna, anomalías del tono muscular, acortamiento de los rotadores internos y debilidad de los rotadores externos, subluxación inferior de la cabeza humeral, trastornos sensitivos, movimiento pasivo brusco o mala colocación del brazo entre otros.

El dolor puede tener un origen central o talámico (es un dolor inclemente, difuso, mal definido, con sensación de quemadura cutánea), distrofia simpática refleja, dolor secundario a espasticidad (debido a la contractura y/o acortamiento del músculo afectado), o por trastornos sensitivos. Por lo que es importante distinguir la etiología del dolor de hombro para proceder a un tratamiento eficaz.

La prevención y adecuada colocación postural será fundamental, de vital importancia y labor de profesionales, cuidadores y paciente. Lo que conlleva la adquisición por parte de la familia y paciente de conocimientos y estrategias como forma de tratamiento. Nunca se debe traccionar del brazo en las transferencias, evitar cualquier tipo de traumatismo en el hombro y colocar correctamente el brazo tanto en sedestación como en decúbito (ante cualquier duda consultar siempre con un profesional).

El tratamiento irá enfocado a conservar la movilidad del brazo afecto y paliar el dolor con movilizaciones y medidas antálgicas, puesto que un brazo envarado y doloroso impide el equilibrio y movimiento en todo el cuerpo, limitando el tratamiento general e interfiriendo en la vida cotidiana del paciente.