

La fisioterapeuta Eva Segura Ortí lidera un proyecto europeo interdisciplinar para fomentar hábitos saludables durante la hemodiálisis

Investigadores de Suecia, Grecia, Bélgica y España integran el proyecto europeo GoodRENal para el fomento de hábitos de vida saludables en personas con enfermedad renal crónica. Liderado por la doctora Eva Segura Ortí (colegiada del ICOFCV), profesora del Departamento de Fisioterapia de la Universidad CEU Cardenal Herrera (CEU UCH), de Valencia, el proyecto ha obtenido más de 300.000 euros de financiación, procedentes del programa europeo Erasmus+, así como del Plan de I+D+i español.

Especialistas de la CEU UCH, el Hospital de Manises, la UV y la UPV; el Instituto Karolinska y el Hospital Universitario de Skane (Suecia); la Universidad Católica de Lovaina (Bélgica); y la Universidad Aristóteles de Tesalónica (Grecia), promoverán la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad renal crónica a través de un enfoque integral, que contemple la actividad física, la nutrición y el bienestar psicológico. Para ello, trabajarán en el diseño de una plataforma virtual para su uso durante las sesiones de hemodiálisis que fomente la adhesión a estos hábitos saludables en los pacientes, mientras reciben el tratamiento.

«Su objetivo es desarrollar una completa plataforma virtual, con una visión integral de las necesidades de los pacientes en hemodiálisis, aprovechando el tiempo que pasan en las sesiones», destaca la profesora Eva Segura, que desde el año 2004 trabaja en el desarrollo de programas específicos de ejercicio durante las sesiones de hemodiálisis, también mediante el uso de videojuegos, en colaboración con investigadores españoles e internacionales.

«En investigaciones previas, hemos comprobado los beneficios del ejercicio adaptado y su fomento a través de este tipo de plataformas virtuales en los niveles de actividad y funcionalidad física de los pacientes renales crónicos, con la consiguiente mejora en su calidad de vida relacionada con la salud», añade la investigadora.

«Con el proyecto GoodRENal, -continúa- queremos ampliar el foco y colaborar con expertos en áreas donde los pacientes también necesitan mucha ayuda, como son la educación nutricional y el bienestar psicológico, en colaboración con especialistas españoles y europeos de distintas disciplinas». «Este enfoque multidisciplinar para la mejora de estos pacientes es nuevo a nivel internacional y nuestro objetivo es que sea accesible para pacientes y profesionales de la salud en cualquier lugar del mundo», destaca Eva Segura, añadiendo que, además «usar la tecnología en este contexto de pandemia de Covid-19 es beneficioso, porque no hay contacto físico con el material para hacer ejercicio, ya que se emplean dispositivos de tracking, ordenadores y pantallas que en ningún momento entran en contacto con el paciente. Esto permite compartir los equipos de ejercicio, o de formación en hábitos de vida saludables del proyecto, sin riesgo de contagio por contacto con ellos».

El proyecto GoodRENal también contempla el diseño de una plataforma de *e-learning* con guías sobre hábitos de actividad física, nutrición y aspectos psicológicos, dirigida a todos los agentes que influyen en el estilo de vida de los pacientes en hemodiálisis, desde las propias personas con enfermedades renales crónicas, hasta los profesionales de la salud que los tratan, sus familiares y sus cuidadores. Y contempla igualmente la organización de diversos eventos científicos y actividades formativas hasta el año 2023.

Evidencian la necesidad de valorar en los deportistas de élite la holgura articular de las caderas como factor de riesgo lesional y predictor clínico de reincidencia y gravedad de las lesiones por desgarro isquiobital

En un estudio epidemiológico recientemente publicado en *Journal of Clinical Medicine* en el que participa el fisioterapeuta Jesús Seco

«El papel de la discrepancia en el aclaramiento de la articulación de la cadera como otro predictor clínico de reincidencia y gravedad de la lesión en los desgarros de isquiotibiales en atletas de élite» es el título del artículo recientemente publicado en *Journal of Clinical Medicine*, publicación científica de primer nivel en el campo de la Traumatología y la Medicina Deportiva, con los resultados de un estudio epidemiológico sobre los desgarros de los músculos isquiotibiales en deportistas de élite, una de las lesiones más preocupante en el ámbito deportivo por su alta prevalencia e incidencia acumulada.

El fisioterapeuta Jesús Seco, investigador del Instituto de Biomedicina de Castilla y León (IBIOMED), de la Universidad de León, y profesor visitante de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU), es uno de los participantes en este estudio epidemiológico desarrollado conjuntamente con las Universidades de Carolina del Norte, de Salamanca (Usal), del País Vasco (UPV/EHU), de Burgos (UB), el Hospital de León (CAULE), y el Instituto de Biomedicina de Castilla y León (IBIOMED).

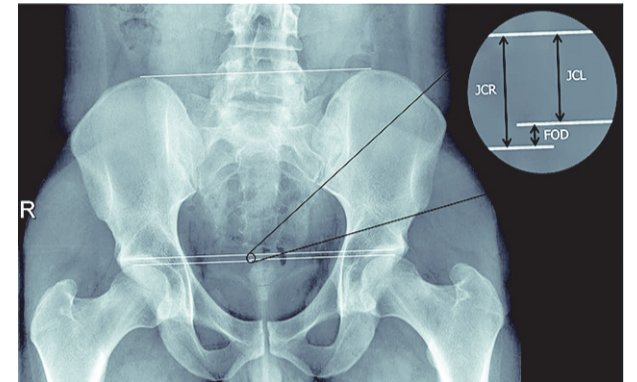
«Se trata de un estudio epidemiológico, observacional, de corte transversal, que ha superado los requerimientos éticos y legales de las sociedades científicas y de las agencias de control internacionales para este tipo de proyectos», explica Jesús Seco, destacando que «sus resultados muestran la primera evidencia de un papel de la diferencia de holgura articular de las caderas como factor de riesgo lesional y predictor clínico de reincidencia lesional y gravedad de la lesión».

El estudio se desarrolló con la participación de cien atletas americanos de élite (velocistas y mediodondistas) que han superado los trials olímpicos y entre los que se encuentran campeones mundiales y olímpicos de sus respectivas modalidades. «Se les dividió en dos grupos, cada uno de 50, separados por la presencia en su historial de lesiones o no. A todos ellos se les revisó su historial médico y deportivo de los últimos cinco años y se les realizó una entrevista personal» explica Jesús Seco, resaltando que, «el análisis multivariante realizado indicó que esta diferencia de holgura articular de las caderas se asocia significativamente con el número de lesiones y su gravedad. Concretamente, el 60,1% del número de lesiones y el 10,5% de la gravedad de las lesiones se explica por la variabilidad de esta diferencia de holgura articular de las caderas».

Propuesta del estudio

«Por ello -continúa explicando Jesús Seco-, hemos propuesto, y esto es también innovación, realizar en los reconocimientos médico-deportivos habituales, un control radiográfico preciso y concreto de la articulación de las caderas, y valorar y verificar si el sujeto tiene esa pequeña (hablamos de diferencias de 8 milímetros) de holgura articular. Y si la tiene, ese sujeto es de riesgo. Por lo que habrá que disponer para él un entrenamiento específico y un protocolo concreto de prevención».

El profesor Seco considera que «aunque en general los programas de Fisioterapia y rehabilitación para prevenir este tipo de lesión han demostrado ser efectivos para reducir su



tasa en los atletas, los datos sobre qué factores de riesgo lesional deben usarse para seleccionar a los atletas para tales programas son limitados. Específicamente, algunos no han considerado factores de confusión, como por ejemplo las características morfológicas de los atletas. Nosotros, sin embargo, ofrecemos la posibilidad de establecer programas específicamente dirigidos a solventar esta confusión actualmente existente».

Resultados de utilidad en el abordaje de este tipo de lesiones

«Los resultados del estudio brindan información predictiva útil para tanto para los profesionales sanitarios involucrados en el diagnóstico y tratamiento de lesiones por ruptura de los músculos isquiotibiales como para los responsables de la evaluación clínica de los atletas», afirma Jesús Seco, explicando que «en los controles de medicina deportiva de rutina y los exámenes clínicos en los atletas, se podría agregar una radiografía de la pelvis -como sugieren los resultados del estudio-, que permita medir la diferencia de holgura articular en las caderas de los deportistas, lo que permitirá que los atletas con este factor de riesgo específico se incluyan en los programas de prevención de lesiones de los isquiotibiales».

«El estudio ofrece una información de interés para las sociedades científicas, nacionales, federaciones deportivas, clubes deportivos..., pudiendo suscitar un cambio de paradigma en el abordaje de este tipo de lesiones tan habituales en el deporte», señala el profesor Seco, resaltando que «además, reduciría el impacto de las bajas por lesión en los deportistas, ahorraría el coste de los días de baja (que actualmente es de 28 días, con lo que supone que un deportista esté un mes sin entrenarse), y el alto coste económico de una recuperación funcional adecuada». «E, incluso, -concluye- podríamos estimar que, si un corredor no se lesiona, podría aspirar a mejorar sus marcas (records), ya que tendría más continuidad en sus entrenamientos y, por lo tanto, su progresión se vería beneficiada».

Cita del artículo publicado

Seco-Calvo, J.; Palavicini, M.; Rodríguez-Pérez, V.; Sánchez-Herráez, S.; Abecia-Inchaurregui, L.C.; Mielgo-Ayuso, J. «The Role of Hip Joint Clearance Discrepancy as Other Clinical Predictor of Reinjury and Injury Severity in Hamstring Tears in Elite Athletes». *J. Clin. Med.* 2021, 10, 1050: <https://doi.org/10.3390/jcm10051050>