Rev Clin Esp. 2015;215 (Espec Congr):679

Revista Clínica Española

https://www.revclinesp.es

RV-040 - ¿PRESCRIBIMOS MODIFICACIONES EN EL ESTILO DE VIDA EN NUESTROS PACIENTES?

R. Alonso Navarro, G. Navarro Jiménez, A. Blanco Portillo, M. Pérez Figueras, I. González Anglada, C. Garmendia Fernández, R. Escudero Sánchez, M. Barrera Ruiz

Servicio de Medicina Interna. Hospital Universitario Fundación Alcorcón. Alcorcón (Madrid).

Resumen

Objetivos: En los informes de alta de los pacientes ingresados, son importantes las recomendaciones no farmacológicas (medidas higiénico-dietéticas, ejercicio físico adecuado, abandono de hábitos tóxicos) ajustadas a sus enfermedades crónicas. El objetivo de este estudio es evaluar la prescripción de estas recomendaciones en los pacientes con factores de riesgo cardiovascular (RCV).

Métodos: Estudio descriptivo en el que se analizaron los informes de alta de los pacientes ingresados en el servicio de Medicina Interna de un hospital de tercer nivel durante un mes. Se recogieron las variables hipertensión (HTA), diabetes mellitus (DM), dislipemia (DL) y tabaquismo activo (TA). Se consideraron como prescripciones no farmacológicas la dieta pobre en sal, dieta diabética y dieta pobre en grasas, así como el abandono del hábito tabáquico, según indicación. Además se evaluó la prescripción de actividad física ajustada a la capacidad. El análisis estadístico se llevó a cabo mediante el programa SPSS 17.0.

Resultados: Se analizaron un total de 235 informes de alta. Un 66% de los pacientes presentaban HTA, un 34% DM, el 45% DL y un 11% TA. La dieta hiposódica se prescribió al 29% de los pacientes con HTA, la de diabético al 22% de los pacientes con DM, la baja en grasas al 16% de los que tienen DL, y el abandono de tabaco se recomendó al 16% de los fumadores. El ejercicio físico se recomendó al 14% de los pacientes. Tan sólo en un 12% de los informes se indicaron todas las medidas adecuadas al alta, y en un 30% se indicó alguna de ellas.

Discusión: La modificación en el estilo de vida es la medida más eficaz para la prevención del RCV. Las medidas higiénico-dietéticas son el primer escalón terapéutico en el manejo del paciente con RCV, y deben ser suplementadas con fármacos si no son capaces de alcanzar el objetivo terapéutico por sí solas. Sin embargo, en la práctica habitual, muchas veces obviamos estas medidas centrándonos en el tratamiento farmacológico. Todo esto conlleva un peor control de los factores de riesgo, mayor iatrogenia y un mayor gasto sanitario tanto directo como indirecto. Por tanto resulta fundamental insistir a los pacientes al alta en adoptar dichas medidas.

Conclusiones: La mayoría de los informes de alta de nuestros pacientes no incluye recomendaciones sobre las modificaciones del estilo de vida adecuadas a cada paciente.

0014-2565 / © 2015, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.