

Sonia Sánchez se controla a diario la diabetes a través de una aplicación de su móvil ideada en el Hospital Universitario de Galdakao.

:: IGNACIO PÉREZ



Euskadi tiene ya casi 3.000 telepacientes crónicos controlados con nuevas tecnologías



MARÍA JOSÉ CARRERO

✉ mjcarro@elcorreo.com

Enfermos coronarios, pulmonares, asmáticos o diabéticos utilizan los avanzados sistemas de comunicación para mantener a raya sus dolencias y evitar crisis

BILBAO. «Empezamos con 60 pacientes en 2007 y ahora tenemos a unos 1.500 con seguimiento remoto», detalla el jefe de arritmias del Hospital Txagorritxu, en Vitoria, José Martínez Ferrer. Son enfermos coronarios que llevan un marcapasos, un desfibrilador o un resincronizador para que sus corazones no les den un nuevo susto. Hasta hace no muchos años acudían al hospital muy a menudo para revisiones de rutina. Ahora, estas consultas se ha espaciado. ¿El motivo? Están controlados gracias a las nuevas tecnologías de comunicación mediante las que remiten datos semanales al hospital.

Las enfermeras encargadas de estas transmisiones contactan con el paciente para comunicarle si todo va bien o si, por el contrario, han visto alguna anomalía y deben acudir a revisión. «Es un sistema cómodo y seguro para el enfermo y disminuye la presión asistencial», resu-

me Martínez Ferrer. Txagorritxu es un centro pionero en el control remoto de pacientes. Basurto se sumará en breve.

Con la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) el procedimiento es similar. En este caso la referencia es el Hospital Galdakao. El neumólogo Cristóbal Esteban explica que los pacientes envían a través de un teléfono inteligente, de un smartphone, los resultados de una serie de mediciones, como la temperatura, cantidad de oxígeno en sangre, frecuencia cardíaca y respiratoria, las pulsaciones... además de contestar a un test sobre sus toses y flemas. Las enfermeras que reciben la información comprueban si todo es acorde con la situación de partida de cada paciente. «Si se desvía, emiten una alarma. En función de la gravedad, se remite al médico de Primaria o se le dice que venga al hospital». Un total de 125 enfermos de EPOC están ahora asistidos a distancia. A final de año, según Osakidetza, serán 350, además de otros 20 de asma.

Para un enfermo de diabetes insulino dependiente el control de su nivel de glucosa para que no se dispare (hiperglucemia) o no se desplome (hipoglucemia) es el pan nuestro de cada día. Condiciona su vida de tal modo que la unidad de calidad e innovación del Hospital Galdakao, en colaboración con los propios enfermos, los endocrinos y las enfermeras educadoras de los pacientes, han desarrollado una aplicación para teléfonos inteligentes que les facilita su vida. La enfermera Marta Camarero, del servicio de endocrino, comenta que 382 pacien-



David Bóveda transmite datos de su corazón a Txagorritxu. :: J. ANDRADE

tes utilizan 'On health diabetes', que es como se llama la aplicación. ¿Ventajas?: «Facilita la adecuada gestión de la enfermedad, avisa a los pacientes de las descompensaciones y tendencias, les sugiere los cambios de tratamiento, les facilita el conteo de carbohidratos. Les permite, en definitiva, tomar las riendas de su enfermedad y esto mejora su calidad de vida».

La telemedicina también ha llegado a catorce geriátricos de los tres territorios para controlar los tratamientos anticoagulantes (el más extendido es el de Sintrom) de 302 ancianos. ¿Cómo? Los sanitarios de las residencias realizan las analíticas y remiten los resultados a los ambulatorios o a los hospitales para ajustar la dosis. El envío de datos a Osakidetza mediante las nuevas tecnologías evita el desplazamiento de los abuelos, la mayoría muy deteriorados, a los centros sanitarios.

En el conjunto de Euskadi los telepacientes ascienden ya a casi 3.000 y la cifra seguirá subiendo. Tres de estos enfermos crónicos que se han subido al carro de la innovación cuentan a EL CORREO su experiencia.

Sonia Sánchez Padece de diabetes «El teléfono me avisa de lo que tengo que hacer»

Sonia tiene 39 años y, desde hace 8, es diabética. Fue diagnosticada al terminar la lactancia de su primer y único hijo. «Tuve diabetes gestacional, pero después del embarazo no. Al dejar el pecho, otra vez. La verdad, no lo llevo bien», dice abiertamente. Se pincha insulina seis veces al día e intenta llevar una ali-



mentación adecuada, pero «en cuanto me aparto de las pautas, tengo muchos altibajos». Altibajos es, para un enfermo de diabetes, subidas y caídas de los niveles de glucosa.

Desde hace unos meses, Sonia dispone de una aplicación en su móvil que «me avisa de lo que tengo que hacer». «Me dice, ¡ojo!, que estás muy alta o ¡cuidado!, que están en bajada. Es muy útil. Por si fuera poco, el programa 'On health diabetes' va almacenando los valores de glucemia de Sonia, de modo que dispone de un registro semanal, con gráficos incluidos, que permite ver el estado de la persona. «Con solo un vistazo ves los resultados. Está muy bien». Además, en caso de producirse una descompensación, la aplicación emite una alarma con un mensaje en el que se dice lo que debe hacer de forma inmediata. «Es muy útil, la verdad. Sé cómo actuar», dice esta auxiliar de clínica vizcaína que intenta «llevar la enfermedad lo mejor posible», aunque reconoce que «no es fácil».

David Bóveda Sufrió un infarto
«Me siento más protegido que nadie. Vivo tranquilo»

«Tuve lo que se dice una muerte súbita», comenta David. Ocurrió en 2005. «Yo no me notaba nada. Tenía un poco de tripilla... creo que algo de colesterol, fumaba un paquete al día y unos tres purillos...», dice como si tal cosa este vitoriano de 53 años sin perder el sentido del humor. Un buen día, después de hacer «una chapucilla en casa de un hermano, comimos. Mi hermano



Sabin Aramburu, enfermo de EPOC, se mide el oxígeno en sangre y envía el dato al hospital.:: M. BARTOLOMÉ

me dice que durante la comida estaba apático. Volví a casa en coche y, al llegar, le dije a mi mujer que me molestaba un brazo y me dolía el pecho». Decidió ir solo y a pie a Txagorritxu. No llegó. «En la rampa de Urgencias me desplomé. Si llega a ser en otro sitio, allí me quedo. Así, como había gente, me atendieron de inmediato».

Después de una semana en la UCI, dos más en planta y el correspondiente cateterismo, David volvió a su casa con un desfibrilador automático implantado bajo su piel. Ante la menor anomalía, entra en funcio-

namiento. «Me siento más protegido que nadie. Cuando me lo plantearon, lo primero que dije fue «ponédmelo ya. Es una gozada», dice este hombre que rezuma optimismo.

En un principio, David enviaba una vez al mes los datos de su corazón al hospital. Para ello disponía de una especie de consola conectada a la línea telefónica. El sistema wifi se lo ha puesto más fácil. «Ahora conecto al teléfono una especie de estuche y mientras estoy durmiendo, sin que yo haga nada, los datos llegan al hospital. No puede

ser más fácil. Si ven algo raro te llaman. Vivo más tranquilo que nunca», señala. Aunque gracias a la técnica se siente cuidado, lógicamente ha cambiado sus hábitos. «Ahora como sin sal, camino mucho y, claro, no fumo. ¡No me costó nada dejar el tabaco!», apunta David con sentido del humor.

Sabin Aramburu Tiene EPOC
«Tomo de 16 a 18 horas diarias de oxígeno»

Sabin, 68 años, sufre la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, más conocida por la siglas EPOC. Aun-

que se trata de la típica enfermedad del fumador empedernido, en su caso es la consecuencia de un edema pulmonar agudo. Es decir, una congestión como consecuencia de la incapacidad del corazón de bombear la sangre de forma adecuada y que derivó en una EPOC severa. Fue hace 5 años. Desde entonces, este vecino de Basauri está en tratamiento en el servicio de neumología del Hospital de Galdakao. Y es que le falta el aire. Tanto, que «actualmente tomo de 16 a 18 horas de oxígeno al día». Es decir, Sabin vive, aunque sea en su casa, pegado a una bomba de oxígeno.

Durante dos años consecutivos, Sabin iba tres días a la semana al hospital para realizar rehabilitación respiratoria. Últimamente solo acude a consultas rutinarias. ¿Cómo controlan los médicos a este enfermo crónico? La respuesta, como en los casos anteriores, es por vía telemática. «En casa dispongo de un programa adaptado a una PDA (ordenador de bolsillo). Mediante este dispositivo envío al servicio de Neumología de Galdakao una serie de datos, como la temperatura corporal, el nivel de oxígeno, el tiempo que he paseado, cómo me siento...». Si todos los valores son normales, Sabin sigue con su rutina. Si las enfermeras que recogen los datos ven algo, se lo comunican al médico y contactan con él para cambiar el tratamiento. «Estoy muy controlado. Y, la verdad, me encuentro estupendamente». Tanto, que estos días se ha ido de vacaciones, con su bomba y su PDA.