

NOTA DE PRENSA

LA SEMI REALIZÓ UNA DONACIÓN DURANTE SU V REUNIÓN DE PACIENTES A LA FUNDACIÓN NEVER SURRENDER, ORGANIZACIÓN QUE IMPULSA LA CALIDAD DE VIDA DE PERSONAS CON CÁNCER A TRAVÉS DEL DEPORTE

Internistas reiteran que el ejercicio de fuerza y una dieta adecuada son ‘esenciales’ para prevenir la desnutrición y la sarcopenia y ‘mejorar el curso de patologías crónicas’

- Un tercio de los pacientes mayores son inactivos físicamente, lo que “facilita la pérdida de masa muscular y el aumento de grasa corporal”
- Durante la V Reunión de Pacientes de la SEMI se reiteró que “el ejercicio de fuerza junto con un adecuado aporte proteico pueden frenar la sarcopenia y devolver la fuerza, la masa y la función muscular”. Esto puede ser especialmente importante en personas con patologías crónicas como: diabetes, obesidad, hipercolesterolemia, insuficiencia cardíaca o EPOC, entre otras
- La sarcopenia está presente en el 33% de pacientes de Medicina Interna, aumenta el riesgo de caídas y fracturas, se asocia con enfermedades cardíacas y respiratorias, conduce a problemas de movilidad y contribuye al deterioro de la calidad de vida
- La SEMI realizó una donación solidaria a la Fundación Never Surrender, organización fundada por el Dr. Vladimir Salazar Rosa, médico internista y paciente oncológico que falleció en 2022, y que fundó esta organización para mejorar el pronóstico y calidad de vida de pacientes con cáncer a través del deporte

Madrid, 19 de octubre de 2023. – Médicos internistas de la **Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)** y representantes de **organizaciones de pacientes** han participado en la **V Reunión de Pacientes de la SEMI**, que en esta quinta edición se organizó este pasado miércoles, 18 de octubre, bajo el lema “*El camino hacia una vida más saludable: el beneficio del ejercicio y de una buena nutrición*”. En la misma, han participado, miembros de la Federación Española de Diabetes (**FEDE**), **ACCU España**, de la **Asociación de Pacientes con Pluripatologías Crónicas**, y de otras instituciones, así como de la **Fundación Never Surrender**.

Durante la misma se han celebrado dos mesas con los títulos “¿De verdad somos lo que comemos? La influencia de la nutrición en nuestra salud” y “La importancia de prescribir ejercicio físico a nuestros pacientes”, con sus posteriores debates. Tras la conferencia de clausura, que estuvo dedicada a la labor y misión de la **Fundación Never Surrender**, se entregó a la misma un **cheque solidario para apuntalar sus fines y misión**. Se trata de un proyecto que nació gracias al esfuerzo del **Dr. Vladimir Salazar Rosa**, médico internista, jefe de la Unidad de Trombosis del Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca de Murcia y paciente oncológico que falleció en 2022 y que impulsó esta organización, una fundación deportiva para **mejorar el pronóstico y la calidad de vida de los pacientes de cáncer** a través del **deporte y del ejercicio de fuerza** y para promover la investigación en este campo.

La reunión fue inaugurada por la **Dra. Juana Carretero**, presidenta de la SEMI, y por la **Dra. Arántzazu Álvarez de Arcaya**, coordinadora de relaciones con los pacientes de la SEMI. Durante la reunión, se puso de manifiesto que una cuarta parte de los pacientes que ingresa en un hospital está desnutrido y hasta el 20% se desnutre durante su estancia hospitalaria. En los servicios de Medicina Interna, este porcentaje puede aumentar hasta el 30%. Asimismo, la sarcopenia está presente **en el 33% de pacientes que ingresan en los servicios de Medicina Interna**.

En palabras de la **Dra. Álvarez de Arcaya**: “*el ejercicio de fuerza junto con un adecuado aporte proteico puede frenar la sarcopenia y recuperar la masa y la función muscular. Esto puede ser especialmente importante en pacientes que sufren patologías crónicas como la diabetes, la obesidad, la hipercolesterolemia, la insuficiencia cardíaca o la EPOC, entre otras, en las cuales la presencia de desnutrición y sarcopenia puede conllevar peores resultados en salud con más complicaciones a corto y largo plazo, más tiempo de estancia hospitalaria, más probabilidad de reingreso hospitalario y mayor mortalidad*”.

Precisamente, tal y como reitera la Dra. Álvarez de Arcaya “*nutrición y ejercicio son las bases para un estilo de vida saludable, para prevenir el desarrollo de futuros problemas de salud y para optimizar tratamientos farmacológicos cuando la enfermedad ya está establecida*”. Siguiendo sus palabras, “*en relación al ejercicio, también hay que diferenciar qué tipo de*

ejercicio es recomendable. Hasta ahora, se hablaba del ejercicio de alta intensidad; sin embargo, es más recomendable hacer ejercicio de fuerza, pues el músculo es el mayor órgano endocrino-metabólico que tenemos, siendo especialmente importante en el caso de las personas enfermas”.

Tal y como se expuso en la reunión, “los profesionales tenemos que asumir la responsabilidad de divulgar la información precisa que contrarreste la desinformación actual respecto a la alimentación y se conciencie en el beneficio del ejercicio físico. Cuando prescribimos a nuestros pacientes tenemos que comenzar por el principio: dar pautas de alimentación y de ejercicio. Médicos, enfermería, fisioterapeutas, especialistas en actividad física y entrenamiento personal, dietistas y nutricionistas con la ayuda de pacientes expertos tenemos el deber de capacitar a nuestros pacientes en el conocimiento de estas materias para que mejoren su autocuidado y con ello su calidad de vida”.

Por otro lado, se puso de manifiesto que “los equipos multidisciplinares son fundamentales para conseguir resultados óptimos desde diferentes disciplinas y enfoques. Clara muestra de ello es la participación en estas jornadas de distintos profesionales sanitarios junto con los pacientes. Todo ello enriquece la visión global del problema, sin perder el punto de vista de la persona enferma, que debe ser el centro de nuestro trabajo y la clave de nuestro esfuerzo diario”.

Un aspecto muy importante y cada vez más común, según se recordó, es el relacionado con el paciente mayor. “Los cambios sociales, más concretamente, el aislamiento social y la depresión están haciendo que se incremente la vulnerabilidad en nuestros mayores aun sin la presencia de problemas graves de salud; porque la soledad es un determinante social que se relaciona con una mala alimentación y, por tanto, con la mala nutrición, así como con una menor motivación para mantenerse activos físicamente. Hay estudios que establecen hasta un 71% de pacientes mayores hospitalizados en riesgo de malnutrición o con desnutrición, y la malnutrición se asocia con un incremento del riesgo de mortalidad. Aproximadamente un tercio de los pacientes mayores son inactivos físicamente, lo que facilita la pérdida de masa muscular y el aumento de grasa corporal”.

Por su parte, también se incidió en que “la participación de los pacientes en las estrategias de educación y en la identificación de cuáles con sus principales necesidades e inquietudes es fundamental. Y así lo hace el Grupo de Educación en Salud con esta jornada. Es clave integrar a los pacientes en las actividades del grupo. Trabajar conjuntamente es básico para poder avanzar en nuestros objetivos y para lograr una mayor calidad de vida para los pacientes y mejores resultados en salud, y por ello su participación en esta jornada es esencial”, ha concluido la **Dra. Ana Maestre**, coordinadora del Grupo de Trabajo de Educación para la Salud de la SEMI.

Más información sobre la V Jornada de Pacientes de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), [aquí](#).

Sobre la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

La [Sociedad Española de Medicina Interna \(SEMI\)](#) integra a más de **8.000 médicos internistas** de toda España. Entre sus objetivos prioritarios, se encuentran el de potenciar la investigación en este campo, así como aunar los esfuerzos de los distintos grupos de trabajo que conforman parte de la Sociedad. En la actualidad, son un total de **21 los grupos o subgrupos monográficos de patologías prevalentes** o áreas de interés dentro de la Medicina Interna, especialidad médica que se define por la visión global del paciente y desempeña un papel central en la atención a los pacientes crónicos complejos. Para más información, visita www.fesemi.org y sigue su actualidad en [Twitter](#), [Facebook](#), [LinkedIn](#) e [Instagram](#).

Para más información SEMI:

Óscar Veloso

Responsable de comunicación

Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

oscar.veloso@fesemi.org / 915197080 / 648163667