



Una afectación incluso en adolescentes.

El estudio del Verge de la Cinta incluye, entre los pacientes con trombosis que requirieron ingreso en UCI, a un joven de 16 años. Tanto él como el resto se recuperaron bien.

aquellos cuadros sobrevenidos en Tortosa: «Sabemos que hasta en la mitad de los eventos tromboembólicos venosos (el término agrupa la trombosis venosa profunda y el embolismo pulmonar) puede no identificarse un factor causal. El 50% restante están causados por factores clínicos o ambientales, transitorios o prolongados que activamente inducen estados de estasis venosa, hipercoagulabilidad y daño endotelial. Los principales factores de riesgo incluyen la cirugía, la inmovilización y el cáncer. Otros factores asociados serían la obesidad, los antecedentes de eventos tromboembólicos venosos, las enfermedades inflamatorias y los factores genéticos».

Pronto estuvo clara esa asociación entre inmovilidad y trombosis: «Todos tenemos asumido el riesgo

El informe pone el foco en el teletrabajo como factor de riesgo de esta «grave enfermedad»

de sufrir un tromboembolismo tras una cirugía, aunque este riesgo ha disminuido con los tratamientos anticoagulantes preventivos. Solo uno de estos pacientes había sido intervenido de una cirugía menor dos meses antes. Sin embargo, existen otros tipos de inmovilidad que tenemos menos interiorizados».

Los vuelos transoceánicos

A principios de la década de los 2000, se publicó un estudio que detectaba una mayor incidencia de esta patología en pasajeros que habían realizado vuelos transoceánicos. Junto a eso, el incremento del uso recreativo o laboral del ordenador ha hecho surgir investigaciones focalizadas en asociar esa inmovilidad en el hogar o en la oficina y el riesgo de padecer esta enfermedad. «Para describir este fenómeno se ha acuñado el término 'e-Thrombosis'. La inmovilidad se ha definido de manera arbitraria como estar sentado al menos ocho horas al día, de las cuales al menos tres seguidas sin levantarse de la silla en las últimas cuatro semanas. La inmovilidad prolongada favorece la estasis venosa en las venas de las extremidades inferiores al disminuir el efecto compresor de la contracción muscular sobre las venas», explica el estudio ebreense.

Otros datos recopilados en la atención sanitaria señalan «un aumento de la hipercoagulabilidad», lo que hace incrementarse esta amenaza de manera clara: «Estos trombos pueden desprenderse y desplazarse hasta impactar en el sistema venoso pulmonar provocando el tromboembolismo. Se ha sugerido que entre un 15-30% de toda la enfermedad tromboembólica venosa puede estar asociada

Las frases

«Nos preocupó ver en diez días a cuatro pacientes jóvenes con tromboembolismos. Nos llamó mucho la atención»

«Vimos que había una asociación con la inmovilidad, con haber estado muchas horas sentado»

«Aún hoy hay mucha gente confinada y tenemos que tener precaución: levantarnos, hacer ejercicio y movernos»

Diego Franch-Llasat
Doctor adjunto a Medicina
Intensiva del Verge de la Cinta

50

● Los pacientes que ingresaron en la UCI del Verge de la Cinta —cuatro en un periodo de diez días— tras el confinamiento de marzo y abril tenían menos de 50 años.

30%

● Los estudios apuntan que entre un 15 y un 30% de la enfermedad tromboembólica venosa puede estar asociada a la inmovilidad por motivos recreativos o laborales.

a la inmovilidad por motivos recreativos o laborales».

Las encuestas realizadas a posteriori a esos pacientes arrojaron luz. Tres de los cuatro enfermos «referían haber estado sentados más de ocho horas al día de media en las últimas semanas, aunque ninguno de ellos refería haber permanecido más de dos horas seguidas sin levantarse», indica el informe, que señala otros tres factores añadidos: «Estos tres pacientes presentaban al menos sobrepeso y uno de ellos tenía antecedente de trombosis venosa profunda y una cirugía menor reciente. El otro paciente refería haber estado unas seis horas de media sentado al día y fue el único de los cuatro que presentó un estudio de coagulación anómalo que se tradujo en un anticuerpo lúpico positivo, causante de estados de hipercoagulabilidad».

Inmovilidad doméstica

«Cuando preguntamos, vimos que se trataba de perfiles que habían incurrido en un cierto sedentarismo, que habían hecho teletrabajo, por ejemplo», agrega el doctor Franch-Llasat. El informe, que también contó con la intervención del servicio de laboratorio clínico, el de radiodiagnóstico o el de hematología del Verge de la Cinta, concluye que «la inmovilidad prolongada en casa junto a otros factores de riesgo (en nuestro caso, sobrepeso, antecedentes de enfermedad tromboembólica venosa y trombofilia), puede asociarse a mayor incidencia. Nos basamos en una simple observación clínica, pero creemos que plausible, y no hablamos de causalidad sino de asociación».

«Concluimos —sigue el balance— que, en pacientes jóvenes, la inmovilidad en casa derivada del periodo de confinamiento secundario a la Covid-19, puede asociarse con mayor riesgo de presentar un tromboembolismo». A pesar de que el confinamiento más generalizado y riguroso no se ha vuelto a producir, la publicación avisa: «En caso de nuevo rebrote, los servicios de Salud Pública deberán plantearse recomendar el ejercicio en casa. En un futuro y si el teletrabajo se asienta como opción laboral, deberemos tener presente esta grave enfermedad y su prevención».

El doctor Diego Franch-Llasat pretende seguir en esta línea de investigación y ampliarla, en lo posible, a otros hospitales de Catalunya. Advierte, igualmente, de la importancia de no llevar una vida sedentaria en caso de tener que quedarse en casa: «Aún hoy hay mucha gente confinada, porque seguimos luchando contra la Covid-19, aunque la situación no sea como la de marzo y abril. No podemos estar más de tres horas sentados. Hay que hacer actividad física. Es importante tenerlo en cuenta porque lo que hemos visto nos preocupa».



Alivio en intensivos de los hospitales tras la tercera ola.

El Verge de la Cinta ha reducido a la mitad los pacientes en UCI por Covid en las últimas semanas. «Lo hemos pasado muy mal, peor que en la primera ola», reconoce el doctor Franch-Llasat.



Una sanitaria en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Verge de la Cinta de Tortosa. FOTO: ICS EBBRE

Los contagios caen a la mitad en Tarragona

CELIA ALONSO
TARRAGONA

El Camp de Tarragona registró ayer una nueva muerte, tras dos días sin decesos en toda la provincia

Los contagios siguen cayendo en Tarragona. La provincia registró ayer 44 casos nuevos, 41 menos que en la previa y 46 menos que hace dos días. Según Salut, 38 de estos nuevos casos se han dado en el Camp de Tarragona, que tiene un total acumulado de 35.461 positivos desde el inicio de la pandemia. Los seis contagios restantes son de Terres de l'Ebre, que acumula ya 9.785 positivos desde marzo.

En cuanto a las defunciones, tras dos días con el contador a cero, el Camp de Tarragona sumó ayer una nueva muerte por Covid-19. Así pues, desde que se tienen datos, han fallecido en la provincia 1.213 personas (1.046 en el Camp de Tarragona y 167 en Terres de l'Ebre).

La curva del riesgo de rebrote sigue bajando lentamente en todo el territorio tarraconense. En Terres de l'Ebre es donde más se va notando el descenso, que se sitúa en 77 puntos, 12 menos que ayer. En el Camp de Tarragona, el descenso es más tímido y, tras dos jornadas con este in-

dicador fijado en los 137 puntos, ayer se registraron 133. Esta cifra está aún por encima de la barrera de los 100 puntos que marca un riesgo alto.

Pese al descenso notable de ayer en la Rt (velocidad de reproducción del virus), este medidor se mantiene casi igual en el Camp de Tarragona, que pasa de los 0,69 puntos a los 0,68. En Terres de l'Ebre la bajada es un poco más pronunciada y registran una Rt de 0,65 (0,03 menos que hace 24 horas).

La campaña de vacunación sigue a máximo rendimiento en toda la provincia. Actualmente, se han vacunado de la primera dosis 47.755 tarraconenses, 639 más. De estos, 34.976 son del Camp de Tarragona y 12.779 de Terres de l'Ebre. Aquellos que han recibido la segunda dosis son ya 19.714, dos más que hace 24 horas. En el Camp de Tarragona se ha 'inmunizado' a 15.147 personas y en Terres de l'Ebre a 4.567.

Los ingresos siguen a la baja. Actualmente hay 138 personas que requieren atención hospitalaria por el coronavirus, dos menos que hace 24 horas. De estas, 113 son del Camp de Tarragona y 25 de Terres de l'Ebre. Hay dos pacientes en UCI menos en la provincia (de 49 a 37).

Catalunya notificó ayer 832 nuevos casos en Catalunya y 20 defunciones más.