



## **NOTA DE PRENSA**

### **Impacto positivo del ejercicio en la calidad de vida y bienestar de los pacientes en hemodiálisis**

## **LA REALIZACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN LA PRIMERA HORA DE HEMODIÁLISIS TIENE BENEFICIOS FISIOLÓGICOS Y FUNCIONALES PARA LOS PACIENTES**

Un estudio entre 50 pacientes tratados en el Hospital Gregorio Marañón de Madrid muestra una mejora significativa en tres meses en la capacidad funcional, los niveles de lípidos en sangre y la composición corporal de los pacientes en hemodiálisis.

Las conclusiones del estudio son relevantes porque los pacientes en hemodiálisis (HD) presentan una disminución significativa de la calidad de vida relacionada con la salud.

Dicho estudio se ha presentado en el XLVIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y el IX Congreso Iberoamericano de Nefrología que se ha celebrado de manera conjunta en Madrid y que ha reunido a unos 1.400 nefrólogos, investigadores y especialistas de España, Portugal y Latinoamérica.

**Madrid, 20 de noviembre de 2018.** Un equipo de nueve especialistas del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid ha estudiado los resultados en un periodo de seguimiento (tres meses) de un programa de ejercicio físico durante las sesiones de hemodiálisis. La investigación concluye que la realización de ejercicio físico en la primera hora de hemodiálisis tiene beneficios fisiológicos y funcionales para los pacientes.

El estudio, que parte de una muestra de 51 pacientes tratados en el mismo Hospital Gregorio Marañón, muestra una mejora significativa en la capacidad funcional, los niveles de lípidos en sangre y la composición corporal de los pacientes en hemodiálisis. Esa mejora se acredita además en un periodo corto de seguimiento: tres meses.

Concretamente, en capacidad funcional, los pacientes lograron una mejoría significativa en el test de la marcha, una prueba sencilla y práctica de esfuerzo cardiorrespiratorio, que consiste en medir la distancia máxima que una persona puede recorrer sobre una superficie plana un sujeto durante 6 minutos. Los pacientes pasaron de 388,7 a 416,4 metros. En los parámetros analíticos se produjo una mejoría significativa de perfil lipídico con descenso del colesterol total.

En relación a la composición corporal, los investigadores encontraron un aumento del Índice de masa corporal a expensas del tejido magro libre de grasa. No hubo cambios



significativos en la sobrehidratación, pero sí aumentó el agua corporal total a expensas del agua intracelular.

Las conclusiones de este estudio son relevantes porque los pacientes en hemodiálisis (HD) presentan una disminución significativa de la calidad de vida relacionada con la salud. La investigación evidencia una mejora significativa en un periodo muy corto de seguimiento.

Precisamente con el objetivo de fomentar y difundir la realización de ejercicio físico en los pacientes renales, la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) ha creado el GEMEFER (Grupo Español Multidisciplinar de Ejercicio Físico del Enfermo Renal). De forma más específica, este grupo pretende desarrollar iniciativas para derribar barreras al ejercicio físico entre los pacientes renales, ofrecer soporte a los servicios de Nefrología en esa dirección, promover actividades formativas y científicas en este campo, y colaborar con otros grupos de trabajo de la S.E.N. y otras sociedades científicas con ese objetivo.

#### **XLVIII Congreso de la S.E.N. y IX Congreso Iberoamericano de Nefrología**

El estudio realizado por el Hospital Gregorio Marañón de Madrid se ha presentado en el XLVIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) que se ha celebrado del 16 al 19 de noviembre en Madrid. Se trata del evento del año de la nefrología en lengua española y portuguesa, pues se ha celebrado de forma conjunta con el IX Congreso Iberoamericano de Nefrología, y que ha reunido a unos 1.400 médicos nefrólogos, investigadores y especialistas de España, Portugal y Latinoamérica con el fin de abordar los últimos avances y retos para mejorar el tratamiento de la enfermedad renal.

Durante el Congreso, se han abordado los temas de mayor interés y actualidad de la nefrología: avances, novedades y controversias sobre Enfermedad Renal Crónica, Insuficiencia Renal Aguda, Trasplante Renal, Diálisis Peritoneal y Hemodiálisis, Diabetes e Hipertensión Arterial, Genética y Enfermedades Renales Hereditarias, o Glomerulonefritis, entre otros.

En el encuentro se han presentado casi 700 comunicaciones sobre los últimos estudios sobre la enfermedad renal, que irán acompañadas de conferencias magistrales, ponencias, simposios, talleres o encuentros entre profesionales de varios países. En concreto, se ha contado con la participación de ponentes procedentes de EE.UU., Irlanda, Alemania, México, Brasil, Argentina, Perú, Bélgica, Suecia, Colombia, Italia, El Salvador, Uruguay, Venezuela, Francia, Chile, República Dominicana, Cuba, Portugal y España.

#### **Para más información:**

#### **Gabinete de prensa de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)**

Manuela Hernández / Jesús Herrera (954 62 27 27 / 625 87 27 80 / 651 86 72 78)