

# La Unidad de Chequeos cumple tres lustros con más de 43.000 estudios realizados

Ha valorado la salud de más de 25.000 pacientes, de los que entre un 1,5 y un 2% presentó tumores en fase precoz y asintomáticos, que trató satisfactoriamente



**Unidad de Chequeos.** De izda. a dcha., Raquel Luengo (secretaria), Dr. Ignacio Alberola, las auxiliares Nieves Juango, Laura Ortigosa y Silvia Arrubla y los doctores Inmaculada Colina y Óscar Beloqui (director).

**CUN ■** En abril de 2001 el Departamento de Medicina Interna de la Clínica constituyó la Unidad de Chequeos, un grupo de especialistas dedicados exclusivamente a esta actividad, “con la filosofía de realizar chequeos integrales y personalizados adaptados a la necesidad de cada paciente en el momento de la consulta, hacerlo lo más rápido posible y con el menor número de molestias para el paciente”, asegura el Dr. Óscar Beloqui, director de la Unidad de Chequeos. De este modo, cualquier paciente puede realizar todas las pruebas que necesita para la evaluación de su estado de salud en menos de 24 horas, incluidas las consultas con diversos especialistas.

**PRUEBAS EN MENOS DE 24 H.** El propósito básico de estas revisiones integrales del estado de salud es descubrir posibles enfermedades, evaluar los factores de riesgo y realizar un diagnóstico precoz para que el tratamiento a seguir sea lo más efectivo posible.

En términos generales un chequeo médico incluye, en primer lugar, la consulta con un especialista en Medicina Interna; posteriormente, dependiendo de diversos factores individuales (edad, sexo, antecedentes médicos, hábitos de vida, síntomas, etc.) se realizan secuencialmente pruebas analíticas, radiológicas, evaluación de riesgo vascular, deterioro cognitivo y/o



El TAC de cuerpo entero de baja dosis de radiación forma parte del protocolo de Chequeos de la Clínica con evaluación de tres áreas del cuerpo: tórax, abdomen-pelvis y hueso.

consulta con otros especialistas. Además se realizan, según criterios establecidos, despistaje de tumores como pulmón, mama, colon o próstata.

#### **RADIOGRAFÍA DE LA SALUD.**

Desde su inauguración, la Unidad de Chequeos ha realizado un total de 43.451 consultas, lo que supone una media de 2.900 al año. De ellas, más de la mitad (53,8%) corresponden a revisiones mientras que el 46,8% son pacientes que acuden a la Unidad por primera vez. Además, según los datos con los que cuenta el Departamento, más del 65% de estas personas han frecuentado la consulta dos o más veces.

El perfil del paciente que quiere realizarse un chequeo médico es el de un hombre (un 62,7% frente al 37,3% de mujeres) con una edad media que ronda los 56 años y bien puede

estar asintomático (se realiza un chequeo sin molestia alguna, simplemente para comprobar su estado de salud), presentar alguna molestia o padecer varias patologías ya identificadas.

Según la procedencia, el 20% de las personas atendidas en los últimos 15 años son navarras, seguidas de los pacientes del País Vasco (12,59%) y Madrid (11,26%). Por su parte, 1331 pacientes internacionales llegaron a la Clínica para realizarse un chequeo médico, lo que supone el 3,1% del total.

#### **ENVEJECIMIENTO SALUDABLE.**

El Dr. Beloqui subraya que “las mejoras médicas del siglo XX han servido para prolongar la esperanza de vida pero a costa de que una proporción progresiva y ascendente de la población llegue a la vejez con un porcentaje muy elevado de en-

El objetivo de un chequeo médico es recuperar, mantener y mejorar la salud

Al envejecimiento progresivo de la población le acompañan el aumento del número de pacientes con enfermedades crónicas y el incremento del gasto sanitario

fermedades crónicas”. Por este motivo, el especialista apunta que el reto del presente siglo es mantener esa expectativa de vida o prolongarla llegando a unas edades más avanzadas de la vida en un estado de salud más adecuado y evitando enfermedades crónicas, “por el bienestar del paciente y por el aspecto social, porque estos enfermos suponen un enorme gasto sanitario desde el punto de vista asistencial y farmacéutico”.

Según apunta el Dr. Beloqui, el protocolo que se aplica para realizar los chequeos médicos también debe renovarse cada cierto tiempo e incorporar nuevos conceptos. Actualmente una adecuada valoración del estado de salud puede incluir aspectos de nutrición, ejercicio, perfil hormonal, vitamínico-mineral, actividad

PASA A LA PÁG. 16 >>

<<VIENE DE LA PÁG. 15

inflamatoria, oxidativa... directamente implicados en el desarrollo de patologías asociadas al envejecimiento. El objetivo de todo ello es que su detección y tratamiento permita alcanzar edades avanzadas de la vida en un “estado saludable”.

**TAC DE CUERPO ENTERO DE BAJA RADIACIÓN.** Uno de los procedimientos diagnósticos utilizados en la Unidad de Chequeos es el TAC de cuerpo entero. Siguiendo un protocolo diseñado y desarrollado por los profesionales del De-

partamento de Medicina Interna y el Servicio de Radiología, en una misma prueba se evalúan tres áreas del cuerpo: tórax, abdomen-pelvis y hueso. De cada paciente se recogen un gran número de datos que permiten detectar y/o descartar múltiples patologías a todos los niveles. El equipo de especialistas ha realizado este tipo de prueba a 6.516 pacientes, seleccionados por la Unidad de Chequeos según distintos factores de riesgo, con los que ha elaborado un estudio presentado en el último Congreso Europeo de Radiología. “El objetivo de es-

**Un programa de vida saludable incluye una dieta adecuada, un programa personalizado de ejercicio físico y a veces medicación o suplementos**

ta investigación ha sido analizar los hallazgos radiológicos más frecuentes en las personas que se realizan un chequeo y examinar la necesidad de seguimiento o de pruebas complementarias para el diagnóstico”, asegura la Dra. Maite Millor, responsable del estudio

junto con la Dra. Isabel Vivas, radiólogas de la Clínica. Sólo el 1,60% de los pacientes tuvieron un TAC de cuerpo entero completamente normal. El resto (98,40%) presentó al menos una alteración en uno de los módulos (tórax, abdomen o hueso). Entre los principales hallazgos cabe destacar la detección de 97 tumores malignos, que representan un 1,48% de los pacientes estudiados. Además, en relación con el contenido coronario de calcio, un 36,31% de los pacientes presentaban un riesgo moderado-alto de presentar cardiopatía isquémica.

## Javier Díaz Ibáñez: “Si no vengo al chequeo, no me entero de que tengo cáncer”

**Durante un examen médico preventivo, le detectaron un pequeño tumor de estómago del que hoy está curado**

**CUN ■** “Vine a una revisión a la Unidad de Chequeos y, en ese examen médico, la Dra. Colina me detectó un puntito pequeño en el estómago. Dedicó mucho tiempo, tesón y profesionalidad. Y tiene nuestra enorme felicitación y agradecimiento. Tras remitirme a Cirugía General, el Dr. Hernández insistió en la urgencia de operarme cuanto antes porque si no, me dijo, en tres meses podía tener un grave problema. Debido a nuestra amistad y a la confianza que tenemos, casi me lo exigí”. Un mes después de ese diagnóstico, en noviembre de 2014, Javier Díaz, cántabro de 72 años, estaba libre de aquel incipiente cáncer de estómago que le descubrieron en una revisión de chequeos ordinaria.

**Usted vino aparentemente sano a realizarse un chequeo y, de pronto, le dicen que tiene cáncer y que tiene que operarse cuanto antes. ¿Se puso nervioso ante tanta urgencia?**

No, porque en todo momento pensé que estaba en buenas manos. El doctor Hernández ya había operado antes a varios miembros de mi familia y confiamos en él y en todos los profesionales de la Clínica. Tengo familia en México, sobrinos médicos que han trabajado en hospitales de Estados Unidos y nos dicen que la Clínica está a más altura que algunas de las mejores clínicas de Estados Unidos. Uno de ellos estuvo a punto de venirse a trabajar.

**¿Había notado algún síntoma hasta ese momento?**

Hasta entonces yo hacía una vida totalmente normal. Nunca había tenido dolores de nada. Comía de todo y toda la comida me sentaba bien, sin problemas. Si no llego a venir a la revisión no me entero de que tengo cáncer.



El cántabro Javier Díaz decidió hacerse un chequeo en la Clínica.

**Entonces fue casual que usted decidiera hacerse un chequeo.**

Sí. Vine a hacerme un chequeo porque hacía tiempo que no me lo hacía.

**¿Cómo fue su recuperación tras la intervención?**

Estuve 3 ó 4 días ingresado y después me mandaron a casa. Una vez allí, hice vida normal y ahora me encuentro como antes de operarme.

**¿Debe cuidarse de alguna manera especial?**

Tengo que hacer una dieta relativa, aunque muy cómoda. Pero me encuentro muy bien, la verdad.

**A su edad y después de pasar por este episodio, ¿qué tipo de actividad mantiene?**

Estoy jubilado pero trabajo unos meses: llevo la dirección del Camping Las Arenas en verano. Una vida activa con trabajo de oficina. Una vida normal.

**¿Cómo se encuentra ahora?**

Es como si no hubiera existido la enfermedad. Vine a hacerme una revisión hace unos meses y me confirmaron que todo está muy bien.

**Tras el hallazgo casual del tumor en el estómago y ya libre de la enfermedad, ¿qué les comenta a su familia y a sus amigos?**

Valoro mucho las exploraciones y revisiones que me hicieron y aconsejo a mis amigos que se hagan chequeos. Les comento que la Clínica me ofrece mucha confianza en su globalidad. Al principio, hacerse un chequeo puede parecer un poco pesado por las numerosas pruebas que le hacen a uno, pero, después, te quedas tranquilo y feliz. Merece la pena.