

O1



Los enfermos

Tres en una para evitar abandonos

— Como en casi todos sus proyectos, el cardiólogo Valentín Fuster tira de datos para proponer una iniciativa. Y la de la polipíldora es una de las de más envergadura, un proyecto que desarrolla el Centro de Investigación de Enfermedades Cardiovasculares (CNIC), el Hospital Mount Sinai de Nueva York y la empresa de productos sanitarios Grupo

Ferrer. Fuster explica que en los países ricos existen 80 millones de personas en riesgo de enfermedad cardiovascular y, en los pobres, la cifra alcanza los 200 millones. Sin embargo, el dinero que se dedica a su tratamiento es de 90 millones de dólares en las áreas desarrolladas y diez en las que no lo están. “Aquí falla la adherencia; si una persona tiene un infarto, al año de haberlo sufrido sólo un 40% sigue tomando la medicación que necesita. En los países pobres, por el contrario, el problema es el precio, ya que han de abonar el 80% de su coste”. Por esta razón, en 2006 inició el proyecto de la polipíldora, que contiene en un sólo comprimido tres de los medicamentos que deben de tomar los pacientes cardíacos: ácido acetilsalicílico (aspirina), una estatina y un inhibidor de la AECA para reducir la presión arterial. “Gran parte del coste se debe a la distribución y al reducirse el número de fármacos que, se reduce el precio”, sostiene Fuster, que reconoce que “ha costado” negociar con la industria farmacéutica y que en la polipíldora, que ya se ha estudiado en laboratorio, se utilizan fármacos genéricos. En enero, empieza a distribuirse en cinco países y Fuster cree que ayudara “cierta experiencia en polipíldora para el VIH”. *

O2



Los grupos ‘Alcohólicos anónimos’ del riesgo cardíaco

— “Todo estudio científico tiene una hipótesis, por definición”, explica Fuster para, a continuación, detallar la del trabajo que se está llevando a cabo en la isla de Granada: “Nosotros cambiamos bajo la presión de nuestro ambiente”. Para demostrar si es cierto que el ser humano reacciona mucho más ante la presión externa o la ley que la información

o los consejos de un médico, se escogió la isla caribeña de Granada, por dos motivos. “Se trata de un sistema que podemos dominar”, comenta Fuster, refiriéndose a la idiosincrasia de la isla, que hace más fácil la realización de estudios observacionales que en grandes ciudades. Una segunda razón es la evolución que ilustra la fotografía que acompaña a esta pieza. En pocos años, Granada ha pasado de ser un país pobre a una economía media y, con ello, a adoptar muchas de las conductas de riesgo que hacen de la enfermedad cardiovascular una auténtica epidemia en los países ricos. Sin embargo, como detalla Fuster, los estudios han demostrado que aún no han aumentado los infartos. “No ha dado tiempo, aunque ya se han importado los valores de riesgo”, señala. Aunque el cardiólogo explica que están en marcha distintas iniciativas de educación y estudio de factores de riesgo, entre otros, el plato fuerte del trabajo de Granada es observar qué sucede cuando la gente se ayuda entre sí a reducir las conductas nocivas para su salud cardiovascular. “Estamos juntando a los fumadores con otros fumadores, a los que comen mal entre sí... Sería una especie de *alcohólicos anónimos* de la enfermedad cardíaca”, concluye Fuster. *

El presidente científico del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares, Valentín Fuster, expone a cien cardiólogos españoles sus estrategias para reducir la pandemia de enfermedad cardiovascular // Se trata de la primera reunión ‘Cardio Academy’, en el ‘vaticano’ de las patologías cardíacas, el Hospital Mount Sinai de Nueva York. **AINHOA IRIBERRI**

LAS 6 RECETAS DE FUSTER contra el infarto



Fuster, fotografiado ayer en su despacho del CNIC.
MIGUEL CASTRO

03



Los ricos Ayuda para el alcalde 'antiinfartos'

— Valentín Fuster lo tiene claro. Las iniciativas educativas están muy bien para los niños, pero no son tan útiles para los adultos por lo que, insiste, sólo la ley o el efecto de grupo podrá ayudarles a modificar sus comportamientos de riesgo. Y promover la salud cardiovascular con la ley en la mano es lo que lleva años intentan-

do hacer el alcalde de Nueva York (EEUU), Michael Bloomberg, al que algunos califican como el cruzado de la salud pública. Fuster le asesora con gusto en esta tarea. Y está convencido, además, de que dentro de unos años, en la ciudad más conocida del país de los gordos por antonomasia, no habrá obesos. "Vengan a ver dentro de unos años", desafió Fuster a los visitantes españoles en la reunión del Hospital Mount Sinai. El cardiólogo considera que sólo Bloomberg es capaz de hacer algo así sin que le pase factura. "A los gobiernos les interesa, porque es un tema cuyas consecuencias se verán a largo plazo", señala, aunque reconoce que el actual inquilino de la Casa Blanca está siendo una excepción, con su reforma sanitaria. "Obama va rápido en un tema lento y se lo van a comer vivo", bromea. Para Fuster, deben promoverse leyes que defiendan la vida saludable y enfatiza los ejemplos del alcalde neoyorquino. Los más conocidos, además de su cruzada contra el tabaco —que ha provocado que esté prohibido fumar incluso en algunos parques y que ha supuesto la mayor reducción de fumadores de todo EEUU—, son la prohibición de las grasas trans en los restaurantes de la ciudad y la reducción obligatoria de la sal utilizada en las

05



Los niños Adiós al 'Monstruo de las galletas'

— "Hemos hablado de enfermedad, pero no de salud". Valentín Fuster tiene más que claro que, si no cambian los hábitos de comportamiento humanos, el sistema sanitario mundial será insostenible. Empezar cuanto antes, cuando los niños pueden evitar la adicción a la comida, es clave para evitar la obesidad infantil, que aumenta peligrosamente en todo el mundo. Para lograrlo, Fuster ha creado la Fundación SHE, siglas de Ciencia, Salud y Educación en inglés, con diversos proyectos dirigidos a los niños. En la parte divulgativa, el libro *Monstruos supersanos*, editado por Planeta, es el primero de una serie de tres —le seguirán *La pequeña ciencia de la salud* y *La mediana ciencia de la salud*— y utiliza a los personajes de Barrio Sésamo para inculcar hábitos saludables, aunque puede también acabar con la nostalgia de algunos jóvenes ya que, a partir de ahora, el Monstruo de las Galletas será el Monstruo de la Fruta. Los más pequeños aprenderán, también, que el "cómete todo lo que hay en el plato" de sus padres no siempre es el consejo más correcto. Para hacer hincapié en la parte más científica de su fundación, SHE promueve un estudio en 25 colegios españoles —Programa SI!—, en el que se evalúa cómo incide en la salud de los futuros jóvenes una educación que prime los hábitos saludables en cuanto a alimentación y ejercicio. Así, en los colegios participantes, la gimnasia dista mucho de ser una *maría* y los menús del comedor se aleja del clásico filete empanado demasiado grasiento o la pasta. *

mente en todo el mundo. Para lograrlo, Fuster ha creado la Fundación SHE, siglas de Ciencia, Salud y Educación en inglés, con diversos proyectos dirigidos a los niños. En la parte divulgativa, el libro *Monstruos supersanos*, editado por Planeta, es el primero de una serie de tres —le seguirán *La pequeña ciencia de la salud* y *La mediana ciencia de la salud*— y utiliza a los personajes de Barrio Sésamo para inculcar hábitos saludables, aunque puede también acabar con la nostalgia de algunos jóvenes ya que, a partir de ahora, el Monstruo de las Galletas será el Monstruo de la Fruta. Los más pequeños aprenderán, también, que el "cómete todo lo que hay en el plato" de sus padres no siempre es el consejo más correcto. Para hacer hincapié en la parte más científica de su fundación, SHE promueve un estudio en 25 colegios españoles —Programa SI!—, en el que se evalúa cómo incide en la salud de los futuros jóvenes una educación que prime los hábitos saludables en cuanto a alimentación y ejercicio. Así, en los colegios participantes, la gimnasia dista mucho de ser una *maría* y los menús del comedor se aleja del clásico filete empanado demasiado grasiento o la pasta. *

04



Los pobres El 'Objetivo del Milenio' inexistente

— En teoría, sería difícil criticar el establecimiento de los Objetivos de desarrollo del Milenio, la iniciativa de la ONU que supuso la adopción de un plan de acción mundial para alcanzar ocho metas en la lucha contra la pobreza en 2015. Pero Valentín Fuster se molestó, y lo hizo por el objetivo número 6, el referido a la salud, que pedía

"combatir el VIH, el sida, el paludismo y otras enfermedades —patologías infecciosas como la tuberculosis—". Para Fuster, la enfermedad cardiovascular tenía que haber estado en este objetivo y su ausencia convertiría a los objetivos del milenio en un "documento incompleto". "Tras la publicación de varios editoriales críticos, me llamó uno de los principales arquitectos de la iniciativa, Jeffrey Sachs, para preguntarme el motivo de mi enfado y decidimos trabajar juntos", explica. El cardiólogo tiene muy claro que la salud cardiovascular debe de ser una prioridad en los países en vías de desarrollo porque allí se acumulan muchos factores de riesgo: "El contenido de sal es muy alto para conservar la comida, comen barato con gran predominio de hidratos de carbono y, además, la empresa tabacalera está entrando con mucha fuerza en estos países", resume. Para trabajar en este campo, Fuster decidió aprovechar la red creada por la ONU, las llamadas "villas del milenio" —pueblos de cerca de 5.000 habitantes y de las que hay cerca de 50 en África—, para poner en marcha estrategias de chequeo masivo, identificación de factores de riesgo y tratamiento de la enfermedad cardíaca. El proyecto ha empezado en Ruanda. *

06



Los jóvenes Identificando a los líderes del futuro

— "He visto tantas guías de práctica clínica [los documentos que definen cómo han de tratarse diversas patologías] hechas por médicos que no habían visto un paciente en su vida...", reflexiona Fuster. El experto recalca la necesidad de formar a la gente joven para que sean los investigadores del futuro. Novedoso respecto a otros programas

de enseñanza, ACÉRCATE es un programa de formación científica destinado a estudiantes de segundo de bachillerato, del que se han realizado ya cuatro ediciones. Cada año, ocho estudiantes son seleccionados para pasar una quincena de junio en la meca de la investigación cardiovascular en España, el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC). "Hay que identificar al joven que tiene el futuro y darle incentivos", comenta Fuster. Los participantes en el programa son, sin duda, algunos de esos jóvenes, ya que las plazas son muy disputadas por estudiantes de calificaciones extraordinarias. En las dos semanas que pasan en el CNIC, los científicos del futuro manipularán y extraerán muestras de ratones obesos, para caracterizar las proteínas diferenciadas que expresan, analizar sus diferencias genéticas y trabajar sobre células de su hígado, entre otras actividades. Además, los especialistas les explican en qué consiste el método científico, la carrera investigadora y cómo conseguir financiación. Por el momento, el éxito es total: "Cuando acaban, todos quieren ser investigadores". Quizás el CNIC sea el futuro de algunos de ellos. *