

**MEMORIA
DE
ACTIVIDADES**

2012

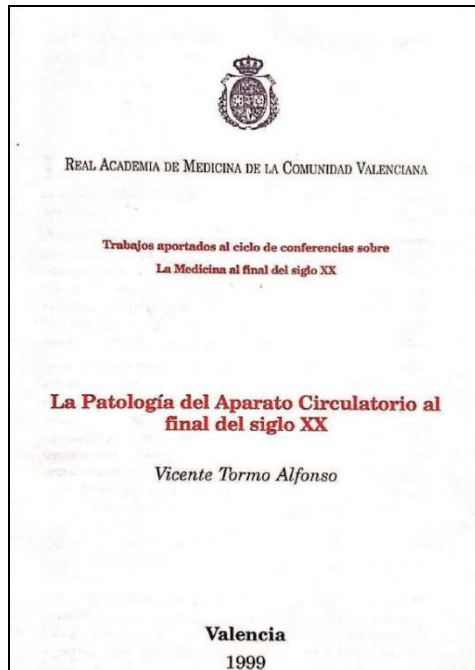


**FUNDACION
VICENTE TORMO**

S U M A R I O

EDITORIAL.....	3
JUNTA DE GOBIERNO.....	9
ACTIVIDADES.....	12
NOTICIAS.....	24

EDITORIAL



Como Editorial de la memoria de actividades 2012 de la Fundación Vicente Tormo, queremos transcribir, el inicio del discurso pronunciado por el Dr. Tormo Alfonso, nuestro Presidente-Fundador, en el año 1999 con motivo del ciclo de conferencias, La Medicina al final del siglo XX, organizado por la Real Academia de Medicina de la Comunidad Valenciana.

La Patología del Aparato Circulatorio al final del siglo XX

Vicente Tormo Alfonso

Las diversas ramas de la medicina han progresado incesantemente durante el siglo XX. Los médicos estamos siempre preocupados en encontrar nuevos y mejores procedimientos en el cuidado de nuestros enfermos.

Hace 35 años, nuestro arsenal terapéutico, lo constituían fundamentalmente, la digital, los diuréticos, los analgésicos, la nitroglicerina y el reposo en cama. Los métodos diagnósticos eran; la historia clínica, el examen físico, el electrocardiograma, el vectocardiograma, el test de 2 escalones de Master, la fonocardiografía, la radioscopia y la radiología. La cirugía cardiaca estaba en sus albores; la comisurotomía mitral cerrada era el proceder quirúrgico cardiaco más común.

Los hechos que han determinado el avance espectacular de la cardiología han sido fundamentalmente (1): a) Las aportaciones de las ciencias básicas, en particular de la fisiología cardiovascular que han contribuido a una mejor comprensión de las enfermedades cardiovasculares y a la vez al desarrollo de importantes técnicas de investigación clínica como por ejemplo la electrocardiograma y el cateterismo cardiovascular. b) El desarrollo técnico y de ingeniería médica que han aportado, instrumentos y dispositivos que han contribuido en el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades cardiacas; el osciloscopio de rayos catódicos, la ecocardiografía, las técnicas con isótopos, son buenos ejemplos de la contribución de las técnicas al progreso de la cardiología. c) Los avances clínicos como la profilaxis de la fiebre reumática iniciada con el uso de la penicilina, el aumento de las posibilidades terapéuticas que han abierto nuevos caminos y esperanzas en el tratamiento de procesos como por ejemplo la insuficiencia cardiaca y la hipertensión. d) El desarrollo de técnicas en la anestesia y reanimación han permitido la ampliación de las indica-

ciones quirúrgicas a muchos cardiopatías y fundamentalmente la posibilidad de la Cirugía Cardíaca a corazón abierto. e) Las ciencias básicas y su investigación aplicadas al terreno cardiológico han dado como resultado un campo de investigación puramente cardiovascular al que han contribuido investigadores específicamente cardiovasculares.

Todos conocemos la enorme cantidad de tecnología que se ha desarrollado en estos 35 últimos años, ¿pero que técnicas se desarrollaran en los próximos 35 años?

Esta pregunta rebasa a cualquier esfuerzo imaginativo Como dice FIGENBAUM (2) esta explosión en los avances técnicos, no esta exenta de peligros. ¿Todas estas adquisiciones técnicas son verdaderos avances? ¿No nos transformaremos los médicos, entusiasmados en las nuevas adquisiciones tecnológicas en «adoradores de ídolos»? Además de estos interrogantes, FIGENBAUM sugiere la posibilidad de interpretaciones e informes erróneos de los nuevos tests que pueden tener consecuencias para la salud del enfermo, y llega a afirmar, refiriéndose a una técnica en cuyo desarrollo tanto ha contribuido, que una exploración ecocardiográfica no puede matar a nadie pero un error en su interpretación si.

De otra parte los enfermos impresionados por tanto procedimiento sofisticado, los solicitan y tienen mayor estima por los médicos que las practican o recomiendan que para aquellos que les atienden y aconsejan.

El incesante aumento de las técnicas tiene además una consecuencia, su coste, que para unos puede llegar a ser un peligro para la atención sanitaria sobre todo la pública y para otros es un problema que hay que atender, conocer y solucionar. Fue fundamentalmente en los años 1990 cuando esta variable, el coste, se introdujo, modificando el concepto clásico de nuestra profesión, con el peligro de transformarla en «negocio», en el que aparecen unas «víctimas» los médicos los enfermos y la investigación, y unos «vencedores» los administradores de los cuidados sanitarios y las empresas aseguradoras.

GORLIN (3) ha resumido así su criterio. «Las barreras económicas actuales que obstaculizan el crecimiento de la cardiología será un test para nuestros profesionales. Quizá nuestro gran reto, será mantener nuestras cabezas por encima de las situaciones provocadas por los dirigentes de los negocios médicos y mantener el control de nuestros bien definidos objetivos de tal manera que el progreso de nuestra especialidad no fracase por las influencias empresariales».

A pesar de las consideraciones que puedan motivar su explosivo desarrollo y su peligro fundamental, el costo, las técnicas son una parte indispensable en nuestra práctica médica y hay razones para esperar que esta importancia aumente, pero deberemos moderar siempre nuestro entusiasmo con las limitaciones pragmáticas que la tecnología tiene en la práctica de la medicina actual. Una labor inteligente del cardiólogo será la buena administración de los costos que significan las nuevas técnicas haciéndolas siempre dependientes de una adecuada valoración clínica.

La medicina en general y la cardiología, que es la que nos ocupa a nosotros, se va a enfrentar en un futuro inmediato con una patología vinculada a la mayor longevidad de la población.

En la fig. n° 1 recogemos la curva de supervivencia de GOMPERTZ descrita en 1825 en el *Philosophical Transactions of the Royal Society*

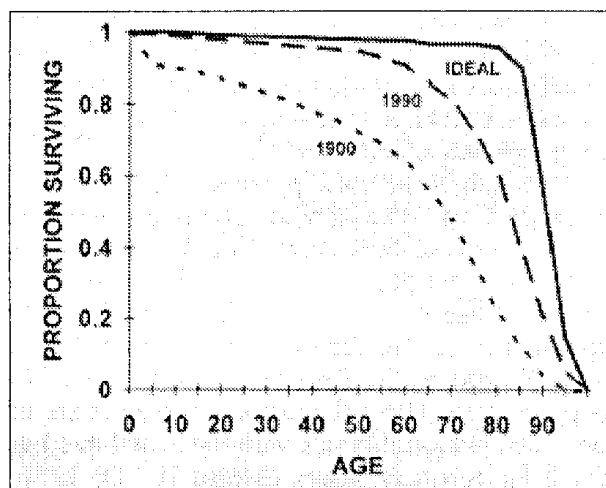


Fig. 1. David, T. K. *Circulation*, 95, (11) p. 2459, 1997.

of London. La curva interna, de 1900 y en la media de 1990 reflejan el cambio en la supervivencia media en este siglo, la curva ideal expresa la supervivencia no alterada por la enfermedad. En 1996 la esperanza de vida era de 76 años con un 12.3 % de la población de mas de 65 años, en el 2026 la esperanza de vida será de 82 años con un 20% de la población de mas de 65 años.

El envejecimiento ha sido el fenómeno social, con todas sus consecuencias, del siglo XX y lo va a ser mas aún en el próximo siglo XXI. Durante mucho tiempo los médicos hemos estado preocupados por conseguir reducir las tasas de mortalidad y morbilidad, pero a partir de ahora nos va a preocupar, tal vez más, conseguir una buena «calidad de vida» y reducir las incapacidades de nuestros enfermos.

BIBLIOGRAFÍA

1. BRAUNWALD E. *Tratado de Cardiología*. Interamericana. Mcgraw-Hill 1993.
2. FEIGENBAUM H. *Ecocardiografía*. Panamericana 1994.
3. GORLIN R. Cardiologist adapts to healthcare change for year 2000. *Circulation*, 1996. 94. 1781-1785.

JUNTA DE GOBIERNO

La Fundación Vicente Tormo, fue constituida por el Excmo. Sr. D. Vicente Tormo Alfonso el 13 de Enero de 2006. Inscrita en el Registro de Fundaciones de Ministerio de Educación y Ciencia con el nº 880

Recordando a su *Fundador y Presidente Honorífico*: Excmo. Sr. D. Vicente Tormo Alfonso cuya vida profesional sigue y seguirá siendo la guía de actuación de la Fundación, queremos volver a recodar su trayectoria profesional.

El Dr. Tormo nace en Valencia el 21 de Agosto de 1921. Se licencia en Medicina y Cirugía en la Facultad de Medicina de Valencia (España) en 1947 con la calificación de Sobresaliente. Doctor en Medicina y Cirugía en 1948 obteniendo la calificación de Sobresaliente y Premio Extraordinario.

Médico ayudante por oposición de la Cátedra de Patología Medica de la Facultad de Medicina de Valencia (España) con el Profesor D. Manuel Beltrán Báguena, en 1950

En 1962 es nombrado por oposición Jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Provincial de Valencia (España). El Servicio de Cardiología fue en su inicio un Servicio de nueva creación, procedente del desdoblamiento del Servicio clínico de Pulmón y Corazón. Al Dr. Tormo le correspondió la misión de fundarlo y organizarlo.

Presidente del VII Congreso Internacional Hispano-Portugués de Cardiología en 1973, celebrado en Valencia (España).

Presidente Fundador y de Honor de la Sociedad de Cardiología de Levante de España en 1976. Es nombrado profesor encargado de curso ese mismo año al constituirse la Unidad Docente de la Facultad de Medicina en el Hospital Provincial de Valencia.

En 1977 es Fundador y Director del Centro de Valoración Funcional y Rehabilitación del Cardíaco del Hospital Provincial Universitario de Valencia, obra social de la Excma. Diputación Provincial y Caja de Ahorros de Valencia (España). El Servicio de Cardiología del Hospital Provincial de Valencia fue el introductor en España de los programas de Rehabilitación Cardíaca. En 1983 fue nombrado Investigador principal en el estudio "Rehabilitation and comprehensive secondary prevention after acute myocardial infarction" organizado por la World Health Organization. El Servicio de Cardiología del Hospital Provincial de Valencia fue el único centro español que interviene en dicho estudio.

Fue Presidente de la Sección de Cardiopatía Isquémica y Rehabilitación de la Sociedad Española de Cardiología, siendo elegido tras votación en 1979 Presidente de la Sociedad Española de Cardiología. Es el primer cardiólogo valenciano que consigue este título. En 1981 es nombrado Presidente de Honor.

En 1980 el Dr. Tormo Alfonso crea en la Comunidad Valenciana, y dirige hasta el 2007, el primer centro de Rehabilitación Cardíaca Fase III (Club Coronario) en el Hospital Casa Salud de Valencia, trasladándose posteriormente en 1993 al Hospital 9 de Octubre de Valencia.

En 1984 es nombrado miembro en la Comisión Nacional de la especialidad de Cardiología por designación del Consejo General de Médicos de España.

Entre sus actividades académicas es nombrado Académico Corresponsal de la Academia de Medicina de Murcia. Académico de número de la Real Academia de Medicina de la Comunidad Valenciana siendo posteriormente Vicepresidente de la misma. En 1998 es elegido Presidente y reelegido Presidente por unanimidad en el 2002 y 2006. En el 2004 preside el IX Congreso de Reales Academias de España celebrado en Valencia.

Ha realizado una intensa vida Colegial siendo vicepresidente 1º del Ilustre Colegio de Médicos de Valencia en 1974 y Presidente del mismo en 1980. Siendo nombrado posteriormente en el 2002 Presidente de Honor.

El Dr. Tormo, entre otras distinciones, fue miembro correspondiente de la Sociedad Portuguesa de Cardiología. Miembro asociado de la Sociedad Mexicana de Cardiología. Obtuvo la Placa-Insignia del Decanato de la Facultad de Medicina de la Universidad de Kansas (Estados Unidos) por “Recognition an Internacional Program in Research an Education”. Colegiado de Honor del Ilustre Colegio oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la Tercera Región. Socio de Honor de la Agrupación Medico-Quirúrgica de Elda. Socio de Honor de la Sociedad Española de Médicos Rurales y Medalla de Oro del Ilmo. Colegio de Médicos de Valencia (2000)

Entre otras actividades fue Consejero de la Agrupación Mutual Aseguradora-PSN, Vicepresidente y posteriormente Presidente de la Agrupación Mutual Aseguradora-PSN.

Fundador y Primer Presidente de la Fundación Vicente Tormo (2006)

Publicó seis libros y colaborado en otros seis, siendo el titulado “Valoración Funcional y Rehabilitación del Cardíaco” ed. Científico Medica (1981) el primero que se publica en España de dicho tema.

Fue director de la revista nacional “Clínica Cardiovascular” en España, habiendo publicado mas de 100 trabajos en revistas nacionales y extranjeras, dirigido 41 curso de formación continuada de cardiología para postgraduados, y pronunciado mas de 300 conferencias y comunicaciones en Congresos Nacionales e Internacionales.

Tras una vida dedicada plenamente a la cardiología y a sus pacientes, fallece en el Hospital General Universitario de Valencia del cual fue el primer Jefe de Servicio de Cardiología de este hospital, el 21 de Diciembre de 2007.

La actual Junta de Gobierno está formada por:

Presidente

- Doña María Emilia Tormo Esplugues

Vicepresidenta

- Doña Gracia Tormo Esplugues

Vocales

- Don Salvador Blanch Blasco
- Doña Amparo Tomás Bernat
- Don Benjamín Narbona Arnau
- Don Salvador Blanch Tormo
- Doña Carmen Tomás Bernat en calidad de Secretaria.

El artículo 3 y 4 Cap. II de los Estatutos de la Fundación establecen que los fines de la Fundación son:

Fomentar la educación y realización de estudios, investigaciones y cualesquiera actividades culturales, de investigación, estudio y difusión de conocimientos, relativas a las enfermedades cardiovasculares, principalmente en relación con la prevención y detección precoz de la cardiopatía y el desarrollo de técnicas de rehabilitación cardiaca.

Objetivos:

El tratamiento de las enfermedades cardiovasculares entre los que se incluye la prevención Cardiovascular y la Rehabilitación Cardiaca.

El diagnóstico precoz de la cardiopatía y de los factores que contribuyen a desencadenarla.

La acción social de protección al cardíaco con invalideces psíquicas o físicas.

El estudio de los puestos de trabajo en relación a las posibilidades del cardíaco.

El estudio de la repercusión de las enfermedades del corazón dentro de las estructuras sanitarias y sociales.

El fomento y apoyo al desarrollo de la investigación cardiovascular en España.

ACTIVIDADES

PROGRAMAS DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR

Reflejamos en estas primeras líneas el trabajo, que a lo largo de estos años, realiza la Fundación.

La Fundación Vicente Tormo desde su inicio, siguiendo la línea de actuación de su Fundador y primer Presidente, tiene como uno de sus objetivos prioritarios, la Prevención Cardiovascular tanto en pacientes que han sufrido un evento cardiovascular, realizando una prevención secundaria, como en aquellos de alto riesgo cardiovascular en prevención primaria. Son ya más de un centenar de pacientes los que han pasado por nuestros programas. Los cambios de hábitos estables conseguidos a los dos años de seguimiento en estos pacientes son superiores al 50% incorporando a sus vidas, el ejercicio aeróbico diario, los cambios saludables en la dieta junto con el control del estrés y la ansiedad.

La finalidad de estos programas es doble:

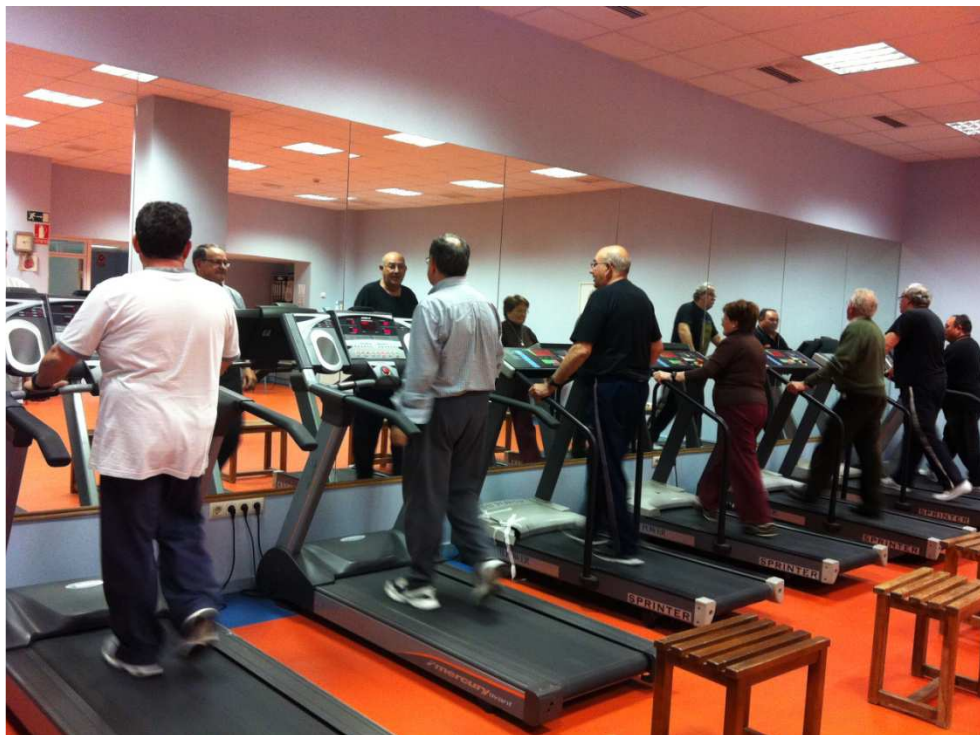
1. El seguimiento del enfermo coronario o el diagnóstico precoz de la posible cardiopatía existente en un paciente con alto riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular, como son los pacientes con Diabetes Méllitus tipo 2 o con Síndrome Metabólico, con el fin de establecer un tratamiento específico.

2. La información sobre los distintos factores de riesgo cardiovascular y el trabajo en conjunto junto con una ayuda y seguimiento personal al paciente por parte del médico, nutricionista, psicólogo, personal de enfermería y fisioterapeuta, proporcionan herramientas útiles al alcance del paciente, le ayudan a un cambio de hábitos de vida cardiosaludables que tienden a mejorar de una manera coordinada “el estilo de vida y de por vida”.

Como venimos haciendo desde el año 2009, a lo largo de éste 2012, continuamos trabajando con pacientes procedentes del área del Hospital Arnau de Vilanova, fundamentalmente con el Centro de Salud de Rocafort, que desde que comenzamos a trabajar con este hospital, es de donde, más solicitudes, para realizar los Programa se han recibido.

Desde mediados del mes de abril, la Fundación ha ido desarrollando distintas iniciativas (colaboración con Farmacias, empresas, asociaciones; y una promoción de difusión sobre las actividades que promueve la Fundación) para realizar la selección de los pacientes candidatos a los programas de prevención cardiovascular, que ante la situación económica del país, ha provocado una disminución en la procedencia de los pacientes de la Sanidad Pública.

Los Programas de Prevención Cardiovascular realizados a partir de esa fecha, los pacientes provienen en su mayoría de la Sanidad privada. A la vez se pretende conseguir becas a través de entidades privadas y de donativos, para facilitar a aquellas personas que por motivos económicos no pueden costeárselo.



Pacientes durante el Programa

PROGRAMA ONLINE

Como ya hemos mencionado en las memorias anteriores, éste Programa pretende contribuir, por un lado, a dar información al ciudadano sobre los distintos factores de riesgo cardiovascular, y por otro, a proporcionar herramientas útiles que ayuden a un cambio de hábitos de vida cardiosaludables.

Debido a la situación actual financiera, éste proyecto se ha ido retrasando; éste año, se ha empezado las grabaciones de algunos módulos y se está a la espera de la aprobación por parte de la Dirección General de Investigación y Salud Pública de la Conselleria de Sanidad de la Comunidad Valenciana, para continuar con el resto de grabaciones.

Queremos finalizar la primera fase de este proyecto a lo largo del año 2013.

ACTIVIDADES TRIMESTRALES

Cada trimestre, a lo largo del año, se realizan sesiones informativas, teóricas ó prácticas, relacionadas con la Prevención Cardiovascular, que ayudan a los asistentes a conocer y mantener los hábitos cardiosaludables adquiridos durante el programa de prevención cardiovascular.

A estas sesiones asisten los pacientes que a lo largo de estos años han hecho el Programa de Prevención Cardiovascular junto con familiares y amigos; además de los Miembros Colaboradores de la Fundación.

SESION INFORMATIVA DE NUESTRO FACEBOOK

El día 18 de enero tuvo lugar en el salón de actos del Hospital 9 de Octubre, la información del contenido de nuestro Facebook a todos los pacientes y familiares y amigos de la Fundación.

La sesión estuvo a cargo de Marta Vallés Tormo, universitaria de primer curso de Ciencias Económicas. Colaboradora de la Fundación en la sección de Facebook.

La finalidad de nuestro facebook es ayudar e informar sobre la prevención Cardiovascular; así como transmitir las actividades previstas que se realizan en la Fundación.

Desde su presentación hemos intentado trasladar noticias de interés a todos los seguidores. También ofrecemos información acerca de la importancia de la prevención y de los programas de prevención.

SESION PRÁCTICA DE DIETAS

El día 26 abril tuvo lugar en el Restaurante “El Rincón de Lidia” de Rocafort, una sesión práctica de dietas, a cargo de Carlos Ferrando. Nutricionista (CoDiNuCoVa) y actualmente dietista de la Fundación.

El dueño del restaurante es un paciente (Esteban Garzón), que ha hecho el programa y colabora con la Fundación, en agradecimiento, cediendo el Restaurante. La colaboración de su mujer, hizo que esta sesión se realizara con éxito.



Asistentes a la actividad



Carlos Ferrando impartiendo la sesión práctica



El menú de ese día

PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN ROCAFORT

¡CUIDATE CORAZON!

Con éste título quisimos llamar la atención sobre la importancia de la Prevención Cardiovascular en la vida cotidiana.

Transmitimos en 5 puntos las ideas esenciales a tener en cuenta:

- Si quieres reducir el riesgo cardiovascular debes hacer del **ejercicio** un hábito.
- Cuida tu alimentación. La **dieta mediterránea** es recomendable para prevenir las enfermedades cardiovasculares.
- El exceso de **colesterol** en sangre pone en marcha el proceso de arterioesclerosis.
- La **obesidad** puede influir en el desarrollo de las enfermedades cardiovasculares.
- Debemos tomarnos la **tensión arterial** al menos 1 vez al año. Los hipertensos deben evitar los alimentos con mucha sal.

TEMARIO DE LA ACTIVIDAD

Día 4	17:30	¿Cómo puedo evitar que enferme mi corazón? <i>Dra. Emilia Tormo Esplugues</i>
	18:30	<u>Sesión Práctica:</u> Recetas que gustan y controlan la Glucosa y el Colesterol. <i>Carlos Ferrando. Nutricionista</i>
Día 11	17:30	La Hipertensión Arterial: Un enemigo silencioso. <i>Dra. Emilia Tormo Esplugues</i>
	18:30	<u>Sesión Práctica:</u> El vino tinto en la dieta mediterránea. Una copa al día es placer y salud. Cata de vinos. <i>Dña Carmen Ciudad Castillo. Enóloga</i>
Día 18	17:30	Las Grasas. El Colesterol y los Triglicéridos. <i>Dra. Emilia Tormo Esplugues</i>
	18:30	<u>Sesión Práctica:</u> ¿Qué debo saber para hacer una compra de alimentos saludables? Aprende a usar las especias en lugar de la sal. ¡Un nuevo estilo de cocinar! <i>Carlos Ferrando. Nutricionista</i>
Día 25	17:30	La Obesidad y el riesgo de padecer Diabetes. <i>Dra. Emilia Tormo Esplugues</i>
	18:30	<u>Sesión Práctica:</u> Dieta Mediterránea, una forma de vida. <i>Carlos Ferrando. Nutricionista</i>



Asistentes a una de las sesiones



Uno de los asistentes tomando notas durante la sesión

PROGRAMA DE PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR PARA EMPRESAS

Los trabajadores pasan más de 39 horas a la semana en el desarrollo de su actividad laboral, un periodo de tiempo importante, que continúa su influencia en el tiempo libre. Las condiciones del puesto de trabajo, no son solo importantes para la salud por sus aspectos ambientales, si no que influyen de una forma decisiva en los estilos de vida, alimentación, práctica de ejercicio, etc., factores que a su vez influyen directamente en el desarrollo o en la prevención de la Enfermedad Cardiovascular.

Por ello, es importante desarrollar iniciativas en el entorno de las empresas encaminadas a mejorar la salud de sus trabajadores, entre ellas, las dirigidas a evitar que enfermen por causas cardiovasculares. La salud en el entorno laboral, además de fundamental dimensión humana, debe verse como un elemento decisivo del rendimiento y competitividad económicos. Contribuir a mejorar la salud de los trabajadores, es mejorar sus vidas, pero también la eficiencia y competitividad de las empresas, contribuir a la mayor riqueza social en múltiples sentidos, incluida la viabilidad de los sistemas de protección social, que engloba al sistema sanitario.

Las enfermedades cardiovasculares (coronaria, cerebrovascular y arterial periférica) son responsables de la epidemia más importante que afecta al mundo occidental y la primera causa de mortalidad en los países de nuestro entorno. En España suponen la primera causa de muerte y hospitalización, siendo responsables del 15% de los costes sanitarios totales y del 14% de la productividad perdida por mortalidad prematura.

Es de mencionar la publicación en 2011 de un documento que recoge un informe de la Asamblea General de Naciones Unidas¹ aprobado unánimemente, que califica de alta prioridad a las enfermedades no transmisibles, como el cáncer, la Diabetes Mellitus, la Enfermedad Cardiovascular y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica. Este documento insta a la concienciación de los estratos políticos, sociales y económicos del papel clave que representan estas enfermedades, que suponen más del 60% de las causas de muerte en el mundo.

A finales de 2011 el Department of Health and Human Services (DHHS) de Estados Unidos dio a conocer la denominada “The Million Heart Initiative”² cuyo objetivo es evitar la incidencia de 1 millón de infartos en los próximos 5 años, mediante el control de la Tensión Arterial, control de los valores de colesterol en sangre, abandono del tabaquismo y la administración de ácido acetilsalicílico (AAS) a sujetos de alto riesgo.

¹ The General Assembly of the United Nations High Level Meeting on Non-Communicable Diseases. Circulation 2011;123:3012-4

² The Million Hearts Initiative – Preventing Hearts Attacks and Strokes. N Engl J Med. 2011 (en prensa).

COLABORACIÓN ENTRE LA FUNDACIÓN VICENTE TORMO Y LA ASOCIACION DE MAYORES VALENCIA RONDA SUR, PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN CARDIOVASVULAR.

**Tu SALUD es lo más IMPORTANTE.
 Conoce tu riesgo cardiovascular.**

- **Las ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES** son la principal causa de muerte en el mundo occidental, especialmente entre personas de edad avanzada.
- **Los FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR** aumentan las posibilidades de una persona de contraer la enfermedad. Entre los factores de riesgo de mayor importancia para la enfermedad cardiovascular se encuentran: **Hipertensión arterial, aumento de colesterol y triglicéridos, obesidad, diabetes y tabaquismo.**
- **La Diabetes Mellitus tipo 2**, no debe considerarse únicamente como un trastorno del control de la glucemia sino que debe enfocarse como un trastorno, con muchas facetas cuya valoración y tratamiento debe tener un alcance amplio, y solo entonces se reducirá la mortalidad por causa cardiovascular a largo plazo.
- **La Fundación Vicente Tormo y la Asociación de Mayores Ronda Sur, han organizado unas sesiones GRATUITAS con el fin de conocer mejor los FACTORES y TU NIVEL DE RIESGO CARDIOVASCULAR que te ayudará a adoptar hábitos de vida saludables para prevenir las enfermedades del corazón y accidentes cerebrovasculares.**

4 ENERO	¿Cómo puedo evitar que enferme mi corazón? ¿Que son los Factores de Riesgo Cardiovascular? ¿Por qué es importante el Ejercicio Físico para la salud?
1 FEBRERO	Las Grasas. El Colesterol y los Triglicéridos.
1 MARZO	La Hipertensión Arterial: Un enemigo silencioso.
5 ABRIL	La Diabetes Mellitus y su riesgo cardiovascular.
3 MAYO	Tabaco y Corazón. Cardiotoxicidad del alcohol y las drogas
7 JUNIO	La Obesidad
5 JULIO	La Enfermedad Cardiovascular en la mujer

Otra de las actividades promovidas a lo largo de éste año para sensibilizar a la población de la importancia de la Prevención ha sido:

LA COLABORACIÓN CON LAS FARMACIAS

A TRAVES DE CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE LA FUNDACIÓN VICENTE TORMO Y LAS FARMACIAS PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN CARDIOVASVULAR

La Fundación Vicente Tormo, es una institución privada sin ánimo de lucro cuyos fines fundamentales, reflejados en el artículo 3 de sus Estatutos, se encuentran la realización de actividades de prevención, detección precoz y tratamiento de la cardiopatía, entre otros medios fomentando el desarrollo de programas de formación e información.

Se ha constatado que la enfermedad cardiovascular y especialmente la cardiopatía isquémica, es la primera causa de mortalidad en la sociedad occidental, produciendo además un gran número de incapacidades laborales.

La Farmacia es compendio de las actitudes y destrezas en la prestación de la farmacoterapia, y tiene como objeto lograr resultados terapéuticos definidos en la salud y la calidad de vida del paciente.

La información sobre el Riesgo Cardiovascular a la población en general, es una medida de prevención genérica demostrándose que la persona que controla mejor sus factores de riesgo cardiovascular tiene una menor mortalidad.

Ambas Instituciones coincidiendo en la oportuna colaboración para la realización de actividades de prevención cardiovascular en el marco geográfico de la Comunidad Valenciana, acuerdan formalizar convenios, en base a los siguientes **OBJETIVOS:**

Establecer colaboración entre las farmacias y la Fundación Vicente Tormo, para la realización de actividades de información sobre los factores de riesgo cardiovascular a través de una sesión mensual y valoración del riesgo cardiovascular de los asistentes, con la apreciación de la toma de tensión arterial, cálculo del índice de masa corporal (IMC), conocimientos de sus niveles de colesterol y/o triglicéridos en sangre, tabaquismo y valoración de su estilo de vida en lo referente a la dieta y ejercicio.

Las sesiones pretenden contribuir a dar información al ciudadano sobre los distintos factores de riesgo cardiovascular, y sensibilizar a un cambio de hábitos de vida cardiosaludables.

Dado que se trata de unas charlas de prevención general, los destinatarios se corresponden con la población en general, con el fin de conocer las enfermedades cardiovasculares, así como de prevenirlas.

Indicamos las farmacias con las que hemos contactado, todas situadas en Valencia capital excepto la Farmacia de D^a María Gómez Lobo situada en Torrente:

FARMACIA Dña. MARIA GÓMEZ-LOBO
FARMACIA JOSÉ MANUEL SAN JOSÉ
FARMACIA Dña. ISABEL BUIGUES CUÑAT
FARMACIA MARIA PETREL
FARMACIA ROGER CATALÁ

PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Al inicio del curso escolar 2012-2013, la Fundación Vicente Tormo participó en una de las sesiones, que mensualmente se organizan para padres, en el Colegio Vilavella de Valencia, con el tema “*Prevención Cardiovascular desde la infancia*”.

La Enfermedad Cardiovascular representa un grave problema en nuestra sociedad, siendo en estos momentos la primera causa de muerte en los países occidentales.

La verdadera Medicina Preventiva de la enfermedad cardiovascular en niños y adolescentes, ha de ser el convencimiento de la familia sobre lo que es y representa esta enfermedad, siendo de gran importancia la “Educación” desde la infancia a este respecto.

La presencia de uno o varios de estos factores de riesgo aumentan la incidencia de enfermedad cardiovascular, promueven la manifestación de la enfermedad a una edad más temprana y, una vez la enfermedad se manifiesta clínicamente, contribuyen a acelerar su progresión. Así, si se evitan o se reducen los factores de riesgo, puede disminuirse el riesgo de causar el infarto de miocardio o cerebral, y la presentación de complicaciones clínicas.

La mayoría de los factores de riesgo pueden controlarse en la niñez, lo cual reduce el riesgo cardiovascular más adelante.

Los niños y adolescentes pueden reducir su riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular alterando o controlando los factores de riesgo que pueden aumentar las posibilidades de padecerla más adelante.

El estilo de vida actual tiende al sedentarismo y la adquisición de hábitos alimentarios poco saludables, con ingesta excesiva de grasas saturadas, azúcares simples y sal. Teniendo en cuenta que la aterogénesis (**el endurecimiento de las arterias**) **comienza a edades tempranas de la vida**, la prevención de las enfermedades cardiovasculares es un problema prioritario de salud pública.

La consolidación de los hábitos se producen en los primeros periodos de la vida, por lo que el impacto de la promoción de un estilo de vida saludable es más eficaz cuando la prevención se inicia tempranamente. Fundamentalmente se realizará a través de:

1. **Alimentación saludable** mediante la adquisición de patrones alimentarios que contemplen factores culturales, socioeconómicos que permitan un buen crecimiento y desarrollo.
2. En **el hábito de fumar**, planteándonos como meta el no iniciar el tabaquismo, evitar la exposición al humo de tabaco ambiental y el cese del hábito de los que lo han adquirido.
3. La **actividad física**, promoviendo una vida activa evitando el sedentarismo y realizando actividades físicas integradas en el núcleo familiar.

NOTICIAS

EN MEMORIA Y AGRADECIMIENTO DE VICENTE ALEGRE



D. Vicente Alegre Tomás, leal amigo del Fundador y primer Presidente Excmo. Sr. D. Vicente Tormo Alfonso, ha sido Patrono de la Fundación Vicente Tormo desde su constitución, apoyando y asesorando a la fundación desde su inicio.

Desde ese día y hasta su fallecimiento, Vicente ha estado como Patrono siendo su fallecimiento una gran pérdida para la fundación.

A pesar de sus múltiples trabajos, siempre ha estado ahí, como un buen asesor.

Se podría decir que ese modo leal y comprometido de estar y de actuar en todos los ámbitos en los que se implicó a lo largo de su vida, era como su “tarjeta de visita”.

Queremos transcribir en agradecimiento, algunas de las noticias que se publicaron, con motivo de su fallecimiento.

Actualidad

VALENCIA CF

Multitudinaria despedida a Vicente Alegre

El exvicepresidente del Valencia fue enterrado ayer, rodeado de innumerables amigos y exfutbolistas, entre ellos Enrique Collar

27 de diciembre de 2012



Asistentes al funeral de Vicente Alegre. :: JUANJO MONZÓ

El mundo empresarial y el del fútbol se unieron ayer para ofrecer a Vicente Alegre la despedida que merecía y, al mismo tiempo, arropar a su familia en tan difíciles momentos. Empresario de éxito desde que arrancó con su empresa en 1959, ampliando negocio en varios países europeos, alternó esta brillante faceta con la de directivo del Valencia en diferentes etapas, llegando a ser vicepresidente.

Vicente Alegre tuvo una despedida multitudinaria, la que se esperaba, porque supo granjearse la amistad de muchas personas a lo largo de su dilatada trayectoria personal y profesional. Y todos quisieron estar para darle el último adiós. Amigos de toda la vida como José Peris Frígola o Vicente Silla, con los que compartió periplo en la junta directiva del Valencia, lo que hizo que acudieran presidentes, directivos y empleados de todas las épocas: Pedro Cortés, Salvador Gomar, Ramón Aznar, Paco Reig, Salvador Dasí o Alberto Martí.

Valencianistas de corazón -como lo era Alegre-, aunque no ocuparan cargos directivos en el club, casos de Pepe Pico o Pepe Vaello, o el empresario Ramón Cervera, que en su día estuvo vinculado al balonmano femenino.

Tampoco faltaron exjugadores de diferentes etapas como Javier Subirats, desplazado desde Alicante. Desde Madrid lo hizo Enrique Collar, unido a Vicente Alegre también por vínculos profesionales. Tampoco faltaron Salvador Revert, Miguel Tendillo, Fernando Gómez o el excapitán y entrenador Paquito. Del Valencia asistieron los consejeros García Moreno y Fernando Giner, con Jordi Bruixola. Del Levante, su presidente de honor, Francisco Fenollosa, y Alberto Gil.

J. B. , | VALENCIA.-

Fallece Vicente Alegre, el directivo que descubrió a Mijatovic

Este mediodía tendrá lugar el sepelio de quien fue vicepresidente del Valencia en los años ochenta



P. LLORET: Vicente Alegre, un valencianista de ley

Vicente Alegre aparece el primero a la izquierda, al lado de Hoyos, Héctor Núñez y Silla. LEVANTE-DMV

P. CALABUIG Vicente Alegre, exvicepresidente del Valencia a mediados de los años 80, falleció ayer al mediodía a los 75 años de edad aquejado de una grave neumonía. Este miércoles, a las 12:30 horas en el Tanatorio Municipal, tendrá lugar el sepelio del hombre que formó parte del primer Consejo de Administración del club, y quien jugó un papel fundamental en el fichaje de Pedja Mijatovic.

La relación de Vicente Alegre con el equipo de sus amores nació a finales de los años 60. Años más tarde, el empresario valenciano llegaría a ser vicepresidente en la presidencia de Vicente Tomo. A finales de la temporada 1985/1986, a falta de un partido y con el Valencia descendido matemáticamente a Segunda División, Tomo dimitió como presidente. Alegre, hombre leal y de club, se fue con él.

El 15 de octubre de 1992 el Valencia se convertía en Sociedad Anónima Deportiva por imperativo legal y en el primer Consejo de Administración aparecía nuevamente la persona de Vicente Alegre. El presidente era Arturo Tuzón, el secretario Vicente Pons y como consejeros al lado de Alegre estaban José Peris Frigola, Ramón Romero, Ernesto Estellés, Melchor Hoyos, Paco Roig, Pedro Cortés y Agustín Morera.

Vicente Alegre fue el encargado de poner encima de la mesa en 1993 a todos sus compañeros de Consejo el nombre de Pedrag Mijatovic, aprovechando sus contactos con un intermediario que anteriormente había sido dirigente del Atlético de Madrid. No fue una tarea sencilla, ya que el entrenador Guus Hiddink había pedido a Romario y el asunto había dividido a los dirigentes. «A Romario, ¡ni gratis!», decía por entonces Peris Frigola. En cuanto a Mijatovic, pese a haber ganado varios años el Mundial juvenil y despuntar en Partizan, los consejeros no sabían casi nada de un montenegrino del que todavía era imposible ver sus vídeos por internet.

La insistencia de Alegre acabó con el secretario técnico, Pasieguito, en Belgrado para ver in situ al jugador. Curiosamente, al llegar a la antigua Yugoslavia Pasieguito se enteró de que el mediapunta debía cumplir un partido de sanción. Pese a ello, Pedja acabó jugando y el técnico se trajo unos informes inmejorables. Tan buenos eran, que Pasieguito se hizo responsable por escrito y con su firma de aquel fichaje. Pasado el tiempo el consejero que le obligó a avalar la llegada de Mijatovic en lugar de Romario, Agustín Morera, reconoció su error.

El Valencia, que el martes acudió al Tanatorio a dar el pésame a la familia de Alegre en las personas de Jordi Bruixola, Relaciones Externas y el consejero Fernando Giner, estará también este mediodía en el último adiós al exvicepresidente.

Valencia, 25-12-2012

Actualidad

OBITUARIO

Vicente Alegre, un emprendedor amante del fútbol y su familia

El empresario y exvicepresidente del Valencia CF falleció ayer
26 de diciembre de 2012

JOAQUÍN BALLESTA , | VALENCIA.-

Hace un par de meses, aproximadamente, nos encontramos. La jovialidad y el optimismo que siempre transmitió Vicente Alegre presidieron el saludo. De inmediato, salió a relucir el Valencia CF, su gran pasión, junto a sus empresas y su familia. Continuaba al pie del cañón. Con él no iba lo de jubilarse. De ahí la vitalidad de que hacía gala a sus 75 años.

La crueldad con que en ocasiones nos castiga la vida ha hecho que Vicente se marchara un día de Navidad. Sin previo aviso, sin esperarlo. Tremendo. El mazazo deja rota a una familia que ha perdido a su guía, a su referencia, a la persona capaz de solucionar cualquier problema.

Fundador de Industrias Alegre en 1959, empresa especializada en el diseño y fabricación de componentes plásticos para automóvil, Vicente extendió su imperio profesional más allá de nuestras fronteras (Polonia, Rumanía). Con una visión empresarial sin límites se convirtió en uno de los principales proveedores valencianos para la factoría Ford. Sus empresas cuentan con 290 trabajadores.

Compaginaba su tarea como empresario con otras actividades. En la actualidad era consejero de Ibermutuamur, cuyo grupo rector preside Vicente Silla, uno de sus íntimos y más queridos amigos, a su vez unidos más que por el fútbol por el Valencia CF, en el que también compartieron dirección.

Vicente Alegre fue vicepresidente valencianista en la dura campaña de 1985-86 -con Vicente Tormo en la presidencia-, en la que se consumó el descenso del equipo a Segunda División. Más tarde, ya en la década de los 90, formó parte de la junta directiva presidida por Arturo Tuzón, en la que estuvieron, entre otros, Hoyos, Pons, Romero, Cortés, Peris Frígola, Roig o el propio Silla, al que todavía hoy delegaba sus 1.600 acciones del club. Nunca se olvidó de 'su' Valencia, al que seguía a título personal en algún desplazamiento. Compartir tertulia con él era un privilegio. Te enriquecía en fútbol y en otras muchas cosas. Sin pretenderlo, se convertía en un vocacional de la docencia. Todo ello con una sonrisa dibujada en su rostro.

Con su marcha, el valencianismo y el mundo empresarial pierde a uno de sus grandes valedores. Natalia, su viuda, al hombre para el que vivió. Sus hijos Miguel, Cristina, Mónica y Natalia, a un padre al que adoraban, cuyo legado queda también en sus seis nietos.

Descanse en paz.

ARTICULO PUBLICADO EN LA REVISTA NISA (nº 62 Octubre 2012)

prevención en diabéticos

Acompañar al paciente en el control de la diabetes

Ocho de cada diez diabéticos sufre serios trastornos cardiovasculares. En el Hospital Nisa 9 de Octubre los diabéticos aprenden que la lucha por mejorar su esperanza de vida no es una batalla perdida.



SALUD EN DIABÉTICOS. Enrique, Vicente, Juan José, Ramón y Josefa han controlado los factores de riesgo cardiovascular pese a su diabetes gracias al Programa de Prevención Cardiovascular para Diabéticos (en la imagen, con la Dra. Emilia Tormo, presidenta de la Fundación Vicente Tormo).

Enrique, Vicente, Juan José, Ramón, Josefa. Todos ellos diabéticos. Y todos ellos convencidos de que hoy, después de años de fracasados intentos por controlar su nivel de azúcar en sangre, siguen vivos gracias a haberse unido al Programa de Prevención Cardiovascular para Diabéticos (PPCD) puesto en marcha por la Fundación Vicente Tormo con la colaboración del Hospital Nisa 9 de Octubre y la Conselleria de Sanitat de la Comunidad Valenciana

La Diabetes Mellitus es considerada como un factor de riesgo de primer orden para la arteriosclerosis. Hipertensión arterial y obesidad son, a su vez, compañeros de viaje frecuentes de la diabetes.

CAMBIAR LOS HÁBITOS. "Se ha demostrado que los cambios en el estilo de vida saludable" -alimenticios y actividad física principalmente- "pueden evitar la aparición de diabetes tipo 2 en aquellos pacientes con alto riesgo de padecerla o retrasar su aparición de manera significativa", afirma la Dra. Emilia Tormo, cardióloga presidenta de la Fundación Vicente Tormo y directora del programa.

El objetivo del programa es ayudar al paciente a conocer mejor su enfermedad y a utilizar las herramientas que tiene a su alcance con la finalidad de frenar y controlar la diabetes tipo 2. Para ello cuen-

“Si hubiera venido hace diez años, en lugar de doce pastillas me tomaría una”

tan con un equipo multidisciplinar de cardiólogos, rehabilitadores, médicos de atención primaria, psicólogos, nutricionistas y personal de enfermería.

ENSEÑAR A CONTROLAR LA ENFERMEDAD. No es lo mismo regalar una bicicleta a un niño que enseñarle a ir en bici. Del mismo modo, no es lo mismo tender al paciente diabético un listado de lo que debe comer y un mandato de lo que debe moverse, que enseñarle a comer y a iniciarse y acompañarle en un hábito, la actividad física, que nunca ha hecho.

Enrique, Vicente, Juanjosé, Ramón y Josefa habían oído miles de veces lo que debían hacer para controlar su diabetes. Y otras tantas habían fracasado en el intento. Estas son las conclusiones de su paso por el PPCD. Historias que ponen de manifiesto cómo la diferencia entre el fracaso y el éxito radica en algo tan sencillo como el tiempo que se le dedica al

paciente a conocer y luchar contra su enfermedad.

ENRIQUE. 69 años. Un día empezó a sentir una marcada dificultad para respirar. Literalmente se ahogaba. Convencido de que era asma, comenzó a tomar broncodilatadores. En una de sus visitas al médico le dijeron que tenía una insuficiencia cardíaca. Pasó directamente a la Unidad de Cuidados Intensivos. Tras ese día recorrió media España en busca de un tratamiento para controlar su enfermedad. El periplo acabó cuando se incorporó al PPCD. En menos de un año sus niveles de hemoglobina glicosilada (HG) -análisis que muestra el nivel promedio de azúcar en sangre en las últimas seis a ocho semanas- se redujeron.

VICENTE. Treinta y cinco años diabético. Pese a no ser un caso grave, padecía todos los factores de riesgo de un paciente diabético: hipertensión, colesterol, etc. El PPCD consigue que deje de fumar. En menos de un año controló su diabetes y su hipertensión arterial.

JUANJOSÉ. Toma doce pastillas diarias. Asegura que su gasto mensual, según el informe que desde hace unos meses hace llegar a cada paciente la Generalitat Valenciana, es de 2.080 euros. Llegó al programa con 103 kilos. HG disparada, triglicéridos altos, hipertenso. Afir-

CONVIVIR CON UN DIABÉTICO



Lidia y su marido Esteban regentan un conocido restaurante en Rocafort (Valencia). El miedo a las consecuencias de la diabetes de su marido, obligaba a Lidia a buscar mil triquiñuelas para controlar su alimentación. “Le vaciaba mucho la miga del pan, pero se daba cuenta y se quejaba”, explica, entre otros trucos.

Cuenta su historia entre una mezcla de incredulidad y alegría, pues el de Esteban parecía un caso perdido.

“Ahora almuerza sin pan y él mismo compra la leche desnatada, jantes me reñía porque decía que ni se la acercara, que era agua!”.

Como Enrique, Vicente, Juanjosé y Ramón, Lidia asegura que el milagro ha sido posible gracias a la información y el aprendizaje sobre la diabetes que justifican la realización de programas de prevención cardiovascular en diabéticos como el que dirige la Dra. Emilia Tormo en el Hospital Nisa 9 de Octubre.

ma que gracias al PPCD ha cambiado su estilo de vida; de forma especial su alimentación. “Si hubiera venido hace diez años, en lugar de doce pastillas me tomaría una”.

RAMÓN. Diez años diabético. “Los médicos me dijeron que era diabético y me dieron pastillas. Sin más”, recuerda. Tras su incorporación al PPCD logra reducir a la mitad su medicación en apenas seis meses. Sus niveles de HG son más bajos ahora que cuando tomaba todo el tratamiento farmacológico. Como Juanjosé, asegura resignado que “si hubiera venido hace siete años hubiera superado la diabetes sin pastillas”.

JOSEFA. Asegura ser diabética “con pedigrí”. Generación tras generación, su familia ha convivido con la enfermedad. El fallecimiento de su prima, diabética, con apenas 37 años activa su voluntad por cambiar un destino que parecía irreversible. Ha perdido veinte kilos. Se ha convertido en una incansable creativa culinaria en búsqueda de fórmulas que le ayuden a controlar la diabetes. Ha integrado el ejercicio en su rutina diaria. “En el descanso del almuerzo, me tomo un yogurt, dejo mi despacho y salgo a andar media hora”. Sólo un médico de familia controla ahora sus niveles de glucosa. 