

Beneficios del ejercicio físico a largo plazo

Reduced Disability and Mortality Among Aging Runners. A 21- year Longitudinal Study
Chakravarty EF, Gubert HB, Lingala VB, Fries JF. *Arch Intern Med.* 2008;15:1638-46.

Uno de los objetivos de las políticas sanitarias de todas las administraciones competentes es conseguir una reducción sustancial del gasto público en sanidad. Son muchas las campañas y actuaciones que se llevan a cabo para lograr este propósito.

Con el aumento de la esperanza de vida, resulta necesario buscar una mejora de la calidad de vida y de la capacidad funcional entre la población adulta.

El ejercicio regular, incluyendo el correr, puede contribuir a mejorar la salud de la población. Sobre este tema trata el estudio publicado por Eliza F. Chakravarty et al.

Los autores recogen información sobre los beneficios a largo plazo del ejercicio físico en población adulta. Durante 21 años recopilaron datos de un grupo escogido en el que el ejercicio físico (correr) formaba parte de la vida cotidiana, comparándolo con el grupo control.

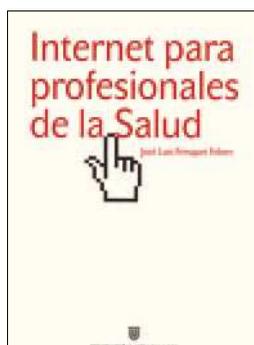
Se compararon las masas musculares, las discapacidades físicas que aparecen con la edad (problemas en

el mantenimiento de la higiene personal, en el acto de correr o desplazarse, en el desarrollo de actividades físicas en general, etc.) y las causas de muerte (cardiovascular, neurológica, infecciosa, entre otras).

Tras el seguimiento de 21 años, el estudio demuestra que a largo plazo la práctica de actividades como correr u otros ejercicios vigorosos por parte de la población adulta se asocia a una disminución de la mortalidad.

De hecho, los autores vinculan el ejercicio físico a una disminución de la incidencia de la demencia, a un aumento de la resistencia cardiovascular, a una mejora de la capacidad pulmonar, a un aumento de la masa ósea y a una disminución de la fragilidad muscular. Todo ello lo asocian, además, a una mejora de las funciones cognitivas.

La conclusión final anima a la población de todas las edades a la práctica de ejercicio físico, no sólo para mejorar la calidad de vida sino para reducir así el número de enfermedades crónicas que incrementan anualmente el gasto sanitario. ■



Internet para profesionales de la Salud

José Luis Fresquet Febrer
Fundación Uriach.
Barcelona, 1838
181 págs.

Internet para profesionales de la salud de José Luis Fresquet Febrer nos ofrece una recopilación sobre la historia de internet y la vinculación de los profesionales sanitarios

y pacientes a esta fuente de información.

Presenta un repaso exhaustivo de las ideas básicas de este sistema de información.

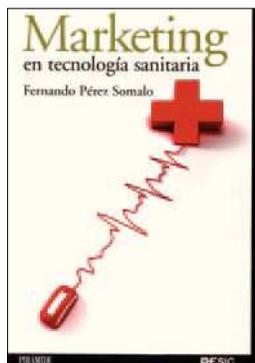
Habla de la parte de internet que puede resultar útil para pacientes y profesionales sanitarios. Describe las diferentes fuentes de información, tanto las privadas como las públicas, las extranjeras y españolas, desglosando, en cada una de ellas, el tipo de información que presentan y la forma de obtenerla.

Recoge directorios generales de internet donde se encuentran, por ejemplo, de forma rápida y específica, las definiciones de

enfermedades y vocabulario médico, entre otras.

También revisa directorios específicos de medicina y ciencias de la salud muy interesantes para consultar temas tan variados como enfermedades, casos clínicos, medicina alternativa, etc.

Dedica un capítulo a tratar las bases de datos médicas en internet, destacando las internacionales Medline y Embase, dedicadas a todos los aspectos de la medicina. Describe también Biosis, que destaca de entre las bases relativas a las ciencias biológicas. Y resalta la IME, como base de datos de medicina general española. ■



Marketing en tecnología sanitaria

Fernando Pérez Somalo
Ediciones Pirámide.
Madrid, 2008
243 págs.

Esta obra es una introducción a las técnicas de *marketing* para el sector de la tecnología sanitaria que ofrece a los profesionales del marketing una visión general del sector sanitario y a los profesionales de la salud una visión concreta del *marketing* aplicado al sector sanitario.

Marketing en tecnología sanitaria parte de una descripción general del sistema sanitario español. Define sus características, los tipos de financiación y el papel del Ministerio y de las comunidades autónomas para mantener los servicios y prestaciones sanitarias que requiere la población.

El libro describe la red empresarial relacionada con la salud y todos aquellos componentes que permiten cubrir las necesidades sanitarias. Presenta a los posibles productores, investigadores y consumidores, al tiempo que define el tipo de producto (físico o no) que genera una solución a la demanda sanitaria.

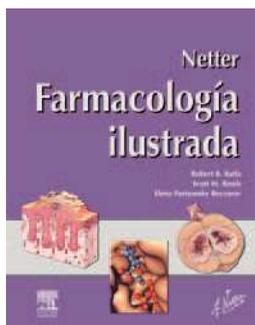
El libro desarrolla de forma extensa y minuciosa la definición de producto sanitario y la legislación vinculada. Enumera las clases de productos sanitarios y describe un documento europeo que aporta ejemplos para ayudar a diferenciar correctamente lo que puede registrarse como producto sanitario de lo que únicamente puede ser medicamento (el MED/DEV 14/93).

Para explicar todo el circuito que se genera desde que aparece una planificación comercial por parte de una empresa hasta que se alcanzan los objetivos de *marketing* establecidos, el libro dedica el final de la segunda parte a la definición del *marketing mix* y sus herramientas (precios, productos, distribución y promoción). Además, introduce al lector en las

tres fases de un plan de *marketing* en tecnología sanitaria, que son el instrumento para dirigir y coordinar una organización comercial completa. También define el papel de los verdaderos protagonistas del *marketing*: el director de división, el director de *marketing*, el responsable de comunicación, el jefe de producto y el responsable de grandes cuentas.

Para relacionar la teoría con la práctica, el libro presenta el ejemplo real de un plan de *marketing* en tecnología sanitaria llevado a cabo en el año 1995 por una empresa con el fin de introducir en el mercado unos autoanalizadores para la cuantificación de proteínas y pruebas reumáticas en muestras de paciente.

Al final de la obra encontramos dos anexos y un apartado de bibliografía. El primer anexo recoge la normativa legal relacionada con los temas desarrollados en el libro. Y en el segundo, aparecen presupuestos por comunidades autónomas, *ranking* de empresas del sector, estimación del mercado y nuevos hospitales 2004-2008. ■



Netter Farmacología ilustrada

Robert B. Raffa,
Scott M. Rawls,
Elena Portyansky
Beyzarov
Elsevier España.
Barcelona, 2008
412 págs.

Elsevier presenta la sexta edición de un clásico como el *Netter Farmacología ilustrada*, una obra de referencia en farmacología consolidada internacionalmente.

Su estructura general está organizada en sistemas (circulatorio,

respiratorio, renal, etc.), dando protagonismo no tanto a la teoría básica del funcionamiento de cada uno de los sistemas como a las ilustraciones, que resultan muy útiles para facilitar el aprendizaje de los conceptos.

El libro ofrece imágenes reales de pruebas diagnósticas (radiografías, tinciones, etc.), fotografías de signos (p. ej., melanoma en la nariz de un paciente), gráficos explicativos de la función química de las moléculas implicadas en los trastornos patológicos, esquemas sobre el contenido teórico, figuras que muestran las expresiones típicas en los rostros o partes del cuerpo afectados por

las enfermedades y las estructuras moleculares de los principales fármacos utilizados en los tratamientos descritos.

Proporciona una amplia cobertura de las ciencias básicas y las aplicaciones clínicas de la farmacología de un modo rigurosamente científico y agradable al mismo tiempo.

Se trata de una obra con ilustraciones dinámicas que ofrecen una aproximación visual al aprendizaje de los principios de la farmacología, que puede resultar muy útil para estudiantes de ciencias de la salud que buscan una guía que les facilite la comprensión de esta ciencia. ■