

TROMBOSIS

Las nuevas normas de seguridad aérea favorecen el síndrome de la clase turista

■ Investigadores de Granada crean un dispositivo para 'andar' sin moverse del asiento

Actualizado martes 09/03/2010 18:29 (CET)

EL MUNDO

MADRID.- El atentado frustrado a un avión que cruzaba el Atlántico durante las pasadas Navidades ha llevado a reforzar las normas de seguridad a bordo. Las autoridades estadounidenses han impuesto nuevas limitaciones, que las compañías aéreas han aceptado e, incluso, han añadido sus propias medidas cautelares. Como resultado, los viajeros han visto como se reducía su capacidad de movimiento y se incrementaba su riesgo de sufrir el denominado síndrome de la clase turista.

Este padecimiento **afecta al 3% de los viajeros sanos** que realizan vuelos de más de cuatro horas de duración. Sus manifestaciones más frecuentes son la trombosis venosa profunda y la embolia pulmonar.

En realidad, puede aparecer también en primera clase y, en general, en situaciones de inmovilidad prolongada. De hecho, se ha descrito una nueva dolencia asociada a la obstrucción de las venas en internautas que chatean durante largas horas. Es lo que ya se conoce como 'e-trombosis'.

La **recomendación de deambular por el pasillo** para favorecer la circulación de las piernas es cada vez más difícil de seguir, máxime cuando los empleados de las aerolíneas tienen orden de impedir que haya más de dos personas levantadas de sus asientos.

Si también se prohíben las 'visitas' al cuarto de baño nada más despegar y una hora antes de aterrizar, ¿qué margen le queda al sufrido pasajero para llevar a cabo los ejercicios que le pueden mantener a salvo de una trombosis venosa profunda?

Un equipo de investigadores de la Universidad de Granada, dirigido por Fidel Fernández, cirujano vascular del Hospital San San Cecilio de dicha ciudad andaluza, ha ideado un sistema para 'caminar' sin tener que levantarse del asiento.

Se trata de un dispositivo, llamado Flip-Flow y comercializado por la empresa Vitalis Salud, que **estimula la circulación al favorecer el retorno venoso** mediante la recreación de la acción de andar.

Sus creadores buscaban, tal y como explica el doctor Fernández, "algo que fuese pequeño y que cumpliera los requisitos de seguridad". Es una almohadilla hinchable de uso sencillo: el usuario sólo tiene que descalzarse y presionar de forma alternativa sus dos extremos, con la punta del pie y con el talón.

El dispositivo fue puesto a prueba en el Centro de Alto Rendimiento Deportivo de Sierra Nevada, que se encuentra a 2.320 de altitud y tiene una presión similar a la que experimentan los pasajeros durante un vuelo.

Los investigadores **recrearon las principales características de una cabina**: separación entre los asientos, proyección de películas, reparto de comida y bebida... A los voluntarios se les pesó y se les midieron los diámetros de las piernas, así como el grado de edema (hinchazón) y de drenaje de las venas antes y después del vuelo simulado. La mitad de ellos realizaron ejercicio con la almohadilla.

Se les evaluó dos semanas después y, transcurridos dos meses, se le volvió a embarcar en el supuesto avión. Pero esta vez se intercambiaron los papeles: quienes habían caminado 'virtualmente' se mantuvieron quietos y los que habían permanecido estáticos probaron el dispositivo.

La principal conclusión del estudio, que los científicos publicarán próximamente en una revista científica y será presentado en congresos médicos, es que el empleo del estimulador circulatorio durante los viajes de larga duración **previene de forma significativa la acumulación de edemas** y mejora el drenaje venoso de las piernas, disminuyendo así el riesgo de formación de coágulos sanguíneos y de embolias pulmonares.



Dispositivo desarrollado por la Universidad de Granada (Foto: Vitalis Salud)