

La fragilidad: un reto clínico y de investigación

*Leocadio Rodríguez Mañas**

Jefe del Servicio de Geriátría

Hospital Universitario de Getafe.

Profesor Titular de Medicina, Universidad Europea de Madrid

Durante el proceso de envejecimiento, que abarca el periodo desde la maduración hasta la muerte, se pierde inevitablemente capacidad funcional. A un ritmo que va a depender de nuestra genética, pero también de nuestros estilos de vida y de la existencia de unas pocas enfermedades crónicas. Conforme perdemos capacidad funcional, nuestra reserva va siendo cada vez más limitada, de modo que cada vez somos más vulnerables a pequeños agentes agresores. Y llega un momento en que nuestra capacidad queda por debajo del mínimo necesario para mantener nuestra autonomía y es cuando aparece la discapacidad. Si esperamos a que la discapacidad aparezca, tendremos pocas posibilidades de recuperar nuestra autonomía, ya que careceremos de la reserva funcional necesaria para recuperar nuestra funcionalidad. Por eso es tan importante detectar el problema antes de que éste aparezca, en el periodo en que aún tenemos cierta capacidad de reserva (y por tanto de recuperación) y aún no hay discapacidad, pero sí un peor rendimiento en algunas variables “guía”. Es a ese momento en la evolución de nuestra capacidad funcional al que denominamos fragilidad, y es ese momento el que hemos de identificar para así poder intervenir retrasando o evitando la discapacidad. Sería una estrategia similar a la que utiliza el oncólogo cuando busca lesiones precancerosas o estadios muy iniciales de la enfermedad tumoral o el médico de familia que busca la hipertensión para, tratándola, evitar el infarto de miocardio. Es pues la detección y manejo de la fragilidad la clave para combatir la discapacidad que asola a un número relevante de personas mayores.

Las bases fisiopatológicas de la fragilidad están aún por definir en varios de sus aspectos, pero ya se conocen algunas de sus características, entre las que destacan la afectación simultánea de varios sistemas, entre los que destacan la inflamación de bajo grado, la alteración de sistemas hormonales (hormonas sexuales, insulina, GH/IGF-1), alteraciones del sistema vascular y musculo-esquelético, siendo la sarcopenia la vía final común más importante, aunque no la única.

Tanto el marco conceptual como el operativo también ha suscitado controversias. A este respecto cabe citar la reciente aportación de la Organización Mundial de la Salud con el nuevo concepto de capacidad intrínseca, que define al componente

biológico que permite afrontar con éxito los retos del entorno siendo, por tanto, independiente de él. La discapacidad aparecería cuando nuestra capacidad intrínseca no es capaz de superar dichos retos y, en consecuencia, es cambiante en función de la intensidad del reto y la magnitud de nuestra capacidad intrínseca, permitiendo intervenciones tanto sobre la capacidad intrínseca como sobre el entorno para evitar o modular la discapacidad. En este esquema, la fragilidad sería el momento evolutivo de la capacidad intrínseca en el que pequeñas agresiones pueden llevarnos a la discapacidad, pero en el que aún existe una cierta capacidad de adaptación y recuperación y no se ha manifestado la discapacidad ante entornos habituales.

Su detección supone en sí mismo un reto, ya que su prevalencia varía en diferentes medios clínicos y no clínicos, y los instrumentos de detección ofrecen diferentes rendimientos en diferentes medios. De igual modo, las intervenciones hoy probadas son pocas, pero se están desarrollando múltiples estudios que intentan evaluar diferentes intervenciones. Así mismo, su importancia pronóstica en campos tan dispares como la cardiología o la cirugía, hacen de la fragilidad un área de conocimiento que excede el interés de la Geriátrica para alcanzar a todos los pacientes ancianos. No es por tanto exagerado considerar a esta nueva entidad clínica uno de los principales retos teórico-prácticos en la atención a las personas mayores, además de un inmenso tema abierto para las mentes despiertas y curiosas, y en consecuencia campo abonado para la investigación