

## Simposio de Oncología

### Linfomas y leucemias: Diagnóstico clínico y evaluación inicial

María Rodríguez S.\*

La leucemia y los linfomas constituyen dos grupos heterogéneos de entidades malignas. Las primeras se originan de las células progenitoras hematopoyéticas en la médula ósea y los segundos, de las células linfoides en sus diversos estadios de maduración. Son las patologías hematológicas malignas más frecuentes y su incidencia a tendido a aumentar en las últimas décadas.

En la actualidad, la sobrevida de los pacientes con diagnóstico de leucemia o de linfoma ha mejorado, debido a un diagnóstico y estadiaje más precisos y a los avances en el tratamiento.

Sin embargo, para optimizar los resultados del tratamiento es necesario un diagnóstico temprano y preciso. Lo anterior hace que sea fundamental un conocimiento amplio de su forma de presentación clínica, así como de la evolución natural de ellas. Esto permitirá al clínico sospechar la presencia de una de estas enfermedades en el momento oportuno, así como discriminar aquellas otras causas de alteraciones hematológicas.

Se revisará las bases del diagnóstico actual de las leucemias y linfomas partiendo de su patogénesis y presentación clínica. Se plantea además una guía de diagnóstico con énfasis en los factores relevantes para establecer el diagnóstico y definir el pronóstico en las patologías más frecuentes.

## Simposio de Medicina del Deporte y Actividad Física

### Evaluación de la Aptitud Física

Carlos A. Brenes\*

Como un médico, profesor de Educación Física o monitor en ejercicio, usted necesita evaluar la aptitud física de cada cliente, con el objetivo de asistirlos en el desarrollo de un compromiso para la participación regular en actividades físicas, que reduzcan su riesgo de desarrollar enfermedades hipokinéticas.

Las enfermedades hipokinéticas, como por ejemplo, la enfermedad coronaria, la obesidad y la diabetes, han sido asociadas con estilos de vida que carecen de actividad física apropiada. Como es sabido, niveles bajos en los componentes de la aptitud física favorecen el desarrollo de la enfermedad hipokinética. Evaluaciones periódicas de los componentes de la aptitud física brindarán al especialista en deporte y a los monitores la información esencial para planear los programas necesarios para mejorar la aptitud y salud del cliente.

### Pruebas para medir la aptitud física

En un programa completo de mejoramiento físico, las pruebas y evaluaciones son prioritarias para los participantes, antes, durante y después del programa. Las razones de eso son:

- Brinda el nivel continuo de mejoramiento
- Identifica necesidades del entrenamiento
- Se evalúa el progreso de los participantes
- Motiva a los participantes

La fase de evaluación de la aptitud física debe ser dividida en dos categorías: a) evaluación médica del participante, la cual es responsabilidad del médico personal; b) evaluación física, la cual es responsabilidad del director de programa o especialista en ejercicio. En esta charla nos limitaremos solamente a la evaluación conducida por especialista con ayuda del monitor deportivo. Debido a que muchos de los evaluadores no están preparados para utilizar pruebas que requieran mucho equipo o entrenamiento avanzado, para su aplicación e interpretación, las pruebas seleccionadas siguen los siguientes criterios:

- Tiempo mínimo de aplicación de la prueba con máximo de información acerca del individuo.
- Dentro de la capacidad del especialista del ejercicio y monitor.
- Simple de aplicar y administrar
- Poca necesidad de equipo

---

\* Hospital San Juan de Dios.

---

\* Proyecto Medicina y Deporte. UNA.