

salud^{dosmil}

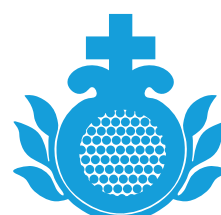
hospital san juan de dios de león

diciembre 2021 | número 145



- **en persona** | maría josé alonso fernández
- **actualidad** | minimizar las secuelas de un accidente de tráfico
- **el especialista** | pablo rodríguez bernal

saluddosmil.com



HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS
HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS DE LEÓN

La medicina
a tu servicio

Unidad de Accidentes de Tráfico

Si tienes un
accidente de
tráfico, en el
Hospital San Juan
de Dios de León
nos ocupamos de
todo de manera
completamente
gratuita.

Nuestro compromiso,
tu salud.



**HOSPITAL
SAN JUAN DE DIOS
DE LEÓN**
HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS

Avenida San Ignacio de Loyola, 73
24010 San Andrés del Rabanedo, León



www.hospitalsanjuandedios.es

En el Hospital San Juan de Dios de León llevamos inmersos varios meses en la elaboración de su nuevo Plan Estratégico, una hoja de ruta con la que afianzar nuestra posición y marcar las principales líneas de actuación para los próximos cinco años con el paciente como eje central. Con el objetivo de ofrecerle un trato humanizado, diferenciado y cercano, se promoverán iniciativas encaminadas a dar respuesta a sus necesidades en el marco de una revolución digital que nos acercará a un "hospital sin paredes" que ya está levantando sus cimientos al objeto de brindar una atención de mayor calidad y más eficiente.

Todo ello conllevará cambios profundos y transversales como las citas electrónicas, la creación de una App, la existencia de un dossier digital a disposición de nuestros pacientes de manera continua, un sistema de percepción de satisfacción vía SMS, la posibilidad de videoconsulta con nuestros profesionales o una gestión más automatizada que ayude a nuestros usuarios a moverse por el Hospital y evite esperas.

En este sentido, algunos de nuestros próximos proyectos estarán dirigidos a mejorar su accesibilidad y confort. De la misma manera, estarán puestos a disposición de un cuadro de profesionales cada vez más especializado y con capacidad

de atender los casos más complejos que nos confíen.

Para alcanzar todos estos fines se apostará por la implicación de los trabajadores, promocionando la participación de éstos en la toma de decisiones, potenciando a los más emprendedores. Y sin dejar de lado a nuestros garantes en un camino orientado hacia la excelencia, la calidad y el prestigio social del Hospital San Juan de Dios, de acuerdo a los valores de la Orden a la que pertenecemos.

En esta recta final de 2021 -un año complejo, pero esperanzador- debemos mantener la guardia alta ante la evolución de la pandemia con una nueva variante del coronavirus que amenaza con recrudecer la sexta ola de la enfermedad. La experiencia nos ha demostrado cómo nos debemos comportar para que la situación no se descontrola. Sabemos lo que tenemos que hacer y, lo justo, lo necesario, es hacerlo.

Juan Francisco Seco Martín
director gerente

han colaborado

Juan Francisco Seco, María José Alonso, David Pacho Villacorta, M^a Nieves Díaz Canedo, Abilio Fernández, Pablo Rodríguez Bernal, Mónica Redondo, Luz Lozano, Leticia Álvarez, Carmen Carrera de Vega y Fernando Pérez Soto

diseña y edita

La Central
Brianda de Olivera, 22 | 24005 León
987 260 000

imprime

Editorial Mic
Artesiano, s/n
Pol. Ind. Trobajo del Camino
24010 León

depósito legal LE-2063-2008

nº de autorización sanitaria
24-C11-0007

en persona	2
la actualidad	6
la salud en tu día a día	10
obra social	12
pastoral	14
el especialista	16
cuadro médico	18
noticias de interés	20
ocio	24
el hospital por dentro	28
recursos humanos	30
voluntariado	32
nuestro grupo en España	34



**Certificación Empresa
Familiarmente Responsable**



**Certificación 9001
del Proceso Quirúrgico**



**Sello de Excelencia
EFQM 500+**



**Certificación ISO 9001
en el Centro de
Rehabilitación Psicosocial**

El Hospital San Juan de Dios de León certifica sus protocolos de actuación frente al Covid-19 y acredita externamente la limpieza y desinfección de sus instalaciones para que pacientes y usuarios tengan la garantía de ser atendidos con los máximos criterios de calidad y seguridad. Esta certificación avala las medidas organización, limpieza y desinfección implementadas e incluye verificaciones periódicas de la limpieza de superficies con marcadores fluorescentes y análisis de ATP.



maría José alonso fernández

investigadora del grupo Nanobiofar del CiMUS de la USC

“Tengo la necesidad de aportar algo en el campo de la nanotecnología aplicada al cáncer”

María José Alonso Fernández (Carrizo de la Ribera, 1958) es catedrática de Farmacia y Tecnología Farmacéutica en la Universidad de Santiago de Compostela (USC), donde entre los años 2006 a 2009 fue vicerrectora de Investigación e Innovación e impulsó el proyecto Campus Vida que obtuvo el reconocimiento de excelencia internacional. Su laboratorio, el grupo Nanobiofar del Centro de Investigación en Medicina Molecular y Enfermedades Crónicas (CiMUS), ha sido pionero en numerosos descubrimientos en el campo de la tecnología nanofarmacéutica y la nanomedicina. Ha coordinado varios consorcios de investigación financiados por la OMS, la Fundación Bill y Melinda Gates y la Comisión Europea. Actualmente participa en cinco proyectos de

la UE y coordina el consorcio europeo TRANS-INT. Es autora de 240 publicaciones científicas con más de 13.000 citas (factor H 65) e inventora de 22 familias de patentes. También es la secretaria de la 'Controlled Release Society' (CRS), la sociedad científica líder a nivel mundial en el área de la liberación controlada de fármacos y la nanomedicina, y forma parte del consejo editorial de once revistas. Es miembro de dos academias en Galicia, de la Real Academia de Farmacia de España (RANF) y de la Academia Nacional de Medicina de EEUU. Recientemente, ha ingresado en la Academia Nacional de Medicina de Bélgica.

Acaba de sumar a su carrera investigadora el reconocimiento más importante de España, concedido por el Ministerio de Ciencia e Innovación, el Premio Nacional Juan de la Cierva en el área de Transferencia de Tecnología. ¿Cómo ha recibido la noticia? ¿Qué supone este nuevo espaldarazo a su carrera?

No esperaba esta noticia. Recibí una llamada de la ministra de Ciencia (Diana Morant) y pensaba que era para agradecerme que formara parte de la Agencia Estatal de Investigación (AEI). Cuando me dijo que había recibido el premio, me llevé una

sorpresa enorme porque no estaba en mi mente. Sabía que había presentado la USC mi candidatura, pero me había olvidado por completa de ella. Voy a cumplir 63 años y es verdad que mi carrera está ahí y que seguiré dando pasos, pero no ambiciono llegar más lejos de lo que he llegado. Pero sí lo ambiciono para mis doctorandos. Es un reconocimiento al laboratorio, que para ellos va a ser muy importante. Todo lo que sea bueno para discípulos, es extraordinario para mí. Por cierto, acabo de leer la carta de felicitación del alcalde de Carrizo de la Ribera (Alfonso Álvarez) y me ha hecho muchísima ilusión.

Ha recibido más de una treintena de premios. Entre ellos, la Medalla a la Excelencia en Investigación y Educación otorgada por el Gobierno de España, el Premio Jaime I, la Medalla Castelao que concede la Xunta de Galicia y el III Premio Honorífico a la Excelencia en la Trayectoria Científica de la Fundación AstraZeneca. ¿Son los premios un trampolín dentro de su campo?

Los premios más que ser un trampolín, dan visibilidad a la institución y al ámbito en el que trabajas. Y cuando tienes un nombre es más fácil establecer alianzas, porque recurren más a ti. Y a mí eso me encanta. Abre puertas a las colaboraciones con otros científicos y con la industria y, sobre todo, ayuda a mis alumnos a conseguir buenos puestos de trabajo.

Por cierto, ¿qué le llevo a buscar respuestas entre lo más pequeño?

La razón por la que elegí Farmacia es porque me intrigaba y me seducía la idea de que cómo una molécula química podía llegar a conseguir un efecto como el alivio del dolor. En Bachiller me gustaba mucho la Física y la Química y busqué aplicarla a la Medicina. Me di cuenta de que los fármacos no eran tan ideales como me los había imaginado: tenían efectos adversos, a veces precisaban de dosis altas para ser efectivos... Fue ahí donde me empecé a interesar por la tecnología farmacéutica para mejorar su calidad y efectividad. Conocí el trabajo de un grupo de la Universidad París-Sur sobre liposomas para mejorar la eficacia de los tratamientos contra el cáncer y reducir los efectos tóxicos. Siempre he tenido una visión muy de producto, de ver beneficios. Por eso, hice un postdoctorado allí y me adentré en el mundo de lo nanométrico con estos pequeños vehículos que ayudan a las moléculas del fármaco a superar las barreras biológicas y llegar a su destino.

Su laboratorio tiene tres décadas de experiencia en el planteamiento de macromoléculas, es decir, péptidos, proteínas, antígenos, anticuerpos monoclonales y polinucleótidos, utilizando sistemas de administración basados en polímeros. ¿Cuáles diría que han sido sus grandes aportaciones al campo de la nanotecnología farmacéutica y la nanomedicina?

La investigación son pequeños pasos que dan lugar al avance de la ciencia y la tecnología. Nosotros fuimos pioneros en la década de los 90 en el diseño de nanovehículos capaces de atravesar barreras mucosas como la nasal, la ocular o la intestinal. En el caso de la insulina sabíamos que había una degradación prematura en el intestino a sortear.

También tenemos importantes aportaciones en la vacunación por vía nasal como método óptimo, ya que muchos países no cuentan con las medidas higiénicas necesarias. Fueron grandes hallazgos con el apoyo de la OMS y la Fundación Gates. En la última década nos hemos centrado mucho en el cáncer, porque lamentablemente todos tenemos casos en la familia. Tengo la necesidad de aportar algo en ese campo. Mi hermana ha fallecido recientemente de cáncer de páncreas, un tumor para el que hemos descubierto que -usando determinados tipos de nanopartículas- podemos transportar anticuerpos monoclonales hacia el interior de las células cancerígenas. Conseguimos que estos potentes fármacos atraviesen la membrana celular y accedan a las llamadas oncoproteínas. A lo largo de 2022 esperamos terminar el desarrollo preclínico y nos gustaría entrar en la fase clínica a mediados o finales de 2023. Tenemos un prototipo que va a actuar contra la proteína mutada KRAS. Llevo este tema con mucha pasión, porque mi madre también nos dejó hace doce años a consecuencia de un cáncer gástrico.

Gracias a determinados tipos de nanopartículas, podemos transportar anticuerpos monoclonales hacia el interior de las células cancerígenas.

La medicina de precisión está tomando un gran protagonismo al lograr terapias personalizadas más eficaces para cada paciente. ¿En qué consiste exactamente la liberación dirigida y controlada de fármacos?

Existen mutaciones genéticas que dan lugar a distintos tipos de cáncer, pero solo en determinadas poblaciones de individuos. El 98 por ciento de los pacientes con páncreas tienen la misma alteración genética (mutación BRCA) que da lugar al comportamiento erróneo de una proteína. La liberación dirigida y controlada de fármacos se basa en el uso de nanovehículos que los dirigen hacia la diana terapéutica. Cuando llegan al interior de la célula, se produce su liberación gradual. Mariano Barbacid decía que dentro de poco no vamos a hablar de cáncer de pulmón o de páncreas sino de cáncer asociado a KRAS o a EGFR. La clave es anular esa proteína, porque el mismo defecto puede actuar en diferentes tejidos. Lo importante es corregir esa anomalía.



A lo largo de la última década ha trabajado en colaboración con grupos americanos, canadienses y europeos en el desarrollo de una vacuna frente al VIH. ¿Por qué es tan complicado conseguir un suero eficaz contra este virus?

Empezamos a trabajar hace diez años en ella de la mano de la Fundación Gates. Ellos creían que era mejor apostar por un cóctel de proteínas en la vacuna, porque el VIH, el virus que causa el Sida, es muy variable. De hecho, no se ha pasado de un 40% de efectividad en el mejor de los casos, aunque ni de lejos se ha dedicado el mismo esfuerzo que a la COVID-19. La vacuna frente al VIH es particularmente compleja, pero, además, cuando se descubrieron los tratamientos antirretrovirales, el virus dejó de ser un problema en los países desarrollados. Nuestros prototipos ya se han testado en tres series de macacos y ahora estamos tratando de conseguir financiación para dar el salto a la clínica. Con el coronavirus se ha demostrado que la ciencia es muy poderosa si la aceptas e inviertes en ella, pero la ignorancia es muy atrevida.

También desarrollaron las nanopartículas para transportar el ARN a la célula de una vacuna frente a la COVID-19. ¿En qué quedó ese trabajo?

El proyecto está financiado por el Departamento de Salud de la Generalitat de Cataluña y por el Instituto de Salud Carlos III, y es parte de un consorcio liderado por el Instituto de Investigaciones Biomédicas de Barcelona (IDIBAPS) que también cuenta con la colaboración de la Universidad de Barcelona, el Instituto de Recerca Biomèdica de Barcelona (IRB), la Universidad Pompeu Fabra, el Centro Nacional de Biotecnología (CSIC) y la Universidad Libre de Bruselas. Hemos trabajado en el desarrollo de un prototipo de vacuna basada en ARNm contra el SARS-CoV2, capaz de inducir respuestas inmunitarias de larga duración frente al virus, que ha sido transferido a la empresa Hipra. Ella será la que decida si sigue adelante o no con esa vacuna en función de factores

como la patentabilidad y libertad de operación o la efectividad comparada.

El consorcio TRANS-INT, que se inició en el año 2012, ha trabajado en nuevas terapias frente a diabetes y obesidad. ¿Cuáles han sido sus logros y en qué está trabajando en la actualidad?

En la actualidad lamentablemente no hemos conseguido financiación para continuar. Definimos dos prototipos en el laboratorio. Uno muy importante orientado a la administración oral de insulina y otro que podría ser de interés para el tratamiento de la enfermedad inflamatoria intestinal como el Crohn o la colitis ulcerosa. Realmente, el gran logro de este consorcio, integrado por 17 socios y casi un centenar de personas, fue entender cómo interactuaban las nanopartículas con el tracto gastrointestinal.

Con el coronavirus se ha demostrado que la ciencia es muy poderosa si la aceptas e inviertes en ella, pero la ignorancia es muy atrevida.

El Centro de Investigación en Medicina Molecular y Enfermedades Crónicas (CIMUS) participará en el proyecto DIAGBI, que propone, mediante nanopartículas, superar la barrera hematoencefálica, una película que protege al cerebro de la entrada de sustancias ajenas al cuerpo, para así llevar a cabo procedimientos no invasivos. ¿Qué papel tendrá su grupo en este estudio?

Es un proyecto de imagen molecular en el que vamos a diseñar y sintetizar nanotransportadores capaces de traspasar la barrera hematoencefálica llevando anticuerpos monoclonales, previamente

marcados con un isótopo radioactivo, al tejido diana. Una vez que lleguen a las oncoproteínas del glioblastoma multiforme, un tumor cerebral agresivo y reactivo al tratamiento, tendrán que emitir radiación de positrones para poder ser visualizado en un PET/TC. Se trata de diagnosticar este cáncer en estadios iniciales, cuando empiecen a dar la cara a las proteínas mutadas.

Es inventora de 22 familias de patentes, uno de los elementos clave para el desarrollo acelerado de las vacunas para la COVID-19. ¿Por qué son importantes? ¿Qué le diría a quienes sostienen que suponen un freno a la innovación?

Es un tema complejo, pero lejos de ser un freno son un incentivo a la innovación. En el trabajo que hicimos para la Fundación Bill y Melinda Gates, el requisito era que patentásemos nuestros hallazgos y que se los cediésemos a los países que identifica-se la OMS como merecedores de esa gratuidad. Es importante patentar porque si todo el mundo copia, no va a haber empresas que quieran arriesgar -en las etapas de riesgo del trabajo- miles de millones de euros. Las grandes industrias farmacéuticas están haciendo un gran esfuerzo en este sentido para llegar a negociaciones, sobre todo con los países emergentes. Patentar significa proteger la tecnología en su concepción más amplia. Porque hay un esfuerzo detrás del desarrollo de ese producto, aunque se haya llevado a cabo en parte con fondos públicos.

Ha asesorado al Ministerio de Ciencia e Innovación en la elaboración de la Ley de la Ciencia, la Tecnología y la Innovación, que son indispensables para el progreso de una sociedad. ¿Cree que se está invirtiendo lo suficiente?

No, claro que no. España, en función de su situación económica, podría invertir más de lo que invierte. Si invirtiendo solo un 1,24 por ciento de nuestro producto interior bruto (PIB) en ciencia hemos reducido la incidencia de lesiones metastásicas en cáncer, ¿te imaginas lo que conseguiríamos si invirtiéramos un dos? En Atresmedia, a través de su movimiento de responsabilidad corporativa, Constantes y Vitales, nos hemos volcado en una ambiciosa recogida de firmas popular para reclamar, de forma inmediata, un pacto entre todos los partidos políticos que eleve la inversión en ciencia al 2%. Si no fuera porque estamos en Europa, no tendríamos las vacunas frente al coronavirus. Se han desarrollado gracias a décadas de trabajo en genómica, inteligencia artificial, biotecnología, nanotecnología... que se han aplicado a la situación.

También ha formado parte del Comité Asesor del Ministerio de Sanidad. ¿Cómo ha visto la gestión de la pandemia?

Estuve en el primer mandato de Mariano Rajoy y, además, mi opinión no es muy relevante porque no tengo conocimientos de epidemiología ni de logística sanitaria. Pero estoy contenta globalmente con cómo lo ha hecho España. Ahí están los números, pero en este país pecamos de ser demasiado críticos. Ha sido un problema tan difícil de afrontar, por la responsabilidad que ha entrañado, que creo que hay que valorar el gran trabajo de los sanitarios, desde los médicos a los celadores, y de los científicos. Te puedo decir que son los años de nuestra vida en los que más nos hemos esforzado con diferencia. Se ha hecho bien o muy bien, aunque hayamos cometido errores.

¿Cree que hemos aprendido algo como sociedad?

Sinceramente, creo que sí. Todos hemos tenido experiencias delicadas y nos hemos dado cuenta de nuestra vulnerabilidad, de la importancia del altruismo, de la relevancia de la ciencia para avanzar... y, sobre todo, hemos aprendido a valorar lo que tenemos y a ser conscientes de que debemos ser responsables porque otras pandemias vendrán. Hay gente que, evidentemente, solo se ha enredado un poco más en sus pensamientos absurdos.

el test de María José

Una ciudad_León

Un rincón_La casa familiar de Carrizo al lado del monasterio, en la Plaza Mayor

Una comida_El arroz con cangrejos y las patatas con costilla

Un lugar para perderse_La Sierra del Caurel (Lugo)

Un colega de profesión para salir de cañas_Carmen Pedrosa

Un deporte_Senderismo y yoga

Un vicio (confesable)_Los cruasanes

Su mayor defecto_La autoexigencia

Su mayor virtud_La determinación

Le gustaría parecerse a_A mi madre

Un grupo musical o cantante_Jarabe de palo

Un libro_Cualquiera de Isabel Allende

Un medio de transporte_La bicicleta



minimizar las secuelas tras un accidente de tráfico

España es el cuarto país europeo con menor tasa de fallecidos por millón de habitantes en accidentes de tráfico. Su vasta infraestructura viaria, con una red de autopistas y autovías que es la más extensa del continente, contribuye firmemente a la seguridad vial. Del mismo modo, estrategias como la reducción del límite de velocidad a 30 km/h tratan de recortar la siniestralidad en las vías urbanas.

No obstante, en España se producen más de 100.000 accidentes de tráfico al año, según datos de la Dirección General de Tráfico (DGT), que señala un aumento significativo de la siniestralidad tras el confinamiento debido a la pérdida de habilidades para la conducción, la relajación en las normas de circulación, así como el deterioro de un parque automovilístico que ya supera los 13 años de edad media.

En este contexto, la Unidad de Accidentes de Tráfico del Hospital San Juan de Dios de León brinda una asistencia integral y gratuita a todos los lesionados en accidentes de tráfico desde el momento inmediato al siniestro, hasta su alta clínica. Sin listas de espera. Y es que contar con una atención rápida y especializada resulta, en muchos casos, vital para lograr una recuperación total y evitar futuras secuelas.

Gracias a la cobertura que proporciona el Seguro Obligatorio de Vehículos a Motor en virtud del convenio que mantiene la mayor parte de las com-

pañías con la Unión Española de Entidades Aseguradoras y Reaseguradoras (UNESPA), la patronal del sector, el Hospital San Juan de Dios de León ha atendido en hospitalización a una veintena de pacientes en lo que va de 2021 (que generaron 146 estancias), mientras que hasta 24 conductores, ocupantes, ciclistas y peatones ingresaron en el Hospital San Juan de Dios de León en 2020 tras elegirlo como centro de asistencia sanitaria. Independientemente de que tuvieran o no un seguro privado de salud y sin que tuvieran que asumir el coste de dicha asistencia.

"La mayoría, ocho de cada diez, tienen lesiones leves. Muchas son contracturas derivadas de alcances por detrás", ha precisado el doctor Luis T. Gervás, especialista en Traumatología, en relación a unas colisiones que acaban dañando a quienes las sufren por el mecanismo tensional tan violento al que se someten cabeza y cuello tras el impacto.

La Unidad de Accidentes de Tráfico de San Juan de Dios de León anota 1.600 consultas y 6.412 sesiones de rehabilitación este año 2021.

En este sentido, ante el latigazo cervical o una contusión lumbar el paciente es atendido de manera ambulatoria tras ser derivado por el servicio de Urgencias del propio Hospital o el Complejo Asistencial Universitario de León (CAULE). Así, 2020 cerró con 1.884 consultas y 7.081 sesiones de rehabilitación (1.600 y 6.412 este 2021).

alcance de las lesiones

La gastrectomía vertical o manga gástrica (sleeve gastrectomy) es una técnica en la que se extirpa la mayor parte del estómago, aproximadamente el 80 por ciento de su volumen. Su mecanismo de acción es doble, ya que por un lado produce una sensación de saciedad prematura y, por el otro, una disminución del apetito. Hoy es la técnica más usada sumando más del 70 por ciento de todas las cirugías bariátricas que se hacen mundialmente.

A través de unas pequeñas incisiones los cirujanos introducen las pinzas, la cámara, y las endograpadoras para poder realizar la intervención por vía laparoscópica. Se reduce de forma calibrada y controlada el tamaño del estómago convirtiéndolo en una especie de tubo, lo que reduce el volumen de la ingesta.

A diferencia del bypass gástrico, esta técnica no altera ninguna parte del aparato digestivo ni la absorción de proteínas y minerales, lo que permite una recuperación más rápida de la función intestinal con un seguimiento postoperatorio más cómodo para el paciente, que comienza a comer a las pocas horas de la cirugía y puede marcharse de alta a las 24 horas de la intervención.

"Esta técnica mínimamente invasiva, que se realiza por vía laparoscópica, conlleva menos complicaciones metabólicas y quirúrgicas que el bypass gástrico", apunta el doctor David Pacheco, que es jefe de servicio de Cirugía General y Digestivo del Río Hortega y responsable de la puesta en marcha

de la Unidad de Cirugía Bariátrica del hospital valli-soletano en enero de 2002. A su lado trabajarán los cirujanos Jesús Manuel Silva y Vicente Simó, así como el doctor Francisco Jorquera y Rubén Díez, ambos especialistas de Digestivo.

una cruda realidad

Las muertes en las carreteras siguen siendo una realidad. Detrás de cada una hay una familia rota y un proyecto de vida destrozado. Unos números que en Castilla y León – la tercera comunidad que más accidentes acumula tras Andalucía y Cataluña- desgraciadamente se mantienen una vez pasada la pandemia. Si el año pasado el número de fallecidos fue de 80 personas, este 2021, en los diez primeros meses, se eleva hasta las 86, es decir seis más. O lo que es lo mismo, una media de siete muertos por mes.

El servicio se ocupa, de manera gratuita y sin lista de espera, de todo lo necesario para que el paciente solo se centre en su recuperación.

La cifra se asemeja mucho a la de 2019, año sin pandemia, cuando se produjeron 88 fallecidos. En cuanto al número de accidentes mortales la comparación también es muy similar. En lo que llevamos de año se han producido 72, los mismos que en 2020 y cuatro menos que en 2019.





En ARAMARK somos conscientes que la alimentación impacta directamente en la recuperación del paciente.

TODO ESTÁ CONECTADO



Mejor Cuidado, Mejor Entorno



Para más información: 900 55 10 55
www.aramark.es

Por provincias, León se sitúa a la cabeza con 19 muertos (7 más que en 2020), mientras que Valladolid ha vivido un triste incremento de trece personas, pasando de 'solo' cuatro el año pasado a 17 éste. En esta misma situación se encuentra Soria que de seis ha pasado a registrar 13 fallecidos, más del doble.

El dato más positivo se extrae de Salamanca donde tras 18 pérdidas en 2020 se ha pasado a cinco. Burgos también desciende de 14 a 11, al igual que Segovia de ocho a cuatro, y Ávila de seis a cinco. Por su parte, Palencia ha lamentado cinco

fallecimientos frente a los cuatro de 2020 y Zamora ha pasado de seis a siete.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ya ha iniciado en Ginebra (Suiza) el Decenio de Acción para la Seguridad Vial 2021-2030, con el objetivo de prevenir al menos el 50 por ciento de las muertes y traumatismos causados por el tráfico para 2030. "Gran parte de este sufrimiento se puede prevenir, haciendo que las carreteras y los vehículos sean más seguros, y promoviendo la seguridad para caminar, ir en bicicleta y hacer un mayor uso del transporte público", ha asegurado el director general de la OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus.

_UNIDAD DE ACCIDENTES DE TRÁFICO

Te atendemos de
forma **totalmente**
gratuita.



HOSPITAL
SAN JUAN DE DIOS
DE LEÓN
HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS



www.hospitalsanjuandedios.es

Nuestro compromiso,
tu salud.





cambiar la cara a la salud del hombre

Australia, 2003. Dos amigos se reúnen alrededor de una cerveza en un pub de Melbourne y, en su conversación, llegan a la conclusión de que ya no se ven caballeros con bigote paseando por las calles. Por este motivo, se retan y se lo dejan crecer durante el mes de noviembre. Una vez finalizado el penúltimo mes del año, se dan cuenta del impacto que sus bigotes han tenido en su entorno, la de preguntas que ha suscitado. Al año siguiente vuelven a repetir la experiencia y, además, llaman al resto de sus amigos ("los 30 originales") a aceptar el mismo desafío y a poner sus bigotes a disposición de la recaudación de fondos para mejorar la salud masculina. Había nacido Movember con la mayor suma de dólares australianos para una ONG -la Fundación de Cáncer de Próstata de Australia (PCFA)- hasta esa fecha. Desde entonces ha conseguido 877 millones y ha financiado más de 1.250 de estudios a lo largo y ancho del planeta.

En el año 2007 el movimiento llega a España y, en 2010, Álvaro Díez Martínez se decide a fundar Movember León. Fue así como empezó una carrera de fondo en la que seguimos embarcados un equipo de personas que, año tras año y a pesar de las recientes adversidades, recaudamos fondos para evitar enfermedades como el cáncer de próstata o de testículos sin dejar pasar por alto la salud mental. Y es que cada minuto un hombre se suicida en el mundo. Como diría nuestro amigo Alfonso Vera, de los Butcher Brothers de Valladolid (un grupo formado por

Mo Bros y Mo Sistas), "mi bigote ni cura el cáncer ni lo previene", pero sí que ejerce un papel fundamental a la hora de generar diálogo y conversación en el momento que la gente pregunta cuál es el motivo de "dejarlo crecer". Y es que, además de la recaudación de fondos, ese es uno de los principales puntos de interés en Movember Foundation.

Es evidente que el foco de nuestra actividad está centrado en la mejora de la salud masculina. Tenemos claro que el margen de desarrollo es amplio, puesto que a los hombres nos cuesta mucho hablar de nuestros problemas. Nos cuesta ir al médico, nos cuesta reconocer debilidades. Por eso tenemos mucho que investigar. Tenemos muy claro que, por un lado, el movimiento es global; y, por el otro, el cáncer y la salud mental no ataca solo a personas. Ataca a familias. Y sabemos que si mejoramos la calidad de vida y trabajamos en la promoción de la salud masculina, también vamos a tener un impacto positivo en las mujeres que forman parte de su vida. No en vano, en todo el mundo, de media, los hombres fallecen cinco años antes que las mujeres. Y por razones que son principalmente prevenibles.

Movember es en este sentido una importante herramienta de concienciación, que apuesta por desterrar unos tabúes masculinos alimentados por el miedo y la vergüenza. Porque la autoexploración o un chequeo médico a tiempo pueden marcar la diferencia. En la ciudad de León llevamos once años realizando eventos y recaudando fondos de forma directa e indirecta a través de la venta de merchandising y la organización de distintas actividades como el baile vermú o el bautismo de buceo. Y hemos tenido el retorno y la satisfacción de ver con nuestros propios ojos que los miles de euros

que hemos conseguido donar a la Fundación sirven para mucho, como por ejemplo el proyecto 'Iron Man' en el que están involucrados tanto médicos como hospitales de nuestro país y que, a través del estudio y la investigación, están ayudando a mejorar la calidad de vida de muchos españoles y de sus familias.

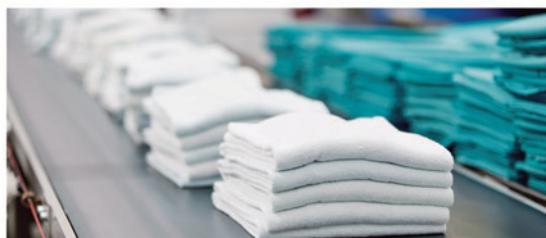
Ahora ya sabes un poquito más de nosotros. La Fundación Movember seguirá inspirando donaciones, conversaciones y cambios reales. Conoce cuáles son nuestros objetivos. Acércate a nosotros como empresa o como ciudadano. Colabora y únete a un movimiento que, al acercarse noviembre, pide sacrificar la barba y dejarse crecer el bigote para dar que hablar.

Desde estas líneas quiero aprovechar para dar las gracias a todos nuestros colaboradores y amigos. Gracias por cada donación este 2021. Y, por supuesto, gracias al equipazo de Movember León.



David Pacho Villacorta
Miembro de Movember León

LAVANDERÍA INDUSTRIAL EN LEÓN



**Tratamiento de
higienización y
lavado profesional
de ropa hospitalaria**



Polígono Industrial de León
Carretera de Zamora, s/n,
Parcela M-7824231 Onzonilla (León)
Tel. 987 208 824



<http://lavanderia.ilunion.com/>





viviendo la fraternidad

Hace unos meses, leí un artículo muy interesante sobre el que fue el lema de la Revolución Francesa en 1789: **"Libertad, igualdad y fraternidad"** y sobre cómo estas tres palabras se trasladaron posteriormente a los ordenamientos jurídicos de los distintos países para llegar hasta nuestros días.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos, adoptada y proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su resolución del 10 de diciembre de 1948, recogió textualmente en su artículo primero esas tres consignas: "Todos los seres humanos nacen **libres e iguales** en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, **deben comportarse fraternalmente los unos con los otros**".

Sin embargo, la Constitución Española, aprobada treinta años después, se dejó uno de los tres principios por el camino, aunque añadió otros dos que seguramente en aquel momento se consideraron más importantes: "España se constituye en un Estado

social y democrático de Derecho, que propugna como valores superiores de su ordenamiento jurídico la libertad, la justicia, la igualdad y el pluralismo político".

La palabra fraternidad procede del latín: "frater" que significa hermano y se define en el diccionario como la amistad o el afecto entre hermanos o entre quienes se tratan como tales. Esta palabra no aparece ni una sola vez en nuestro texto constitucional y tampoco se ha trasladado a leyes o normas de rango inferior, como sí ha ocurrido con **la libertad y la igualdad y también con la justicia y el pluralismo político**.

No obstante, afortunadamente la fraternidad está en vigor en nuestra sociedad, aunque practicarla no sea obligatorio por ley.

En las familias, quienes tenemos la suerte de tener hermanos, sabemos lo que es la fraternidad, ese cariño inmenso que se parece al de nuestros padres, pero que aporta además un grado de complicidad, entendimiento y ayuda superior porque procede de personas que están a nuestro mismo nivel de responsabilidad. Que no tienen la obligación de cuidarnos o ayudarnos y aun así lo hacen y nosotros lo hacemos con ellos en una reciprocidad innata.

Otro ejemplo se encuentra en la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, que es una institución eminentemente fraternal. Sus miembros viven juntos, compartiendo tiempos, tareas y oraciones. Ellos se denominan entre sí hermanos y el resto de personas que trabajamos junto a ellos (empleados, profesionales externos, voluntarios, ...) les llamamos también así y somos tratados por su parte con ese mismo afecto.

Pero no solo dentro de las instituciones religiosas y dentro de las familias se practica la fraternidad, en las universidades, especialmente en las americanas, las hermandades son grupos de estudiantes que se reúnen para organizar fiestas, practicar deportes y realizar otras actividades de forma conjunta. Entre ellos, la amistad, el compañerismo y la ayuda mutua son principios que rigen su convivencia.

Desde la Comisión de Responsabilidad Social Corporativa del Hospital San Juan de Dios de León, además, procuramos que la fraternidad se extienda más allá de nuestros muros, de nuestros compañeros, pacientes y usuarios, fomentando que todas las personas puedan desarrollar ese tipo de comportamiento fraternal hacia sus semejantes (por estar dotados de razón y de conciencia), tal y como establece la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Cada año, desarrollamos proyectos de sensibilización dirigidos a todos los ciudadanos y les invitamos a colaborar, en la medida de sus posibilidades, en

beneficio de los demás, especialmente de aquellos que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad: personas mayores, con discapacidad, de otros países, infancia, víctimas de violencias, sin hogar... Y recibimos una respuesta, tal vez débil, al compararla con otros centros u otras organizaciones, pero muy importante para nosotros.

Los miembros de la Comisión enfocamos nuestras actividades desde una doble perspectiva, cercallos, tratando de dar cobertura a las carencias de quienes viven en nuestro propio entorno, la provincia de León y también de quienes se encuentran en otros países y en otros continentes, pues colaboramos en la financiación de proyectos que elabora y pone en marcha Juan Ciudad ONGD en los centros de San Juan de Dios de todo el mundo.

Aprovecho estas líneas para invitaros a vivir la fraternidad, igual que vivimos la libertad y la igualdad, porque, como dijo el poeta: "Sentir el amor de la gente que amamos es el fuego que alimenta nuestra vida".

M^a Nieves Díaz Canedo
Comisión de Responsabilidad
Social Corporativa
Hospital San Juan de Dios de León

¿Quieres colaborar?

Haz un donativo en nuestra cuenta bancaria:

ES32-0081-5724-2200-0115-6422

O envía este cupón al departamento de obra social:

Avda. San Ignacio de Loyola, 73 - 24010 San Andrés del Rabanedo, León

Nombre y apellidos
 Calle
 N° Piso Puerta Teléfono
 Población Provincia Código Postal
 DNI/NIF

Autorizo al BANCO o CAJA (es necesario rellenar todos los datos). Deseo colaborar con euros.

IBAN 	Entidad 	Sucursal 	DC 	Nº de cuenta
Mensual ☐	Trimestral ☐	Semestral ☐	Anual ☐	

Abonen a la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios la cantidad indicada con cargo a mi cuenta corriente.

En a de de Firma

En los términos establecidos en la L.O. 15/1999, queda informado de la incorporación de sus datos a los ficheros de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, Provincia de Castilla, con el fin de recibir información relativa a las actividades de la Orden y su Obra Social. Puede ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, dirigiéndose por escrito a: Obra Social HH. San Juan de Dios, C/ Herreros de Tejada, 3 - 28016 Madrid. Si no desea información, marque la casilla ☐



tiempo perdido

Era una tarde de otoño, ya fresca, de domingo, de esas que unos dedican al paseo, otros al fútbol, los más retro a la partida, de mus para unos y de tresillo, especialmente para los clérigos. Yo no sé si no encuentro tiempo o no me atraen esas cosas, lo cierto y verdad es que llevo muchos años dedicando el domingo, después de las celebraciones oficiales, a la reflexión, la lectura y el comienzo de la preparación de la semana, el próximo domingo y sus tareas.

En esta quietud ocupada de una tarde de domingo, en otoño, he recorrido la novedad de cada semana, las nuevas ilusiones de cada día, una semana que acaba, otra que empieza y así un mes y otro y si se va la vista a lo alto, ya casi aparece el año siguiente. ¡Poco falta!

He mirado hacia atrás, al pasado, con algo de nostalgia, ¡podía haber sido de otra manera!, pero fue

así. Inconscientemente, al mirar atrás, he vuelto a contemplar la lágrima de Dora y me ha parecido que dejaba el rostro impregnado de herrumbre. Pero no, la lágrima de Dora era noble, de buen material, era la expresión íntima e intensa que comunicaba sus sentimientos y liberaba sus emociones. A mi, en el recuerdo, me ha acercado a los escritos de Ovidio: "El alma descansa cuando derrama sus lágrimas; y el dolor se satisface con su llanto".

Quizás por la nobleza de una lágrima no podemos permitir que una imagen noble se distorsione con el paso del tiempo. Personalmente, de cuando en cuando, vuelvo la mirada al pasado, no solo para que no se me distorsione la imagen, sino con la sana costumbre de recordar el pasado, de pasarlo por el corazón y traerlo a este presente que orienta la vida al mañana, un mañana que es prometedor, pues como cantaba Alberto Cortez: "Está la puerta abierta, la vida está esperando". Mirar al mañana es el futuro en el que la esperanza impone su dinamismo.

Con los años los recuerdos ocupan mucho más espacio que el costoso presente o el incierto futuro. En estos devaneos he recordado un chascarrillo ya de atrás: “Érase una vez una pareja de dos y una parte dice a la otra parte, “yo te amaba”, a lo que contesta “tiempo pasado”. Pensativo y entre dudas vuelve a la carga, “yo te amaré”, y a tal afirmación viene otra respuesta, “tiempo futuro”. Respuestas no esperadas que ponen en juego la salud de una relación. Intentando zanjar dudas entre el pasado y el futuro llega la afirmación del presente con un sentimiento rotundo: “Yo te amo”. No sé si era la respuesta esperada, pero fue la respuesta que fue: “Tiempo perdido”.

¡Cuánto da de sí una tarde tranquila de domingo! Mucho más de lo que cabe en un pequeño escrito intentando defender que el tiempo dedicado al amor no es tiempo perdido. Han sido muchas las tardes acompañando la fragilidad necesitada y pensando que amar es un arte que aprender, y nunca se aprende del todo.

“Necesitamos gestos de ternura que nos den la fuerza para contar que el tiempo en el que hemos amado a quien era frágil nunca fue tiempo perdido”.

Recuerdo las tardes con Josefa, su cáncer, sus ganas de contarlo todo y, cuando ya me parecía que el tiempo iba deprisa y había que ir cerrando sesión, yo decía: “Bueno, Josefa”. Así de sencillo y escueto, pero no tan expresivo como la respuesta de Josefa: “Ya lo siento”. Josefa disfrutaba contando su vida, hablando de la familia, de sus nietas, ¡ay sus nietas! Y también narrando los pocos días que tenía por delante. Nunca en su compañía perdí el tiempo, las dos horas largas de cada visita eran lecciones de vida. Es cierto que abríamos grietas en la realidad, pero siempre mirábamos el mundo como posibilidad.

Estas vidas me llevaban a leer o releer. Volvía a ‘El arte de amar’ de Eric Fron, o rebuscaba en los escritos de Miguel Delibes y su libro ‘Mujer de rojo sobre fondo gris’ para aprender a acompañar porque, en ese espacio de tiempo, saber acompañar es un arte. Martín Garzo lo embellece cuando escribe que es una especie de arte que pertenece al territorio del amor, pues contar es un acto de amor:

“La escena fundacional de la literatura es esa en la que un adulto, fundamentalmente una madre, cuenta un cuento a su hijo. En ese momento, que es la noche, en el que el hijo tendrá que quedarse solo, en la oscuridad de la habitación”.

“Inconscientemente, al mirar atrás, he vuelto a contemplar la lágrima de Dora y me ha parecido que dejaba el rostro impregnado de herrumbre”.

Me recuerda la soledad de la habitación, donde se cuenta la salud. Acoger este cuento nunca es tiempo perdido, aunque lo parezca. Es el tiempo ganado a la vida y al pasarlo por el corazón en el presente se convierte en ancla donde la vida apoya su firmeza para coger ritmo de futuro.

Me parece bello dibujar escenas de literatura con miradas dolientes que despiertan el abrazo. Hay que educar para amar, para aprender a mirar con los ojos del corazón, para saber hacernos vulnerables, dispuestos a reconocer que al acompañar y escuchar historias de vidas narradas algo se nos muere dentro, pero en ese algo que se muere, siempre brota un deseo agradecido, pues el amor es la semilla de la esperanza.,

El año llega a su fin con los días entrañables de Navidad. En el entorno de la vida, de la salud y la enfermedad, del deterioro y la amenaza de muerte, en ese entorno que nos rodea a cada momento, puedes escuchar un relato de vida, y será un rato dedicado al amor, a coger la mano amiga y frágil, a estar en el silencio que acoge la necesidad, a recoger narraciones de vida contada.

Necesitamos mirar el mundo como posibilidad, con la mirada de un niño. Ya no creemos en el mundo como una casa encantada, somos mayores, pero seguimos necesitando gestos de ternura que en este presente nos den la fuerza para contar en el futuro que el tiempo en el que hemos amado a quien era frágil y necesitado nunca fue tiempo perdido, sino lección de vida.

Abilio Fernández García
Servicio de Atención Espiritual y Religiosa
Hospital San Juan de Dios de León



la especialidad

Con dietas equilibradas -aquellas que contienen la energía y todos los nutrientes en cantidad y calidad suficientes- se pueden prevenir muchas enfermedades, incluso antes del nacimiento, aunque muchas veces no seamos conscientes de ello. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ya señalaba en su Asamblea General de 2004 (informe 54) que el 66% de las muertes mundiales se debían a problemas relacionados con la nutrición y, en este sentido, animaba a los gobiernos a formar profesionales en este campo.

No en vano, la enfermedad cardiovascular, el cáncer y la diabetes tipo 2, todas patologías relacionadas con la alimentación y el estilo de vida, son responsables de dos de cada tres fallecimientos. "La obesidad, la malnutrición por exceso, está detrás de gran parte de ellas", advierte Pablo Rodríguez Bernal que, como dietista-nutricionista, requiere conocimientos de un amplio número de disciplinas, que le capacitan para actuar en tres ámbitos fundamentales: comunitario o de salud pública, clínico y de gestión en industrias alimentarias y de restauración colectiva.

Este especialista, que forma parte de la recién estrenada Unidad de Obesidad del Hospital San Juan de Dios de León, se encarga, después de la endocrinóloga Elena González Arnaiz, de dar al paciente una serie de pautas dietéticas previas a una cirugía bariátrica que implican un cambio de hábitos. "La implantación de hábitos saludables debe comenzar antes de la operación y por supuesto tratar de mantenerlos a lo largo de la vida", explica Rodríguez Bernal. Pero su trabajo no acaba ahí, porque tras la intervención controla la pérdida de peso y su estado nutricional para garantizar el éxito del procedimiento.

el especialista pablo rodríguez bernal

Graduado en Nutrición Humana y Dietética por Facultad de Medicina de la Universidad de Valladolid (UVa), Pablo Rodríguez Bernal (Palencia, 1989)

se incorporó al cuadro de especialistas del Hospital San Juan de Dios de León en febrero de 2020. "Tras cursar el ciclo superior de Dietética en el Centro de Formación Profesional López Vicuña de Palencia decidí continuar mis pasos hacia este campo y descartar Enfermería o Fisioterapia", explica un especialista que, una vez acabada la carrera, optó por el posgrado en Nutrición y Dietética Aplicada a la Actividad Física y Deporte del Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Cataluña (CoDiNuCat).

No obstante, y a pesar de que "los deportistas son muy buenos pacientes", la nutrición hospitalaria era lo que más llamaba su atención. Fue así, como después de pasar por una pequeña clínica, llegó al Hospital San Juan de Dios de León con la idea de hacer cosas más grandes. "Es un reto integrarse en un equipo multidisciplinar cuando estás acostumbrado a trabajar solo", confiesa. Fue así como, en un escenario de pandemia, con muchas limitaciones, comenzó por analizar las dietas vigentes al objeto de introducir algunos cambios.

"Las encuestas de satisfacción nos permiten obtener el feedback del paciente", asegura. En este sentido, según el informe correspondiente al primer semestre de 2021, entre los factores mejor valorados figuran la cantidad de las comidas, la temperatura de las mismas y la puntualidad del servicio. Y es que detrás de las bandejas que llegan a las habitaciones, se esconde una exquisita planificación. No hay que olvidar que cada paciente tiene asignada una pauta nutricional o régimen alimenticio (bajo en potasio o proteínas, sin azúcar o gluten, líquido o blando, astringente...).

Ahora, consciente de que un buen estado nutricional es esencial para reducir complicaciones y mejorar los resultados clínicos, además de conseguir una recuperación temprana y eficaz, ha diseñado un protocolo para evaluar el riesgo de desnutrición en el hospitalizado mayor de 65 años. Una realidad, asociada al envejecimiento de la población, que, según el estudio SeDREno, afecta a uno de cada tres pacientes. Este nuevo proyecto, que ha puesto en marcha en la planta 4B, pasa por realizar un cribado dentro de las primeras 48 horas para determinar el estado nutricional de un paciente que es habitualmente pluripatológico y actuar en consecuencia.

la entrevista

¿Cómo ha influido la pandemia del coronavirus en nuestra salud nutricional?

El confinamiento derivado de la pandemia de la COVID-19 ha sido una magnífica oportunidad para acercarnos a la cocina y preocuparnos por los alimentos que comemos. Habrá sido positiva si ha servido para generar y afianzar hábitos saludables, pero como toda cara tiene su cruz no podemos olvidarnos de la ansiedad. Mucha gente, a falta de otra válvula de escape, se ha refugiado en la comida. De hecho, ha habido un repunte de casos de trastornos del comportamiento alimentario como la bulimia o la anorexia.

El dietista-nutricionista desempeña un importante papel en la rehabilitación del paciente COVID-19. ¿Qué alimentos aceleran su recuperación?

No hay alimentos milagrosos, pero sí hay nutrientes que ayudan. Hay pacientes que han estado semanas encamados y, al margen de perder mucha masa muscular, presentan problemas de deglución por la intubación. En este caso, lo principal es adecuar la textura de los alimentos. Tampoco podemos olvidar que la infección por el virus SARS-CoV-2 produce en muchas personas una pérdida de olfato (anosmia) y del gusto (disgeusia). Si la comida no te sabe a nada, no comes. Y si no comes, te desnutres.

La obesidad amenaza con engullir los sistemas mundiales de atención sanitaria. ¿Es realmente la pandemia del siglo XXI?

La educación nutricional desde la infancia, también en los colegios, es la clave para combatir la obesidad y todas las enfermedades asociadas. Comer mucho no significa estar bien alimentado, si no hay variedad suficiente en nuestra dieta podemos sufrir carencias de nutrientes que necesitamos para estar sanos,

como las vitaminas o ácidos grasos esenciales. Además, habría que apostar por la prevención y el tratamiento de la obesidad en Atención Primaria. Sería beneficioso desde un punto de vista coste-efectivo, dado el importante porcentaje del gasto sanitario que representa.

¿Hay que reducir el consumo de carne? La ciencia dice que sería más sano y sostenible

Indudablemente sí. Un consumo de carne más moderado sería más sano, ya que estas carnes que se consumen en exceso suelen ser ultraprocesadas y su valor nutricional muchas veces es pésimo. Desde el punto de vista de la sostenibilidad es cierto que la carne genera una huella de carbono muy alta pero también es cierto que consumir alimentos de temporada y de nuestro entorno ayuda en gran medida a la sostenibilidad de nuestra alimentación.

¿Por qué están aumentando las intolerancias alimentarias? ¿Cuáles son las más limitantes?

Parece una moda, pero no lo es. El origen es inespecífico, aunque los factores ambientales son claramente determinantes. Los cambios en el cómo y con qué nos alimentamos y el abuso de ciertos medicamentos está alterando nuestra microbiota favoreciendo que el intestino sea más permeable dando lugar a la aparición de estas alergias e intolerancias. Además, hay otras teorías como la de la higiene que indican que una sobreprotección puede alterar el sistema inmune reaccionando a sustancias inocuas. Por último, es importante recordar que factores como la contaminación o el ultraprocesado de los alimentos (con sus correspondientes aditivos) también pueden tener un papel importante en esta tendencia al alza. No existe una intolerancia más limitante que otra, la información al paciente y su adiestramiento para conocer su intolerancia y evitar dicha sustancia son claves para mejorar su calidad de vida.

Todos los profesionales del Hospital San Juan de Dios de León están incluidos en los cuadros médicos de las compañías aseguradoras y demás entidades colaboradoras con el centro.

alergología

- Dra. Beatriz Camazón Izquierdo

análisis clínicos

- Dra. M^a José Fernández Suárez

anatomía patológica

- Dr. Antonio González-Fernández Carreño
- Dra. Concepción Álvarez-Cañas Franco

anestesiología

- Dr. Antonio Suárez García
- Dr. Emilio Bronte Borraz
- Dr. Alejandro Rabanal Guerrero
- Dr. Adolfo Gutiérrez Fernández
- Dr. Alberto Montes Armenteros
- Dra. Concepción Marín Blázquez
- Dra. Engracia Rivas Rodríguez

cardiología

- Dra. Gloria M^a Álvarez Vicente
- Dr. Norberto Alonso Orcajo

cirugía general y laparoscopia

- Dr. Vicente Simó Fernández
- Dr. Jesús Fernández Fueyo
- Dr. Jorge A. Hernández Cortés
- Dr. David Pacheco Sánchez
- Dr. Dr. Jesús Manuel Silva González

cirugía oral y maxilofacial

- Dr. Juan María Santos Oller
- Dr. Damián Alonso Vaquero

cirugía plástica

- Dr. Rubén Álvarez García
- Dra. Leticia Barrio Rodríguez
- Dr. Francisco Alzaga Borrego

cirugía vascular y angiología

- Dra. Raquel Arias Bardón
- Dra. Marta Ballesteros Pomar

dermatología

- Dr. Luis Miguel Valladares Narganes
- Dr. Miguel Enrique Egido Romo
- Dra. Marta Lamoca Martín

diagnóstico por imagen

- Dra. Carmen Fuertes Castellanos
- Dr. Moisés Fernández Hernando

digestivo

- Dr. Francisco Jorquera Plaza
- Dra. Dolores González García
- Dr. Rubén Díez Rodríguez

endocrinología

- Dra. Elena González Arnaiz

farmacia hospitalaria

- Dr. Javier José del Pozo Ruiz

geriatría

- Dra. Encarnación Martín Pérez
- Dra. Yanet R. Dávila Barboza
- Dr. Edison H. Azaña Fernández

hematología

- Dr. Dambert Santiago Gallo Caverro



logopedia

- Dña. Cristina Olmo Paniagua

medicina intensiva

- Dr. Rodrigo Pérez Blanco
- Dr. Fernando Díez Burón

medicina interna

- Dr. Roberto Riera Hortelano
- Dra. Sandra Castellanos Viñas

microbiología

- Dña. Cecilia Ramírez Santillán

nefrología

- Dr. Benjamín de León Gómez
- Dr. George Estifan Kasabji

neumología

- Dr. Luis Ricardo Iglesias Vela
- Dra. Virginia Serrano Gutiérrez

neurocirugía

- Dr. José Manuel Valle Folgueral
- Dr. Antonio Luis Mostaza Saavedra
- Dr. Kelvin Manuel Piña Batista
- Dr. Francisco Javier Ibáñez Plágaro

neurofisiología

- Dra. M. Ángeles García González
- Dra. Delia Rodríguez Prieto

neurología

- Dr. Javier Tejada García

neuropsicología

- Dña. Julia Irene Gutiérrez Ivars

nutrición y dietética

- D. Pablo Rodríguez Bernal

oftalmología

- Dra. Eva M. González Tortosa
- Dr. Sergio García Estébanez
- Dr. Marcos Sales Sanz

otorrinolaringología

- Dr. Pablo Casas Rodera

podología

- Dña. Lucía Rodríguez Sánchez

psicología

- Dña. Angélica Peñín de Castro

rehabilitación

- Dr. José Antonio Alcoba Pérez

traumatología y

cirugía artroscópica

- Dr. Luis Teodoro Gervás Alcalaya
- Dr. Jaime A. Sánchez Lázaro
- Dr. Luis Enrique Gamazo Caballero
- Dr. Ricardo Mencía Barrio

unidad del dolor

- Dr. Alejandro Rabanal Guerrero
- Dr. Emilio Bronte Borraz
- Dr. Alfonso Gutierrez Fernández

urgencias

- Dr. Luis Vidal Valdés
- Dra. Elíasy Rodrigues Camejo
- Dr. Ramón J. Herrera García
- Dra. Yolanda Castellón Vargas
- Dr. Luis Alejandro Escamilla Colmenares
- Dr. Andrés Medina Trujillo

urología y cirugía endoscópica

- Dr. Miguel Ángel Alonso Prieto
- Dr. Graciano Díez Menéndez
- Dr. Javier Casasola Chamorro

la fundación san juan de dios es galardonada en los premios computing de la era digital

La Fundación San Juan de Dios (FSJD) ha resultado galardonada en los VII Premios Computing de la Era Digital. Este reconocimiento, en la categoría 'Inteligencia Artificial', avala una investigación pionera que, de la mano de Sopra Steria y el Servicio de Geriátrica del Hospital San Juan de Dios de León, liderado por la doctora Encarna Martín, fusiona tecnología y ciencia médica para la detección de la amiloidosis cardíaca o síndrome del corazón rígido. La primera fase de este proyecto, que ha contado con la colaboración de Pfizer, ha concluido con el desarrollo de un algoritmo diagnóstico que ha permitido la identificación de 50 casos de una muestra de 16.500 pacientes. Sopra Steria, la FSD y el Hospital San Juan de Dios de León han firmado un convenio para seguir trabajando en el desarrollo de la solución con el objetivo de aplicarla a la detección de otras enfermedades raras y con difícil diagnóstico.



el coronavirus estuvo detrás de uno de cada tres fallecimientos en león en 2020

Más de la tercera parte de los muertos en la provincia de León (que tuvo casi una cuarta parte más que en 2019) fueron atribuibles de alguna u otra forma a las consecuencias de haberse contagiado del coronavirus SARS-CoV-2. Esto es lo que desvela la estadística de Defunciones por Causa de la Muerte del Instituto Nacional de Estadística (INE) hecha pública en noviembre. Es decir, que el 34,3% de los 7.637 muertos que contabiliza el INE están en las dos tablas que adjudica a la COVID-19, tanto con muertes confirmadas por ella (1.529) como las que se sospechan que esta enfermedad causó (1.091). Es decir, 2.620 en total. De hecho, las cifras indican que se produjeron un 24,4% más de decesos en la provincia durante el año pasado que en 2019, cuando fueron 6.152 los fallecimientos registrados.

eresvihda.es, una plataforma para concienciar e informar a la sociedad sobre el vih

La compañía Gilead España ha lanzado recientemente la plataforma web EresVIHda.es con el objetivo de ayudar a la sociedad a informarse, comprender y conocer todo lo relacionado con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), contribuyendo a romper el estigma que aún sufren los pacientes. Cuarenta años después de que se diagnosticara el primer caso en España (desde entonces se han notificado un total de 88.367), la investigación científica ha permitido que el VIH pase a ser una patología crónica manejable. No en vano, las muertes se han reducido en gran parte debido a la generalización conseguida de la terapia antirretroviral. El tratamiento como prevención y el control de la transmisión vertical, entre otros avances, permiten pensar que, a pesar del impacto de la COVID-19, el objetivo 2030 de poner fin a la epidemia de SIDA -como parte de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)- es alcanzable.

el neurocirujano valle folgueral es galardonado en los II premios pasteur de la medicina

El responsable de la Unidad de Patología Compleja de la Columna del Hospital San Juan de Dios de León, el doctor José Manuel Valle Folgueral (Ponferrada, 1974), ha sido galardonado en la segunda edición de los Premios Pasteur a la Medicina, Farmacia e Investigación Biomédica con los que la Asociación Europea de Economía y Competitividad (AEDEEC) premia el compromiso que el mundo de la ciencia y la medicina mantiene con la sociedad española. El neurocirujano berciano, que el pasado 12 de abril recibió el galardón de los Premios Medicina Siglo XXI en su especialidad, recibirá este 17 de diciembre un reconocimiento que supone "un nuevo motivo de orgullo" al "dar visibilidad al enorme trabajo y dedicación plena de cada día para poner al servicio de todos nuestros pacientes tratamientos de última generación".



la doctora ballesteros pomar, nueva vicepresidenta de la junta directiva de la seacv

La doctora Marta Ballesteros Pomar ha sido nombrada vicepresidenta de la junta directiva la Sociedad Española de Angiología y Cirugía Vascular (SEACV) durante el congreso celebrado en octubre en Sitges (Barcelona). La especialista, que se incorporó al cuadro médico del Hospital San Juan de Dios de León en 2012, compagina esta labor con su trabajo en el Servicio de Angiología y Cirugía Vascular del Complejo Asistencial Universitario de León (CAULE), del que es jefa de servicio desde el pasado mes de mayo. Ha realizado estancias en centros de reconocido prestigio internacional en técnicas quirúrgicas vasculares mínimamente invasivas como el Hospital Ambroise Pare de París y el Hospital Nord de St. Etienne (Francia). Y ha cursado un 'fellowship' en Cirugía Endovascular Aórtica Avanzada en las dos instituciones con mayor reconocimiento mundial en este campo: la Clínica Mayo de Estados Unidos (Rochester, Minnesota, USA) y el Hospital San Franziskus de Münster (Alemania).



el cáncer de pulmón provoca más muertes que el de mama, colon y páncreas juntos

El cáncer de pulmón es la primera causa de muerte por cáncer en España con un 20 por ciento de las defunciones y, en los últimos treinta años, ha sido responsable de más de medio millón de muertes, según los datos presentados recientemente por el Grupo Español de Cáncer de Pulmón (GECP). Esta

organización, formada por 550 especialistas de todo el país, ha elaborado el documento '30 años de impacto del cáncer de pulmón en España', con motivo de la celebración de su aniversario y del Día Mundial contra el Cáncer de Pulmón (17 de noviembre). Uno de los principales datos que ha arrojado el informe es que el cáncer de pulmón continúa siendo el tumor que más mortalidad y años de vida potenciales perdidos genera en España y que su mortalidad equivale a la suma de muertes de los tres tipos de cáncer más frecuentes: colorrectal, mama y próstata.

el hospital san juan de dios de león y generali firman un acuerdo de colaboración

El director gerente del Hospital San Juan de Dios de León, Juan Francisco Seco, y el responsable de la sucursal leonesa de Generali España, Allberto Mínguez Alonso, han rubricado un acuerdo de colaboración que permitirá a la compañía ampliar las prestaciones de su seguro de salud. El contrato, con vocación de permanencia en el tiempo, buscará integrar la oferta asistencial del centro médico-quirúrgico en la cartera de Generali para poder ofrecer a sus clientes la mejor oferta de especialistas y servicios en León. El seguro de salud de Generali España se encuentra entre los más valorados por la atención presencial y la calidad de los servicios prestados, según se desprende de una reciente encuesta realizada por la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU).



el 89% de usuarios de la sanidad privada apoya la telemedicina

La pandemia precipitó el desarrollo de herramientas de telemedicina y aceleró la adaptación de los sistemas sanitarios a la digitalización y las oportunidades que, fuera del contexto pandémico, puede ofrecer. El estudio 'Experiencia de paciente digital 2021', promovido por el Instituto para el Desarrollo e Integración de la Sanidad (Fundación IDIS) y desarrollado por LUKKAP Customer Experience, muestra que el miedo a no acertar en el diagnóstico es el gran freno de la consulta en remoto para los pacientes. Pese a ello, el 89% de los usuarios reconocen los beneficios del uso de la telemedicina, de los cuales a un 43% "le encanta" la citada herramienta y un 46% apoya su uso en momentos determinados, inclinándose por un modelo híbrido que apueste también por la presencialidad.

san juan de dios, finalista del II premio nacional de gestión excelente, innovadora y sostenible

El Club Excelencia en Gestión ha concedido su II Premio Nacional de Gestión Excelente, Innovadora y Sostenible a la Asociación Amica en la categoría de 'Tercer Sector' por su trabajo a la hora de "descubrir las capacidades de cada persona". Un apartado en el que también ha reconocido la gestión sobresaliente de Autismo Sevilla y del Hospital San Juan de Dios de León. El fallo del jurado se dio a conocer durante el XXVIII Foro Anual del Club celebrado bajo el lema 'Excelencia + Innovación + Sostenibilidad = Futuro', al que acudió el director gerente del Hospital San Juan de Dios de León, Juan Francisco Seco. Y es que desde 2014 el centro cuenta con la máxima distinción que se otorga en base al Modelo EFQM: el Sello de Excelencia Europea 500+. Junto a Amica resultaron ganadores el Grupo Sorolla Educación en la categoría de 'Pyme' y el HLA Hospital Universitario Moncloa en la de 'Gran Organización'.



GFAP, un nuevo biomarcador para detectar el alzhéimer en sus fases iniciales

Investigadores del BarcelonaBeta Brain Research Center (BBRC), el centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, han identificado en la sangre un biomarcador que permite detectar de forma muy precisa las fases iniciales de la enfermedad de alzhéimer. La investigación, que se ha publicado en la revista 'JAMA Neurology', ha concluido que la proteína acídica fibrilar glial (GFAP) es un biomarcador muy preciso para diagnosticar las fases iniciales de la demencia en la sangre. No en vano, está implicada en diferentes procesos funcionales como apoyar la actividad de las neuronas y en la regulación de la barrera hematoencefálica. En noviembre de 2020, el mismo equipo que lidera el doctor Marc Suárez-Calvet en el BBRC identificó otros biomarcadores, en este caso de la proteína tau, para detectar las fases asintomáticas de una patología que se lleva los más valiosos de las personas: sus recuerdos.

la provincia de san juan de dios de españa pone en marcha su escuela de hospitalidad

La nueva Provincia de San Juan de Dios de España ha puesto en marcha su Escuela de Hospitalidad con la voluntad de contribuir, no sólo al conocimiento de los elementos esenciales de la cultura institucional, sino al crecimiento personal y profesional de cuantos forman la familia hospitalaria. Formación integral para una atención integral; profundización en las raíces de la institución para innovar, investigar y mejorar la calidad de vida de las personas más vulnerables; el conocimiento y la formación como cimiento de hospitalidad. Estas son algunas de las ideas fuerza de un proyecto del que toda la Orden forma parte. Así, ya se han sistematizado materiales para la formación en la acogida, que ya están siendo utilizados en todos los centros de la Provincia San Juan de Dios de España.

las muertes por diabetes aumentaron un 70% entre los años 2000 y 2019

463 millones de personas sufren diabetes alrededor del mundo, según la International Diabetes Federation (IDF). Y se estima que 700 millones de personas vivirán con esta patología en 2045. En nuestro país, las cifras de la Fundación para la Diabetes indican que un 13,8% de personas conviven con esta enfermedad, lo que equivale a más de 5,3 millones de españoles. Unas cifras, a día de hoy ascendentes, que confirman que la diabetes, aunque se puede prevenir, es ya una de las epidemias del siglo XXI, además de un problema sanitario grave de alcance mundial por su prevalencia, su coste económico y el número de muertes que provoca debido a las complicaciones que se pueden derivar.



Mónica Redondo: “Necesitamos personas con espíritu proactivo, perseverantes, capaces de convertir ideas en realidades”

La responsable de Recursos Humanos del Hospital San Juan de Dios de León ha sido nombrada coordinadora de Personas, Valores e Identidad de la Unidad Territorial III. Un cargo que en las zonas I y II de la recién creada Provincia España han asumido Jesús Iglesias y Santiago Herrero con M^a del Carmen Sanjoaquín Benavente como máxima responsable del departamento.

La responsable de Recursos Humanos del Hospital San Juan de Dios de León, Mónica Redondo (La Robla, 1977), ha sido nombrada coordinadora de Personas, Valores e Identidad de la Unidad Territorial III de la recién creada Provincia España. Un cargo que asume con “ilusión” y “ganas de avanzar” en la gestión de un talento que, en sus propias palabras, debe traducirse en “personas con espíritu proactivo, con pasión, perseverantes, capaces de convertir proyectos e ideas en realidades”.

Redondo, que tendrá como compañeros a Jesús Iglesias y Santiago Herrero en las unidades territoriales I y II, con M^a del Carmen Sanjoaquín Benavente como directora corporativa de Personas, Valores e Identidad, considera que “para conseguirlo será necesario que construyamos un proyecto de empresa que maximice el desarrollo profesional y el orgullo de pertenencia”, y que “se apoye cuando sea necesario en alianzas externas”. “En el plan estratégico que estamos elaborando actualmente en nuestro centro hemos identificado como principal reto estratégico el de competir por el talento emprendedor”, asegura.

La importancia de un departamento de Recursos Humanos radica en ayudar a alcanzar los objetivos estratégicos de las empresas y a mejorar su eficiencia y efectividad. En este sentido, en el que ella lidera desde 2012 se reciben una media de 700 candidaturas anuales: “En un proceso de selección buscamos al candidato más idóneo para esa vacante, de manera que seamos capaces de incorporar profesionales técnicamente cualificados que, además, se identifiquen con nuestros valores y estén dispuestos a trabajar por ellos”. Para conseguirlo, se valoran tres aspectos: los técnicos, que están relacionados con los conocimientos; los metodológicos, que se centran en habilidades y destrezas; y los actitudinales que hacen referencia a los comportamientos ligados a la cultura de la organización: “Su éxito o fracaso es fruto del esfuerzo, la implicación y el compromiso de las personas que la componen”.

El papel del área de Recursos Humanos del Hospital San Juan de Dios de León –en el que también trabajan Leticia Álvarez, Natalia Gómez y Amaya Fernández– es el de alinear a todos los profesionales con el propósito, misión, visión y valores de la Orden, dando apoyo a todos los servicios que componen el centro en cualquier de las áreas que engloban la gestión de personas: selección, formación, participación, acogida, etc. “Hemos ido evolucionando desde un departamento centrado en la gestión administrativa hasta ser un socio estratégico del negocio, conectando las prácticas de Recursos Humanos con los grupos de interés, destinando recursos y esfuerzos al desarrollo de aquello que nos hace diferentes y que nos concede una ventaja competitiva, y midiendo el valor de nuestros intangibles”, explica.

La digitalización en Recursos Humanos

La digitalización está conllevando retos, pero no solo en la implantación de nuevas herramientas, sino en el cambio que producen en las personas que deben usarlas. “Facilita una mayor eficiencia que nos permite una mejor planificación a futuro. En definitiva, se trata de aprovechar las posibilidades de las nuevas tecnologías para agilizar el funcionamiento de la organización”, indica Redondo. En su opinión, para que este proceso tenga éxito, debe ser “integral”. “No es suficiente con instalar nuevos programas informáticos o dar más protagonismo a ciertos servicios, es necesario un cambio de mentalidad y de filosofía de trabajo para adaptarse a un nuevo modelo laboral y productivo”, según argumenta.

blue-ray + libro

los santos inocentes

mario camus

Una familia de campesinos españoles vive subordinada a la clase que posee la tierra, domina los recursos y manda sobre ellos. Su vida es renunciar y obedecer. Su destino está marcado y únicamente algo violento, fuera de lo cotidiano, romperá su condena. Una novela descarnada sobre la España rural de los 60, un elenco de actores en estado de gracia y un tándem productor-director empeñados en sacar adelante esta cinta resumen el éxito de 'Los santos inocentes', el filme más aclamado de Mario Camus, fallecido recientemente. Batió récords de recaudación y sedujo al jurado del Festival de Cannes, donde se llevó el premio compartido al mejor actor para Paco Rabal y Alfredo Landa.

Lanzamiento: 3 de diciembre.



4k ultra hd blue-ray

mad max

george miller

Warner Bros. ha anunciado que la conocida saga de películas de corte postapocalíptico 'Mad Max' regresa el próximo 9 de diciembre en edición Steelbook 4K UHD + Blu-Ray. Empezó con la película 'Mad Max, salvajes de autopista', a la que siguieron las secuelas 'Mad Max 2: El guerrero de la carretera', 'Mad Max 3, más allá de la cúpula del trueno' y 'Mad Max: Fury Road'. Mel Gibson fue el protagonista en las tres primeras, mientras que recientemente ha sido reemplazado por el actor Tom Hardy. La saga sigue las aventuras de Max Rockatansky, un agente de policía del MFP en una Australia futura cuya civilización ha colapsado debido a la guerra y la crítica escasez de recursos.

Lanzamiento: 9 de diciembre.



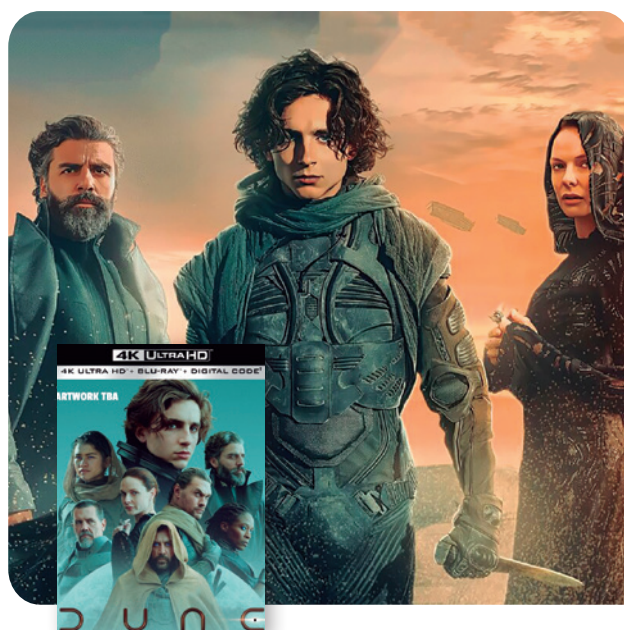
4k ultra hd blue-ray

dune

denis villeneuve

La película 'ya era un éxito incluso antes de empezar a rodarse. Y después de varios retrasos y un estreno un poco atropellado, por fin ha llegado a las grandes pantallas y muy pronto lo hará a los hogares. 'Dune' cuenta la historia de Paul Atreides, un joven brillante que ha nacido con un destino más grande que él mismo. En esta epopeya, deberá viajar al planeta más peligroso del universo para asegurar el futuro de su familia y de su gente. Mientras las fuerzas del mal se enfrentan para hacerse con uno de los recursos más excepcionales del planeta, que tiene el poder de desbloquear todo el potencial de la humanidad, solo los que logren dominar sus miedos podrán sobrevivir.

Lanzamiento: 31 de diciembre.



cine

west side story

steven spielberg

Steven Spielberg ha esperado hasta ahora para dirigir por primera vez un musical. Rachel Zegler y Ansel Elgort darán vida a los protagonistas de esta historia de amor firmada por el director de 'Jurassic Park', que ya ha demostrado con creces que puede moverse como pez en el agua en el género que le plazca. En un principio, el estreno mundial se había fijado para el día 18 de diciembre de 2020, pero la pandemia dio al traste con los plazos que había establecido 20th Century Fox.

Estreno: 10 de diciembre.



cine

matrix resurrectionss

lana wachowski

Más de 20 años después Keanu Reeves regresa a su mítico personaje (NEO) junto con Carrie-Anne Moss (Trinity) y Yahya Abdul-Mateen II (Morpheus) entre otros, en este nuevo proyecto dirigido por Lana Wachowski. "En un mundo de dos realidades, la vida cotidiana y lo que se esconde detrás de ella, Thomas Anderson tendrá que optar por seguir al conejo blanco una vez más. La elección, aunque es una ilusión, sigue siendo la única forma de entrar o salir de Matrix, que es más fuerte, más segura y más peligrosa que nunca", reza la sinopsis.

Estreno: 17 de diciembre.



cine

355

simon kinberg

Escrita por Theresa Rebeck y Simon Kinberg y dirigida por éste mismo, la historia se pone en marcha cuando un arma ultrasecreta cae en manos de mercenarios. La líder es la agente de la CIA Mason 'Mace' Brown (Chastain), quien se encarga de reclutar al resto de sus compañeras: la alemana Marie (Kruger), la ex aliada del MI6 y experta en informática Khadijah (Nyong'o) y la psicóloga colombiana Graciela (Cruz). Mientras tanto, una misteriosa mujer llamada Lin Mi Sheng (Bing-bing) sigue todos sus pasos. Las espías protagonistas, cada una de una parte del mundo, deben unir fuerzas para hacer frente a un enemigo común.

Estreno: 5 de enero de 2022.





disco barn

neil young & crazy horse

Neil Young & Crazy Horse (formados actualmente por Billy Talbot, Ralph Molina y Nils Lofgren) lanzan 'Barn', un álbum que llega dos años después de 'Colorado'. Grabado este pasado verano en un granero restaurado del siglo XIX, esta decena de cortes que incluyen canciones de amor, baladas reflexivas y, cómo no, potentes temas rockeros, capturan el espíritu crudo y la belleza lírica característicos de Neil Young y Crazy Horse. El disco está producido por The Volume Dealers (Neil Young y Niko Bolas) y se acompaña de una película del mismo título dirigida por Daryl Hannah.

Lanzamiento: 10 de diciembre.

disco the boy named if elvis costello & the imposters

Elvis Costello & The Imposters lanzan 'The Boy Named If', un nuevo álbum de canciones urgentes e inmediatas con melodías brillantes, solos de guitarra que duelen y un rápido paso al ritmo. El disco, cuyo primer single lleva por nombre 'Magnificent Hurt', ha sido producido por Sebastian Kryz y Elvis Costello y contiene 13 temas que nos llevan a lo últimos días de una niñez desconcertada hasta el momento en el que te dicen que dejes de actuar como niño. "'If' es un apodo para tu amigo imaginario; tu yo secreto, el que sabe todo lo que niegas, el que culpas por la vajilla rota y los corazones que rompes, incluso el tuyo", ha asegurado Costello.

Lanzamiento: 14 de enero.



disco things are great band of horses

Tras más de cinco años sin publicar material nuevo, el grupo norteamericano Band of Horses anuncian el que será su sexto álbum de estudio, 'Things Are Great'. El nuevo álbum, con cambios en la formación respecto a su último disco, supone un regreso al sonido y espíritu de sus primeros trabajos. Como sencillo de presentación de su nuevo disco Band of Horses han publicado 'Crutch', un tema con toda la simbología iconográfica que una litografía de Frida Kahlo contiene, además por supuesto de las refulgentes guitarras que son una de las señas de identidad de la banda fundada por Ben Bridwell.

Lanzamiento: 21 de enero.





libro política para adultos mariano rajoy

El expresidente del Gobierno Mariano Rajoy publicará en diciembre su nuevo libro 'Política para adultos' (Plaza & Janés). Desde la editorial han señalado que se trata de "un libro provocador, directo y muy personal" en el que Rajoy critica la "sentimentalización" de los discursos con mensajes infantilizados para ganar el aplauso fácil de la opinión pública, así como la utilización de la justicia y los ataques personales para dañar la reputación de los adversarios políticos o la manipulación de los hechos en cuestiones clave como la economía o la inmigración.

Lanzamiento: 1 de diciembre.

libro perros mirando al cielo eugenio fuentes

Fuentes, nos lleva de nuevo al conocido territorio de Breda, con viejos secundarios que ya conocemos de entregas previas. Santiago, médico a cargo del servicio de urgencias del Gregorio Marañón, disfruta de unas merecidas vacaciones tras el estrés de la pandemia de COVID-19. Viaja con su mujer y su hijo a Breda, pequeño pueblo donde él ejerció la medicina por primera vez veinte años atrás. Cuando a los pocos días aparece muerto, su viuda contrata al detective Ricardo Cupido para que le ayude a esclarecer el caso.

Lanzamiento: 19 de enero.



libro violeta isabel allende

Definida como "la épica vida de una mujer que será mucho más que la historia de un siglo", 'Violeta', la nueva novela de la escritora chilena Isabel Allende, nos embarcará desde la gripe española de 1920 hasta la pandemia de 2020 que recientemente hemos vivido. 'Violeta' rememora devastadores desengaños amorosos y romances apasionados, momentos de pobreza y también de prosperidad, pérdidas terribles e inmensas alegrías. Desde su primer libro, Allende ha logrado ganarse el afecto de sus lectores con obras tan sonadas como 'La casa de los espíritus', 'Eva Luna', 'Inés del alma mía' o 'El cuaderno de Maya'.

Lanzamiento: 25 de enero.





un hogar para ser y estar

Dormir al raso no es digno, ni seguro, ni sano. Y cuando se anuncian temperaturas bajo cero, hay que rehacer el puzle para que ninguna persona sin techo tenga que pasar las noches con el suelo como colchón, entre cartones y, con suerte, entre las paredes de vidrio esmerilado de un cajero. Porque la calle, bajo un cielo abierto, les agrava enfermedades crónicas y dificulta su acceso a la salud. “Nuestra misión también es informarles de otras posibilidades y lugares donde pernoctar en el caso de que no haya ningún hueco”, explica Luz Lozano, responsable del Hogar Municipal de Transeúntes de León. Un espacio situado en la calle Panaderos que gestiona la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios en estrecha colaboración con el Ayuntamiento de León desde 1986.

La pandemia de coronavirus ha atacado con dureza a las personas sin hogar, que se han visto en muchos momentos más que invisibles.

Por él han pasado en lo que va de año 382 personas a las que, en sus propias palabras, se les ofrece “hospitalidad” y un hogar, aunque sea de paso, donde sentir “calidez, comprensión y serenidad”.

Porque todo lo que les falta está contenida en ella. En una sola palabra con mucho significado. “Disponemos de 13 camas y dos más destinadas a aislamiento para casos de COVID-19, pero con la llegada del frío no son suficientes”, pone de relieve. No obstante, desde que se abrió el centro de día en horario de 9.30 a 12.30 horas, se realizan ingresos y se asignan plazas por la mañana. Y eso, según confiesa, “les da mucha tranquilidad”.

“La pandemia de coronavirus ha atacado con dureza a las personas sin hogar, que se han visto en muchos momentos más que invisibles”, lamenta la responsable del Hogar Municipal de Transeúntes de León. Una situación sobrevenida que ha provocado que quienes acuden a estas instalaciones buscando un techo permanezcan en ellas durante más tiempo y, por tanto, la rotación sea inferior. Pero, pese a que la falta de oportunidades ha perpetuado su estancia en los centros de acogida, Lozano considera que “alargarla más allá de los días que tienen inicialmente es positivo” al “generar un vínculo de confianza más fuerte”.

“En muchos casos les empodera y les da seguridad para desear iniciar un cambio”, celebra sin olvidar que cada uno arrastra su propia historia de vida. “Es muy importante escuchar sus realidades y necesidades con atención”, manifiesta firmemente convencida de que ese es el ingrediente básico para fortalecerles de cara a iniciar un proceso de recuperación personal que les permita dejar de pasar sus días, con sus noches, en la calle. “Traen sus mochilas cargadas de cosas y aquí se trata también de que descansen, reflexionen y decidan día a día su camino”, subraya Lozano sobre unos

ciudadanos que "precisan de recursos que les den dignidad". Sobre todo, cuando llevan demasiados años deambulando de un lado para otro. En este sentido, se trabaja en red y en equipo en el marco de un "objetivo compartido" a través de los Servicios Sociales del Ayuntamiento, así como de entidades sin ánimo de lucro como Cáritas, Calor y Café, Cruz roja, Proyecto Hombre o la Asociación Leonesa de la Caridad (Asleca), y de la mano de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado.

Nuestra misión también es informarles de otras posibilidades y lugares donde pernoctar en el caso de que no haya ningún hueco.

En el Hogar Municipal de Transeúntes de León un total de 85 voluntarios lidian con el sufrimiento humano y reciben lecciones de supervivencia a diario. Entre ellos, según indica Lozano, 80 alumnos del Colegio Divina Pastora de León (Pastorinas) que acuden los viernes, de dos en dos, junto a un profesor. "El papel que juegan es fundamental. Comparten su tiempo y les acompañan", señala agradecida por su labor. "Se trata de mirarles, intentar comprender su contexto y dejar al margen unos juicios de valor que se tornan como asignatura pendiente para una parte de la sociedad", afirma sobre una invisibilidad que no ayuda a cambiar su injusta situación de exclusión.

apuesta por la Educación Social

Asimismo, Lozano incide en la necesidad de reforzar los apoyos para que disminuya la "mendi-

Hay que poner en el centro a la persona, como la Orden de San Juan de Dios sostiene desde hace siglos; y, a partir de ahí, recomponer la vida.

cidad" y la "itinerancia" de un albergue a otro. "Junto a ello, considero prioritario apostar fuerte por una Educación Social que obre el ansiado cambio en sus vidas", precisa sin dejar pasar por alto una adquisición de compromisos y responsabilidades por parte de los usuarios que optan a los recursos de forma que "ellos valoren cada acción que se realiza a su lado". "Y nosotros valoremos sus avances incrementando su confianza", según añade.

El 'housing first' (que en castellano significa "la vivienda primero"), está ganando protagonismo en varios países a la hora de abordar el problema. No obstante, en opinión de Lozano, "no se puede empezar la casa por el tejado". "Hay que poner en el centro a la persona, como la Orden de San Juan de Dios sostiene desde hace siglos; y, a partir de ahí, recomponer la vida, si el usuario quiere, desde todas sus dimensiones: biológica, psíquica, social y espiritual", según sostiene. "Aportar ese techo, ese calor de hogar, es fundamental. Si no hay techo, no hay trabajo, ni hay cobertura para sus necesidades básicas. Tal y como recoge la Constitución Española en su artículo 47: "Todos los españoles tienen derecho a disfrutar de una vivienda digna y adecuada". Creo que es un reto para nuestra sociedad que así sea. Un hogar para todos. Un hogar para ser y estar", concluye.



LLÁMENOS SIN COMPROMISO

NEUROCARE HOME

RESIDENCIA Y CENTRO DE DÍA PARA MAYORES

BUENOS AIRES

 **987 374 661**

residenciabuenosaires@neurocarehome.es 

- * ESTANCIAS TEMPORALES Y PERMANENTES
- * MÉDICO, ENFERMERÍA Y TRABAJADOR SOCIAL
- * REHABILITACIÓN FUNCIONAL Y COGNITIVA: FISIOTERAPIA+TERAPIA OCUPACIONAL
- * PERSONAL ALTAMENTE CUALIFICADO
- * CONTROL DE DIETAS Y MEDICACIÓN
- * ATENCIÓN PERSONALIZADA
- * TARIFAS ADAPTADAS A SUS NECESIDADES

Centro de referencia en la provincia de León

C/Real nº28, 24356 · Castrillo de San Pelayo (León)



las 5 C's del trabajo en equipo

La unión de los equipos de trabajo es la base para el buen funcionamiento de cualquier organización. Cuando un grupo es sólido, está unido y avanza en una misma dirección, el resultado de las funciones realizadas es, sin duda, excepcional. Con una premisa aparentemente tan sencilla, pero en el fondo tan compleja, se ha comenzado a implantar en gran parte del tejido empresarial la fórmula de las 5 C's del trabajo en equipo. Lo que pretende este modelo es que, gracias a una rutina establecida basada en gestionar diversos conceptos simultáneamente de una forma prácticamente entrelaza, se consiga destacar de una manera muy evidente y visible la calidad del trabajo y del servicio ofrecido a los clientes, ya que no tendría sentido decidir la estrategia empresarial sin valorar antes como es el equipo que la forma.

Las 5 C's establecen cuales son los factores que participan en la consecución de un buen trabajo en equipo. No perdiéndolas de vista y poniéndolas en

práctica, hay un porcentaje muy alto de posibilidades de poder afirmar que el grupo está trabajando de forma muy positiva y que conseguirá cumplir los objetivos que se hayan marcado, aumentando a la vez su satisfacción y motivación. Cada uno de los cinco conceptos que vamos a desarrollar son muy valiosos por sí mismos de forma individual, pero a su vez van alimentando a todos demás.

- **Comunicación**, es evidente que la comunicación es uno de los pilares del trabajo en equipo. Y es que para que cada uno pueda realizar el trabajo de forma correcta, eficiente y con buen ambiente laboral es muy importante que todos los miembros cuenten con toda la información. Elegir bien el canal y la fluidez son dos aspectos muy necesarios. La información debe ser lo más clara y precisa para evitar interpretaciones que den lugar a errores o que puedan generar conflictos o situaciones incómodas. Por ello, la transparencia tiene que ser un mantra en el día a día. Si un fallo en la comunicación interna del equipo trae consigo algún de malentendido, es muy importante tratarlo de forma constructiva y con el objeto de solucionarlo lo antes posible para no arrastrarlo.

- **Coordinación**, en todo equipo de trabajo tiene que estar presente la figura del líder o responsable. Será quien se encargue de coordinar tareas y empleados. Tener un líder accesible siempre facilita la comunicación tanto ascendente como descendente y, por tanto, también la coordinación. Para conseguir que sea óptima es importante una buena planificación, que cada miembro conozca perfectamente cuáles son sus funciones y objetivos, así como las del resto del equipo. Si todos los miembros trabajan de forma sincronizada el resultado solo puede ser positivo.
- **Complementariedad**, la complementariedad podría verse como la creación de un puzle. Si las piezas encajan se podrá ver la imagen que proyectan todas unidas. La formación y la experiencia tanto personal como profesional de cada miembro enriquece los resultados del trabajo común. Por ello, es importante formar equipos donde sus miembros se complementen, trabajadores con diferentes perfiles que sean compatibles, que aporten equilibrio al conjunto y que juntos siempre sumen. Este principio de complementariedad solo tiene sentido si todos los miembros del equipo saben que es lo que pueden aportar al conjunto. Es decir, no es suficiente con que lo conozca la persona que les dirige, si no que se conozcan bien entre ellos: Igualdades, aptitudes, puntos fuertes, aspectos a mejorar...
- **Confianza**, este concepto es seguramente el que más tiempo se tarde en conseguir. La comunicación entre los miembros del equipo, así como el tiempo que pasan juntos ayudará a que se cree un ambiente de trabajo estable y sólido que dará lugar a mayor confianza.

Una vez conseguida es necesario que se siga alimentando y manteniendo con el paso del tiempo. Tener objetivos comunes y conseguirlos genera un aumento de la confianza. Por este motivo, es muy importante obtener reconocimiento por parte de los responsables, ya que no solamente produce satisfacción de forma individual, sino que también aumenta la unidad de grupo y el orgullo de pertenecer a éste.

El compromiso debe gestionarse desde una visión global de tal forma que éste sea tanto con el trabajo, como con los compañeros, así como con la empresa. Si no existe, es inviable que un equipo fluya y cada miembro se sienta parte de un todo o, dicho de otra forma, remar todos en la misma dirección. El compromiso es la C que nos ancla al equipo y que aporta la motivación necesaria para adoptar una actitud de esfuerzo y trabajo en conjunto.

En resumen, podríamos decir que se ha conseguido el éxito de las 5 C's cuando los integrantes están coordinados, tienen buena comunicación entre ellos, se complementan, confían entre sí y mantienen el compromiso por las metas establecidas. Desde el departamento de RRHH del Hospital San Juan de Dios de León, junto con el apoyo de todos los mandos intermedios, se trabaja permanentemente para conseguir este gran éxito, que no es otra cosa que realizar un gran trabajo en equipo y así prestar la mejor atención posible a nuestros usuarios.

Leticia Álvarez García
Recursos Humanos
Hospital San Juan de Dios de León



Formato 50x50 cm
30'25€
i.v.a. incluido
sorlesimprentaonline.es

Foto Cuadro Personalizado

10% DESCUENTO
Usando este código la finalizar la compra
HSJD15

SORLES
servicios gráficos

 Síguenos

Ctra. Madrid, km. 320,5
24227 VALDELA FUENTE (León)
Tlf. 987 201 205 - Fax 987 210 402
sorles@sorles.com



**Disfruta de un renting completo y flexible
con tu seguro de coche.**



Desde hoy, nuestros profesionales sanitarios tendrán la oportunidad de disfrutar,
con su seguro de coche, de un producto innovador de renting.

Infórmate **900 82 20 82**
en: **www.amaseguros.com**

Servicio prestado por ALD Automotive

A.M.A. LEÓN Fuero, 9; bajo Tel. 987 26 19 23 leon@amaseguros.com

LA MUTUA DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS

www.amaseguros.com

987 26 19 23 / 913 43 47 00

Síguenos en     

y en nuestra APP 





el voluntariado como antídoto contra la soledad

El primer paso para combatir la soledad es entenderla. Carmen Carrera de Vega, que siempre ha sentido debilidad por las personas mayores, se dio cuenta en el Hospital Monte San Isidro, centro en el que su padre, asfixiado por una Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), estuvo ingresado en varias ocasiones, de que “muchacha moría sola”. “Me pareció muy triste”, pone de manifiesto una mujer que desde hace cinco años se ha entregado en San Juan de Dios a un voluntariado cuya base es la Hospitalidad.

Anteriormente Carmen, natural de Villacalabuey (Villamol, León), desarrolló esta faceta de su vida en la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de La Bañeza y Comarca (AFA La Bañeza) donde, según confiesa, “al segundo día se quería ir” por la dureza que supone enfrentarse a la pérdida de lo más valioso que tiene el ser humano: sus recuerdos. Sin embargo, pasado el “susto”, como así lo denomina, nunca más ha vuelto a pensar en tirar la toalla. No va con ella. En este sentido, y a pesar de lo manido de la frase, asegura, aferrada a la medicina de sentirse útil, que “una recibe mucho más de lo que da”.

“Me he llevado algún corte de algún paciente ingresado y me he ido de su habitación hecha polvo, pero la mayoría de las veces salgo súper contenta de aquí”, según explica. Porque el acompañamiento a enfermos, a veces crónicos o terminales, llena vacíos que no se podrían cubrir de otra manera.

“Me he encontrado con casos que no se quieren ir, que quieren alargar su estancia en el Hospital, porque no tienen a nadie y no saben cómo se las van a apañar solos”, apunta sobre una problemática social que es amplísima. “Viven en casas sin ascensor o tienen una situación económica complicada. Su vida no es de color rosa”, según apostilla. Y a ello se suma la pérdida de autonomía.

Con algunos pacientes ha pasado muchas tardes de habitación y pasillo. Ahora desde abril de este año, mes en el que se ha jubilado, también mañanas. Aunque Carmen, que es una mujer muy activa, compagina el voluntariado en San Juan de Dios con clases de inglés en la Escuela Oficial de Idiomas (EOI), sesiones del club de lectura en la Biblioteca Municipal de Pinilla, visitas a su tía de 85 años y unos viajes al extranjero que está deseando volver a disfrutar.

“Quieren que les escuches, un rato de compañía”, afirma sin dejar pasar por alto el tacto, uno de los sentidos más afectados por la pandemia de COVID-19. “No poder tocarlos complica las cosas para llegar a ellos”, indica en relación a unos apretones de manos y unos abrazos rotos que se han convertido en actos de imprudencia. Pero no solo eso. Las mascarillas dificultan la comunicación con aquellas personas que tienen un déficit auditivo. Así, en el lugar donde la esperanza convive con el sufrimiento humano, la vida se ha vuelto más frágil, más desoladora. Un contexto en el que el voluntariado no deja de ser un bálsamo emocional.

Carmen Carrera de Vega
Voluntaria
Hospital San Juan de Dios de León



ficha técnica

Nombre:

Hospital Santa Clotilde

Dirección:

**Avda. General Dávila, 35
39006 Santander**

Teléfono:

942 217 711

Sitio web:

www.hospitalsantacloilde.es

Correo electrónico:

hstacloilde@sjd.es

Número de empleados:

140

Número de camas:

127

hospital santa clotilde, el socio perfecto de la sanidad pública en cantabria

El Hospital Santa Clotilde, que ha superado los 80 años de andadura, se ha convertido en un perfecto socio, en el complemento ideal, del Servicio Cántabro de Salud –SCS–, adaptándose a las necesidades de la sociedad en cada momento. La historia del centro se inicia en 1938 tras la donación del Palacio de Bella Vista por parte de Clotilde Gallo Díaz de Bustamante, duquesa consorte de Santa Elena, a la Orden Hospitalaria de los Hermanos de San Juan de Dios. Tras la Guerra Civil, en 1940, los hermanos llegaron a Santander procedentes del Hospital San Rafael de Madrid con un grupo de 20 niños. Este hecho convertiría las instalaciones habilitadas en un hospital infantil especializado en procesos de traumatología, poliomielitis y tuberculosis ósea.

En los años 80 se puso en marcha un servicio de cirugía cardíaca y estudios hemodinámicos y el centro fue transformándose en un hospital médico-quirúrgico, dando cobertura asistencial y hospitalaria al Iguala-

torio Médico Quirúrgico de Cantabria (IMQ). Desde comienzos de los 90 enfoca su actividad a la media y larga estancia, especializándose en Atención Geriátrica Integral, pero manteniendo la actividad quirúrgica orientada a procesos de listas de espera –traumatología y oftalmología– concertada con el Servicio Cántabro de Salud, además de colaborar con entidades aseguradoras y pacientes del ámbito privado en diferentes especialidades.

Su especial desvelo por ayudar en las necesidades sanitarias de la sociedad cántabra le ha llevado a una constante adaptación y flexibilidad y en un hecho puntual, como fue el derrumbe en 1999 de parte del edificio del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla, los Hermanos de San Juan de Dios pusieron los antiguos quirófanos a disposición de la comunidad autónoma. Con la reciente pandemia de COVID-19, Santa Clotilde tampoco dudó en ponerse al servicio del SCS para atender las necesidades que requería la complicada situación sanitaria.

A lo largo de las últimas décadas se han realizado y, se continuarán haciendo en el futuro, profundas reformas en las instalaciones para buscar la máxima modernización que facilite una mejor atención a los pacientes basada siempre en la excelencia. De hecho, el HSC obtuvo en 2016 el Sello de Excelencia Europeo EFQM 300+ en gestión, siendo el primer centro en obtenerlo en Cantabria.



El Hospital Santa Clotilde cuenta con un Unidad de Cuidados Paliativos, de referencia en la comunidad autónoma, que dispone de un Equipo de Atención Psicosocial (EAPS) impulsado por Fundación la Caixa y que ha atendido, desde 2008, a cerca de 4.000 pacientes y un número superior de familiares dentro del programa para la atención integral a personas con enfermedades avanzadas.

En los últimos años, dentro de los conciertos con el SCS, el Hospital Santa Clotilde ha realizado intervenciones quirúrgicas derivadas de las listas de espera de traumatología, cirugía general y oftalmología. Por otro lado, el concierto referido a la hospitalización suma aproximadamente 600 ingresos anuales en las unidades de recuperación funcional y cuidados paliativos. Los médicos asistenciales, contando con la colaboración de Trabajo Social, Psicología Clínica, SAER o Fisioterapia, desde un punto de vista integral, intentan ayudar y captar la realidad del paciente y su entorno.

El centro cuenta con especialidades de Traumatología, Cirugía General, Oftalmología, Urología, Otorrinolaringología, Medicina Interna, Geriátrica, Cirugía Plástica, Anestesiología o Rehabilitación. Dentro del servicio de Rehabilitación se cuenta con Fisioterapia, Logopedia y Terapia Ocupacional. Además, se dispone de otros medios como Laboratorio y Radiología.

Santa Clotilde cuenta con una Unidad de Accidentes de Tráfico con la posibilidad de realizar pruebas diagnósticas, consulta de especialistas –traumató-

logo, rehabilitador-, asesoramiento profesional, tratamiento de rehabilitación y fisioterapia y todos los trámites necesarios para la atención a cualquier accidentado. Asimismo, en los últimos años se ha puesto en marcha, en colaboración con la Federación de Fútbol Cántabra, un servicio para prestar asistencia traumatológica a los deportistas derivados de las diferentes mutualidades.

El Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) preserva a todos los pacientes y usuarios el máximo respeto a toda confesionalidad y creencias, garantizando una atención ligada al ser humano desde un punto de vista bioético. Dentro de la máxima calidad asistencial, también se dispone de un Servicio de Voluntariado, íntimamente relacionado con los servicios de otros centros de la Comunidad.



Ascensores y Escaleras Mecánicas

Elevamos... la calidad de tus desplazamientos

Instalaciones Schindler en el Hospital San Juan

de Dios de León. Dicen que la vida solo se mueve hacia delante. En nuestro caso, también se mueve hacia arriba. En Schindler seguimos innovando en tecnología y diseño de ascensores, llevando siempre el concepto de movilidad vertical al siguiente nivel, para elevar la calidad de tus desplazamientos.

+140 Más de 140 años de experiencia



Fiabilidad donde más se necesita



Máxima eficiencia en la gestión del tráfico



Ahorro energético

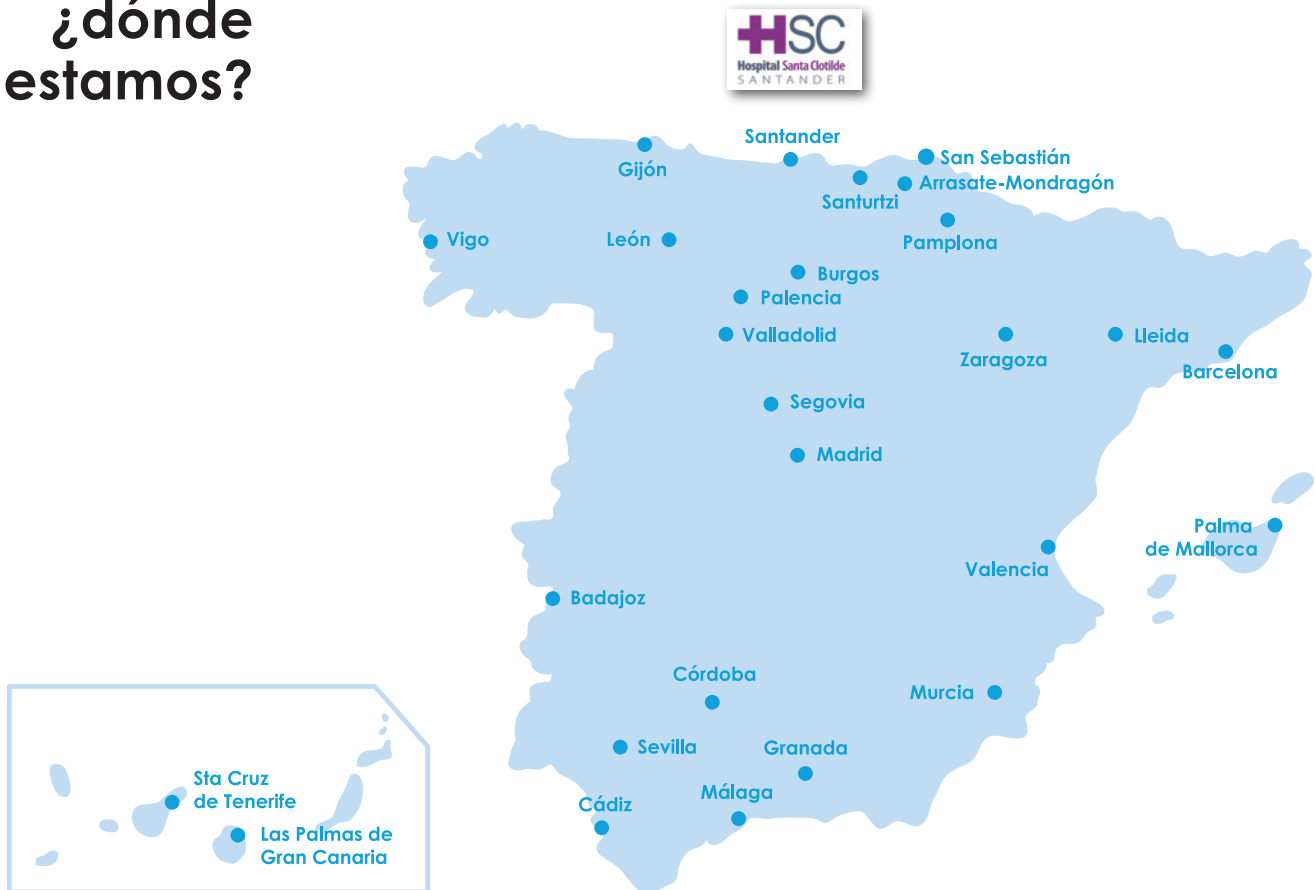


We Elevate

Schindler



¿dónde estamos?



En la actualidad, en Cantabria se ha producido una nueva situación en la asistencia médica privada de las compañías aseguradoras que pueden suponer un cambio de cara al futuro en las prestaciones asistenciales que viene prestando Santa Clotilde. El centro cuenta con la firme intención de mantener la relación fluida con el Sistema Cántabro de Salud en cuanto a la actividad médico-quirúrgica, pero sin olvidar los cambios en el modelo sanitario que se están produciendo en estos momentos en la comunidad autónoma.

Fernando Pérez Soto
Departamento de Comunicación
Hospital Santa Clotilde



"Los resultados son rápidamente visibles tras la intervención"

Dr. David Pacheco Sánchez

Dr. Vicente Simó Fernández

Dr. Jesús Manuel Silva Fernández

CIRUJANOS

Nº de autorización sanitaria 24-CI-0007

"Tu salud está limitada y podemos ayudarte a buscar una solución"

Dr. Francisco Jorquera Plaza

Dr. Rubén Díez Rodríguez

DIGESTIVOS



"Una buena salud mental es fundamental para dar los primeros pasos"

Dra. Rocío Gómez Martínez

PSIQUIATRA



"Cuéntanos cómo te sientes y te mostraremos las herramientas para el éxito"

Angélica Peñín de Castro

PSICÓLOGA



"Los hábitos saludables son claves en la prevención y tratamiento de las enfermedades metabólicas"

Dra. Elena González Arnaiz

ENDOCRINA

"Para recuperar tu salud es necesario un buen asesoramiento nutricional"

Pablo Rodríguez Bernal

NUTRICIONISTA



UNIDAD DE OBESIDAD

HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS DE LEÓN

Nos importa tu salud



WWW.HOSPITALSANJUANDEDIOS.COM