

salud^{dosmil}

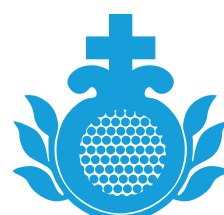
hospital san juan de dios de león

diciembre 2020 | número 141



- **en persona** | macarena gómez traseira
- **la actualidad** | integración radiológica: imágenes e informes en cualquier momento y desde el CAULE
- **el especialista** | dr. ignacio guereñu carnevali

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

Nº de autorización sanitaria 24-C11-0007



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

La amenaza para la salud que representa el nuevo virus que desde marzo tiene en jaque al mundo preocupa más a los españoles que la crisis económica, el paro o los problemas políticos, según el último barómetro del CIS. Nuestro especialista en Psiquiatría Ignacio Guereño Carnevali nos habla de los retos de la atención a la salud mental en tiempos de la COVID-19 y del impacto en los profesionales más expuestos al virus: los sanitarios. Y alerta de que "los duelos patológicos, al no poder resolverse en el momento, pueden desembocar en una depresión".

La depresión masculina (en el mundo un hombre muere cada minuto por suicidio) ha sido una de las patologías en las que Movember, el movimiento de bigotes por la salud masculina, ha puesto el foco en noviembre. Pero también lo ha sido el cáncer de próstata, cuya detección tardía, en palabras del urólogo Miguel Ángel Prieto Alonso, afecta negativamente a su pronóstico vital. Por eso, ha ahondado en la necesidad de desterrar unos tabúes masculinos alimentados por el miedo y la vergüenza.

Pero en este nuevo número de la Revista Salud 2000, el 141, también hemos querido poner el acento en la importancia de sembrar esperanza y avanzar en la Hospitalidad que nos une, así como en todos aquellos proyectos e inversiones que ya estaban en marcha.

La integración del sistema de archivo digital permitirá que desde el CAULE el especialista pueda acceder al informe radiológico o a las imágenes diagnósticas en cualquier momento y conservar esa información por tiempo ilimitado. Una innovación real en el flujo de trabajo ya que, en virtud del Convenio Singular de Vinculación (CSV) firmado con el Servicio de Salud de Castilla y León (Sacyl), San Juan de Dios alivia su lista radiológica con cerca de 2.500 pruebas de resonancia magnética anuales, entre otras.

Además, a principios de enero llegará al Hospital un novedoso sistema de navegación e imagen guiada por TAC intraoperatorio de Brainlab para llevar a cabo cirugía avanzada de la columna. San Juan de Dios de León será el segundo centro sanitario en Europa en contar con esta tecnología de última generación después de un hospital de Salzburgo (Alemania). Así, será un referente en España que conllevará la formación de otros cirujanos en técnicas de elevada complejidad con un menor tiempo quirúrgico, una menor radiación para el paciente, una mayor precisión y una recuperación funcional más rápida.

Juan Francisco Seco Martín
director gerente

han colaborado

Juan Francisco Seco, Miguel Ángel Alonso Prieto, Abilio Fernández, Ignacio Guereño, Miguel Yugeros, Leticia Álvarez, Marce González Barrientos, Javier José del Pozo, Departamento de Comunicación del HC San Rafael de Vigo, La Central

diseña y edita

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

imprime

Editorial Mic
Artesiano, s/n
Pol. Ind. Trabajo 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**

La Fundación Más Familia, ha concedido al hospital la certificación Empresa Familiarmente Responsable (efr), en reconocimiento al trabajo realizado por parte del hospital en su esfuerzo de conciliación de la vida familiar y laboral de los empleados. Este modelo efr responde a una nueva cultura basada en la flexibilidad, el respeto y el compromiso mutuos.



**Certificación
9001 del Proceso
Quirúrgico**

En el 2019 el hospital renueva la certificación del Sistema de Gestión de Calidad del Proceso Quirúrgico según los criterios de la norma UNE-EN ISO 9001:2008 que avala la gestión de los servicios quirúrgicos de forma global, desde el diagnóstico, incluyendo pruebas diagnósticas, pre-operatorio, cirugía y post-operatorio hospitalizado o ambulatorio del paciente.



**Sello de Excelencia
Europea EFQM 500+**

En 2019 el hospital renueva su compromiso con la búsqueda de la excelencia alcanzando de nuevo la máxima distinción que se otorga en base al Modelo EFQM: Sello de Excelencia Europea 500+. Esto supone el reconocimiento del compromiso del centro en la mejora continua para alcanzar los mejores resultados y cumplir su "Misión, Visión, Valores y Principios Éticos".



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

El Centro de Rehabilitación Psicosocial, pertenece al Hospital San Juan de Dios de León. Este centro consiguió renovar la certificación de su Sistema de Gestión de la Calidad según la norma UNE-EN ISO 9001:2008 en el año 2018, habiendo superado sucesivas auditorías externas anuales, y actualmente está certificado según la nueva norma UNE-EN-ISO 9001:2008.



macarena gómez traseira

actriz

“yo soy una actriz kamikaze y no me importa tirarme a la piscina sin saber si lleva agua”

Macarena Gómez Traseira (Bujalance, Córdoba, 1978) es sobrina-nieta del poeta y escritor berciano Antonio Pereira. «Psicópata de los años 50, punki ochentera, dama menos boba de Lope de Vega, canija mellada, mujer blanca casada busca, fashionista perturbada, bruja vasca poseída, novia del marciano, cabeza rapada, amiga gafotas de Watson, mujer pulpo, canaria peninsular, vecina puñetes y chica sin ojos que ve el corazón de la gente», Macarena se adjudica a sí misma las características de sus personajes de ficción en su perfil web. Ahora tiene tres proyectos

entre manos: su última película, 'Amor en Polvo'; el proyecto televisivo en la que lleva trece años, 'La que se avecina', en el que da vida a María Dolores Trujillo Pacheco (más conocida como Lola Reynolds en Miami); y '30 monedas', la nueva y esperada serie de terror de Álex de la Iglesia. Y es que su profesión le hace "inmensamente feliz" porque le ha otorgado "bellísimas amistades", le ha permitido "vivir las vidas de otras personas" y, "sobre todo", le ha "permitido soñar".

Tiene raíces leonesas, pero ha nacido en Córdoba, ha estudiado en Estados Unidos y Londres y, actualmente, vive entre Madrid y Barcelona. ¿De dónde siente? ¿Es una ciudadana del mundo?

Soy una ciudadana del mundo que se siente muy española. Amo mi país por la riqueza cultural y patrimo-

nial que ofrece. He viajado mucho por España y he vivido en muchas ciudades, y en todas me he sentido muy bien recibida. El hecho de haber vivido en otros países y saboreado otras culturas me ha enriquecido a nivel personal pero también me ha hecho valorar más la belleza de nuestro país.

Sus padres son leoneses y médicos de profesión. También su hermana Carmen. ¿Cómo está viviendo la pandemia? ¿Cree que el personal sanitario está siendo víctima de una mala gestión de la crisis?

Toda la ciudadanía está siendo víctima de una mala gestión de la crisis. Esto no es solo una crisis sanitaria, es una crisis económica que traerá graves consecuencias.

'Amor en polvo' ha sido de las pocas películas que se han atrevido a ver la luz en las salas de cine en medio de esta crisis sanitaria. Además, ha participado como productora asociada. ¿Cómo ha sido la experiencia?

Hace años que quiero dedicarme a la producción. A mis manos llegan proyectos maravillosos que puede que nunca vean la luz y, precisamente, yo quiero ayudar a que salgan adelante. El confinamiento me ha servido para dedicarme de lleno al mundo de la producción. He tenido que leer y estudiar mucho al respecto. Es una nueva faceta que me está apasionando. Ahora puedo entender cómo piensa un productor, aunque confieso que una profesión mucho más dura que la de actor.

El confinamiento me ha servido para dedicarme de lleno al mundo de la producción. Es una nueva faceta que me está apasionando.

¿Y ha pensado alguna vez en ponerse tras la cámara?

Sí, pero no de manera inminente. Aún me queda mucho por observar y aprender.

'30 monedas' se puede ver desde el 29 noviembre en la plataforma HBO. ¿Cómo ha sido trabajar de nuevo con Álex de la Iglesia?

Siempre un placer. A él le gusta jugar y que los actores también entren en su juego. Le gusta la acción, el riesgo y exige total involucración del actor al respecto. Yo soy una actriz kamikaze y no me importa tirarme a la piscina sin saber si lleva agua.

De hecho, en 2015, y tras su participación en 'Las brujas de Zugarramurdi', fue nominada al Goya por su papel de Montse en 'Musarañas', la primera película no dirigida por De la Iglesia, pero sí producida por él. ¿Se podría decir que es el papel más difícil que he hecho hasta la fecha?

Es el papel que más satisfacciones profesionales me ha dado, pero no el más difícil. En el cine de género,

con dosis de acción incluida, me siento como pez en el agua. Los papeles más difíciles que he interpretado son aquellos que son poco viscerales, poco pasionales, porque son los más alejados de mí y en los que más he de indagar para encontrar algún punto de conexión conmigo misma.

Lleva 13 años dando vida a Lola Trujillo en 'La que se avecina'. Es mucho tiempo. ¿Qué cosas hay de Macarena en Lola? ¿Y de Lola en Macarena?

Uy, no sabría decirte. En la forma de ser nos parecemos en algo, porque las dos somos caprichosas y consentidas; pero en la forma de pensar somos polos opuestos. A mí me cae muy bien Lola. De hecho, me iría de cañas con ella.

Cuenta con una amplia filmografía que incluye cine, teatro y televisión con títulos como 'Sexykiller, morirás por ella', 'Verbo', 'Carne de neón', 'El fotógrafo de Mauthausen' o 'La dama boba'. ¿En qué formato o medio se siente más cómoda?

Hasta hace poco siempre decía que el medio en el que me movía de forma más segura era el cine. Sin embargo, con el paso del tiempo y los avances tecnológicos cada vez la televisión se asemeja más al cine, ya casi no hay diferencias. Un capítulo de una serie equivale prácticamente a una película. No en metraje, pero sí en calidad. Igual de cómoda me muevo en ambos medios. El teatro es, sin embargo, el medio en el que me siento más insegura porque es en el que menos experiencia tengo. Aunque la magia que se genera en el cine, cuando dicen la apalabra "acción", yo nunca la he sentido cuando se sube el telón.

Los papeles más difíciles que he interpretado son aquellos que son poco viscerales, poco pasionales, porque son los más alejados de mí.

Y, en cuanto al género, ¿se decanta por alguno? ¿Diría que es más difícil la comedia que el drama?

Por supuesto. Se dice que para hacer comedia hay que saber dominar el ritmo y éste se puede aprender a base de mucho estudiar. Yo creo, sin embargo, que el buen actor de comedia es aquel que tiene un don natural: es decir, la comicidad no se adquiere, es innata. Y, precisamente, el actor que tiene ese talento natural para la comedia puede manejarse perfectamente en el drama.



Recientemente, ha asegurado que los personajes más bonitos los ha hecho en cortometrajes. ¿Cuál ha sido el papel que más le ha gustado y por qué? ¿Qué aspectos le motivan a la hora de elegir cada uno de ellos?

Es muy difícil decantarme por un personaje, porque cada uno de ellos me ha aportado algo especial en un momento determinado de mi vida. El primer corto que hice, 'Nieves', fue determinante en mi carrera profesional. Gracias a ese corto empecé a hacer cine y, más allá de lo estrictamente profesional, creé un vínculo muy estrecho con su director, uno de mis grandes amigos de la profesión.

¿Sueña con interpretar algún personaje en especial?

Desde niña he soñado con ser Escarlata O'Hara en 'Lo que el viento se llevó'. Lo tiene todo, los atributos más positivos y negativos de una mujer.

La pandemia del coronavirus en el mundo de la cultura lastra a un sector que todavía estaba recuperándose de la última crisis. ¿Es optimista?

Sí, las crisis económicas no afectan a la creatividad del artista. De hecho, en tiempos de crisis nos reinventamos. Las crisis afectan al consumo de la cultura, pero la cultura no puede dejar de existir puesto que es lo que da forma a la sociedad.

La gente ha dejado de ir al cine para quedarse viendo una película en casa. ¿Es el 'streaming' una salida necesaria?

El 'streaming' ya era una realidad antes de la pandemia. Siempre llegó para quedarse. El confinamiento ha afianzado a las plataformas. Ahora existe una gran demanda de contenido, lo que está generando bastante movimiento en la industria. El único inconveniente del 'streaming' es que perjudica a una parte importante del sector: distribuidores y exhibidores, que ven cómo las salas de cine cada vez están más vacías. Y, sinceramente, no sé si esto se va a poder parar.

Su marido, Aldo Comas, ha dejado volar su creatividad sobre los lienzos durante el confinamiento y ha inaugurado recientemente su primera exposición. ¿Lo suyo es una historia de mutua inspiración?

Ambos somos muy creativos. Mi marido mucho más que yo. Y nos apoyamos en todas las decisiones profesionales que tomamos.

Dante llegó a vuestra vida hace ya cuatro años. ¿Está siendo complicada la conciliación de la vida laboral, personal y familiar?

No más complicada que a cualquier otra madre. Al contrario, creo que yo tengo bastante suerte pues, junto a mi marido, hemos podido crear una buena infraestructura a nuestro alrededor. Y, además, algo que es fundamental, tenemos bastante ayuda familiar.

el test de Macarena

Una ciudad_Córdoba

Un rincón de su ciudad_La Plaza del Grano

Una comida_Cualquiera que me haga mi madre

Un lugar para perderse_La Costa Azul

Un colega de profesión para salir de cañas_Loles León

Un deporte_Volar en el túnel de viento

Un vicio (confesable)_Poner lavadoras

Su mayor defecto_No sé descansar

Su mayor virtud_Trabajadora

Le gustaría parecerse_Nadie

Un grupo musical o cantante_Rocío Jurado

Un medio de transporte_Tren



'30 monedas' la lucha entre el bien y el mal

Que Judas Iscariote fue el discípulo que traicionó a Jesucristo es algo más que sabido. Pero el por qué, igual no tanto. Judas recibió 30 monedas a cambio de la traición y él mismo acabó ahorcándose después de verle crucificado. En la recién estrenada serie de terror del bilbaíno Álex de la Iglesia, producida por HBO España, nada es lo que parece y no se puede confiar en nadie.

Cada uno de los primeros ocho capítulos pone el foco en un personaje diferente y el encarnado por Macarena Gómez, la mujer del joven e ingenuo alcalde (Miguel Ángel Silvestre), se mueve entre lo trágico y lo cómico como pez en el agua. Merche es una gran manipuladora y una mujer muy ambiciosa. Dueña junto a Paco del matadero y la posada del pueblo, intenta compaginar su papel de empresaria con el de amante esposa. Pero cuando su marido comienza su a perseguir acontecimientos extraños junto a la inquietante veterinaria Elena (Megan Montaner) y el padre Vergara (Eduard Fernández), la rabia y el sentimiento de pérdida la ahogan.

Una serie de situaciones paranormales acabarán desvelando una conspiración a nivel mundial, cuyo epicentro para el horror no será otro que una localidad perdida en la España rural: Pedraza (Segovia). Pepón Nieto interpreta al pobre guardia civil encargado de investigar y mantener la paz en un pueblo en el que nunca pasaba nada.

Desde que en 'Musarañas' nos dejó ver su cara más perversa, Macarena Gómez ha resultado ser las actrices más solventes, polivalentes y capaces del cine español. La actriz cordobesa con raíces leonesas hace hincapié en que '30 monedas' es "cine en estado puro" por la calidad y un producto televisivo que confirma "el buen momento de la ficción española". "Me encanta que Álex me llame porque rodando con él siempre me siento como una niña pequeña", concluye.



integración radiológica: imágenes e informes en cualquier momento y desde el CAULE

A lo largo de este 2020, que está a punto de echar el cierre, los Hospitales San Juan de Dios de León y Burgos han realizado inversiones en sus sistemas informáticos por un importe total de 200.000 euros. En ambos centros médicos se han integrado los informes de altas hospitalarias clínicas para su consulta inmediata tanto por parte del Complejo Asistencial Universitario de León (CAULE) como por el Hospital Universitario de Burgos (HUBU).

Además, en el caso del Hospital San Juan de Dios de León se ha llevado a cabo la integración del sistema de archivo digital de las imágenes diagnósticas (PACS, Picture Archiving and Communication System),

así como del informe radiológico, lo que permitirá obtener la trazabilidad del proceso de citación y realización de estudios del paciente.

Esta automatización –desarrollada por las empresas IRE Rayos X e Indra– posibilitará también que desde el CAULE el especialista pueda acceder al informe radiológico o a las imágenes diagnósticas en cualquier momento y conservar esa información por tiempo ilimitado.

Una innovación real en el flujo de trabajo ya que, en virtud del Convenio Singular de Vinculación (CSV) firmado con el Servicio de Salud de Castilla y León (Sacyl), San Juan de Dios alivia su lista radiológica con cerca de 2.500 pruebas de resonancia magnética anuales. Una cifra que representa el 66% de las que efectúa en total.

De igual modo, lleva a cabo un número importante de TAC (tomografía axial computarizada) sin olvidar otras pruebas habituales como las ecografías y las radiografías convencionales. “Este año, a pesar de la pandemia de COVID-19, la actividad se ha mantenido con cerca de 3.000 resonancias, 2.100 TAC y otras 4.500 técnicas”, explica el gerente del Hospital San Juan de Dios de León, Juan Francisco Seco.

seguridad en la toma de decisiones

La integración de pruebas diagnósticas en el sistema de información de radiología (RIS, Radiology Information System), una parte muy importante de la historia clínica electrónica, llevará aparejada –a partir de ahora– una mayor seguridad, dado que permite comparar los registros previos realizados al paciente en todos los ámbitos y facilita la toma de decisiones ante posibles dudas en el diagnóstico.

Permitirá comparar los registros previos realizados al paciente y facilitará la toma de decisiones ante posibles dudas en el diagnóstico.

El desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el Hospital San Juan de Dios de León está permitiendo que los profesionales aumenten su capacidad resolutoria. Y es que con

la integración de ambos sistemas se constituye una valiosa herramienta de gestión asistencial, docente, investigadora y administrativa, que maneja de forma unificada y en tiempo real toda la información de Radiodiagnóstico sin pérdidas ni redundancias en datos o esfuerzos.

menor margen para el error

Así lo asegura la doctora Carmen Fuertes, responsable de este servicio en el Hospital San Juan de Dios, desde su estación de trabajo: “Esta interoperabilidad de ambos sistemas, que acabará con el uso de pen-drives, disminuirá mucho el margen de error y nos permitirá ser más productivos”. “También con la elaboración del informe y su transcripción”, según sostiene.

En los últimos años el uso del filme o película en la Radiología, una especialidad médica en constante evolución, ha perdido su estatus de protagonista en los exámenes de rayos X. La radiología digital ha ganado espacio con un PACS –que captura, almacena y comparte las imágenes por medio de redes– y de un RIS, cuya base de datos puede ser integrada con





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

éxito facilitando el proceso comunicativo entre los dos sistemas para que la gestión de las imágenes sea más exacta al combinar con otros datos clínicos del paciente.

Conseguir mantener un registro único es uno de los beneficios de la integración. El PACS permite que los datos sean cruzados y que las imágenes generadas puedan ser manipuladas por acceso remoto. Algo esencial dado que los exámenes por imagen son clave para el apoyo al diagnóstico y el seguimiento de diversas enfermedades, influyendo de manera decisiva en la terapia que será utilizada.

“Entendemos que la seguridad del paciente y la calidad de los datos, con un manejo mucho más amigable por parte del especialista, son claves”, precisa Juan Francisco Seco sin olvidar que “la consulta de informes e imágenes, en tiempo real y en el marco de un proceso totalmente automatizado, será ahora mucho más rápida y fiable”.

información útil para el paciente y el sistema

“Los datos viajan cifrados a través de una VPN para su acceso inmediato”, apostilla el gerente del centro médico leonés para, a renglón seguido, incidir en sus ventajas de cara a la investigación clínica. Y es que, según recuerda, el Hospital San Juan de Dios de León ya trabaja en un proyecto con inteligencia artificial aplicada a la detección de casos de amiloidosis cardíaca – una enfermedad rara de mal pronóstico que se produce por el depósito progresivo de fibras insolubles de amiloide en el corazón- de la mano del Centro Universitario San Rafael Nebrija.

“Con los datos de las historias clínicas de los pacientes se pueden generar algoritmos (motores de búsqueda) con alto nivel de precisión”, señala sobre un desarrollo de modelos predictivos mediante Big Data que permite detectar el impacto de esta patología infradiagnosticada tanto para el paciente como para el sistema sanitario.





un mes de bigotes para visibilizar la salud masculina

Lápiz, piramidal, cepillo, walrus, chevron, herradura, inglés, completo, imperial... Cada año, cuando se acerca noviembre, un buen número de hombres sacrifica su barba y se deja crecer el bigote para dar que hablar. Pero, sobre todo, para transmitirle al resto de varones la importancia de cuidarse y realizarse revisiones periódicas para evitar enfermedades como el cáncer de próstata o de testículos sin dejar pasar por alto su salud mental. Y es que cada minuto un hombre se suicida en el mundo.

Esa la filosofía de Movember, la organización que nació hace 17 años en Melbourne, Australia, para recaudar fondos que aceleren la investigación de patologías masculinas con un toque de humor. Desde entonces ha conseguido 719 millones y ha financiado más de un millar de estudios a lo largo y ancho del planeta.

Así, bajo el lema «Déjate Mo, salva a un Bro», jugando con las palabras moustache y brother (bigote y hermano), ha seguido sumando euros a lo largo del penúltimo mes de este 2020 para seguir apoyando la iniciativa.

El doctor Miguel Ángel Alonso Prieto, uno de los especialistas en Urología del Hospital San Juan de Dios, incide en la prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los tumores de próstata al representar "el cáncer más frecuente en el varón" por delante del colorrectal y de pulmón.

En este sentido, el experto, que destaca Movember como una importante herramienta de concienciación, habla de la necesidad de desterrar unos tabúes masculinos alimentados por el miedo y la vergüen-

za. Fundamentalmente, porque la detección tardía de esta enfermedad, la quinta causa de muerte por cáncer, afecta negativamente a su pronóstico vital. "Tiene una alta tasa de curación, pero uno de cada 32 afectados fallece por esta causa", asegura.

Por ello, y a pesar de que un tercio de los casos de diagnostican en estadios precoces, el doctor Alonso Prieto llama a la concienciación al precisar que un chequeo médico a tiempo marca la diferencia.

«Al cursar sin síntomas en su fase inicial, es recomendable someterse a revisiones periódicas a partir de los 50 años y desde los 45 si existen antecedentes familiares», precisa el urólogo en relación al "fuerte componente hereditario" del cáncer de próstata.

Apostar por una vida sana y alejada de tóxicos, con la dieta mediterránea como factor protector, es clave para prevenir un cáncer de próstata.

Es la única manera de localizar el tumor de una manera temprana para extirparlo quirúrgicamente con laparoscopia o cirugía robótica (con la tecnología Da Vinci) sin recurrir a la radioterapia, la braquiterapia o la hormonoterapia, prevista para los casos más avanzados.

Así, si hay un tacto renal sospechoso, el urólogo pide la prueba del antígeno prostático específico (PSA), un simple análisis de sangre, y, si procede, una biopsia.

«Como programa de cribado, el PSA -al contrario que la sangre oculta en heces para la detección precoz del cáncer de colon- no está indicado porque unos resultados alterados lo que nos indican es una mayor probabilidad», aclara el experto apuntando a otras señales de alarma como las ganas frecuentes e imperiosas de orinar, tanto por el día como por la noche, con sensación de no vaciar bien la vejiga y, a veces, pérdida involuntaria de orina.

En la provincia de León, donde el 27,4 por ciento de la población es mayor de 65 años, la incidencia del cáncer de próstata -cuyas principales secuelas pasan por la disfunción eréctil y la incontinencia urinaria- es mayor que en otras zonas de España, con 120 tumores por cada 100.000 habitantes, cuando en el conjunto del país se sitúa en torno a los 100 con 33.000 casos nuevos al año.

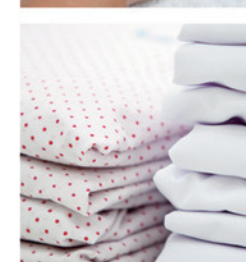
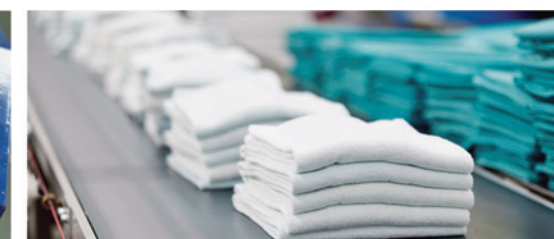
"Todo acto médico puede tener consecuencias. La cirugía robótica nos permite ser menos invasivos, pero a veces no podemos ser conservadores a la hora de preservar los nervios", lamenta el especialista.

Apostar por una vida sana y alejada de tóxicos, con la dieta mediterránea como factor protector, es clave para prevenir un cáncer de próstata cuyos principales retos pasan por "aumentar la supervivencia en los casos avanzados o metastásicos". Algo que ya es posible gracias a nuevas moléculas indicadas en las fases de resistencia a la castración.

Por otro lado, el doctor Alonso Prieto apunta a un cáncer de testículos agresivo que, pese a ver en muy pocos leoneses al año, se da en «hombres muy jóvenes». «La autoexploración juega aquí un papel importante», concluye al término de Movember mientras celebra que los hombres den la cara inspirando donaciones, conversaciones y cambios reales.

Miguel Ángel Alonso Prieto
Especialista en Urología
Hospital San Juan de Dios de 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/>





abrir una ventana a la esperanza

"Una palabra tan conocida como esperanza significa, según el diccionario de la lengua española de la RAE, "estado de ánimo que surge cuando se presenta como alcanzable lo que se desea", mientras que dar esperanza (o esperanzas) a alguien supone "darle a entender que puede lograr lo que solicita o desea".

Aunque no pensemos mucho en ello, nuestras palabras más coloquiales surgen de conceptos, vivencias y realidades universales que son por lo tanto muy próximas a las nuestras.

En estos tiempos de emociones encontradas, que van del temor a la perplejidad, fruto en algunos casos de un periodo tan largo de experiencias negativas y exceso de informaciones a menudo contradictorias en medios de comunicación, se necesitan pequeños gestos que nos den, o que den a otras personas más vulnerables, esa esperanza que necesitamos para seguir adelante y mirar el futuro con otra mirada. Especialmente, ante la proximidad de las fechas navideñas.

La escritora Laini Taylor lo expresa brillantemente en su reflexión: "La esperanza puede ser una fuerza muy poderosa. Tal vez no haya magia real en ella, pero cuando sabemos lo que deseamos y lo sostenemos como una luz en nuestro interior, podemos hacer que las cosas sucedan, casi como si fuera verdadera magia".

Es por ello que desde el Comité de Responsabilidad Social Corporativa queremos informaros de algunas de las acciones que durante este año estamos realizando y que, como siempre, buscan mejorar las condiciones de vida de las personas que más lo necesitan y -de esta forma- abrir una ventana a la esperanza hacia un futuro mejor.

Así, por ejemplo, el Proyecto de Cooperación Internacional elegido para el año 2020 entre los hospitales de León y Burgos es el de 'Prevención y control de infecciones en Ghana'.

El objetivo general de este programa es contribuir a los gastos de logística, transporte, recursos humanos, material y administración que supondrá la formación en prevención y control de infecciones del personal de los tres centros asistenciales que la Orden de San Juan de Dios posee en Ghana, buscando paliar los efectos de futuras pandemias y poniendo especial enfoque en la Covid-19.

El presupuesto total del proyecto asciende a 25.177 euros, de los cuales nuestro hospital se ha fijado como objetivo recaudar 6.500 euros, que servirían para contratar tres docentes durante tres meses. Todavía nos queda pendiente de recaudar una pequeña parte de este importe, por lo que continuamos recogiendo aportaciones.

La forma de colaborar con los proyectos de Cooperación Internacional que elegimos cada año es, como ya se viene informando desde esta revista (ver número 139, de abril de 2020) o desde la página web del hospital <https://hospitalsanjuandedios.es/obra-social-2/>:

- Mediante tu donativo realizado a la obra social de forma particular, así desde entidades y administraciones, a través de una transferencia a la cuenta que figura al final del artículo, o bien directamente en las huchas que se encuentran en los servicios de admisión e información.
- Mediante microdonaciones en nómina de los trabajadores del hospital.
- Mediante la iniciativa 'Un euro por consulta', en la que se destina un euro del precio abonado por cada consulta privada realizada en el hospital, sin incremento de la misma.

Todos los donativos efectuados a nuestra Obra Social desgravan en el IRPF, este año con hasta el 80% de lo aportado.

Por otro lado, mantenemos con notable éxito la campaña de tapones solidarios destinados a su reciclaje. Aunque durante el tiempo de alarma se ha suspendido por seguridad, la recogida de tapones de particulares en los puntos que hay en las dos entradas del hospital se ha retomado en julio.

Durante 2020 llevamos más de 1.200 euros obtenidos por la venta a una empresa de reciclaje de plásticos, que han permitido entregar ocho portátiles a alumnos con déficit auditivo y dificultades económicas de León y su provincia (Adam, Zaira, Ian, Akram, Noemí, Samuel, Oscar y Leyre). Estos equipos les permitirán trabajar de forma más efectiva con sus profesores y acceder a recursos de formación online.

Actualmente, contamos con 47 puntos de recogida de tapones que colaboran de forma activa con la campaña y seguimos sumando nuevas adhesiones.

De cara al periodo navideño, seguiremos adelante con las iniciativas propias de estas fechas, orientadas a paliar las necesidades de los colectivos más desfavorecidos.

Así, realizaremos de nuevo la campaña 'Diciembre Solidario' de recogida de alimentos y útiles de aseo, orientada tanto a donaciones particulares que se recogerán en el mismo hospital, como a empresas que quieran colaborar. En ambos casos deben cumplir con garantías de seguridad en su recepción y almacenaje y, como siempre, se hará la donación de todo lo recibido durante la campaña navideña a la Asociación Leonesa de Caridad (Asleca).

Ante este logro, los miembros de la Comisión solamente podemos decir unas palabras: ¡Gracias a todos los que lo habéis hecho posible!

Miguel Yugueros Alonso
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

Nº 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 ☐



sembrar... cuando el cuerpo duele y la vida no da

Nuestra mente y nuestro cuerpo, listos para disfrutar de la vida en el campo, la naturaleza y el aire libre, perciben que el ansiado sueño se hace añicos y solo queda intentar mantener la esperanza de recomponer esos sueños rotos. El paso del tiempo y lo vivido van dejando sus secuelas.

En el verano decidimos que lo pasado, pasado estaba, que había sido un mal sueño, que con ciertas precauciones volvíamos a encontrarnos y aquí no ha pasado nada. Y así pasan los días, recordamos vivencias descartando las desagradables. Caminamos entre lo normal y el sueño, la sombra amenazadora y el reafirmar de la vida en la inconsciencia de la fiesta.

Pero, siempre aparece un "pero". Hubo mucho coraje, mucho miedo y no es fácil recomponer los sentimientos rotos. Quienes atravesaron la enfermedad siguen sintiendo que el cuerpo duele y la vida no da. La vuelta al trabajo es como una barrera envuelta en

un sentimiento de abandono. "Tengo la sensación de que me han abandonado en el trabajo", contaba Juani, profesional de enfermería.

La administración desbordada, los profesionales en sensación de abandono y los enfermos... Antonio, mi primo, que ha pasado en estos meses por todos los hospitales escribió antes de irse, pues la vida no le dio más: "La Administración abandonó el mando, los empleados se sintieron dueños y nos maltrataron a los enfermos".

Administración, profesionales, enfermos y la familia. Las familias impotentes, dolidas, obedientes y sacrificadas: "No pueden pasar". La duda en un corazón roto: ¿Vuelve a casa, se queda a la espera en el entorno? No hay más opciones, son razones de salud pública.

La sociedad encerrada en casa cuida el cuerpo y anima la vida, aplaude sin saber a quién o, sencillamente, oculta pensativa su fragilidad y vulnerabilidad. En el fondo hay miedo, dolor y pérdida. Me contaba Regina, a quien pesa la vida tanto como sus años, "he perdido la mitad de mí".

Invierno, primavera..., el verano nos trasladó al otoño de tardes frescas y agradables, lleno de tonalidades y realidades diversas, de recuerdos que te llenan de nostalgia. En el silencio me viene a la memoria una

frase del Hno. Etayo –Superior General– que anima a la emergencia carismática para dar lo mejor de nosotros en esta situación difícil que él llama "la hora de la hospitalidad".

La situación es más que difícil, pero no veo la hora de la hospitalidad, decidido salir del hospital y pasear. Atravieso el puente y camino por la orilla del río. El sol va cayendo rozando los árboles y dando a cada uno, en variadas tonalidades, su mejor versión otoñal. Las hojas, despacio y en calma, poco a poco, van dejando en el suelo un bello manto de recuerdos. La caída de la hoja acerca vivencias y significados en el contexto de la vida, del nacer y del morir.

Es el tiempo para agradecer el trabajo realizado y el fruto recogido, para mirar al futuro y volver a sembrar. Vienen a la memoria imágenes de la infancia contemplando el campo en el otoño, a la orilla del río, en las huertas, o las tierras preparadas para la siembra con esa estampa arriesgada y esperanzada del sembrador.

Imágenes de tiempos pasados que vuelven a la retina recordando atardeceres del otoño. De un lado al otro, a contraluz o con la luz del sol cayendo, se percibe la silueta de un sembrador que alarga el brazo rítmicamente logrando que su mano desparrame y esparza las semillas por la tierra con la esperanza de una abundante cosecha.

La sociedad encerrada en casa cuida el cuerpo y anima la vida, aplaude sin saber a quién o, sencillamente, oculta pensativa su fragilidad y vulnerabilidad".

Sembrar tiene su arte, saber utilizar y esperar el cielo, elegir la tierra y la semilla. Hay un trabajo previo de esfuerzo y mimo, de acariciar con la vida ese entorno que, en primavera, verá la flor de su esperanza. Al esfuerzo de la siembra sigue la crudeza de un invierno en el que se cuece el futuro entre la duda y la esperanza. ¡Puede ser un buen año!

Nos robaron los abrazos del mes de abril, acogimos lo amargo de las vacaciones de verano y miramos con incertidumbre la Navidad y el encuentro. Las dificultades sanitarias, económicas y sociales continúan creciendo. Domina la soledad en muchas personas, especialmente los enfermos que en los hospitales pa-

san su proceso de enfermedad e incluso fallecen sin la compañía de su familiares y amigos, o las personas solas en la vida, sin hogar, ancianos y/o el miedo de ser olvidados.

No estamos en la primavera de la vida, por eso quiero situarme en un otoño existencial en el que, de los otoños vividos, entendamos el dolor de las vidas en la sociedad, y la tonalidad de su esperanza. Es el tiempo de sembrar, es la hora de la esperanza.

Es la hora de la hospitalidad, no para grandes cosas, sino para activar nuestra capacidad de desparramar esas pequeñas semillas que todos podemos sembrar.

Esta hora empieza por las cosas pequeñas y los pequeños gestos. No estamos llamados a ser héroes ni mártires, pero sí estamos invitados a vivir poniendo un poco de dignidad en cada rincón de nuestro pequeño mundo. Un gesto de amigo para el que vive desconcertado, una sonrisa acogedora para quien está solo, una señal de cercanía para quien comienza a desesperar, un rayo de pequeña alegría en un corazón agobiado.

En esta 'emergencia carismática' es la hora de la hospitalidad, no para grandes cosas, sino para activar nuestra capacidad de desparramar esas pequeñas semillas que todos podemos sembrar en una sociedad complicada y triste que ha olvidado el encanto de las cosas sencillas y buenas.

El terreno para la siembra lo componen todas esas personas dolidas, ellas son las que necesitan una mano samaritana y llena de hospitalidad que les haga sentir el calor de la humanidad y el amor que sale del corazón. Aunque el cuerpo duele y la vida no da, es la hora de sembrar esperanza practicando la hospitalidad, que nadie se quede atrás, que nadie cierre su corazón a los enfermos y necesitados. Es la hora de avanzar en la Hospitalidad que nos une.

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



la especialidad

Esta rama antropológica o humanista de la medicina, encargada del estudio, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los trastornos mentales, ha sido históricamente considerada la "ciencia de la subjetividad". Porque, según explica el doctor Ignacio Guereño Carnevali, "en la Psiquiatría (del griego psiqué, alma, e iatréia, curación) la mayoría de las veces el médico está solo frente al paciente". Sin muchas herramientas más.

La Ley General de Sanidad de 1986 supuso un gran avance al equipar los trastornos mentales al resto de problemas de la salud, pero quienes los sufren -demasiado acostumbrados a soportar el concepto de distancia social- siguen lidiando con el estigma que aún pesa sobre ellos. "Hacen falta más recursos para integrar a estos pacientes en la sociedad", confiesa el especialista del Hospital San Juan de Dios de León lamentando una "visión cortoplacista" que no ayuda a su abordaje integral.

"Ese es el camino, porque la prevalencia de la enfermedad mental seguirá aumentando en los próximos años", advierte sin olvidar la implantación de estrategias de prevención del suicidio, la otra 'epidemia' más allá del coronavirus, de la mano de una Atención Primaria que se encuentra al límite. Y es que, al igual que ocurre en otro tipo de patologías, la detección precoz mejora el pronóstico.

El silencio que lo envuelve no ayuda. "Hay que estar alerta para ofrecer una respuesta rápida a esa persona que pueda estar pensando en quitarse la vida", indica el experto en un destierro al tabú social que lo oculta.

el especialista dr. ignacio guereño carnevali

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Oviedo, el doctor Guereño Carnevali trabaja en San Juan de Dios desde hace 15 años. Labor que ha compaginado hasta hace poco con su labor en diferentes puestos del área de salud de León. Entre ellas, la coordinación del equipo asistencial de la Unidad de Salud Mental (Independencia, 16).

En este Hospital se dedica a la psiquiatría de interconsulta, que se caracteriza por servir de enlace entre los aspectos psiquiátricos y médicos que envuelven al padecimiento de una enfermedad. "La mayoría de intervenciones tienen lugar a demanda de especialidades como Medicina Interna, Traumatología o Geriátrica ante estados confusionales", según precisa.

Padecer una enfermedad y/o lesión grave que requiera una hospitalización larga suele generar un cierto grado de estrés. "A veces hay que valorar la prescripción de un tratamiento psiquiátrico en un paciente que ha ingresado por otro motivo", afirma Guereño Carnevali en relación, entre otros, a los trastornos ansioso-depresivos derivados de ictus y accidentes de tráfico.

Dentro de sus cometidos también está el asegurar la adherencia terapéutica del paciente durante su ingreso: "La falta de conciencia y abandono de los tratamientos provoca una alta tasa de recaídas que incide en una peor evolución del trastorno, y en algunas patologías graves en la aceleración del deterioro cognitivo".

la entrevista

¿Cuál será el impacto de la pandemia por Covid-19 sobre la salud mental de la población en general? ¿Y del personal sanitario en particular?

El sobreesfuerzo que han tenido que hacer médicos, enfermeras y auxiliares ha sido increíble y ha puesto de manifiesto unas carencias, sobre todo en Atención Primaria, que ya arrastrábamos. Llevan años aguantando mucho estrés y renunciando a sus descansos. Está por verse sus consecuencias a largo plazo. En cuanto a la población en general, esta situación de gran incertidumbre está disparando las fobias sociales y cuadros de ansiedad. Y luego está la patología depresiva tanto en la gente que ha pasado la enfermedad que, además, cuando alcanza una cierta edad, sufre el problema de la soledad; como en aquella que ha perdido a un ser querido sin tan siquiera haber tenido la oportunidad de despedirse. Los duelos patológicos, al no poder resolverse en el momento, pueden desembocar en una depresión.

¿Lo profundo o no de esa huella psíquica dependerá de los recursos que tenga cada persona para afrontar sus miedos?

La personalidad previa de cada uno es clave. La gente con una mentalidad positiva se enfrenta mejor a las crisis. Pero cada uno es como es. Está el que piensa que "hay que adaptarse como sea" y el que tiene la sensación de que "haga lo que haga las cosas van a ir mal".

¿Es la depresión una mala gestión de la tristeza?

La depresión a veces no llega acompañada de tristeza, sino de síntomas como la pérdida de apetito y el insomnio o molestias físicas con una duración igual o mayor a 10 días. Es una altera-

ción del estado de ánimo que cursa con pérdida de energía e ilusión, incapacidad para disfrutar, pensamientos negativos, bloqueo de los afectos, rumiaciones sobre la idea de la muerte y lleva aparejado el abandono de actividades habituales.

Los Equipos de Salud Mental constituyen el elemento central de la organización asistencial a estos pacientes. ¿Es el modelo mejorable?

Salud Mental es independiente de Atención Primaria, pero está coordinada con ella. En León hay cinco dispositivos, más un sexto destinado a la población infanto-juvenil, que hace 20 años no existían. Añadir a las plantillas psicólogos clínicos ayudaría a completar y desatascar la atención en el primer nivel asistencial y, de paso, permitiría liberar tiempo para que especializada pudiese dar una respuesta más completa a las patologías graves como trastornos depresivos resistentes y recurrentes, situaciones de riesgo de suicidio, trastornos afectivos bipolares, psicosis en sus distintas manifestaciones, etc...

El consumo de psicofármacos se ha disparado de una forma importante en los últimos años. ¿Se recetan con demasiada facilidad? ¿Es la terapia cognitiva conductual una alternativa?

Admito que se está produciendo un abuso. El hecho de que se apueste poco por la psicoterapia influye, aunque en muchos casos se indican conjuntamente. El uso de nuevos antidepresivos, con muchos menos efectos secundarios, se ha extendido más allá del de unos ansiolíticos que otros países como EEUU o Inglaterra está más restringido. Su capacidad de adicción está en duda, porque depende de la personalidad de quien los toma.

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. Javier Vara Manso
- Dr. Norberto Alonso Orcajo

cirugía general y laparoscopia

- Dr. Vicente Simó Fernández
- Dr. Jesús Fernández Fuego
- Dr. Jorge A. Hernández Cortés

cirugía oral y maxilofacial

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

cirugía plástica

- Dr. Rubén Álvarez García
- Dra. Leticia Barrio González
- 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

farmacia hospitalaria

- Dr. Javier José del Pozo Ruiz

geriatría

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

hematología

- Dr. Dambert Santiago Gallo Cavero

logopedia y terapia ocupacional

- Dña. Cristina Olmo Paniagua

medicina general (familiar y comunitaria)

- Dra. María del Carmen Rodríguez García

medicina intensiva

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

medicina interna

- Dr. Roberto Riera Hortelano
- Dra. María Ledo Laso
- Dr. Juan Llor Baños
- Dra. Sandra Castellanos Viñas

nefrología

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

neumología

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

neurocirugía

- Dr. Francisco J. Ibáñez Plágaro
- Dr. José Manuel Valle Folgueral
- Dr. Antonio Luis Mostaza Saavedra

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

otorrinolaringología

- Dr. Pablo Casas Rodera

podología

- D. David Muñoz González

psicología

- Dña. Angélica Peñín de Castro

psiquiatría

- Dr. Fidel Jorge García Sánchez
- Dr. Ignacio Guereñu Carnevali

rehabilitación

- Dr. José Antonio Alcoba Pérez

traumatología y cirugía artroscópica

- Dr. Manuel Ramos Guallart
- Dr. Luis Teodoro Gervás Alcalaya
- Dr. Andrés Saldaña Díaz
- 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

- Dra. Eva Llamas Boñar
- Dr. Luis Vidal Valdés
- Dra. Ixlu Sarai Méndez Machado
- Dr. Ramón J. Herrera García
- Dr. Paulo Andrés Zapata Granada
- 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





el ejercicio físico puede ser beneficioso para disminuir el riesgo de infección

El responsable de la Unidad de Ejercicio Físico del Hospital San Juan de Dios de León, Jesús Martínez, explica que "la práctica físico-deportiva disminuye el riesgo de enfermedad infecciosa adquirida un 31%". De igual modo, precisa que "la capacidad máxima de ejercicio se asocia de forma independiente e inversa con la probabilidad de hospitalización por COVID-19". Estos datos respaldan aún más la importante relación entre la aptitud cardiorrespiratoria y los resultados de salud. Asimismo, entre las características de los pacientes hospitalizados por COVID-19 en España se encuentran las siguientes comorbilidades: hipertensión (50,9%), dislipidemia (39,7%), obesidad (21,2%), enfermedad cardiovascular (19,9%), diabetes (19,4%), enfermedad pulmonar obstructiva (13,7%) y cáncer (10,7%). "En todas ellas se ha demostrado ampliamente que el ejercicio es un factor importante en su prevención y colabora en la mejora de su pronóstico", según concluye.

inteligencia artificial, una aliada para detectar la amiloidosis cardíaca

El XXIV Encuentro Internacional de Investigación en Cuidados, promovido por la Unidad de Investigación en Cuidados (Investén-isciii), perteneciente al Instituto de Salud Carlos III del Ministerio de Ciencia e Innovación, acogió el pasado 10 de noviembre la presentación del proyecto 'Validating the use of artificial intelligence for identifying undiagnosed cases of cardiac amyloidosis and its budgetary impact'. Elena García participó en la mesa 'Población en condiciones crónicas' con este estudio sobre la amiloidosis cardíaca (AC) liderado por investigadores del Centro Universitario San Rafael Nebrija, la Fundación San Juan de Dios y el Hospital de San Juan de Dios de León, así como por la empresa Sopra Steria, con el apoyo de la compañía farmacéutica Pfizer. El desarrollo de modelos predictivos mediante Big Data permite detectar los casos y su impacto tanto para el paciente como para el sistema.

la mortalidad por Covid-19 aumenta un 15% en lugares con alta contaminación

Vivir en zonas contaminadas parece hacer más vulnerables a sus habitantes frente al coronavirus. Ahora, por primera vez, un estudio ha calculado la proporción de muertes por Covid-19 que podría atribuirse a los efectos de la polución en todos los países del mundo. El estudio, publicado en 'Cardiovascular Research' ha estimado que alrededor del 15% podrían deberse a la exposición prolongada al aire contaminado. En Europa, la proporción fue de alrededor del 19%, en América del Norte fue del 17% y en Asia Oriental de alrededor del 27%. "Si ya tiene una enfermedad cardíaca, la contaminación del aire y la infección por coronavirus causarán problemas que pueden provocar ataques cardíacos, insuficiencia cardíaca y derrames cerebrales", ha asegurado Thomas Münzel, del Centro Médico Universitario de la Universidad Johannes Gutenberg (Alemania).



la carrera por la vacuna llega al tramo final con 45 candidatas en pruebas

Cada Gobierno, empresas, sistemas sanitarios y ciudadanos escrutan con enorme interés el conocer cuándo llegará una vacuna frente al Covid-19 que pueda dar un respiro a la economía, a la sanidad y cierta normalidad parecida a las vidas de antes de la pandemia. Los responsables políticos, organismos de investigación y la industria farmacéutica lo saben y en una carrera sin precedentes avanzan con rapidez hacia una solución. De momento, son 45 las candidatas desarrolladas por centros de I+D, universidades y laboratorios farmacéuticos que ya se prueban en ensayos clínicos con humanos, según recoge el último listado público de la OMS. Las vacunas más avanzadas para la región europea son las lideradas por la compañía británica AstraZeneca, en colaboración con la Universidad de Oxford, y la de la estadounidense Pfizer, en alianza con la alemana BioNTech y la china Fosun.



los dermatólogos aconsejan no abusar de los geles hidroalcohólicos

La Academia Española de Dermatología y Venerología (AEDV) indica que cada vez se están diagnosticando más casos de dermatitis debido al uso continuado de geles hidroalcohólicos que eliminan el manto lipídico de la piel. "Si no se usa crema hidratante diariamente, con el tiempo, puede aparecer un eccema (hinchazón de la piel) sobre todo en las pieles seca, atópicas o más irritables", advierte. En este sentido, y siempre que sea posible, apuesta por dar prioridad al lavado de manos con agua y jabón como medida preventiva frente a la Covid-19. Asimismo, aconseja elegir hidrogeles sin perfume para minimizar el riesgo de reacciones fotosensibles y secar bien las manos tras su uso, porque la humedad aumenta el riesgo de desarrollar eccema.

Margarita del Val (CSIC): "Las Navidades dependen de nosotros"

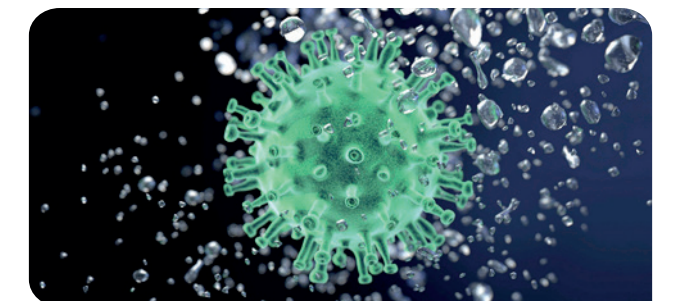
La viróloga Margarita del Val, del Centro de Biología Molecular Severo Ochoa (CBMSO-CSIC-UAM) y coordinadora de la Plataforma Temática Interdisciplinar del CSIC en Salud Global que investiga la Covid-19, ha asegurado que "vivir las Navidades en familia es ponernos en riesgo" y ha advertido de que "depende de nosotros, siempre depende de nosotros" cómo lleguemos a ellas. "Habrá que ver cómo estamos entonces, si bajamos de casos a lo mejor, pero lo veo difícil. Este verano llegamos a julio sin salir de casa durante semanas, y cuando creíamos que el virus estaba controlado por alcanzar un número estable de casos, los contagios subieron. En invierno estamos en interiores, y se han identificado 20 veces más brotes en ellos que en exteriores", según ha argumentado.

los fármacos para la diabetes podrían funcionar contra el párkinson

Los fármacos que se usan para tratar la diabetes podrían reducir el riesgo de desarrollar párkinson, según una reciente investigación publicada en la revista científica 'Brain'. Investigadores del University College de Londres (Reino Unido) analizaron datos de más de 100.000 pacientes y descubrieron que aquellos que tomaban dos tipos particulares de medicamentos para la diabetes, agonistas del receptor GLP-1 e inhibidores de la DPP4, tenían menos probabilidades de que se les diagnosticara de párkinson en una etapa posterior de su vida que los que seguían otros tratamientos. En el caso de los agonistas del receptor GLP-1, la probabilidad disminuyó en un 60 por ciento. No en vano, están diseñados para unirse y activar las proteínas receptoras que se encuentran en el páncreas y en las células neuronales que estimulan la secreción de insulina.

los aerosoles favorecen la transmisión del coronavirus SARS-CoV-2

Un informe español sobre vías de transmisión del SARS-Cov-2 concluye que existe una "evidencia significativa" sobre la transmisión de la infección del coronavirus por la vía de aerosoles. Se trata de un estudio que el Ministerio de Ciencia e Innovación ha encargado a un grupo de investigadores de reconocido prestigio, formado por Antonio Alcamí, Margarita del Val, Miguel Hernán, Pello Latassa, José Luis Jiménez, Xavier Querol, Ana Robustillo, Gloria Sánchez y Alfonso Valencia. A su entender, "hay un apoyo sustancial" de la comunidad científica a la posibilidad de que la vía de los aerosoles sea la forma dominante en la transmisión del coronavirus, e incluso no descartan que se haya sobreestimado el contagio por gotículas. Por esas razones, proponen realizar todas las actividades posibles en exteriores y ventilar o filtrar para reducir la infección por esta vía.



peligran los avances contra el sida, la malaria y la tuberculosis por la pandemia

El Foro Mundial para la lucha contra el Sida/VIH, la tuberculosis y la malaria ha salvado la vida a 38 millones de personas desde su puesta en marcha en 2002. Sin embargo, esos avances podrían frenarse por la evolución de la pandemia de Covid-19, que ha interrumpido numerosos programas de prevención, diagnóstico precoz y tratamiento de estas tres patologías infecciosas. Ante esta situación, los expertos llaman a no interrumpir la aportación de recursos y la investigación para cumplir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 de la ONU: poner fin a las epidemias de SIDA, tuberculosis, malaria, enfermedades que aún matan a más de 2,4 millones de personas al año. De este modo, insisten en la necesidad de "sostener la respuesta y redoblar esfuerzos" para no retroceder en la lucha.

detectar y tratar las disfunciones visuales con un videojuego realista en 3D

La startup española Wivi Vision ha desarrollado un sistema para el sector óptico que se sirve de los avances de la inteligencia artificial para realizar una evaluación cognitiva a fin de detectar y tratar las disfunciones visuales. A través de la visión los humanos recibimos más del 85% de la información del mundo que nos rodea. En este sentido, tiene tres etapas: la óptica, que se compensa con gafas o cirugía refractiva y que está muy abordada por la óptica; la neural, que se encarga de los movimientos de los ojos y permite un ajuste fino de saltar de un objeto o letra a otro; y la psíquica, que se centra en la codificación y decodificación de la información visual que estamos viendo. Con el software de Wivi, centrado en las dos últimas fases, el paciente visualiza una especie de videojuego realista en 3D y se centra en ganar la partida para sumar puntos.



España representa el 20% de los donantes de órganos de toda la UE

España continúa siendo el país más avanzado en una donación de órganos que permite salvar la vida de muchos enfermos. No en vano, es uno de los factores que contribuye al incremento de la longevidad y de la esperanza de vida en nuestro país. España representa el 20% de los donantes de toda la Unión Europea (UE) y esta actividad puntera llevó a la Organización Mundial de la Salud (OMS) a designar a la Organización Nacional de Trasplantes (ONT) -fundada en 1989 por el Ministerio de Sanidad- como el organismo que coordina esta actividad en todo el mundo. La presencia de profesionales de primer nivel cerca de los potenciales donantes, sobre todo en las UCIs, permite gestionar los trasplantes con mayor celeridad y lograr que la mayoría de los órganos se aprovechen.



nueva vía de investigación en el abordaje del alzhéimer

Un equipo de investigadores, dirigido por la Universidad de Cambridge, en Reino Unido, ha identificado un nuevo mecanismo para dirigirse a la beta amiloide, un fragmento de proteína que se agrupa y mata las células cerebrales sanas en personas con enfermedad de alzhéimer. Los resultados, publicados en la revista 'Science Advances', podrían abrir una vía para el desarrollo de tratamientos potenciales para encarar una patología neurodegenerativa que se lleva los recuerdos de las personas. Junto al Imperial College de Londres, el Institut Pasteur, en Francia, y la Universidad de Florencia, en Italia, los investigadores encontraron que es posible que una molécula similar a un fármaco se dirija a la beta amiloide en su estado desordenado, reduciendo su capacidad para formar los grupos tóxicos que son el sello distintivo del alzhéimer.



El doctor Valle Folgueral, reconocido en los IV Premios Medicina Siglo XXI

El especialista del Hospital San Juan de Dios de León, que coordina la Unidad de Patología Compleja de la Columna, recibirá el próximo 12 de abril el Premio Nacional de Medicina en Neurocirugía.

El doctor José Manuel Valle Folgueral ha sido galardonado con el Premio Nacional de Medicina en Neurocirugía que se entregará, en el marco de los IV Premios Medicina Siglo XXI, el próximo 12 de abril de 2021 en el histórico Hotel The Westin Palace de Madrid.

Allí será premiada la labor de los profesionales, centros hospitalarios, clínicas e instituciones del sector médico del país que son referentes únicos en cada especialidad.

"Es un honor y un orgullo al dar visibilidad al enorme trabajo que llevamos a cabo cada día para poner al servicio de todos nuestros pacientes los tratamientos más innovadores", ha asegurado tras recibir la noticia de un reconocimiento que promueve la excelencia y el conocimiento a través de la docencia, la investigación, la atención al paciente y el networking proactivo.

La Unidad de Patología Compleja de la Columna del Hospital San Juan de Dios en León que coordina será centro de referencia en España para la navegación en cirugía compleja de la columna guiada por TAC intraoperatorio con la implantación del sistema de última generación que la empresa alemana Brainlab acaba de lanzar al mercado.

De este modo, se incorporará a los quirófanos la tecnología más avanzada del momento con un TAC robotizado intraoperatorio X-LOOP y un equipo de navegación intraoperatoria Curve 2.0, que son los primeros que se instalarán en España y los segundos en Europa.

"Con su presencia entraremos de lleno en el futuro de la cirugía de la columna al permitirnos llevar a cabo intervenciones de elevada complejidad con un menor tiempo quirúrgico, una menor radiación para el paciente, una mayor precisión y una recuperación funcional mucho más rápida", ha indicado el doctor Valle Folgueral.

Y es que permitirá planificar la intervención a la medida de cada paciente -logrando el mejor posicionamiento posible de los implantes, prótesis o tornillos pediculares- y obtener información en tiempo real durante el desarrollo de la misma con imágenes navegadas en 3D de la anatomía. "Eso nos permitirá conocer en cada momento donde nos encontramos posicionados y comprobar 'in situ' que hemos alcanzado los objetivos", ha indicado sobre una dotación tecnológica que apenas deja margen para el error.

"Avanzamos cada día hacia el empleo de técnicas menos invasivas y más precisas, con campos quirúrgicos más pequeños e incisiones mínimas, lo cual nos permite ser lo menos agresivos posibles y obtener el mejor resultado funcional para cada paciente, acortando los tiempos quirúrgicos y los periodos de recuperación postoperatoria", ha concluido.

Hernias discales lumbares y cervicales, estenosis de canal, espondilolistesis, escoliosis y fracturas vertebrales postraumáticas y osteoporóticas son algunas de las patologías a las que se enfrentan en una Unidad de Patología Compleja de la Columna que registra cerca de dos centenares de operaciones al año, muchas de ellas de pacientes llegados desde otras provincias. Ahora, con este nuevo equipamiento, mejorará sus garantías de éxito.

4k ultra hd v de vendetta james mc teigue

Warner Bros continúa alegrando a los coleccionistas en España. El pasado 10 de noviembre llegó a las tiendas una edición especial de 'V de Vendetta' en formato 4K Ultra HD. ¿Quién se esconde detrás de la máscara? ¿Es un héroe o un terrorista? ¿Un libertador o un opresor? ¿Quién es V y quiénes se unirán a él en una revolución para levantarse contra la tiranía y la opresión del régimen totalitario que domina la nación? Una visión impresionante e inflexible de un futuro basado en el cómic poderosamente subversivo.

Lanzamiento: 10 de noviembre.



4k ultra hd el señor de los anillos peter jackson

Después de 17 años ('El retorno del rey' se estrenó en 2003), la trilogía dirigida por Peter Jackson y basada en la saga literaria de J.R.R. Tolkien por fin se podrá ver en 4K Ultra HD. Las películas de 'El señor de los anillos' a esta resolución llegarán tanto en sus versiones originales como en las extendidas que se comercializaron algo después. A ellas se unen las de 'El Hobbit', que también sale a la venta el 2 de diciembre, según ha anunciado Warner Bros.

Lanzamiento: 2 de diciembre.



4k ultra hd los nuevos mutantes josh boone

'Los nuevos mutantes', basada en los personajes de los cómics de Marvel, llegará a España el 18 de diciembre en DVD, Blu-Ray, alquiler y compra digital. En esta película llena de acción, cinco jóvenes que demuestran tener poderes especiales se ven obligados a someterse a un tratamiento en una institución secreta, supuestamente para curarlos de los peligros que entrañan sus poderes. No tardaremos en saber que su reclusión forma parte de una batalla mucho más importante entre las fuerzas del bien y el mal.

Lanzamiento: 18 de diciembre.



cine monster hunter paul w. s. anderson

Cuando una inesperada tormenta de arena transporta a la teniente Artemis (Milla Jovovich) y a su unidad (Ti Harris, Meagan Good, Diego Boneta) a un nuevo mundo, los soldados se sorprenden al descubrir que ese desconocido y hostil entorno es el hogar de enormes y aterradores monstruos que son inmunes a su potencia de fuego. En su desesperada batalla por la supervivencia, la unidad se encuentra con un misterioso cazador (Tony Jaa), cuyas habilidades únicas le permiten plantar cara a las peligrosas criaturas.

Estreno: 4 de diciembre.



cine el arte de volver pedro collantes

'El arte de volver', dirigida y escrita por Pedro Collantes, ya tiene fecha de estreno. El 11 de diciembre el primer proyecto español seleccionado en el Biennale College Cinema de Venecia llegará a los cines de la mano de Filmax. Protagonizada por Macarena García, la cinta cuenta la historia de Noemí, una joven actriz que vuelve a casa para presentarse a un casting que podría cambiar su vida. Durante esas veinticuatro horas, tendrá una serie de encuentros con extraños, familiares y amigos que la llevarán a replantearse su lugar en el mundo.

Estreno: 11 de diciembre.



cine península yeon sang-ho

Tras el éxito de 'Train to Busan', una de las grandes sensaciones del cine fantástico coreano reciente, Yeon Sang vuelve a su universo de zombis con 'Península', una de las películas elegidas en la selección oficial del Festival de Cannes 2020. Corea está en ruinas y en cuarentena para evitar que la infección se propague mundialmente. Las únicas personas que todavía están atrapadas allí, tienen que convivir tanto con hordas de infectados como con los mercenarios que llegan para rescatar objetos valiosos y hacerse ricos en otro mundo.

Estreno: 18 de diciembre.





disco
sigur rós
odin's raven magic

La banda islandesa vuelve a la carga este mes de diciembre con el disco titulado 'Odin's Raven Magic'. El grupo, que ha rendido tributo al legado literario medieval de su país con referencias vikingas a Odín y otras leyendas de la mitología nórdica, ha contado para hacer este disco con el músico Hilmar Örn Hilmarsson. Un nuevo trabajo que parte de una grabación en directo de 70 minutos en La Grande Halle de la Villette de París y que se ha visto enriquecido gracias a la Schola Cantorum de Reykjavik y a L'Orchestre des Laureats.

Lanzamiento: 4 de diciembre.

disco
curso de levitación intensivo
enrique bunbury

'Curso de levitación intensivo', el nuevo disco de Bunbury (Zaragoza, 1967) llegará mucho antes siquiera de que el artista haya podido presentar en vivo el previo 'Posible' en una gira que no tendrá lugar hasta el final del verano de 2021 para evitar las restricciones sanitarias por la pandemia. Su nuevo trabajo incluye diez canciones: 'N.O.M.', 'El día de mañana', 'El precio que hay que pagar', 'El momento de aprovechar el momento', 'Malditos charlatanes', 'Tsunami', 'El pálido punto azul', 'Ezequiel y todo el asunto del Big Bang', 'La gran estafa' y 'Tenías razón en todo'.

Lanzamiento: 11 de diciembre.



disco
ninguna ola
la m.o.d.a.

El nuevo disco de La Maravillosa Orquesta del Alcohol (La M.O.D.A.) se publicará el próximo 11 de diciembre. El álbum, titulado 'Ninguna ola', se compone de diez canciones producidas por Raúl Refree y grabadas entre Lisboa, Madrid, Barcelona y Andoain en los últimos meses. Según explican desde la banda, el disco está «inspirado en el cambio» y se ha compuesto durante los dos últimos años. A su primer single, 'La vuelta', le acompañan '93 compases', 'Un bombo, una caja', 'Conduciendo y llorando', 'Regreso a vida', 'Barcos hundiéndose', 'Banderas sin color', 'Semifinales', 'Memorial' y 'Colectivo nostalgia'.

Lanzamiento: 11 de diciembre.



libro
regreso al edén
paco roca

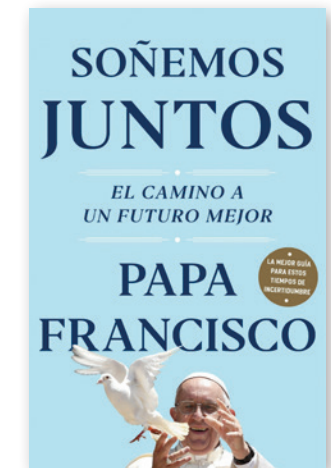
A partir de una foto familiar de 1946 en la antigua playa de Nazaret de la capital valenciana, Paco Roca dibuja un fresco sobre la España de la posguerra a través de una de aquellas familias humildes –reflejo de la inmensa mayoría de la sociedad que sobrevivía bajo la dictadura franquista–, con serios problemas para acceder al sustento. Emocional y equilibrada, plena de recursos gráficos y soluciones narrativas de primer nivel, Paco Roca plantea su obra más ambiciosa como creador completo desde 'Los surcos del azar' y 'La casa'.

Lanzamiento: 3 de diciembre.

libro
soñemos juntos
papa francisco

'Soñemos juntos' es el título del libro en el que el papa Francisco reflexiona sobre la pandemia del coronavirus que, considera, ha puesto de relieve de una manera aún más evidente la crueldad y la desigualdad. Una obra en la que destaca "la necesidad de aumentar drásticamente el liderazgo de las mujeres en la sociedad". También habla de "una economía global obsesionada con los beneficios e indiferente al daño causado a las personas y al medioambiente".

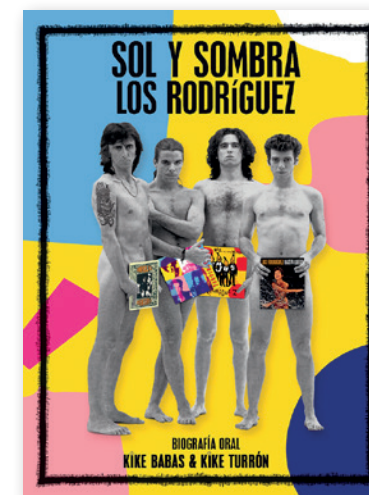
Lanzamiento: 3 de diciembre.



libro
sol y sombra. biografía oral
de los rodríguez
kike babas y kike turrón

La editorial Baobillbao lanza este imprescindible en la biblioteca de todo amante de la música. "Ya no recuerdo en qué estaba pensando cuando cogí el avión en dirección a Madrid. Tenía una vida organizada en Buenos Aires, una mujer, una casa y un estudio doméstico de grabaciones, además de mi colección de discos. Supongo que venía a probar fortuna y a formar un grupo con ciertas ilusiones.", explica Andrés Calamaro en las páginas de este libro sobre la banda.

Lanzamiento: 6 de diciembre.





el uso racional de antibióticos, clave para prevenir el desarrollo de resistencias

La introducción de los antibióticos en la práctica clínica supuso una de las intervenciones más importantes para el control de las enfermedades infecciosas. Estos fármacos han salvado millones de vidas y, además, han supuesto una revolución en la medicina. Sin embargo, una amenaza creciente deteriora su eficacia.

La propagación de las infecciones causadas por bacterias que son resistentes al tratamiento con antibióticos constituye una de las amenazas más graves a los que se enfrenta la salud pública.

El uso inapropiado e indiscriminado de estos fármacos es uno de los factores que más contribuye a la aparición de un fenómeno que causa un gran impacto clínico, epidemiológico y microbiológico. Este problema adquiere una especial relevancia en los centros hospi-

talarios, donde se concentran los enfermos más susceptibles y las infecciones más graves.

En el desempeño de su misión, el equipo PROA (Programa de Optimización de Antibióticos) del Hospital San Juan de Dios de León trata de mejorar el pronóstico de los pacientes, minimizar los efectos adversos relacionados al ser potencialmente graves, controlar la aparición de resistencias a los mismos y garantizar una terapia coste-efectiva.

Así, entre los objetivos de este grupo de trabajo, que sigue las pautas europeas y las del Ministerio de Sanidad, se encuentra el de lograr el uso precoz de antibióticos de espectro ajustado a la sospecha clínica en casos de infección grave, adecuarlo una vez conocido el patrón de sensibilidad del microorganismo del cuadro infeccioso y ajustar la duración del tratamiento mediante la formación continuada de los prescriptores.

Asimismo, según precisa el doctor Javier José del Pozo Ruiz, responsable de Farmacia Hospitalaria en el centro médico leonés, persigue evitar el empleo indiscriminado de antibióticos "cuando no hay datos sugestivos de infección bacteriana", así como el uso de la vía parenteral en antibióticos con buena biodisponibilidad digestiva "siempre que la situación clínica del paciente permita el paso a vía oral".

El 60% de los pacientes son tratados con al menos una dosis a lo largo de su estancia hospitalaria.

un elevado porcentaje

Aproximadamente el 60 por ciento de los pacientes son tratados con al menos una dosis de antibiótico a lo largo de su estancia hospitalaria. En este sentido, explica que "el EPINE (Estudio de Prevalencia de Infección Nosocomial en España) revela que, en el año 2016 en España, en un día cualquiera en un hospital, casi la mitad de los pacientes ingresados tenía pautados antimicrobianos (46%); un porcentaje que se aleja del de 1990, año en que se realizó la primera edición y se registró un uso del 33 por ciento".

Hasta el 29 por ciento de las prescripciones de antibióticos de amplio espectro no están justificadas. "La mayor parte de las prescripciones inadecuadas responden al uso del antibiótico incorrecto, dosis mal ajustadas, concentraciones no óptimas en el foco de infección, duración demasiado prolongada o no secuenciación a vía oral", argumenta el doctor Del Pozo.

La mayor parte de las prescripciones inadecuadas responden al uso del antibiótico incorrecto.

Una realidad con consecuencias que pasan por el aumento de las resistencias antibióticas y conllevan una reducción de los antimicrobianos disponibles, lo que incrementa la morbilidad del paciente en infecciones graves, prolonga su estancia hospitalaria y aumenta el gasto farmacéutico.

el impacto de la Covid-19

Durante la primera ola de la pandemia hasta el 72 por ciento de los pacientes hospitalizados con Covid-19 recibió antibióticos de amplio espectro, pese a que solo el ocho por ciento de ellos tuvo infecciones secundarias, un porcentaje que subió hasta el 14 por ciento en los ingresados en las Unidades de Cuidados Intensivos (UCI). Datos que no son buenos en términos de uso adecuado de antimicrobianos y de la lucha frente a las multiresistencias.

La incertidumbre que se apoderó de los diagnósticos llevó a los centros hospitalarios a prescribir antibióticos por encima de lo necesario. No obstante, aunque es cierto que en marzo se dispararon todas las estadísticas, ya se ha conseguido recuperar una tendencia decreciente en su consumo.

El SARS-CoV-2 puede causar infección tanto en personas como en animales, lo que pone de manifiesto la importancia de una visión 'One health' que integre estrategias de salud humana y animal para lograr mejores resultados.

un símbolo global

Con el objetivo de concienciar a la sociedad, la Acción Conjunta Europea sobre Resistencia a los Antimicrobianos e Infecciones Relacionadas con la Asistencia Sanitaria (EU-JAMRAI) ha lanzado el primer símbolo global que representa la lucha contra la resistencia a los antibióticos. Nace con vocación de convertirse en un objeto tan emblemático como el lazo rojo del SIDA, que contribuya a visibilizar entre la ciudadanía las graves repercusiones de la pérdida de efectividad de los antibióticos.

El símbolo ha sido seleccionado entre las más de 600 candidaturas de 44 países recibidas en el marco de un concurso de diseño gráfico cuyo ganador ha sido el diseñador sueco David Ljungberg. El emblema consiste en dos icónicas cápsulas blancas y rojas en forma de aspa o cruz, fácilmente reconocibles como medicamentos, que se forman al ensamblar un corazón rojo y otro blanco.

"Una forma simple a la vez que poderosa", en palabras de su autor, que persigue un cambio de comportamiento a nivel individual y comunitario en relación al uso prudente de los antibióticos. Por eso, el Plan Nacional frente a la Resistencia a los Antibióticos (PRAN) anima a la ciudadanía a confeccionar su propio símbolo y a compartir sus fotografías y vídeos mencionando a @EUJamrai en Twitter, Facebook e Instagram, con los hashtags:

#AntibioticResistanceSymbol

#AMR

#KeepAntibioticsWorking

Javier José del Pozo Ruiz
Servicio de Farmacia Hospitalaria
Hospital San Juan de Dios de León



la importancia de lo intangible

Históricamente, la prevención comenzó centrándose en los accidentes laborales y en las enfermedades profesionales, siendo ambas situaciones relativamente asequibles de evaluar. Con el paso del tiempo y acercándonos ya más al momento presente, se ha incluido muy progresivamente en la preocupación preventivista el estudio y valoración de los riesgos psicosociales, hasta el momento algo desconocido y supuestamente carente de la suficiente importancia como para detenerse en ello.

Pero, ¿qué entendemos por riesgos psicosociales? Podemos resumir que son aquellos que se relacionan por una parte con la forma de organizar el trabajo y por otra con las relaciones interpersonales dentro de la empresa, pudiendo ambos generar determinadas respuestas de tipo fisiológico, emocional, cognitivo y conductual. Lo que conocemos como "estrés".

Los factores de naturaleza psicosocial pueden pasar desapercibidos ya que, aunque la identificación de las causas se inicia en el ámbito laboral, sus consecuencias van más allá de éste. En prevención de riesgos laborales, la evaluación psicosocial podemos decir que persigue el mismo objetivo que otros ámbitos de la prevención, que es identificar factores de riesgo y establecer medidas de mejora para prevenir daños, solo que dichos daños no son tan evidentes como pueden ser por ejemplo los riesgos de tipo físico, químico o biológico por poner un ejemplo.

Las evaluaciones de riesgos en las disciplinas de seguridad, higiene y ergonomía pueden normalmente realizarse con un porcentaje de fiabilidad y objetividad muy elevado en un espacio corto de tiempo. Sin embargo, la evaluación de riesgos psicosociales tiene unas características diferentes, ya que son las personas su activo, y de ahí su importancia y a la vez su dificultad. Esta complejidad existe desde el momento en el que es necesario verificar una relación causal directa entre el factor de riesgo psicosocial y el daño

causado, para así poder implantar las técnicas de investigación y la metodología más eficaz para un desenlace óptimo.

Para acertar en la metodología escogida es importante tener en cuenta aspectos de carácter general como el entorno y clima de trabajo a rasgos generales, así como las funciones del puesto que vamos a evaluar, mientras que también por otra parte aspectos de tipo individual del trabajador como su personalidad, actitudes, motivaciones, valores, expectativas, metas, preocupaciones etc.

Desde la organización algunas de las medidas que se pueden llevar a cabo dirigidas a proteger el bienestar psicosocial de los trabajadores son:

- Fomentar que el trato a los distintos grupos de trabajo sea equitativo y equilibrado para evitar sentimientos grupales e individuales de inferioridad.
- Facilitar las condiciones ambientales y organizativas que fomenten la cooperación entre todos los trabajadores.
- Establecer mecanismos de control y/o vigilancia que impidan situaciones de riesgo psicosocial.
- Implicación por parte de los responsables directos en la resolución de los conflictos interpersonales existentes en las diferentes unidades o dentro de un área concreta.
- Encuestas de satisfacción laboral al menos cada dos años. Por una parte, permiten que los trabajadores puedan expresar sus opiniones y necesidades con respecto a la empresa de una forma anónima; y, por otra, aportan a la empresa un conocimiento directo del ambiente que existe en un momento concreto en la empresa.

En cualquier caso, debemos de tener presente que, en base a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, los riesgos psicosociales han de ser evaluados y ser tenidos en cuenta con la misma importancia que cualquier otro tipo de riesgo. A partir de tener identifi-

Los factores de naturaleza psicosocial pueden pasar desapercibidos ya que, aunque la identificación de las causas se inicia en el ámbito laboral, sus consecuencias van más allá de éste.

cados cuales son los que afectan a nuestra plantilla, establecer un plan de acción, para conseguir eliminarlos y de no ser posible minimizarlos y que nuestra organización sea saludable física, psíquica y socialmente.

En la actualidad existe cada vez una mayor conciencia de la necesidad e importancia de fomentar en el ámbito laboral una cultura preventiva y de adoptar actitudes que favorezcan la existencia de un clima

laboral adecuado, así como asumir la responsabilidad de cada integrante del servicio, en el ámbito de sus competencias, de adoptar las medidas necesarias para que la organización del trabajo permita la creatividad, la iniciativa, la autonomía suficiente, la cuantificación de tareas que asegure un reparto equitativo del volumen de trabajo, la posibilidad de aprender, de reciclarse y la valoración del trabajo realizado.

El Hospital San Juan de Dios de León es muy consciente de la importancia de la prevención de los riesgos psicosociales de su plantilla. Por ello, entre sus mecanismos preventivos está sin duda aplicar políticas de recursos humanos adecuadas para conseguir una psicología organizacional positiva.

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

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**



Seguro de Automóvil



¿Conoce las *ventajas* del Seguro de Automóvil de A.M.A.?

**Ventajas en nuestros talleres preferentes**

Recogida y entrega gratuita, limpieza exterior, prioridad en la reparación, 50% dto. sobre el precio de la franquicia, vehículo de cortesía según disponibilidad...

**Reparación y sustitución de lunas**

En nuestra red de talleres colaboradores de lunas a través del 912 74 86 95 o del click to call de nuestra página web.

**Servicios gratuitos de ITV y Gestoría**

Inspección audiovisual y manual previa, gestión de cita con la ITV y servicio de chófer para pasar la inspección. Servicio gratuito e ilimitado de trámites administrativos relativos a la documentación del conductor principal. Tasas e impuestos oficiales no incluidos.

**Servicio Manitas Auto**

Pequeñas operaciones en el vehículo asegurado y en las que no sea necesario acudir al taller, como sustitución de consumibles, configuración de dispositivos electrónicos, instalación de accesorios, etc. 1 servicio de hasta 2 horas gratis al año.



Y ahora le ofrecemos asesoramiento personalizado para planificar la forma de pago de su seguro.

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 / 902 30 30 10

Síguenos en



y en nuestra APP



cuando el voluntariado recarga tu 'batería' emocional

Hay momentos en la vida en los cuales sentimos que las fuerzas nos abandonan. A Marcelino González Barrientos, Marce, le flaquearon hace ya un par de años y, por prescripción terapéutica, se inició en el mundo del voluntariado.

"Me cambió la vida y yo necesitaba cambiarla", asegura un agente de la Policía Nacional de San Andrés del Rabanedo que, tras descartar otras opciones como Protección Civil, apostó por el acompañamiento a pacientes hospitalizados y el apoyo a sus familiares con el objetivo de hacer su estancia más humana. Una labor que compagina con un día a día lleno de responsabilidades, entre las que se encuentra su hijo Héctor.

Así ha sido como Marce, que maneja las baquetas con mucha maestría al frente de los grupos musicales Jazz Min (jazz vocal), Cuatro Notas (pop-rock) y Four Notes (ragtime), ha conseguido recargar su 'batería' emocional en el Hospital San Juan de Dios de León donde, sobre todo los fines de semana, recorre los pasillos del centro con la misma decisión con la que golpea los platillos.

"Es una experiencia que te abre los ojos. Te ayuda a relativizar y a distinguir la gravedad de los problemas", explica porque, en sus propias palabras, "uno se rompe una uña y hace un drama, cuando siempre hay alguien con cuatro dedos rotos".

A sus 50 años, le sobran tablas para llegar al corazón de unas personas que, ante la enfermedad, se ha-

cen más vulnerables. "Muchas veces son los familiares los que necesitan desahogarse", explica Marce segundos antes de abrir la puerta de la habitación de Pedro y Francisco.

Una vez dentro el primero de ellos, que ha sufrido un ictus, le comenta –no sin dificultades para expresarse– cómo se encuentra. "No tengo ninguna fuerza en la mano, menos que ayer", lamenta un hombre de 84 años que día a día, desde los últimos 18, trata de recuperar la autonomía perdida en el servicio de Rehabilitación de San Juan de Dios. "La próxima vez que venga espero echarle un pulso", le reta Marce que, según confiesa, es zurdo. Y es que de mano izquierda va sobrado.

Aureliano, que no está aún para muchos trotes, al menos de momento, recibe su visita como agua de mayo. "Hoy no ha venido nadie a verme aún, ayer sí que vino mi nuera", le traslada a Marce mostrándole la hinchazón de sus piernas. Pero, si todo va bien, en un par de días volverá a su pueblo, situado "río abajo de Riello", en la montaña occidental leonesa.

Este policía nacional que, cuando las circunstancias lo permiten, se ofrece a dar paseos con ellos, también con los pacientes que presentan movilidad reducida, confiesa que el voluntariado, además de "gratificante", le da tanta paz como el yoga que practica. De este modo, recomienda a cualquiera a alistarse en las filas de un voluntariado que transforma vidas desde la fuerza e implicación de quien regalan su tiempo a los demás.

Marce González Barrientos
Voluntario
Hospital San Juan de Dios de León



HC San Rafael, un referente en la atención a personas con discapacidad intelectual en Galicia

El Hogar Clínica San Rafael de Vigo es el único centro en Galicia de la Orden de los Hermanos de San Juan de Dios y, tras más de 75 años de actividad, se ha convertido en un referente en Galicia en la atención a personas con discapacidad intelectual y en la prestación de servicios de rehabilitación.

La fundación del Hogar y Clínica San Rafael se remonta al año 1934, cuando los Hermanos de San Juan de Dios iniciaron las gestiones para la construcción de un centro que prestase atención a personas con discapacidad física de la región. La primera piedra se colocó el 3 de noviembre de 1935, pero debido a los acontecimientos históricos inmediatamente posteriores, el funcionamiento del centro no comienza hasta marzo de 1943, siendo la inauguración oficial el 29 de agosto, con una misa a primera hora de la mañana en la sala de enfermería en presencia de los doce niños ingresados por aquel entonces.

En sus primeras etapas, el centro prestaba atención principalmente a niños aquejados por las secuelas de la poliomielitis. Esta labor se mantiene de forma ininterrumpida durante años, hasta la década de los sesenta, cuando llega por fin la vacuna contra esta enfermedad.

En el año 1964, HC San Rafael cambia definitivamente su orientación para convertirse en un centro especia-

lizado en el tratamiento de niños con discapacidad.

Actualmente atiende a más de doscientas personas con discapacidad intelectual a las que ofrece servicios como Enseñanza Básica Obligatoria, Tránsito a la Vida Adulta, Talleres Ocupacionales y Residencia, entre otros. Además, su área de Rehabilitación concertada con el Servicio Gallego de Salud (Sergas), da servicio a una media de 450 pacientes externos al mes.

HC San Rafael está abierto a toda persona que necesite asistencia, cualquiera que sea su condición religiosa, social o económica, sin más limitaciones que las que se deriven de las propias características específicas del centro y del concierto establecido con los diferentes departamentos de la Xunta de Galicia.

atención integral

La persona con discapacidad intelectual es el eje de interés de todos y cuantos trabajan en HC San Rafael. Su misión tiene una doble orientación en base al carisma de la hospitalidad de San Juan de Dios. Por un lado, se centra en realizar una atención integral a la persona con discapacidad intelectual, fomentando su desarrollo personal, social y laboral; y, por otro, en ofrecer una asistencia rehabilitadora y de promoción de la salud aplicando el tratamiento terapéutico prescrito.

La actividad del Centro se gestiona principalmente en las Áreas Educativa, Ocupacional, de Residencia y Rehabilitación.

Con más de 55 años de historia, el Colegio de Educación Especial HC San Rafael se ha convertido en un referente en la atención de alumnos con discapacidad intelectual y necesidades educativas especiales en la ciudad de Vigo. Está integrado por seis unidades concertadas que atienden a grupos reducidos

ficha técnica

Nombre:
HC San Rafael

Dirección:
**C/ San Juan de Dios, 1
36208 Vigo (Pontevedra)**

Teléfono:
986 23 27 40

Sitio web:
www.sanrafaelvigo.org

Correo electrónico:
saravi@hsjd.es

Número de empleados:
90

Número de camas:
99

Número de usuarios:

Área residencial: **102**

Centro Ocupacional: **162**

Colegio de Educación Especial: **30**

Rehabilitación: **Más de 5.000 al año**



de alumnos desde los 6 hasta los 21 años. Su objetivo primordial es proporcionar al alumnado una atención integral a nivel emocional, intelectual, afectivo-social, motriz y de transición a la vida adulta. Su metodología se basa en una atención individualizada para lograr así la funcionalidad de los aprendizajes y el máximo desarrollo de las potencialidades de cada alumno o alumna.

El Centro Ocupacional es una unidad que, mediante una atención diurna de tipo formativo y rehabilitador, tiene como objetivo general la inserción social y laboral de personas con discapacidad intelectual. Se pretende que desarrollen sus capacidades y destrezas para el trabajo así como para mantener una vida lo más autónoma e integrada posible en la sociedad.

En algunos talleres se inicia a los usuarios en hábitos de higiene y salud laboral, o se les ayuda a interiorizar valores como el orden, el trabajo, la limpieza en la ejecución de tareas, la asistencia, la puntualidad, etc... Pero también dispone de otros talleres orientados hacia usuarios que ya tienen adquiridos y conso-



lidados unos mínimos hábitos de trabajo, de seguridad y salud laboral, y experiencia en el manejo de maquinaria.

El Área de Residencia se configura como una unidad asistencial y de convivencia, cuyo fin es proporcionar atención completa y servir de vivienda estable y ordinaria a personas que, por sus circunstancias personales o problemática sociocultural y económica, encuentran dificultades para la integración, la permanencia y el desarrollo en el entorno familiar. En esta área se ofrecen un elevado número de actividades complementarias que aportan a los usuarios la formación necesaria para conseguir la integración social y laboral de acuerdo con criterios de normalización.

Por último, el Área de Rehabilitación del HC San Rafael se centra en la aplicación del tratamiento terapéutico prescrito para integrar o compensar en la persona las capacidades físicas y/o lingüísticas perdidas o no adquiridas. Ofrece servicios de Logopedia, Atención Temprana, Terapia Ocupacional, Estimula-



¿dónde estamos?



ción Precoz, Psicomotricidad y Fisioterapia a través de un concierto con el Servicio Gallego de Salud (SERGAS -EOXI) que recientemente acaba de ser renovado por un periodo de cinco años.

vínculo con el entorno

Desde sus orígenes el Hogar y Clínica San Rafael ha estado fuertemente vinculado a su entorno y a la sociedad viguesa que ha sido una pieza fundamental para el desarrollo de su actividad. Tanto las instituciones como el tejido empresarial y la ciudadanía han contribuido enormemente para convertir a HC San Rafael en una entidad de referencia en esta ciudad y en toda Galicia. Sus 75 años de historia se han escrito con el apoyo fundamental de diferentes colectivos que han ofrecido su colaboración para intentar superar los obstáculos propios de una institución como esta.

Muestra de ello es el apoyo que está recibiendo la campaña de crowdfunding #Inclusiónsobrevuedas puesta en marcha por el centro, junto a la Obra Social de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, que tiene por objetivo conseguir 25.000 euros para

adquirir una nueva furgoneta adaptada de nueve plazas que facilite los desplazamientos de las personas con discapacidad intelectual.

Este vehículo se utilizará tanto para actividades educativas y formativas como salidas de ocio y tiempo libre. Por lo que ampliará sus posibilidades de relacionarse e interactuar con la sociedad, favoreciendo de este modo su inclusión social.

Han sido muchas las personas, empresas y colectivos que han colaborado con esta iniciativa, contribuyendo con su esfuerzo y solidaridad a alcanzar los objetivos planteados. Todo un éxito para cada una de las personas que forman parte de la gran familia del Hogar y Clínica San Rafael de Vigo y que seguirán trabajando día a día por el desarrollo y la integración de las personas con discapacidad intelectual.

Departamento de Comunicación
HC San Rafael Vigo
Orden Hospitalaria de San Juan de Dios

Foto Cuadro Personalizado

10% DESCUENTO
Usando este código la finalizar la compra
HSJD15

SORLES
servicios gráficos

f Síguenos

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

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

Mayores en bienestar

ORPEA LEÓN

Avda. los Peregrinos, 40-42
Eras de Renueva 24008 - León
987 840 264

El objetivo de la **Residencia y Centro de día ORPEA León** es mantener las capacidades físicas y cognitivas de nuestros residentes en un entorno seguro y garantizar la tranquilidad de sus familiares.

Por eso ofrecemos **programas de animación sociocultural, rehabilitación y fisioterapia, servicios especializados para la atención de Alzheimer y otras demencias** y todo tipo de cuidados adaptados a cada necesidad.

Y todo con excelentes instalaciones y los recursos más avanzados para garantizar la seguridad, higiene y protección de nuestros mayores con la seguridad de cumplir con la normativa y protocolos ante COVID-19. **Compruébelo.**



HAY UN CENTRO ORPEA MUY
CERCA DE USTED:

A CORUÑA, ALICANTE, BARCELONA,
CANTABRIA, CÓRDOBA, GRANADA,
HUELVA, JAÉN, LA RIOJA, LEÓN, LUGO,
MADRID, MÁLAGA, MURCIA, SEVILLA,
VALENCIA, VALLADOLID, ZARAGOZA.



www.orpea.es

Nº de Registro Sanitario: 24-C3-0078