

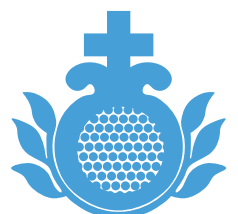
# salud<sup>dosmil</sup>

hospital san juan de dios de león

septiembre 2018 | número 132



- **en persona** | dani martínez
- **actualidad** | la experiencia de la doctora marta ballesteros en la mayo clinic
- **el especialista** | dr. pablo casas rodera



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

La medicina  
a tu servicio

# JORNADAS EDUCACIÓN VIAL SAN JUAN DE DIOS DE LEÓN



27/septiembre/2018

Palacio del Conde Luna



AYUNTAMIENTO DE LEÓN



HOSPITAL  
SAN JUAN DE DIOS  
DE LEÓN

+ info: [www.50hospitalsanjuandedios.es](http://www.50hospitalsanjuandedios.es)



[www.hospitalsanjuandedios.es](http://www.hospitalsanjuandedios.es)

En el Hospital San Juan de Dios de León contamos desde el año 2015, con un equipo de trabajo muy especial, la Comisión de Responsabilidad Social Corporativa (CRSC). Sus actividades van encaminadas a lograr un desarrollo social más justo, mediante la intervención a favor de colectivos de personas vulnerables.

Las líneas de atención prioritaria de la CRSC son:

• **Las personas sin hogar:** mediante la colaboración en el Hogar Municipal del Transeúnte, dependiente del Ayuntamiento de León y el Comedor Social de la Asociación Leonesa de Caridad.

• **La infancia:** especialmente los niños sin familia, de familias monoparentales, con escasos recursos económicos o en situación de especial dificultad por motivos de nacionalidad, raza o discapacidad.

• **La cooperación internacional:** realizando actividades de recaudación de fondos en nuestro entorno con destino a centros de atención social y sanitaria en los países en vías de desarrollo donde la Orden tiene presencia.

• **La discapacidad, la dependencia y los mayores:** disponiendo recursos para la atención integral de las personas dependientes, durante su estancia en nuestros centros y con posterioridad a su salida de ellos.

• **Las personas en riesgo de exclusión social:** mujeres víctimas de violencia de género, inmigrantes, toxicómanos, desempleados de larga duración y con problemas de acceso al mercado laboral.

Durante los últimos años hemos conseguido, a través del esfuerzo de coordinación del equipo de CRSC y de la ayuda de muchos colaboradores anónimos, dar soporte a las necesidades de centros de salud mental, discapacidad o educación especial de la Orden Hospitalaria en Bolivia, Colombia, Liberia y Camerún, así como a niños de la provincia de León que requerían ayudas por sus limitaciones físicas o psíquicas.

No deja de sorprenderme hasta qué nivel nuestros compañeros del equipo de CRSC han conseguido fomentar un espíritu solidario dentro del hospital y hacia el exterior: cada año recogemos más de 10.000 kilos de tapones de plástico.

San Juan de Dios decía que para nuestro propio bien, teníamos que procurar el bien de los demás. No se podía imaginar cuánto bien se podía hacer a través de los tapones de plástico. Distintos medios, pero los mismos valores y un mismo objetivo.

Juan Francisco Seco Marín  
director gerente

#### han colaborado

Juan Francisco Seco Marín, Manuel Meléndez, Lucas Rodríguez, Dani Martínez, Marta Ballesteros, Javier José del Pozo, Claudia Liliana Anaya, Abilio Fernández, Pablo Casas, Virginia Serrano, Elena García, Gema Escobar, Leticia Álvarez, Rosa María Quintano, Maite Hereu, La Central

#### diseña y edita

La Central  
Velázquez, 16 - 1ªA | 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 2012 el hospital consigue 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 el año 2014, el hospital da un paso más en la búsqueda de la excelencia alcanzando la máxima distinción que se otorga en base al Modelo EFQM: Sello de Excelencia Europea 500+. Este sello supone el reconocimiento del fuerte 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 certificar su Sistema de Gestión de la Calidad según la norma UNE-EN ISO 9001:2000 en el año 2003, habiendo superado sucesivas auditorías externas anuales, y actualmente está certificado según la nueva norma UNE-EN-ISO 9001:2008.





Daniel Martínez Villadangos nació el día de Navidad del año 1982 en Astorga. Estudió en el Colegio Padres Agustinos de León y ya desde pequeño llamaba la atención su don para la interpretación y sobre todo para la imitación. Saltó a la fama en el panorama nacional en el programa 'Cita con Pilar', de RNE. Nada se le escapa a este joven leonés que actualmente presenta su espectáculo 'No os preocupéis, ya lo digo yo'.

## dani martínez

humorista

### ¿Cómo y cuándo descubriste tu don por la imitación?

De niño. Empecé imitando a Ana Torroja, Carmen Sevilla, Jesús Puente y sobre todo a los personajes que hacía Ángel Garó en el 'Un, Dos, Tres'.

**Sin duda, destacas por tu facilidad para adaptarte a todas las profesiones. Eres actor, humorista, presentador, etc. ¿Qué te queda pendiente de hacer?**

Cine. He doblado, pero no he actuado en cine. Ha habido propuestas y sigue habiéndolas por lo que creo que conseguiré resolver esa cuenta pendiente. Cuando empecé en esto nunca imaginé que presentaría, actuaría, doblaría...

### De todas estas facetas ¿en cuál te sientes más cómodo?

Todas las que hago es porque me siento cómodo. Nunca haría nada en lo que no pudiera ser yo 100% o me exigiera hacer cosas en las que no creo. Le tengo un cariño especial a la radio porque fue donde empecé y al teatro porque yo escribo y produzco toda mi gira, es como mi "hijo".

Todas las que hago es porque me siento cómodo. Nunca haría nada en lo que no pudiera ser yo 100% o me exigiera hacer cosas en las que no creo.

### ¿Qué queda de aquel Dani Martínez de Agustinos?

Pues queda mucho. Mi base personal y profesional es la del Dani aquel que estudiaba en Agustinos y jugaba a baloncesto. Sigo conservando a mis amigos de la infancia, sigo pasando mucho tiempo en León y en Hospital de Órbigo... mi cabeza está en una profesión que para mí es un sueño pero mis pies siguen en León y en aquel chico que estudiaba en Agustinos.

### Te caracterizas por ser un todoterreno ¿qué tienes ahora mismo en la cabeza? ¿Cuáles son tus proyectos futuros?

Un concurso en Cuatro que se llama 'El concurso del año'. Es un formato que se hace en 8 países y en el que ganas dinero si aciertas la edad de la gente. En octubre empiezo una gira por España con mi espectáculo 'Ya lo digo yo'. Estoy escribiendo una peli, sigo en la radio en 'Tiempo de Juego' y organizo el festival de música 'Intro Music Festival' que se hace el 1 de diciembre en Valladolid.

### ¿Están relacionadas la música y la interpretación?

Claro. Sobre todo, lo que hay detrás. La preparación, la creación, la presión, las consecuencias de la fama...

**No es fácil encasillarte en una sola faceta, también estás relacionado con el deporte a través de la radio, ¿cómo ves en la actualidad el deporte en la ciudad y en la provincia?**

Sigo, más o menos, a todos los equipos de la provincia y quiero que a todos les vaya bien. A ver si el Astorga sube otra vez a 2ªB y la Cultural a 2ª, creo que son los sitios donde deberían estar. La verdad que hay un gran trabajo del fútbol en la provincia, mejor que el que yo conocí hace 10 años cuando mis amigos jugaban en La Bañeza, la Cultural, el Astorga...

El balonmano sigue siendo la seña de identidad leonesa y creo que tienen un proyecto muy interesante con Rafa Guijosa para el presupuesto que se mueve en este deporte.

Luego el baloncesto, como socio y jugador de las categorías inferiores de Baloncesto León, todavía no me he recuperado de su desaparición. Aunque hay un par de proyectos que quieren recuperar su sitio.

Además de estos deportes sigo todos los demás. Y tenemos que estar muy orgullosos de gente como Lydia Valentín o Carolina Rodríguez, que son dos personas espectaculares además de grandes deportistas.

### De todas tus imitaciones ¿con qué personajes te quedas?

Boris, por el cariño que le tengo a esa imitación. Fue con la que empecé a dedicarme profesionalmente a esto.

### ¿Alguna vez se ha ofendido alguno de tus imitados?

Nunca. Porque aunque yo les imite nunca lo hago para ofender o intentar ridiculizar. Que te imiten para divertir creo que le gusta a todo el mundo.

### Cuéntanos alguna anécdota o curiosidad de alguna de tus imitaciones.

Una vez imité a Boris en la TV y luego este vino de invitado y me enseñó un mensaje de Isabel Preysler que me había visto y le había escrito poniéndole: 'Is absolutely you'.

### ¿A quién te gustaría imitar? ¿Hay alguien que se te haya resistido y no seas capaz de imitarle?

Todo el que no hago es porque se me resiste. Me gustaría poder imitar a Messi, pero aunque es argentino y un acento ayuda, es difícil.

### Si hay una persona con la que siempre se te asocia televisivamente es con 'Flo' ¿qué supone para ti trabajar a su lado?

Flo es generosidad. Cuando me crucé con Flo en mi camino mi vida cambió. Él confió en mí, él hizo que yo creciera, él me enseñó todo lo que él sabía... Flo es una estrella que todo el rato quiere que luzcas





**en persona**  
dani martínez

más que él y eso es de una generosidad brutal. Le debo profesionalmente el sitio donde estoy.

**'No os preocupéis, ya lo digo yo' es tu próximo show ¿Cómo se plantea este show? ¿vendrás a León?**

Estaré en el Auditorio Ciudad de León el viernes 21 y el sábado 22 de diciembre. Es un show que parece un programa de televisión, muy completo. Imito, canto... pero sobre todo improviso muchísimo.

**Hablando de León ¿cómo te sientes cada vez que vuelves a casa? ¿Te cuidamos tus paisanos?**

Muchísimo. León es mi casa. Intento venir una vez al mes a ver a mi gente y, cómo no, a cortarme el pelo. Me corto el pelo con José desde los 9 años y sigo cortándomelo con él cada vez que vengo. No dejo que nadie me toque el pelo. Cuando voy por León es diferente a cualquier ciudad de España, aquí conozco a una gran mayoría de la gente por el baloncesto, por el colegio, por la universidad, por el salir a tomar copas con amigos... y todo eso no lo he perdido.

**¿Tienes algún sueño pendiente?**

Presentar un Late Night.

## el test de Dani

**Una ciudad**\_León en España, Nueva York fuera de España

**Un rincón de su ciudad**\_Santo Domingo, la plaza donde todos quedamos

**Una comida**\_ensaladilla

**Un lugar para perderse**\_Sevilla

**Un colega de profesión para salir de cañas**\_Julián López

**Un deporte**\_baloncesto

**Un vicio (confesable)**\_la NBA

**Su mayor defecto**\_la necesidad de controlarlo todo

**Su mayor virtud**\_la capacidad para gestionar varios frentes a la vez

**Le gustaría parecerse**\_mi hermano por su capacidad de "pasar de todo"

**Un grupo musical o cantante**\_Iván Ferreiro

**Un medio de transporte**\_el tren







## la experiencia de la doctora marta ballesteros en la mayo clinic

Nacida en León, la doctora Marta Ballesteros es Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de Madrid-UAM (2001). Obtuvo el título de especialista en Angiología y Cirugía Vascular vía MIR, por el Complejo Asistencial Universitario de León (2007). La doctora Ballesteros está especialmente orientada y especializada en cirugía vascular mínimamente invasiva y técnicas endovasculares para el tratamiento de enfermedades arteriales y venosas (varices), realizando a lo largo de su carrera diversas estancias y programas de formación en centros de reconocido prestigio internacional en técnicas quirúrgicas vasculares de vanguardia, como el Hospital Ambroise Pare de París, el Hospital Nord de St. Etienne (Francia), el Hospital St. Franziskus-Münster (Alemania), o la famosa Clínica Mayo de Rochester-Minnesota en Estados Unidos, de la que os vamos a hablar en este artículo. Además, es Doctora por la Universidad de León con la calificación sobresaliente "Cum Laude" (2008).

Desde 2012 trabaja en el Hospital San Juan de Dios de León centrando su actividad quirúrgica en procedimientos mínimamente invasivos, como el tratamiento endovenoso de varices por radiofrecuencia. Mediante esta técnica, que no requiere ingreso hospitalario, el paciente retoma su actividad habitual en 48 horas, además de estar asociada a menos dolor y cicatrices, ya que no requiere la extracción de la vena safena varicosa. Sus excelentes resultados han llevado a las distintas sociedades científicas, en Europa y Estados Unidos, a recomendarla sobre la cirugía tradicional.

En 2017 la doctora Ballesteros ha realizado un programa de Cirugía Endovascular Aórtica Avanzada en la prestigiosa Clínica Mayo de Estados Unidos (Rochester, Minnesota, EEUU).

**Sus excelentes resultados han llevado a las distintas sociedades científicas, en Europa y Estados Unidos, a recomendarla sobre la cirugía tradicional.**

## experiencia

La Clínica Mayo es una extensa red de clínicas y hospitales que abarca cinco estados de los Estados Unidos, atendiendo cada año a más de 400.000 pacientes, provenientes de todas las partes del mundo. En ella trabajan más de 3.700 médicos e investigadores, además de un personal de apoyo de 50.000 personas. En 2018, la Clínica Mayo de Rochester (Minnesota, USA) encabeza con el número 1 el ranking de los mejores hospitales de Estados Unidos. La Clínica Mayo se ha impuesto como referente a seguir en la medicina privada de todos los continentes.

**La Clínica Mayo encabeza con el número 1 el ranking de los mejores hospitales de Estados Unidos.**

Su sede matriz se localiza en Rochester, Minnesota, donde está emplazado un imponente complejo hospitalario de 8 kilómetros cuadrados de superficie. En efecto, cuando estás allí no tienes muy claro si la ciudad es un hospital o el hospital es una ciudad, y es que Rochester vive por y para la Clínica Mayo.

A finales de agosto de 2017, y bajo la dirección y patrocinio del doctor Gustavo Oderich, Director de Tratamiento Endovascular de la División de Cirugía Vascular de la Clínica Mayo fui aceptada para realizar un programa de formación en cirugía aórtica endovascular compleja. Junto a los muchos conocimientos quirúrgicos y de cirugía vascular que allí

me transmitieron, viví intensamente el espíritu de esta institución legendaria, el cual, a pesar de los años transcurridos desde la fundación hospitalaria, se mantiene intacto en su esencia: las necesidades del paciente son lo primero "The needs of the patient come first".

Los orígenes de la actual Clínica Mayo se remontan a 1883, tras el paso de un gran tornado que devastó la ciudad de Rochester. Para hacer frente al desastre y mitigar los daños humanos producidos en el sur de Minnesota, las hermanas del convento franciscano de Rochester propendrían al Dr. William Worrall Mayo, con sus dos hijos William y Charlie, la creación de un pequeño hospital, en el que ellos asumirían toda la actividad quirúrgica del mismo. Dotado de 27 camas, este primigenio hospital de St. Mary's se convertiría años más tarde en Clínica Mayo.

Sin embargo, el crecimiento imparable de la Clínica Mayo viene de la mano de los dos hermanos, hijos del fundador, cuando decidieron organizar a los profesionales de la medicina de una forma pionera, en beneficio de los pacientes. Crearon un sistema que les permitiría contar con suficiente tiempo para investigar cabalmente las enfermedades de los pacientes y obtener ayuda de otros especialistas, de una forma rápida y fácil. La idea de trabajo en equipo "teamwork" que subyacía, se basaba en que "nadie es lo suficientemente bueno como para prescindir de los demás" (William W. Mayo), y que dos cabezas siempre funcionan mejor que una. Hoy en día ese principio de trabajo en equipo, no sólo perdura fielmente, sino que se ha convertido en una de las señas de identidad y clave del éxito de la Mayo Clinic.

El servicio de Cirugía Vascular de la Clínica Mayo de Rochester (Minnesota, USA), siendo uno de los me-







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



jores del mundo, combina en su plantilla calidad humana con excelencia quirúrgica. Siguiendo la filosofía Mayo su objetivo es aportar, de forma individualizada, el mejor tratamiento a cada paciente, combinando cirugía abierta con procedimientos endovasculares de vanguardia. Los miembros de la plantilla son denominados "consultants", en reconocimiento a su intenso papel docente y de patrocinio de los médicos con menor experiencia. Además, en esta prestigiosa clínica, a diferencia de lo que sucede en la inmensa mayoría de hospitales americanos, todos los médicos son asalariados, esto es, su remuneración es fija y no está condicionada ni por el número de intervenciones quirúrgicas realizadas ni por las pruebas que se soliciten. Así, todos los beneficios económicos generados se invertirán en investigación y en la financiación de nuevos proyectos, para el mantenimiento de la excelencia que esta institución atesora.

El doctor Oderich está especializado en realizar tratamientos de patologías vasculares, como los aneurismas, (dilataciones de arterias), mediante el implante de stents por dentro de los vasos sanguíneos (tratamientos endovasculares). El acceso a los vasos se realizaba siempre de forma percutánea, con punción eco-guiada de las arterias femorales y la arteria humeral, a través de las cuales se introducían todos los catéteres y dispositivos a implantar. Además, este reconocido cirujano vascular ha sido el creador de alguno de estos stents para la reparación de aneurismas de aorta tóraco-abdominales, por lo que su fama es internacional.

Los medios y recursos tecnológicos con los que cuenta la Mayo Clinic son espectaculares. Cada día

funcionan simultáneamente tres o cuatro quirófanos de cirugía vascular, dos de los cuales son quirófanos híbridos. Estos consisten en salas quirúrgicas de grandes dimensiones en las que la presencia de un equipo radiológico de última generación, dotado de dos pantallas gigantes para la visualización de la imagen de Rayos X, permite la ejecución de procedimientos endovasculares.

En el tratamiento quirúrgico de algunas patologías vasculares, especialmente en casos de aneurismas complejos, realizábamos, previamente al caso real, un simulacro de intervención con una maqueta, réplica exacta del aneurisma del paciente y fabricada mediante una impresora 3D. Con esta actividad de simulación tan real se reducían errores, al tiempo que se estandarizaba el procedimiento y se potenciaba el trabajo en equipo.

Y con todo, lo que hace de la Clínica Mayo un lugar fascinante no es el talento médico o el alto nivel de una tecnología espectacular, que irrefutablemente lo son, sino que, lo que verdaderamente impacta, en cuanto lo percibes, es la unión de la excelencia y la humanidad médica. El legado y los valores humanos de los Hermanos Mayo perduran en sus sucesores.

**Dra. Marta Ballesteros Pomar**  
**Unidad Cirugía Vascular y Angiología**  
**Hospital San Juan de Dios de León**





## el abuso de los medicamentos

### ¿en qué consiste el abuso de medicamentos de prescripción?

El abuso de medicamentos de prescripción es el uso de un medicamento sin la receta médica correspondiente, de una manera distinta a la prescrita, o para lograr la experiencia o los sentimientos que provoca. De acuerdo con el último informe de la Agencia Española del Medicamento y Productos Sanitarios (AEMPS), los medicamentos que pueden ser objeto de abuso son sobre todo aquellos que son sintomáticos, es decir que no se utilizan para curar realmente una enfermedad sino para paliar sus síntomas: por ejemplo: analgésicos como el nolotil, ibuprofeno o protectores gástricos como el omeprazol, etc.

Sin embargo desde el último año ha destacado el aumento del consumo de las sustancias opiodes. Los opiodes, que generalmente se prescriben para tratar el dolor, reducen la intensidad de las señales de dolor que llegan al cerebro y afectan a las áreas que controlan las emociones y disminuyen los efectos del estímulo doloroso.

Tradicionalmente en España, en comparación con otros países europeos, el consumo de opiodes solía ser bajo. Sin embargo, en los últimos años, se ha observado un acusado incremento que según el último informe de la AEMPS ha sido del 84% entre 2008 y 2015.

Dentro de los opiodes, los principios activos que más han incrementado su consumo son tramadol y fentanilo.

El crecimiento ha sido tan desmedido que en 2014 (últimos datos registrados) España pasó a ocupar el 4º puesto de Europa y el 5º del mundo, situándose muy por encima de la media europea e incluso de los EEUU, donde los abusos por consumo de fentanilo son frecuentes y suponen un problema grave de salud pública.

En Castilla y León el consumo de opiodes presenta un comportamiento similar al global de España y al de otras comunidades (Navarra, País Vasco, Cataluña). En nuestro ámbito, en los últimos diez años, el consumo global se ha incrementado un 150% y el de los opiodes mayores más de un 200%.

No se sabe con certeza en qué tipo de dolor se están utilizando los opiodes mayores, pero el análisis de las prescripciones sugiere que su uso en dolor no oncológico es muy significativo. En 2016, de todas las prescripciones realizadas en los hospitales de Castilla y León, el 37% han sido de oncología y hematología y el resto (63%) se reparte entre anestesia, traumatología y rehabilitación, medicina interna y urgencias.

### claves para evitar el abuso y mal uso de opiodes

El uso inadecuado de opiodes se produce sobre todo en pacientes no oncológicos, quizás por su mayor supervivencia y cronificación de los tratamientos, y es más probable en pacientes más jóvenes.

Los puntos clave para evitar el mal uso y abuso de opiodes son:

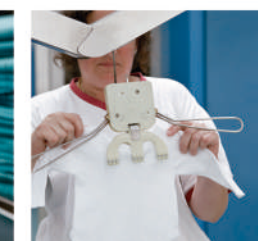
- Prescripción cauta de opiodes de acción rápida, en especial de fentanilo.
- Valorar el riesgo de adicción mediante escalas de medición como la COMM (Current Opioid Misuse Measure) o la SOAPP-R (Screener and Opioid Assessment for Patients with Pain) para detectar conductas aberrantes con los opiodes, sobre todo en pacientes de mayor riesgo (jóvenes, con trastornos psiquiátricos, historias de abuso, etc). Imprescindible con fentanilo de liberación rápida.
- Vigilar a los pacientes que reciben dosis altas, tratamientos prolongados y en riesgo de abuso.
- Aceptar que existe elevada tasa de fracaso al tratamiento con opiodes y que incrementar la dosis no va a cambiar la falta de respuesta.
- Tener en cuenta la variabilidad interindividual: se han identificado polimorfismos genéticos que po-

drían explicar, en parte o totalmente, las variaciones en eficacia y toxicidad entre individuos.

- No combinar opiodes con benzodicepinas (diazepam, lorazepam, lormetazepam, etc).
- Derivar a unidades especializadas cuando se usen opiodes a dosis altas.
- Informar a los pacientes y a sus familiares sobre los riesgos asociados al uso crónico de opiodes.
- Comunicar a su médico o farmacéutico todos los casos de sobredosis y adicción detectados.

**D. Javier José Del Pozo Ruiz**  
Responsable del Servicio de Farmacia  
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/>







## la experiencia de claudia en el curso de inserción socio-laboral

Mi nombre es Claudia Liliana Anaya Estrada, tengo 41 años y soy educadora social. Llevo desde septiembre de 2017 sin trabajar, porque me he quedado embarazada y di a luz mi pequeña Victoria el pasado mes de marzo. Fue gracias a Alicia, la psicóloga, que me enteré del Curso de Inserción Socio-laboral para Mujeres Desempleadas. En un primer momento no lo veía posible, pues mi hija estaba demasiado pequeña y no tenía con quien dejarla, entonces se lo comenté a ella y me dijo que lo hablaría con los profesionales y el orientador encargado y saber si podría acudir mi hija conmigo. Aceptaron y fue así como pude aprovechar esta oportunidad, ya que estaba muy interesada, por la posibilidad de adquirir conocimientos y/o herramientas que me permitieran encontrar nuevamente un trabajo.

Efectivamente encontré lo que buscaba: el curso de inserción laboral más completo que nunca había hecho en la ciudad, con un grupo de compañeras maravillosas, con quienes creamos una relación de amistad casi que de inmediato. Para mí fue muy sencillo, ya que tanto mis compañera, como los profesionales siempre tenían caricias y palabras bonitas para mi hija. Victoria se convirtió como en un símbolo para el grupo. Además, este curso me aportó habilidades que no había identificado antes, confianza y empoderamiento a la hora de elaborar un currículum completo y específico para aplicar a un puesto de trabajo determinado, credibilidad en mí misma

a la hora de preparar una carta de presentación y presentar una entrevista de trabajo.

Con respecto al equipo de profesionales que impartieron el curso, debo decir que lo han hecho genial.. Tod@s dieron lo mejor de sí en cuanto a la teoría de los módulos y proyecciones hacia un nuevo trabajo. Cabe resaltar la labor desarrollada por Javier Sánchez orientador del curso y primer referente. Desde la selección de las alumnas, su compromiso, entrega, manera de involucrarse y pasión por el trabajo en todo momento me han impactado; un ejemplo digno de imitar. Gracias a él y a sus asesorías individualizadas pude aprender a manejar herramientas existentes pero desconocidas para mí, a adquirir mayor confianza para presentar una entrevista de trabajo, a elaborar minuciosamente y de manera correcta un curriculum, a perfeccionar mi carta de presentación, en fin, gracias a Javier he encontrado otras opciones para venderme como profesional.

Recomiendo este curso a cualquier persona mayor de edad y con ganas de adquirir herramientas para crear un presente y un futuro laboral óptimo, porque sin éstas, perdemos mucho tiempo y nos desgastamos en nimiedades innecesarias. Con este curso hemos aprendido a hacer las cosas de manera escalonada y correcta; siguiendo unos pasos que nos llevarán al éxito en la búsqueda correcta de empleo.

En este momento me encuentro ultimando detalles de mi agenda "búsqueda de empleo", habiendo identificado ya las organizaciones en donde procederé a ofrecer mis servicios, pues mi plan número uno es continuar desempeñándome como educadora social; no obstante podré colocarme en otra de mis actividades de interés, sin perder de vista mi objetivo principal.



Mil gracias.

**Claudia Liliana Anaya Estrada**  
Alumna curso inserción socio-laboral  
Hospital San Juan de Dios de León

## ¿Quieres colaborar?

Haz un donativo en nuestra cuenta bancaria:

**ES58-2108-4745-88-0033064365**

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<br><input type="text"/>     | Entidad<br><input type="text"/>     | Sucursal<br><input type="text"/>   | DC<br><input type="text"/>     | Nº de cuenta<br><input type="text"/> |
| Mensual <input type="checkbox"/> | Trimestral <input type="checkbox"/> | Semestral <input type="checkbox"/> | Anual <input type="checkbox"/> |                                      |

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 ☐





## en la habitación de enrique

Ya no lo recuerdo, pero tengo la impresión que la última vez que me puse a escribir, intentaba centrar la mirada, desde el trazo fino de una estilográfica, en quien buscaba vivir en su fragilidad, y caminar con él hacia la mejor versión de su vida. Me había parecido una idea apasionante, evocadora de esperanzas, pues juntos, entre su esfuerzo y mis apoyos, íbamos a conseguir que la vida fuera una obra de arte que lanzase a los cuatro vientos un canto a la existencia. Sentir cómo se desliza la pluma por el papel y en su trazo ir dejando palabras armoniosas es relajante. Colocarte al lado de quien mira la vida desde la fragilidad, caminar a su mismo paso y dejarte impregnar por la fragancia de su vida..., es un salto en el que experimentas la incapacidad de poner palabras al contar la vida.

Lo he oído a mucha gente, y así me lo contaba mi amiga Ana, ilusionada, en la espera de su segunda

hija con un embarazo complicado, necesitaba volver a vivir ese amor que solo las madres pueden sentir –y añadía–, que no explicar.

Ante estas certezas de la vida voy a intentar poner palabras a mi experiencia en la habitación de Enrique. Visitar al enfermo puede parecer algo rutinario, pero el enfermo no es rutina. Es el enfermo de ayer, pero en un nuevo día, con nuevas perspectivas, nuevas posibilidades y nuevas esperanzas.

**Visitar al enfermo puede parecer algo rutinario, pero el enfermo no es rutina. Es el enfermo de ayer, pero en un nuevo día, con nuevas perspectivas, nuevas posibilidades y nuevas esperanzas.**

Visitar es acompañar en una experiencia fuerte –la enfermedad–, en un momento concreto de la vida y, juntos, poder llenar de sentido la vida y la enfermedad. Creo que se trata de eso que tantas veces oímos de “vivir sanamente el sufrimiento”, es decir, sacar siempre lo positivo de las grandes realidades de la vida.

Al preparar la visita he ido deshojando el libro de José Carlos “La visita al enfermo” en cuya portada visualiza que “a veces no hay que dar conversación sino recibirla”. He quedado con Enrique sobre las 11, pues a esas horas la habitación está más tranquila y a él le han realizado ya los cuidados que requiere desde los diversos servicios implicados en su cuidado. Seguro que está esperando.

**Con los nudillos pico en la puerta y me adentro en la habitación. Enrique está dormido y al lado de la cama hay una silla vacía. Intuyo que es para mí y me siento.**

Con los nudillos pico en la puerta y me adentro en la habitación. Enrique está dormido y al lado de la cama hay una silla vacía. Intuyo que es para mí y me siento. La radio está funcionando y se escucha con suavidad una canción. Sentado decido escuchar la radio y dejar que duerma Enrique, aunque se sorprenda al despertar.

La canción que suena es de hace tiempo, el título creo recordar que es “La lista de la compra” cantada por La Cabra Mecánica. Mientras estoy sentado al lado de la cama de Enrique escucho su letra: “Tú que eres..., Tú que te mereces... te quedas a mi lado y el mundo me parece más amable, más humano, menos raro”.

La canción no se detiene, y me da tiempo a escribir algunos de los versos musicalizados en mi libreta de notas. Sentado en la silla, junto a la cama de Enrique, al ritmo sosegado y tranquilo de su respiración, sigo leyendo, releendo y pensando los versos que he copiado. Lo hago una y otra vez, con calma: el mundo, el del enfermo, el de Enrique, me parece más amable, más humano, menos raro, pero cuando nos quedamos a su lado.

En la habitación de Enrique la música suena y el “dormido” se despierta entre sorpresas: ¡Cómo me he quedado dormido, si estaba esperando la visita!

Yo hablo de prudencia, de respeto a su intimidad, de vivir lo que a él le acompañaba en su dormir, y cómo me ha hecho bien escuchar el sonido y la vida de su habitación, que son su mundo y su vida.

Acepta mi explicación, pero sigue con su “runrún” de que se ha dormido y me ha hecho perder el tiempo. Aprovecho sus palabras para iniciar una conversación sobre la visita al enfermo y lo hago desde su propia experiencia, pues a él le anima siempre la cara alegre de quien llega. No está seguro, pero siente como un impulso de salud, de vida y de ganas de seguir luchando.

Yo había comenzado la conversación pero ahora es él, Enrique, el que arranca comentándome lo que no le agrada de las visitas. Recuerda que en algún momento han sido una auténtica tortura cuando él estaba realmente molesto por una serie de síntomas de su enfermedad, o aquellas otras tardes en las que el dolor te obliga a alzar los ojos hacia el llanto, ¡qué bien lo expresaba J. L. Martín Descalzo!

Es la pura y dura realidad, cuando la lengua se seca y se reseca, cuando el corazón se resquebraja y da la impresión que se rompe. En ese momento, estás como en una caldera de aceite hirviendo y te llegan al oído unas conversaciones de temas de entretenimiento (para ellos) que defienden de forma acalorada. No sé si me explico, pero realmente lo he pasado mal. En esos momentos no tienes fuerzas ni para mandarlos marchar, pero necesitas serenidad y paz.

Si te explicas, Enrique, sí. A mi también me ha tocado pasar por situaciones similares, esos días en los que después de una noche aciaga necesitabas silencio para poder dormir y descansar y sin embargo... Ahora lo pienso y me preocupa el que yo haya podido tener comportamientos similares en la visita.

Enrique, estoy convencido que sirve el bagaje de los años, pero cada día tenemos la oportunidad de aprender modos adecuados, de seguir ampliando conocimientos que ayuden a descubrir la importancia de la visita y permitan respuestas adecuadas a las necesidades del enfermo.

Enrique, vamos a dejarlo por hoy, pues te noto un poco cansado, pero te agradezco que me hayas animado a ser crítico para analizar mis visitas y me lo hayas permitido desde la humildad. ¡Tengo mucho que desaprender!

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





## la especialidad

La especialidad de otorrinolaringología es una especialidad médico-quirúrgica, que abarca el tratamiento y cirugía de múltiples patologías, dentro del área del oído, nariz, faringe, laringe, cara y cuello. La otorrinolaringología está dividida en subespecialidades, y una de ellas es la cirugía plástica facial, que se encarga de la cirugía plástica, reconstructiva y estética del área de cara y cuello.

El Dr. Pablo Casas, es otorrinolaringólogo y está subespecializado en cirugía plástica facial. A su vez, dentro de este campo, el Dr. Casas tiene una dedicación exclusiva a la cirugía de rinoplastia, que es la cirugía funcional y estética de la nariz.

## el especialista dr. pablo casas

El Dr. Pablo Casas obtuvo su licenciatura en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, en el año 2002. Después de terminar la carrera y tras obtener un buen número en el examen MIR, pudo elegir el mejor Servicio de Otorrinolaringología del país para realizar su especialidad, formándose durante los siguientes 4 años en el Servicio de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello del Hospital Universitario La Paz de Madrid. Durante esos años obtuvo un enorme entrenamiento y formación en todas las áreas tanto médicas como quirúrgicas de la especialidad, entre las que se incluyen la cirugía oncológica cervical, la cirugía endoscópica nasosinusal y de base de cráneo, la cirugía de la glándula tiroides, la cirugía otológica y la cirugía plástica y reconstructiva facial. Durante sus años de residencia, realizó también su tesis doctoral,

obteniendo el grado de doctor, con la calificación de sobresaliente Cum Laude.

Su interés en el campo de la cirugía plástica y estética facial le llevó a Estados Unidos, donde completó su formación en el Memorial Sloan Kettering Center en Nueva York y en la Universidad de Illinois en Chicago, donde se formó también como especialista en cirugía plástica y reconstructiva facial al lado de alguno de los mejores cirujanos plásticos del mundo. Durante ese tiempo obtuvo formación en todas las cirugías plásticas, reconstructivas y estéticas a nivel de la cara, entre ellas la rinoplastia, la otoplastia, la blefaroplastia, el lifting facial y la cirugía de rejuvenecimiento facial.

Posteriormente tras una dura preparación, y tras pasar un examen en Londres, obtuvo la Certificación Internacional en cirugía plástica facial por el Comité Internacional de Cirugía Plástica y Reconstructiva Facial, el estamento más elevado en esta materia a nivel internacional. Esta distinción la poseen sólo 3 cirujanos en España y menos de 30 en Europa.

Es delegado en España de la Academia Europea de Cirugía Plástica Facial, secretario de la Sociedad Española de Cirugía Plástica Facial y miembro de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello.

En la actualidad tiene una actividad exclusivamente privada y centrada 100% en la cirugía de rinoplastia, la cual realiza a diario. Recientemente, el Dr. Casas ha recibido el premio al "Mejor cirujano de Rinoplastia de España", de manos de la Ministra de Sanidad, Carmen Montón, durante la gala de los premios "A tu salud 2018" en la sede del diario La Razón, junto a algunos de los mejores médicos y cirujanos de España.

Este premio le ha sido entregado debido a su gran aportación en el mundo de la rinoplastia, ya que ha sido pionero en España en introducir el instrumental ultrasónico en esta cirugía.

# el especialista cirugía plástica facial: rinoplastia

## la técnica

El Dr. Casas lleva realizando cirugía de rinoplastia más de 10 años. En el momento actual es el cirujano con más casos intervenidos mediante la técnica de rinoplastia ultrasónica en España. Esta técnica es la más avanzada para la cirugía de rinoplastia.

Este método permite remodelar los huesos nasales

sin romperlos, de una forma menos traumática, ya que no daña el tejido blando ni los vasos sanguíneos que recubren el hueso, reduciendo la hinchazón y los moratones del paciente. Además permite una precisión mucho mayor en todo el trabajo sobre el hueso que se realiza en esta cirugía. En definitiva, es una técnica que aporta numerosas ventajas tanto para el paciente, en cuanto a su recuperación y el resultado postoperatorio, y también para el cirujano, en lo que se refiere a la precisión de su técnica.

## la entrevista

### ¿Cuál es el balance a su carrera profesional?

Estoy muy contento con como está yendo mi carrera profesional. Terminé mi especialidad en el año 2007, siempre me gustó la cirugía de nariz, y desde el inicio quise profundizar en ella. Actualmente soy el único cirujano en España con una dedicación 100% exclusiva a la cirugía de nariz y de rinoplastia. Si queremos ofrecer los mejores resultados a los pacientes, debemos especializarnos, ya no vale simplemente con especializarse en áreas médicas y quirúrgicas grandes, sino que en la actualidad debemos hacerlo en cirugías concretas. Esta subespecialización y dedicación exclusiva es lo que marca la diferencia y nos permitirá evolucionar, mejorar y ofrecer lo mejor a nuestros pacientes.

La cirugía de rinoplastia es probablemente la cirugía estética más difícil. Es imprescindible esta dedicación plena y especialización para poder obtener los mejores resultados.

Mi objetivo es desarrollar las técnicas menos invasivas para el paciente en cuanto a la cirugía de nariz, que le permitan recuperar su actividad habitual lo antes posible, y a la vez ofrecerle los mejores resultados posibles, tanto desde el punto de vista estético como desde el punto de vista funcional.

### ¿Cuál es el perfil de sus pacientes?

Se trata de pacientes a los que no les gusta la forma de su nariz, y algunos de ellos además tienen problemas respiratorios nasales.

La cirugía de rinoplastia consigue de manera integral la mejoría en la forma y la función de la nariz.

Debido a que soy uno de los pocos cirujanos en España con doble certificación, en otorrinolaringología y en cirugía plástica facial, y con dedicación plena a la cirugía de rinoplastia, recibo pacientes que proceden de todo el país y también del extranjero. Opero pacientes que han venido desde todas las comunidades autónomas de España, y también desde países como Alemania, Francia, Inglaterra, Escocia, Holanda, Bélgica, China, Perú, Ecuador, Colombia, Venezuela, y Argentina.

### ¿Desde cuándo trabaja en el Hospital San Juan de Dios de León?

Desde hace 6 meses opero en el Hospital San Juan de Dios de León. Siempre busco la excelencia en mis cirugías, y este hospital de León posee todos los requisitos, sellos de excelencia y certificados de calidad, para así de manera integral, poder ofrecer el mejor servicio a mis pacientes. Posee un equipamiento tecnológico de última generación, a la vanguardia de los mejores hospitales a nivel nacional, pero lo que es si cabe más importante, posee un excelente equipo humano trabajando, tanto a nivel de hospitalización en planta, en el quirófano, en admisión, administración y demás áreas.

### ¿Alguna anécdota o curiosidad?

Para mí las principales anécdotas, son los éxitos con mis pacientes. Debido a que en muchas ocasiones opero pacientes que vienen de muy lejos, para poder controlar la evolución de su cirugía de nariz me suelen enviar fotos y mensajes. Los mensajes que me envían son muy cariñosos, llenos de felicidad y que demuestran lo agradecidos que están con el resultado.



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<sup>a</sup> José Fernández Suárez

## anatomía patológica

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

## anestesiología

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

## cardiología

- Dra. Gloria M<sup>a</sup> Álvarez Vicente
- Dr. Javier Vara Manso

## cirugía general y laparoscopia

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

## cirugía oral y maxilofacial

- Dr. Juan María Santos Oller

## 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. Miguel Enrique Egido Romo
- Dr. Luis Miguel Valladares Narganes

## diagnóstico por imagen

- Dra. Carmen Fuertes Castellanos
- Dr. Stanley Hoff

## digestivo

- Dra. Dolores González García
- Dra. Patricia Suárez Álvarez

## farmacia hospitalaria

- Dr. Javier José del Pozo Ruiz

## geriatría

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

## ginecología

- Dra. Sonia Gutiérrez García

## hematología

- Dr. Edgardo Antonio Barranco Charris

## logopedia y terapia ocupacional

- Dña. Cristina Olmo Paniagua

## medicina general (familiar y comunitaria)

- Dra. María del Carmen Rodríguez García

## medicina intensiva

- Dr. Emilio Bronte Borraz

## medicina interna

- Dra. María Ledo Laso
- Dr. Roberto Riera Hortelano
- Dra. Elena Valoria Escalona
- Dr. Juan Llor Baños

## microbiología clínica

- Dra. Elva Valdés Vázquez

## nefrología

- Dr. Benjamín de León Gómez

## 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

## oftalmología

- Dr. Sergio García Estébanez
- Dra. Eva M. González Tortosa

## otorrinolaringología

- Dr. Rafael Pérez González
- Dr. Pablo Casas Rodera

## psicología

- Dña. Angélica Peñín de Castro

## podología

- D. David Muñoz González

## psicología

- Dña. Angélica Peñín de Castro

## psiquiatría

- Dr. Fidel Jorge García Sánchez
- Dr. Ignacio Guereñu Carnevali
- Dr. José de Santiago Sastre

## rehabilitación

- Dr. José Antonio Alcoba Pérez

## traumatología y cirugía artroscópica

- Dr. Luis Fernández Puente
- Dr. Luis Enrique Gamazo Caballero
- Dr. Manuel Ramos Guallart
- Dr. Jaime A. Sánchez Lázaro

## unidad del dolor

- Dr. Alejandro Rabanal

## urgencias

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

## urología y cirugía endoscópica

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







## Julia Merayo se incorpora a nuestro hospital

La incorporación pionera de la dietista-nutricionista colegiada Julia Merayo otorga un valor añadido para el centro al no existir hasta entonces este servicio. Con el Servicio Hospitalario de Nutrición y Dietética se busca mejorar la calidad asistencial del Hospital San Juan de Dios de León.

Entre las diferentes funciones que abarcará la nutricionista se encuentra el trabajo directo y conjunto con el servicio de catering y cocina. Julia Merayo se encargará también de la formación del personal sanitario en alimentación. Asimismo una de las prioridades de este servicio es la labor de concienciación y divulgación de la importancia de los hábitos saludables. Otro punto importante de las tareas que tiene por delante Julia Merayo es el trabajo multidisciplinar para la mejora en el tratamiento nutricional del paciente.

Julia cursó sus estudios en Nutrición Humana y Dietética en la Universidad de Valladolid y amplió su formación con diferentes másteres y cursos especializados. El Hospital San Juan de Dios de León sigue invirtiendo cada día en mejorar su calidad asistencial con nuevas incorporaciones en su servicio como el de Julia Merayo.

## bacterias multirresistentes

Un registro hospitalario realizado por la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica muestra que las infecciones por bacterias multirresistentes causan cada año 35000 muertes en España, treinta veces mas que los accidentes de tráfico.

## identidad de género

Valencia ha acogido recientemente el Primer Foro Clínico sobre Identidad de Género, con mas de 200 expertos compartiendo experiencias en ese campo. Se constata que ha cambiado el perfil de las personas que solicitan ayuda en ese campo, que son cada vez mas jóvenes y en mas número. Por ejemplo en la Unidad de Identidad de Género del Hospital Ramón y Cajal, que es referencia para la Comunidad de Madrid; en 2008 la media de edad de las personas que atendía estaba en los 40 años y llegaban a la consulta en torno a 6 casos nuevos al mes. Ahora, 10 años después, la media de estas personas está en 17 años y se reciben 4 casos nuevos a la semana.

## ejercicio físico

El sedentarismo es, sin duda, el causante de un buen número de patologías pediátricas y de la edad adulta. El ejercicio físico se perfila como el fármaco que previene la obesidad y el riesgo cardiovascular, mejora el estado anímico, los logros académicos y la salud ósea y evita los hábitos nocivos. El sedentarismo es la causa evitable de enfermedad global mas importante después del tabaco y la hipertensión.

En la edad pediátrica el ejercicio físico lleva además a la relación con iguales que es muy recomendable. Una vida social sana en la infancia genera adultos con capacidad para decidir, resistentes a la frustración y hábiles en las negociaciones. Por el contrario el sedentarismo lleva a un mayor consumo de azúcar, a la obesidad y a las adicciones tecnológicas.

## videojuegos

En su última versión de la clasificación de enfermedades (CIE-11), la Organización Mundial de la Salud ha incluido la adicción a los videojuegos en su apartado de trastornos mentales. Los videojuegos son productos adictivos que activan los mismos circuitos cerebrales implicados en el consumo de drogas según recuerda la Sociedad de Psiquiatría Infantil. Los perfiles mas vulnerables para desarrollar el trastorno son los niños y adolescentes con déficit de atención y ansiedad social. Por sexos los niños tienen mas tendencia a los videojuegos, y las niñas a las redes sociales.



## El Dr. Pablo Casas recibe el premio al mejor cirujano de rinoplastia de España de manos de la Ministra de Sanidad, Carmen Montón

Este prestigioso premio ha sido entregado al Dr. Casas durante la gala de los premios 'A tu salud 2018' en la sede del Diario La Razón, junto con algunos de los mejores médicos y cirujanos de España. Actualmente realiza su actividad privada en el Hospital San Juan de Dios de León, debido a su gran aportación en el mundo de la rinoplastia, ya que ha sido pionero en España en introducir el instrumental ultrasónico en esta cirugía. En el momento actual es el cirujano con más casos intervenidos mediante la técnica de rinoplastia ultrasónica en España.

La rinoplastia ultrasónica es la técnica más avanzada para esta intervención. Este método permite remodelar los huesos nasales sin romperlos, de una forma menos traumática, ya que no daña el tejido blando ni los vasos sanguíneos que recubren el hueso, reduciendo la hinchazón y los moratones del paciente. Además permite una precisión mucho mayor en todo el trabajo sobre el hueso de la nariz que se realiza en esta

cirugía. En definitiva, es una técnica que aporta numerosas ventajas tanto para el paciente, en cuanto a su recuperación y el resultado postoperatorio, y también para el cirujano, en lo que se refiere a la precisión de su técnica. El Dr. Casas destaca que es un orgullo recibir este premio. "Es un premio prestigioso, y es un reconocimiento al trabajo duro y bien hecho que he llevado a cabo durante años".

La cirugía de rinoplastia requiere una gran dedicación y especialización. Es probablemente la cirugía estética más difícil. "Yo llevo muchos años dedicado a ella. Es imprescindible esta dedicación plena para poder ofrecer a los pacientes los mejores resultados".

Debido a que es uno de los pocos cirujanos en España con doble certificación en otorrinolaringología y en cirugía plástica facial, recibe pacientes para cirugía de rinoplastia que proceden de toda España y del extranjero. Durante el año 2017, ha operado pacientes que han venido desde todas las comunidades autónomas de España, y también desde el extranjero, desde países como Alemania, Francia, Inglaterra, Escocia, Holanda, Bélgica, China, Perú, Ecuador, Colombia, Venezuela, y Argentina.

Ahora mismo, todos sus pacientes pueden acudir para operarse al Hospital San Juan de Dios de León donde realiza su actividad privada. Para más información, puedes ponerte en contacto con el hospital a través de [www.hospitalsanjuandedios.es](http://www.hospitalsanjuandedios.es) o llamando al teléfono 987 23 25 00.



# R Inmobiliaria Pilar Ramos



Le buscamos la  
financiación a su  
medida, financiando  
**el 100%**  
de la vivienda

Fijo desde el  
1% Variable  
0,70 (sin  
ningún tipo de  
comisión)

Pz. Inmaculada, 3 [24001 - León]  
T./F. 987 07 07 57 · M. 601 01 32 49  
inmobiliaria@pisoenleon.es  
www.pisoenleon.es



## ciberamenaza

La transformación digital en la que se encuentra inmerso el sector sanitario trae consigo nuevos riesgos, necesidades tecnológicas y de seguridad, que se deben atender de manera inminente por parte de todos los agentes que intervienen en la cadena de valor del sistema sanitario.

Los ataques cibernéticos a los que se enfrenta el sector salud son conocidos, al igual que las motivaciones de quienes intentan materializarlas. Desde el phishing (basado en intentar obtener datos confidenciales a través de suplantación de identidad), pasando por el ransomware que a través de un virus bloquea el acceso al sistema y pide un rescate a cambio de eliminar dicha restricción.



## diabetes

En la última década los cirujanos bariátricos han constatado que la cirugía bariátrica no solo contribuye a revertir la obesidad, sino que puede resolver la diabetes mellitus tipo 2 en pacientes con ambos cuadros clínicos. Un equipo de investigadores en Boston estudiaron si ese efecto puede conseguirse de forma no invasiva. Nature Materials publica los resultados con un agente oral que en ratas recubre temporalmente el intestino para evitar el contacto de los nutrientes con la pared del intestino delgado y evitar los picos de azúcar en la sangre después de las comidas. Los investigadores buscaron un material que tuviera las propiedades necesarias para adherirse al intestino delgado y luego se disolviera en cuestión de horas.

## homeopatía

La Organización Médica Colegial (OMC) dictaminaba en un texto interno de su Comisión Deontológica bajo qué preceptos es "deontológicamente correcto" ofrecer y usar "procedimientos no validados".

Dada la posible ambigüedad del documento, el presidente de la Comisión Deontológica, Juan José Rodríguez Sendín, y el de la OMC, Serafín Romero, han aclarado que consideran las pseudoterapias, como la homeopatía, prácticas "ya invalidadas por la ciencia". Así, la OMC pretende explicar mejor el texto que no era del todo claro, aunque los responsables consideran que su posición contra las pseudoterapias es clara y reiterada.

## vacunas

La OMS aprovechó la Semana Mundial de la Inmunización para recordar cómo se ha progresado y cuánto queda por hacer a escala mundial, especialmente en los países en desarrollo. La vacunación infantil en el mundo lleva años por encima del 80% y se ha estabilizado en torno al 86%. Pero hay cifras aún sangrantes: se estima que casi 20 millones de niños, no tienen acceso a las vacunas consideradas mas básicas como la DTP (difteria, tétanos y tosferina). El 60% de estos casi 20 millones de menores sin acceso a vacunación viven en 10 países: Angola, Brasil, República Democrática del Congo, Etiopía, India, Indonesia, Irak, Nigeria, Pakistán y Sudáfrica.





## dvd/blu-ray

### lady bird

#### greta gerwig

Sacramento, California, año 2002. Una joven llamada Christine McPherson (Saoirse Ronan), apodada como Lady Bird, se enfrenta a su último año en el instituto. Su deseo es conseguir una plaza en la universidad, en un ambiente cosmopolita, para así empezar una nueva vida lejos de los suburbios. Pero antes tendrá que aprender a relacionarse con su madre (Laurie Metcalf), una mujer obstinada que trabaja incansablemente como enfermera para mantener a flote a su familia después de que el padre de Lady Bird (Tracy Letts) pierda su trabajo. La joven estudiante también tendrá que sobrevivir a sus desventuras académicas y sentimentales con sus compañeros de clase, y es que, sus emociones están a flor de piel.

Lanzamiento: Ya a la venta.



## dvd/blu-ray

### jurassic world: el reino caído

#### j.a. bayona

Hace cuatro años que el parque temático y lujoso complejo turístico Jurassic World fue destruido por dinosaurios fuera de control. Isla Nublar ha sido abandonada por los hombres y los dinosaurios sobreviven como pueden en la jungla. Cuando el volcán de la isla que estaba inactivo entra en erupción, Owen (Chris Pratt) y Claire (Bryce Dallas Howard) ponen en marcha un plan para proteger a los dinosaurios de la extinción.

Lanzamiento: 28 de septiembre.



## dvd/blu-ray

### campeones

#### javier fesser

Marco es el segundo entrenador de un equipo de baloncesto de la primera división española. Tiene problemas en el trabajo, con su pareja y con casi todo lo que le rodea. Es, más que nada, una cuestión de actitud frente a la vida. Un día, en pleno partido de Liga, esas frustraciones desembocan en una tremenda bronca con el primer entrenador, que deriva en una borrachera y ésta en un accidente de tráfico que le sienta en el banquillo. La sentencia le llevará a entrenar a un equipo de baloncesto muy especial. De forma sorpresiva para el propio Marco, él será quien realmente aprenda de su aventura junto a un equipo donde imperan las ganas de vivir...

Lanzamiento: 5 de septiembre.



## cine

### todos lo saben

#### asghar farhadi

Con un reparto de lujo encabezado por Penélope Cruz, Ricardo Darín o Javier Bardem, 'Todos lo saben' es un thriller psicológico que acompaña a Laura desde Buenos Aires hasta su pueblo natal en España, adonde viaja para asistir a la boda de su hermana. Lo que debía ser una breve visita familiar se verá afectada por un inesperado suceso que cambiará sus vidas para siempre. En el thriller aparecen caras conocidas como Bárbara Lennie, Inma Cuesta, Eduard Fernández, Elvira Mínguez o Sara Sálamo.

Estreno: 14 de septiembre.



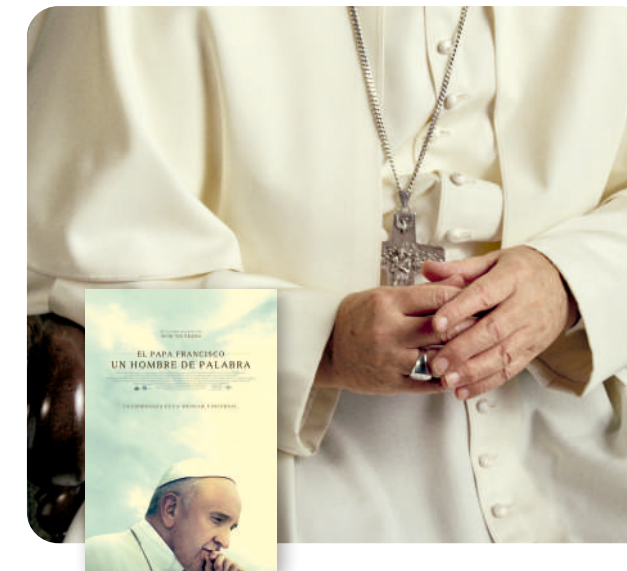
## cine

### el papa francisco, un hombre de palabra

#### wim wenders

El enfoque directo del concepto visual y narrativo del largometraje pone al público cara a cara con Su Santidad, creando un diálogo entre su figura y, literalmente, el mundo entero. Dispuesto a ofrecer respuestas a gente con todo tipo de vidas, el Papa Francisco responde a granjeros y obreros, refugiados, niños y ancianos, reclusos y gente que vive en favelas y en campos de emigrantes e inmigrantes. Esta amalgama de voces y rostros es una disección de la propia humanidad, que da un paso al frente para conversar con el Papa Francisco.

Estreno: 28 de septiembre.



## cine

### ola de crímenes

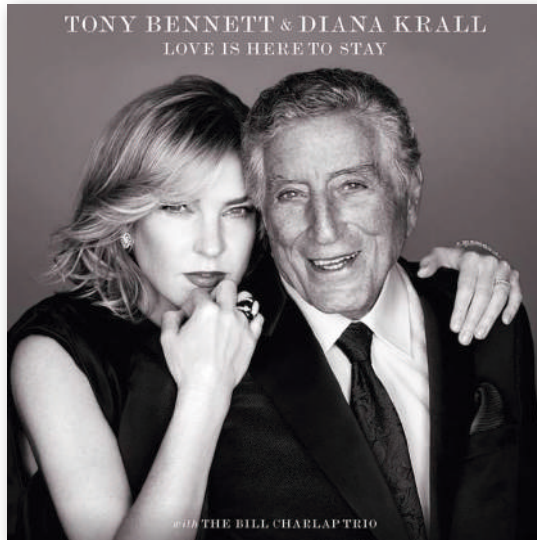
#### gracia querejeta

Leyre (Maribel Verdú), un ama de casa divorciada, con una vida acomodada y con una personalidad algo dispersa, debe enfrentarse a una situación para la que nadie está preparado: su hijo, un adolescente con algún problemita conductual, mata a su padre en un arrebato. Leyre, decidida a hacer lo imposible por protegerle, acaba desatando, a su pesar, una caótica 'Ola de Crímenes' en la ciudad de Bilbao. Mientras, la nueva esposa del difunto (Paula Echevarría) y su implacable abogada (Juana Acosta) tratan de ocultar la jugosa trama de corrupción en la que estaban inmersos.

Estreno: 5 de octubre.







## disco

### love is here to stay

diana krall y tony bennet

'Love is here to stay' es un álbum conjunto de Diana Krall y Tony Bennett, en el que rinden homenaje a George e Ira Gershwin. Grabado con el Bill Charlap Trio.

Tony Bennett comparte una larga amistad con Diana Krall, así como su amor por los Gershwin. En el 2000 ya grabaron duetos para discos de Bennett ('Duets' y 'Playin' with my friends').

Danny Bennett comenta al respecto: "Cuando Tony Bennett y Diana Krall cantan la música de los Gershwin, son de verdad el maridaje perfecto de consumados artistas de la composición y la interpretación."

## disco

### egypt station

paul mccartney

'Egypt Station' es el título de un álbum de Paul McCartney, nombre que comparte con uno de los cuadros pintados por el propio artista.

Producido en su mayor parte por Greg Kurstin, con Ryan Tedder (de OneRepublic) tomando el timón en uno de los temas. Se grabó en Los Ángeles, Londres, y Sussex.

Una colección de 14 pistas avanzada por un single de doble cara A: 'I don't know' ("una balada sensible, cantada desde el alma y a la vez tranquilizadora") y 'Come on to me' ("impera la intensidad y una química que aviva esa chispa que termina generando un resplandor"). Da continuidad 'Fuh you'.



## disco

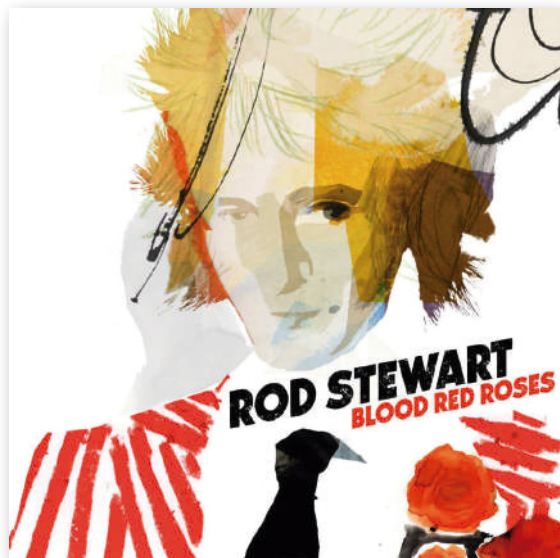
### blood red roses

rod stewart

'Blood Red Roses' es un álbum de Rod Stewart, el 37º de estudio. Una colección de 13 pistas en la edición estándar, con 3 extra en la deluxe. Un disco de canciones originales, del que también forman parte 3 covers.

Co-producido por su colaborador habitual Kevin Savigar, se anuncia que la obra se "mueve con facilidad entre el folk acústico, el pop/R&B con tintes Motown, un rock'n'roll sin adulterar o tiernas baladas".

"Siempre he pensado que hago mis discos para unos pocos amigos y este álbum tiene ese tipo de intimidad", en palabras de Stewart. "La sinceridad y la honestidad viajan lejos en esta vida y lo mismo se aplica a la composición".



## libro

### el hambre invisible

santi balmes

'El Hambre Invisible' es una novela con trazos de autobiografía, ensayo, poesía, diario y regresión. En ella experimentaremos la necesaria búsqueda de nuestra esencia como personas, de comprender lo que nos define, y de paso, identificar a nuestro enemigo interior a través del diálogo con uno mismo.

En definitiva, estamos ante un mapa del alma que puede ayudar al lector a configurar el suyo.

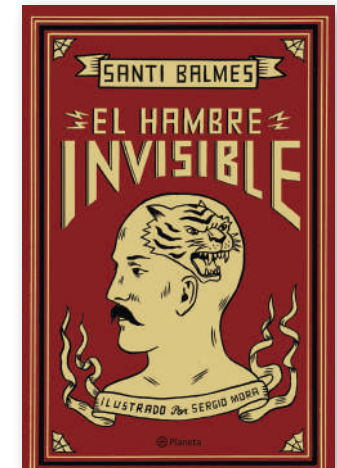


## libro

### el rey recibe

eduardo mendoza

Con la conocida unión de maestría narrativa y refinamiento estilístico del autor, personajes reales e imaginarios, típicos del universo de Eduardo Mendoza, se dan la mano en esta novela, brillante inicio de la trilogía 'Las Tres Leyes del Movimiento', que recorrerá los principales acontecimientos de la segunda mitad del siglo XX. Barcelona, 1968. Rufo Batalla recibe su primer encargo como plumilla en un periódico: cubrir la boda de un príncipe en el exilio con una bella señorita de la alta sociedad. Coincidencias y malentendidos le llevan a trabar amistad con el príncipe, que le encomienda, entre otras cosas, escribir la crónica de su peculiar historia.



## libro

### metralla y purpurina

luis ramiro

Después del éxito de 'Te odio como nunca quise a nadie', Luis Ramiro publica su nuevo libro de poemas 'Metralla y purpurina'.

Una poesía cercana y directa que ha conseguido llegar al corazón de miles de lectores de todas las edades. Poemas que hablan del amor, la vida, los reencuentros y los engaños con los que cualquier persona puede identificarse a la primera. Sonetos, textos libres y micropoemas que se clavan como flechas. Este libro radiografía nuestra sociedad a base de metáforas certeras que se atreven a dar donde más duele, sin complejos, o a darte la caricia justa que estabas necesitando.





## la experiencia del paciente

En la actualidad, nos enfrentamos a nuevos retos en la gestión del paciente crónico, promovidos por el cambio demográfico y el envejecimiento de la población. En el año 2052 se estima que los mayores de 64 años se incrementarán en 7,2 millones de personas. Si asumimos, según las publicaciones, que el 52% del gasto en atención especializada se dedica a este grupo de pacientes, siendo los mayores de 70 los responsables del 40% del gasto total, nos encontramos en un escenario en el que bienestar y sostenibilidad deben ir de la mano. La buena medicina es la que aporta valor a todas las partes, permitiendo una atención rápida y de calidad, en la que los pacientes sean el centro de la misma, participando activamente en todo el proceso.

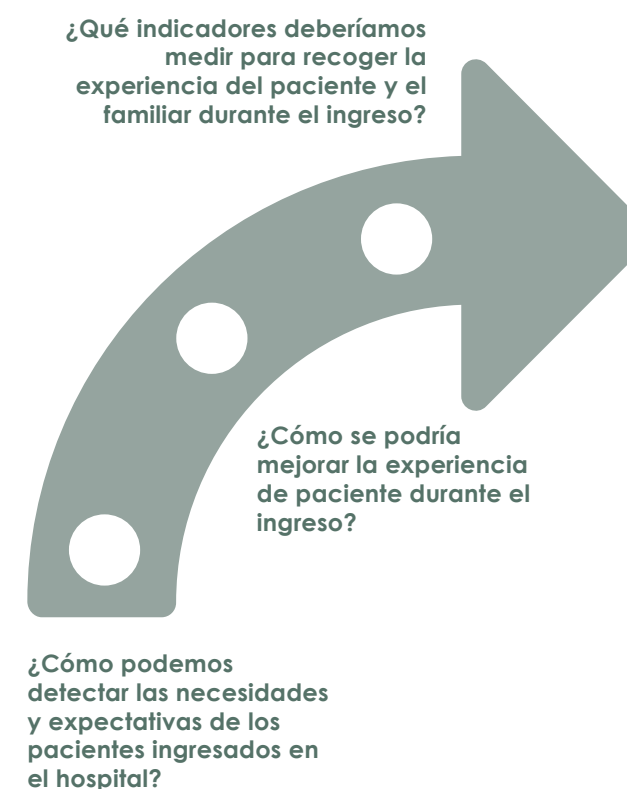
La experiencia del paciente y la atención centrada en el usuario, así como la evaluación de la satisfacción con respecto a la atención sanitaria, son variables esenciales en la evaluación de la calidad asistencial. El concepto del "benchmarking" tiene por objeto la comparación de procesos, productos o servicios que generen las mejores prácticas y resultados en salud, con el único fin de buscar la mejora continua en la atención ofrecida al paciente. Desde el año 2011, 'The Beryl Institute' publica anualmente los resultados de un estudio bienal de benchmarking sobre los factores influyentes en la experiencia del paciente, que revela información sobre las tendencias en la estructura y en la práctica, el liderazgo y la medición, ofreciendo consideraciones básicas para las organizaciones que buscan liderar la experiencia de paciente. La investigación involucró a casi 1.700 encuestados de 26 países de 6 continentes que comparten desafíos y oportunidades.

El informe concluye que la experiencia de paciente es una prioridad, junto con el enfoque de la participación de los profesionales, así como la voz de los familiares y/o cuidadores principales, y el liderazgo y cultura organizacional en la institución como factores de gran impacto en la calidad de la atención percibida. Los resultados del informe destacan como prioridades de las organizaciones sanitarias la experiencia del paciente (entendida como la integración de calidad, seguridad y servicio), y el engagement de los profesionales (definido como un estado motivacional positivo y compromiso con la tarea a llevar a cabo).

Desde el enfoque del diseño centrado en la persona (Human Centered Design), se ofrecen herramientas que facilitan la mejora en el rendimiento, permitiendo una comprensión en profundidad de los pacientes, familiares, personal y proveedores, fomentando la colaboración entre ellos que facilite la comprensión de desafíos ambiguos, aportando soluciones innovadoras para abordarlos.

En este marco, la clave del éxito de cualquier centro sanitario es por tanto diseñar y ofrecer un servicio que cumpla con las necesidades y expectativas de los pacientes a los que va dirigido, los familiares y cuidadores que acompañan al paciente, y los profesionales que asisten al mismo. Para conseguirlo, es necesario comprender en profundidad a todos los actores, el entorno cultural y el contexto en general. Este enfoque coincide con las recomendaciones de la Comisión Europea en relación al fomento de una investigación e innovación responsables (RRI), promoviendo una I+D+i más abierta e inclusiva, más alineada con los valores y expectativas de la ciudadanía, dando lugar a procesos de innovación e investigación más eficaces y adecuados para satisfacer sus necesidades y expectativas, siendo clave el co-aprendizaje, y la combinación de investigación, educación y acción social para mejorar la salud.

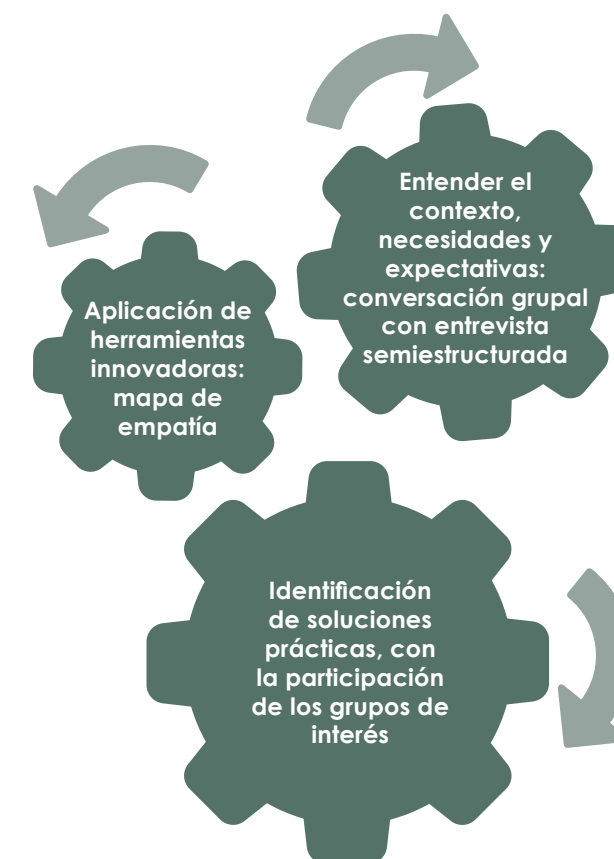
El Hospital San Juan de Dios de León, alineado con estas recomendaciones, comienza una serie de sesiones de innovación cuyo objetivo, en este caso, es conocer las necesidades y expectativas del paciente crónico que ingresa en el hospital, así como su experiencia durante el ingreso. En el siguiente esquema, se representan los retos abordados:



Para conocer cómo se siente, qué piensan y cuáles son las necesidades de los pacientes, exploramos sus vivencias y experiencias en torno al ingreso hospitalario con el objetivo de obtener información más allá de la recogida por los cuestionarios. Cobra especial relevancia el análisis de las emociones, los sentimientos y las barreras y/o facilitadores que expresaron los pacientes en relación a la atención que habían recibido en relación a su patología crónica. Para ello trabajamos el mapa de empatía, herramienta que nos ayuda a entender no sólo lo que "parece" que quiere el cliente, lo que dice, sino lo que realmente quiere (necesidades latentes). Para construir una propuesta que aporte valor, tenemos que buscar empatizar con los actores implicados para comprender sus aspiraciones, necesidades, frustraciones y motivaciones respecto al tema que nos ocupa.

A continuación, elaboramos el mapa de experiencia del paciente, que nos permitió representar gráfica-

De acuerdo con el enfoque de sanidad participativa, y combinando técnicas y herramientas propias del diseño centrado en las personas, se identificaron las siguientes fases de trabajo:



mente los pasos que sigue el usuario, o paciente en este caso, al relacionarse con el proceso de estudio. Se identificaron cada una de las etapas, los puntos de interacción con los profesionales, y las emociones que provoca dicha interacción (positivas o negativas). Conocer cómo se siente el actor en cada uno de los puntos, nos permitió plantear propuestas de mejora de la experiencia del paciente, que fueron ideadas y prototipadas a través de un proceso de co-creación entre todos los participantes.

**Elena García García**  
**Gema Escobar Aguilar**  
 Departamento de Investigación  
 Fundación San Juan de Dios





## buen ambiente en el trabajo. crearlo y conservarlo

Según la RAE, se puede definir como ambiente el "conjunto de condiciones físicas que se dan de un lugar en concreto", si le sumamos la palabra "laboral" me daréis la razón que aunque la parte material importa, la porción emocional influye y mucho.

¿Cuánto peso tiene sobre nosotros que en nuestro día a día lectivo estemos rodeados de un clima agradable? Teniendo en cuenta el número de horas que pasamos en el trabajo con nuestros compañeros y superiores, es evidente que esta respuesta se puede dar sin titubear en mayúsculas negrita y subrayado, MUCHO.

Supongo que mientras os deslizáis por estas líneas es inevitable pensar si en vuestro trabajo contáis con él o si por el contrario no es tan bueno como os gustaría... En la mayor parte de los casos, el "culpable" de que se encuentre el equilibrio interior necesario para realizar una jornada de trabajo con normalidad no suele ser un solo aspecto, sino un cóctel de varios, que pueden conseguir una mezcla explosiva positiva o negativa. En resumen, muchos pocos, hacen un mucho.

A todo lo anterior podemos ponerle nombre, se trata de los "riesgos psicosociales". El término "psicosocial" hace referencia a la interacción que se produce entre un sujeto y el entorno en el que se encuentra. Hay una gran cantidad de factores, llamados "factores psicosociales en el trabajo" que medidos de la forma adecuada pueden dar muchísima información

del estado físico y mental de un trabajador, y así saber si se siente confortable y a gusto en su ambiente de trabajo.

Algunos de estos factores podrían ser el rol que desempeña el trabajador, las relaciones interpersonales con los miembros de sus equipos de trabajo y jefes, el ritmo y la carga de trabajo, la importancia que se le da a sus aportaciones u opiniones, el reconocimiento a su desempeño diario, así como otros de tipo confort como pueden ser la luz, la temperatura, el nivel de ruido, el habitáculo donde permanece la mayor parte del tiempo, si cuenta con los medios necesarios para poder desempeñar de forma efectiva sus funciones, etc.

Los riesgos psicosociales llevados al extremo traen consigo graves perjuicios para la salud. Pueden empezar como algo leve llegando a transformarse en una situación mucho más severa y extrema, ya que la consecuencia directa de sufrirlas desencadena estrés y el estrés deriva en resultados físicos, psicológicos y sociales muy negativos tales como depresión, enfermedades de tipo cardiovascular, respiratorio, insomnio, problemas dermatológicos como urticarias crónicas, entre muchas otras.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social, es decir no solo como la ausencia de enfermedad. Por ello cuando no existe el equilibrio necesario entre estos tres aspectos se podría considerar que el trabajador se encuentra en un estado digamos, poco saludable.

Por otra parte es importante matizar que no todas aquellas situaciones o aspectos que un tra-

bajador percibe como negativas son de forma automática un riesgo psicosocial por definición. No podemos olvidarnos de algo muy importante, todos y cada uno de nosotros somos diferentes, y por ello nos afectan las cosas de forma distinta. No nos relacionamos de la misma manera, no le damos la misma importancia a los acontecimientos o situaciones que puedan darse en nuestro entorno laboral, nos afectan de forma diferente las actitudes de terceros... y así podríamos hacer una lista interminable. En definitiva, que un mismo puesto de trabajo con unas determinadas condiciones laborales puede ser fantástico para un trabajador y una pesadilla para otro.

Salvando los extremos, y ya que el término medio se encuentra la virtud, el objetivo principal de las empresas es conseguir minimizar los posibles riesgos psicosociales más genéricos que pueden abarcar al mayor número de trabajadores de forma inmediata, abordando seguidamente las individualidades.

Para poder poner en práctica todo lo anterior realizamos evaluaciones donde son identificados estos riesgos, para posteriormente llevar a cabo la planificación de las medidas preventivas adecuadas y así conseguir un mejor rendimiento, menor absentismo, mayor implicación, satisfacción y mejora de la salud de los trabajadores. En definitiva conseguir un entorno donde se sientan confortables, cómodos y seguros.

Las evaluaciones de los riesgos psicosociales se pueden llevar a cabo utilizando diferentes métodos de actuación. Se elegirá el más adecuado en base a diversos parámetros como pueden ser, el sector empresarial, el número de trabajadores, el conocimiento o desconocimiento previo de la mayoría de los riesgos, si buscamos realizar un estudio objetivo o por el contrario queremos la opinión precisa y concreta

de cada puesto de trabajo etc.

No obstante cabe puntualizar que cuando un trabajador percibe que existe un factor que le está causando un malestar que perturba su equilibrio mental o físico, no debe esperar a que una evaluación detecte ese riesgo, lo mejor será comunicarlo al departamento correspondiente para que se tomen medidas correctivas lo antes posible. Como he comentado anteriormente, el hecho de pasar muchas horas sometidos a un aspecto laboral negativo puede traer consecuencias nefastas.

Los trabajadores son el corazón del Hospital San Juan de Dios de León, y es por ello que una de nuestras grandes preocupaciones y prioridades es conseguir el mejor entorno posible para lograr un mayor desarrollo personal y profesional de todos ellos. Por este motivo, desde el departamento de Recursos Humanos prevenimos, detectamos y subsanamos todos aquellos posibles factores negativos que puedan derivar en un riesgo psicosocial. El bienestar de hoy es la salud de mañana.

Por último, y puesto que todo suma, me gustaría animaros a que cada día al llegar a vuestro puesto de trabajo lo hagáis con una sonrisa acompañada de un ¡Buenos días! enérgico, positivo y que transmita en definitiva que, queréis aportar vuestro granito de arena para conseguir el tan ansiado "buen ambiente de trabajo".

Leticia Álvarez García  
Administrativo RRHH  
Hospital San Juan de Dios de León

## Foto Cuadro Personalizado

# 10% DESCUENTO

Usando este código la finalizar la compra  
**HSJD15**

**SORLES**  
servicios gráficos

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

f Síguenos





ESTAMOS  
**CON USTED**  
DURANTE SU BAJA  
LABORAL

## Siéntase seguro en situaciones adversas

LE ASEGURAMOS EN CASO DE QUE TENGA  
UN ACCIDENTE O ENFERMEDAD.

Con el nuevo Seguro de Baja Laboral, A.M.A. proporciona a sus mutualistas una cantidad económica\* para compensar la falta de ingresos durante la baja laboral.

### COBERTURAS BÁSICAS:

- ✓ INCAPACIDAD TEMPORAL POR ENFERMEDAD
- ✓ INCAPACIDAD TEMPORAL POR ACCIDENTE



**www.amaseguros.com**  
**902 30 30 10 / 987 26 19 23**

Síguenos en      

y en nuestra APP 

**A.M.A. LEÓN**

Fuero, 9; bajo Tel. 987 26 19 23 [leon@amaseguros.com](mailto:leon@amaseguros.com)

(\*) La cantidad económica diaria queda previamente fijada en las condiciones de la póliza. Indemnización según baremo



## el voluntariado hoy

Todos sabemos que estamos entrando en nuevas estructuras sociales, las necesidades que van surgiendo son distintas, la sociedad ha cambiado notablemente y el ser humano sigue el ritmo del cambio a unas velocidades a veces vertiginosas.

Pero a pesar de todos esos cambios, seguimos siendo vulnerables, incluso más que antes, el nivel de competencia es mayor en todos los contextos, y eso al final desgasta con más rapidez a las personas. Ese desgaste, ese agotamiento, se produce a una edad más temprana que en otros momentos sociales, y cada vez vivimos en una sociedad donde las personas sufren unos niveles de vulnerabilidad que a veces tienen mal desenlace.

El voluntariado tiene un papel fundamental en todos estos contextos de cambio, y de vulnerabilidad. El ser humano cada vez está más solo aunque es verdad que vivimos más, cronológicamente hablando, pero la calidad de vida se va perdiendo, no es tan real, como a veces manifestamos. Los niveles de soledad y dependencia están en cotas altas.

La Orden Hospitalaria de San Juan de Dios sigue apostando por el voluntariado, sigue apostando por los más débiles, sigue en su necesidad de ayudar a todos, sigue apostando por conseguir una vida digna para todos, y el voluntariado es esa pieza del puzzle que no puede faltar y que como consecuencia debemos apostar por ello, valorarlo y agradecerlo.

Sabemos las dificultades que entraña su gestión, sabemos que ser voluntario no es solo buena voluntad. El voluntario se entrega a fondo perdido, no mide, no calcula lo que va a quedar como resultado de una acción, simplemente está.

Los que trabajamos en la orden, sabemos bien qué significa esa compañía de los voluntarios, qué significa hablar con el otro sin juzgar, sin indagar en la vida de nadie, sin organizarle la vida de lo que puede ser mejor o peor, sencillamente la persona espera una acogida, así, ¡sin más!

El voluntario recibe el agradecimiento del que es acogido, le reporta tranquilidad. Todos los voluntarios hablan de las mismas sensaciones cuando terminan su actividad en frases como: ¡ya tenía ganas de volver!, lo necesitaba... esto nos tiene que hacer pensar que la felicidad y el bienestar que produce la donación de uno mismo, de su tiempo, es algo que no es fácil explicar en los tiempos que vivimos, ya que todo radica en ser feliz a toda costa con un buen sueldo, un buen puesto de trabajo, un buen coche, unas buenas vacaciones... etc. Es decir, todo este conjunto de cosas es lo que se llama éxito y se traduce en felicidad y todo esto parece estar de moda.

Pero si buceamos un poco y oímos a muchos voluntarios que pasan por nuestras casas, la escala de valores es otra, nada que ver con lo que la sociedad valora y estima.

Los pacientes me regalan a mi más que yo a ellos, y en ese cruce de sentimientos está la bondad del ser humano, sin medir quien da más o quien recibe más, porque hay cosas que aunque pueden ser objetivas no se puede medir ni pesar. Por lo que desde aquí damos mil gracias a todos los voluntarios de nuestros centros, por aportar, por donar vuestra alegría y vuestro tiempo.

**Rosa M. Quintano**  
**Responsable de Voluntariado**  
**Hospital San Juan de Dios de León**





## sant joan de déu terres de lleida

### reclamos a los poderes públicos y a la sociedad

Desde la Provincia de Aragón-San Rafael de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios se aborda la asistencia a la salud mental infantojuvenil y de adultos desde una perspectiva integradora tanto desde el punto de vista sanitario como de servicios sociales y con la visión de continuidad de los procesos asistenciales, siempre en un marco de colaboración con los servicios sanitarios y con los agentes sociales de las tierras de Lleida.

Se aborda la asistencia a la salud mental infantojuvenil y de adultos desde una perspectiva integradora tanto desde el punto de vista sanitario como de servicios sociales y con la visión de continuidad de los procesos asistenciales.

### breve repaso histórico

En 1965 los Hermanos de San Juan de Dios iniciaron la función asistencial y hospitalaria en las comarcas de Lleida creando una colonia agrícola en la localidad de Almacelles, a 25 km de Lleida, para personas adultas con discapacidad. Las personas atendidas se dedicaban al campo y aprovisionar de productos agrícolas a otros centros de la Provincia de Aragón-San Rafael.

A finales de los años 70 la actividad comenzó a aumentar, consolidándose como centro asistencial, manteniendo el ámbito rural como medio terapéutico y ocupacional de los usuarios. Es entonces que se requieren más recursos humanos y empieza la colaboración con el personal laico y los voluntarios. El crecimiento de San Juan de Dios en Almacelles ha sido constante. En los años 90 se incorporó una residencia asistida, el Centro Especial de Trabajo "El Pla" y los talleres ocupacionales, complementados con programas dirigidos a mejorar la atención a las personas con discapacidad intelectual.

### asumiendo la asistencia de la salud mental y la atención especializada en discapacidad intelectual

En el año 2003 se produce otro hito trascendente en la historia de Sant Joan de Déu Terres de Lleida: la incorporación de la atención a la salud mental mediante contrato con el Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya, que se añadió al que ya existía con el Departamento de Asuntos Sociales para la atención a la Discapacidad Intelectual. Así, se inauguraron las unidades de Salud Mental, Unidad de Trastorno de Conducta y la Residencia Especializada de envejecimiento y pluridiscapacidad.

También en 2003, la Orden Hospitalaria integra el Centro de Salud Mental Infantil y Juvenil (CSMIJ), que cubría la atención pública a la salud mental de personas menores de 18 años de toda la provincia de Lleida, y que asumió la filosofía institucional, los principios ideológicos y los valores fundamentales de la institución juandediana.

Diez años después, en 2013, se amplía la atención especializada a personas con discapacidad intelectual y trastorno de conducta coincidiendo con la apertura de un nuevo edificio con capacidad para 90 usuarios. Progresivamente, se ponen en funcionamiento la Unidad Hospitalaria Especializada en Discapacidad Intelectual (UHEDI), única en toda la provincia de Lleida, y la Unidad Neuropsiquiátrica de Daño Cerebral (UNDACE), que junto con las 60 plazas de atención a los trastornos de conducta, completan la dotación de este moderno edificio.

En el año 2015 se pone en marcha en Almacelles un Hogar-Residencia para personas con enfermedades de salud mental que ha sido trasladada este mismo 2017, a las magníficas instalaciones de la Acadèmia Mariana de Lleida, mediante un acuerdo de colaboración con el Obispado de Lleida, que es su titular.

### una nueva etapa de crecimiento y de abordaje del reto de integración social

En el año 2016 la Provincia de Aragón-San Rafael decide que todos los centros y dispositivos que la Orden tiene en las comarcas leridanas se engloben en un único proyecto asistencial de Hospitalidad. Este proyecto recibe la denominación de Sant Joan de Déu Terres de Lleida.

Ya bajo esta denominación, en abril de 2017 se pone en funcionamiento el nuevo Hospital Sant Joan de Déu de Lleida para la atención integral a la salud mental. Se trata de un edificio con una capacidad de 130 plazas de hospitalización de salud mental,

## fichas técnicas

Nombre:  
**Sant Joan de Déu Terres de Lleida  
Hospital de Lleida**

Dirección:  
**Av. La Canadiense, 28  
25001 Lleida**

Teléfono:  
**973 26 72 22**

Correo electrónico:  
**terresdelleida@sjd-lleida.org**

Sitio web:  
**www.sjd-lleida.org**

Número de empleados:  
**450**

Número de habitaciones:  
**70**

Certificaciones de calidad:  
**ISO 14001  
Reglamento Europeo EMAS III  
OHSAS 18001:2007**

Nombre:  
**Sant Joan de Déu Terres de Lleida  
Acadèmia Mariana**

Dirección:  
**C. Alcalde Costa, 26  
25002 Lleida**

Teléfono:  
**973 01 04 06**

Correo electrónico:  
**terresdelleida@sjd-lleida.org**

Sitio web:  
**www.sjd-lleida.org**

Número de empleados:  
**4**

Número de habitaciones:  
**15 plazas Housing First  
30 plazas hogar Salud Mental**



que incluye el Hospital de Día de Salud Mental Infanto-Juvenil, así como el servicio especializado en Salud Mental para discapacitados intelectuales y una excelente área docente.

Uno de los proyectos más carismáticos de Sant Joan de Déu Terres de Lleida ha sido iniciar la atención a personas en riesgo de exclusión social, mediante la puesta en marcha del programa Housing First (lo primero el hogar), fruto de un convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Lleida, consistente en facilitar alojamiento en viviendas a personas sin hogar.

En esta etapa, se le encarga a Sant Joan de Déu Terres de Lleida la coordinación funcional del Centro Especial de Trabajo "El Pla", perteneciente a la Fundación Benito Menni (también de la Orden Hospitalaria), que se erige como el máximo exponente del proyecto de integración laboral de personas con problemas de salud mental y discapacidad. En este marco se ha iniciado también un proyecto de formación para la integración laboral para jóvenes con problemáticas especiales llamado 'Nuevas Oportunidades'.

Así, actualmente Sant Joan de Déu Terres de Lleida, incluye:

- El Centro Asistencial de Almacelles y los pisos asistidos para Discapacidad Intelectual.
- El Hospital Sant Joan de Déu de Lleida.

- El Hogar Residencia de Salud Mental de la Acadèmia Mariana.
- Los proyectos sociales Housing first y Nuevas oportunidades.
- La coordinación funcional del Centro Especial de Trabajo "El Pla", perteneciente a la Fundación Benito Menni.



Comunicación OHSJD Aragón  
Sant Joan de Déu Terres de Lleida

## ¿dónde estamos?



## Pensamos en el futuro para alcanzar el presente

### Instalaciones Schindler en el Hospital San Juan de Dios de León.

Una sociedad que quiere evolucionar ha de permanecer en constante movimiento. En Schindler elevamos el concepto del transporte vertical. Estamos siempre a la vanguardia en tecnología y diseño con soluciones innovadoras de movilidad para satisfacer las necesidades de nuestros clientes de manera fiable, impulsora y pionera.

Sucursal León  
Tejo, 1  
24007 León  
Tel. 987 246 466

Seguridad y Servicio, con S de Schindler  
[www.schindler.es](http://www.schindler.es)





The logo is a large white graphic on a blue background. It features the number '50' in a bold, sans-serif font. The '0' is stylized to incorporate a medical cross at the top and a laurel wreath on the right side. Inside the circle of the '0', the word 'AÑOS' is written in a white, sans-serif font. The background is a deep blue with a grid pattern and faint white line drawings of medical equipment and human anatomy.

# 50 AÑOS

## CUIDANDO DE TI

50 años al servicio de los leoneses con los mejores profesionales, invirtiendo de manera continua en tecnología, innovación e infraestructuras, apostando por la calidad y con la hospitalidad como valor fundamental.

En el Hospital San Juan de Dios de León llevamos 50 años junto a ti, para ser tu hospital.

**HOSPITAL  
SAN JUAN DE DIOS  
DE LEÓN**



[www.hospitalsanjuandedios.es](http://www.hospitalsanjuandedios.es)