

salud^{dosmil}

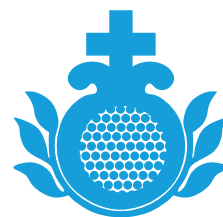
hospital san juan de dios de león

septiembre 2020 | número 140



- **en persona** | pedro baños
- **la actualidad** | invertir en salud en una apuesta por la tecnología más puntera
- **el especialista** | dr. luis iglesias vela

saluddosmil.com



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

La medicina
a tu servicio

Unidad de Accidentes de Tráfico

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

Nuestro compromiso,
tu salud.



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

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



www.hospitalsanjuandedios.es

Si hay algo común para todos nosotros en este año es que va a marcar nuestras vidas por todas las circunstancias a las que nos hemos tenido que enfrentar desde el punto de vista personal, familiar, profesional, anímico y laboral.

El funcionamiento de un hospital no es ajeno a este profundo cambio. 2020 está suponiendo un reto y la situación durante los próximos meses, hasta que la ciencia encuentre una fórmula para que podamos combatir o convivir con esta nueva enfermedad, lamentablemente no mejorará.

Pese al horizonte de incertidumbre que se nos presenta, desde el Hospital San Juan de Dios de León hemos decidido continuar con un ambicioso plan de inversiones que supondrá adquirir equipamiento y tecnología por valor superior a dos millones de euros.

En los seis primeros meses del año hemos adquirido equipamiento diagnóstico y quirúrgico de última generación (biómetros, microscopios oftalmológicos, monitores de constantes, respiradores invasivos, nuevas mesas de quirófano, etc.), con el fin de mejorar la seguridad y la calidad de nuestra atención clínica.

Estos días estamos empezando el trabajo con la nueva resonancia magnética de Philips cuya principal novedad reside en la

mejora de la experiencia del paciente, eliminando el ruido y la sensación de claustrofobia, siendo un ejemplo de que la tecnología debe ser humanizada.

Dentro de unas semanas contaremos con un novedoso sistema de navegación e imagen intraoperatoria de Brainlab para la cirugía de columna vertebral. San Juan de Dios de León será el segundo centro sanitario en Europa en contar con dicha tecnología después de un hospital de Salzburgo (Alemania).

Seguiremos avanzando con la implementación de desarrollos de integración informática, instalación de nuevos programas que mejoren la seguridad y accesibilidad de la información radiológica del paciente y de nuestros clientes, que faciliten la gestión de solicitud de consultas por medios digitales, que ayuden a la navegación y a la organización del flujo dentro del Hospital... y todo ello, con las medidas de seguridad, limpieza y desinfección más altas frente al SARS-CoV-2, tal y como acredita nuestra certificación avalada por SGS.

Juan Francisco Seco Martín
director gerente

han colaborado

Juan Francisco Seco, Lucas Rodríguez, Jesús Martínez, M. Nieves, Abilio Fernández, Luis Iglesias, Leticia Álvarez, Toñi Expósito, Departamento de Comunicación de la Clínica de Nuestra Señora de la Paz, La Central

diseña y edita

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

imprime

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

depósito legal LE-2063-2008

nº de autorización sanitaria
24-C11-0007

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



**Certificación
Empresa
Familiarmente
Responsable**

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 9001:2000 en el año 2018, habiendo superado sucesivas auditorías externas anuales, y actualmente está certificado según la nueva norma UNE-EN-ISO 9001:2008.



pedro baños

coronel y experto en geoestrategia

“los datos mueven tanto dinero que pueden terminar en las manos equivocadas”

Pedro Baños Bajo (León, 1960), coronel del Ejército de Tierra actualmente en la reserva y exjefe de Contrainteligencia y Seguridad del Cuerpo de Ejército Europeo de Estrasburgo, es hoy, a sus 59 años, uno de los mayores especialistas mundiales en geopolítica, defensa, seguridad, terrorismo y relaciones internacionales. Además, es el primer militar que

presenta y dirige ‘La mesa del coronel’, un programa creado por la productora de su amigo Iker Jiménez en el que aborda asuntos complejos que “afectan a toda la sociedad”. Por ello, conocer cómo las naciones más poderosas manejan los hilos del mundo se revela clave para entenderlo.

La irrupción de un virus letal retoma la amenaza del bioterrorismo: la posibilidad de que un patógeno sea utilizado por el hombre para sembrar el terror. ¿Es para estar preocupados?

Utilizar patógenos para atacar al adversario no es nuevo. Hasta no hace muchos años hablábamos de guerra bacteriológica, pero ahora hay que hablar de guerra biológica porque los agresivos son cuatro: bacterias, virus, toxinas y hongos. Antiguamente, por ejemplo, se tiraban animales muertos a los pozos de agua para contaminarlos y comprometer la salud de las personas y animales que se abastecían de los mismos. También los ingleses y holandeses causaron estragos entre los nativos de la costa este americana matándolos con mantas infectadas por el virus

de la viruela. El problema de este tipo de ataques es el riesgo de que terminen volviéndose en tu contra por falta de control. Si es verdad que causan efectos psicológicos mayores que los puramente físicos, algo que ya hemos visto con el coronavirus al trasladarse a la población escenas dantescas -como las de fosas comunes- que terminan inevitablemente por afectar a las personas.

Sugiere una investigación internacional por parte de la ONU para “clarificar” el estallido del coronavirus. ¿Sabremos alguna vez lo que ha pasado en realidad?

Sigue habiendo un gran desconcierto sobre lo que ha sucedido a pesar de todos los avances biotecnológicos que se han producido y nada da más miedo

que aquello que se desconoce. La vacuna no acaba de llegar y parece ser que hay decenas de cepas diferentes. Li-Meng Yan, la viróloga china que huyó en abril hacia Estados Unidos, ha asegurado que el SARS-CoV-2 no ha salido del mercado de Wuhan y que hay algo más detrás. Han pasado ya muchos meses y seguimos sin saber su origen y evolución ni por qué ha atacado a unos países mucho más que a otros. Dentro de la propia Unión Europea tenemos a Grecia, que prácticamente no ha tenido casos, y a Italia o España. Con la llegada del calor tampoco ha remitido. Estamos asistiendo a rebrotes en un contexto de temperaturas muy elevadas y para otoño, y asociada a la gripe estacional, se espera una segunda oleada.

La Unión Europea debería tomar esta crisis como una oportunidad para reformarse y salir fortalecida, pero me temo que no va a ser así.

“El que tiene la mejor tecnología, es el que mejor vende”, ha asegurado en alusión a la partida que está ganándole China a Estados Unidos. ¿El conflicto está servido?

Esta crisis ha acrecentado una vieja rivalidad entre dos potencias mundiales y ha agudizado la guerra psicológica entre ambas. China, de manera muy astuta, ha ido ganando terreno para quitarle el cetro a Estados Unidos, que ha intentado desprestigiarla hablando de virus chino y tratando de trasladar una imagen de país atrasado que no respeta las normas sanitarias y la higiene es mínima. Por su parte, China ha acusado a Estados Unidos de descarado racismo y violación a los derechos humanos. Todo es parte del juego.

Asegura, parafraseando a Polonio cuando habla de Hamlet, que lo de Donald Trump “parece locura, pero tiene método”. ¿Sabe lo que hace?

Si Donald Trump fuera un desequilibrado, como muchas veces nos lo pinta la prensa, no hubiera llegado a la presidencia de Estados Unidos. Además, si de verdad estuviera perjudicando a su país, tampoco hubiera seguido en el poder. Trump ha sido atacado de todas las formas habidas y por haber, pero tiene grandes apoyos. Lo cierto es que no ha entrado en ninguna guerra a pesar de su rivalidad con Irán, Rusia y Corea del Norte. Por el contrario, Obama en sus ocho años de mandato no hubo un solo día en el que no estuvo en guerra. El coronavirus ha perjudicado la economía estadounidense, pero a pesar de todo está demostrando una resiliencia muy importante.

¿Dónde queda Rusia en todo este escenario?

Rusia también ha sufrido la crisis del coronavirus, pero no de la misma manera que Brasil o Estados Unidos. Es importante decir que todos los días se daban cifras absolutas, pero no en relación al número de población. Nosotros hemos sido el país del mundo más afectado y solo en algunos momentos nos ha superado Islandia, en contagiados, y Bélgica, en fallecidos. Rusia reaccionó muy bien al mandar a Italia diez aviones cargados con expertos militares rusos y equipos para combatir la pandemia. Eso les permitió, ante el abandono de la UE, dar una buena imagen y aprender sobre el terreno de todo aquello que tarde o temprano les iba a llegar a ellos. Eso mejoró su capacidad de reacción.

En de sus dos obras publicadas hasta la fecha, ‘Así se domina el mundo’ (Ariel, 2017) y ‘El dominio mundial’ (Ariel, 2018), deja claro que “no hay buenos ni malos, solo intereses”. ¿La realidad va más allá de la ficción?

Todas las grandes potencias realizan maniobras de guerra psicológica, manipulación mediática o ciberrataques, empezando por el espionaje de Estados Unidos a todos nuestros líderes políticos. Y no solo se llevan a cabo por personal de los servicios de Inteligencia. Hay psiquiatras, sociólogos y neurocientíficos que saben muy bien cómo influir en la población. Yo no creo en las teorías de la conspiración, sino en las realidades de la conspiración. Los grupos de poder, enfrentados entre ellos, siempre lo han hecho para intentar, desde la sombra, hacerse con el control. Lo que pasa es que intentan ridiculizar a quien quiere desvelarlas.

¿En estos momentos de debilidad generalizada cree que el futuro de la Unión Europea peligra?

La Unión Europea debería tomar esta crisis como una oportunidad para reformarse y salir fortalecida, pero me temo que no va a ser así. Reino Unido, la quinta economía mundial después de Estados Unidos, China, Japón y Alemania, salió el 31 de enero de 2020 y eso precipitó a la UE hacia el descrédito, sobre todo por parte de una gente joven que no está viendo sus expectativas cumplidas. Cuando Italia empieza a sufrir las consecuencias de la pandemia, parece que el resto de países se desentiende. Y ahora tendremos que ver cómo se materializan las ayudas en España y las exigencias que nos van a poner, porque hay una serie de países –los que se consideran austeros– que no están dispuestos a pagar la factura de otros. Todo ello sin olvidar la crisis de los refugiados con el frente común de los países del llamado grupo de Visegrado (Polonia, Hungría, República Checa y Eslovaquia), que se negaron a participar en su reparto y cumplir con las directrices de Bruselas. Y luego hablan de solidaridad y siguen existiendo países de baja fiscalidad,



donde las multinacionales digitales no pagan impuestos. Eso tampoco lo podemos permitir.

Sostiene que “España tendrá que endeudar a varias generaciones y gran parte de la riqueza acabará en manos de fondos buitres”. ¿No tenemos otra solución?

No nos queda más. Ahora mismo el Reino Unido, que para nosotros era un mercado turístico muy importante, ha cancelado todos los vuelos con destino España. Nuestros aeropuertos están vacíos. Es la ruina total. No somos conscientes de lo que esta crisis está significando. Además, la incertidumbre que nos trasladan por una segunda oleada en otoño no ayuda. El que tiene capacidad económica se está guardando ese dinero porque no sabe lo que puede pasar, mientras está el drama de las más de 150.000 personas que aún no han cobrado el ERTE. Muchos de estos expedientes de regulación temporal del empleo se van a convertir en EREs y van a implicar despidos. Esa es la realidad que estamos viviendo. La demanda de ayudas sociales va a seguir aumentando y de algún lado tiene que salir el dinero. Según nos dicen, en un primer momento, del plan de rescate europeo nos van a llegar prestados más de 35.000 millones de euros, pero debemos tener en cuenta que en los últimos años pagamos más de 31.000 sólo de intereses de la deuda. Uno de los problemas de la deuda es la parte que uno debe fuera de su país. Toda la deuda de Japón, aunque es muy elevada, depende de los japoneses, pero cerca del 75 por ciento de la nuestra está en manos extranjeras que nos marcan las condiciones. Pedir dinero es muy fácil, pero luego hay que devolverlo. Es una trampa.

El papel del Ejército en esta crisis sanitaria ha sido decisivo. ¿Qué le diría a quienes rechazan la existencia de las Fuerzas Armadas?

El Ejército no ha tenido la visibilidad que merece si consideramos el grandísimo esfuerzo que ha realizado en

todos los ámbitos. Creo que no se ha trasladado con suficiente intensidad su excelente labor en apoyo a la población civil, cuando tengo compañeros que se han pasado tres y cuatro meses alejados de la familia por estar volcados en las misiones encomendadas. Ha dado un ejemplo absoluto de eficacia, disciplina y lealtad. Las Fuerzas Armadas no solo son fusiles, carros de combate y aviones, sino que realizan muchos más cometidos con personal especializado en emergencias, defensa nuclear, bacteriológica y química (NBQ), operaciones en el ciberespacio, protección de los cables submarinos para que nadie nos corte las telecomunicaciones... Esa imagen no le llega al conjunto de la sociedad. Somos los grandes ignorados, pese a que probablemente seamos los servidores públicos mejor preparados y más eficaces. Hay que potenciarlas y dotarlas de medios adecuados, porque muchas unidades están en una situación de penuria.

Por el contrario, sí cuestiona el papel de estructuras políticas y militares internacionales como la OTAN. ¿Por qué debería desaparecer?

Creo que, aunque uno pertenezca a este tipo de estructuras, siempre deben primar los intereses nacionales. No podemos dejarnos arrastrar por otros países por potentes que sean. La OTAN es principalmente un instrumento geopolítico en manos de Estados Unidos. Tenemos que ayudar a nuestros aliados como esperamos que algún día nos ayuden a nosotros, pero no podemos indefectiblemente seguir los pasos que nos marquen los demás. Hay que reflexionar muy bien sobre las misiones en las que nos embarcamos para no crearnos enemigos innecesariamente.

La geolocalización de contagiados ha sido muy criticada. ¿Corremos riesgos al ceder nuestra libertad en beneficio de nuestra seguridad?

Absolutamente. Medidas de seguridad puestas en marcha tras los atentados del 11S siguen hoy vigen-

tes. Todavía vemos a personas de 90 años que apenas pueden andar a las que hacen descalzarse en los aeropuertos para ver si llevan explosivos en los zapatos. El perfecto conocimiento de nosotros que ofrece este tipo de instrumentos es muy goloso. ¿Quién le quita luego el caramelo al poder? Hablan de datos anonimizados, pero eso es falso porque cruzándolos nos identifican. Mueven tanto dinero que nadie nos puede garantizar que no terminen en las manos equivocadas. Además, saben sugestionarnos muy bien para que cada vez aportemos más información personal o logarla a través, por ejemplo, de los altavoces inteligentes. Los datos son valiosos desde un punto de vista individual y colectivo. Y esto es algo que a mí me da un miedo terrible. Entiendo que, en este momento, por salud, sea fácil caer en la tentación, pero a ver luego quién vuelve atrás. Las fórmulas de control serán cada vez más sofisticadas.

Vivimos en la era de la desinformación. Incluso usted ha sufrido las 'fake news' en sus propias carnes cuando se dijo que era "un colaborador habitual de los medios rusos" y se quedó a las puertas de ser director de Seguridad Nacional. ¿Cómo podemos luchar contra ellas?

Es inevitable. La verdad nació gemela de la mentira. Su erradicación es una utopía. Todos los medios tienen algún sesgo. E incluso los que presumen de mayor imparcialidad son los que tienen la línea editorial más marcada. Eso sí, se puede combatir con formación y mente crítica. Si en aquel momento aceptaba ese puesto era por profesionalidad y por patriotismo, porque personal y familiarmente no tenía el más mínimo interés. No fue un trauma en absoluto, aunque sí una campaña de asesinato social perfectamente orquestada. No quise entrar al trapo.

También denunció la "censura" de Twitter tras participar en 'La estirpe de los libres' al "limitar temporalmente algunas de las funciones" de su cuenta.

Las redes sociales nacieron como ese espacio de libertad de expresión que no se permitía ya en muchas sociedades. Y resulta que cada vez está más limitado. Tan solo había enviado un tuit inocente cuando me restringieron la cuenta. Existen grupos de presión que, haciendo uso de las herramientas que Twitter ofrece para denunciar una infracción, consiguen que se limiten o cierren numerosas cuentas. Lo hacen denunciando de manera masiva.

No es la primera vez que ha hablado de las "profundas implicaciones" geopolíticas del cambio climático. ¿Por qué a algunos les conviene silenciarlo?

Hay problemas de primera magnitud a los que nos enfrentamos de una manera global y uno de ellos, sin lugar a dudas, es el cambio climático. Sin entrar a valorar qué o quién lo produce, no hace falta ser

un premio Nobel para darse cuenta de que la temperatura de la Tierra está subiendo. La desertificación y escasez de agua dulce van a generar movimientos migratorios masivos y una serie de problemáticas que hay que abordar. En algunos casos ya llegamos tarde.

El terrorismo yihadista no puede considerarse de ninguna manera una amenaza global, en su opinión. Algo que sí considera que puede atribuirse al cambio climático. ¿Dónde radican sus principales diferencias?

El yihadismo no es una amenaza global en tanto en cuanto no afecta a todos los países. Esa idea la lanza Estados Unidos porque le conviene. A un estonio, un húngaro o un polaco ni les preocupa. En Eslovaquia la población musulmana es el 0,05 por ciento, sin olvidar que el yihadismo abarca a una pequeña minoría de musulmanes. Y en Centroamérica con el problema de las maras, hálbales del terrorismo yihadista. Ni saben en qué consiste, ni les preocupa. A mí me preocupan más los procesos de radicalismo islámico, aunque en España no tenemos los problemas que tienen Francia, Bélgica, Reino Unido o Austria. Entre otras cosas porque aquí somos más tolerantes y permitimos una integración mucho mayor. Hasta ahora no se han creado grandes guetos ni se han registrado actos xenófobos fuertes. El islam es mucho más que una religión. Es un proyecto político, porque pretende abarcar todos y cada uno de los aspectos de la vida de la persona. Por naturaleza es fundamentalista e integrista. Es importante que esta radicalización no se consolide dentro de Europa, porque eso significaría que una parte de la población –que es creciente por el número de hijos que tiene- viva al margen del resto.

el test de Pedro

Una ciudad_León

Un rincón de su ciudad_Piedrasecha

Una comida_Cocido maragato

Un lugar para perderse_La montaña leonesa

Un colega de profesión para salir de cañas_Iker Jiménez

Un deporte_Marcha nórdica

Un vicio (confesable)_El coleccionismo

Su mayor defecto_El perfeccionismo

Su mayor virtud_El perdón

Le gustaría parecerse_Cualquiera que haga el bien a los demás

Un grupo musical o cantante_Enrique Iglesias y Malú

Un medio de transporte_A pie



invertir en salud en una apuesta por la tecnología más puntera

El futuro de la salud está estrechamente relacionado con la medicina de precisión. Un terreno en el que entra en juego la tecnología más puntera. Consciente de ello, el Hospital San Juan de Dios de León acaba de adquirir un nuevo equipo de resonancia magnética nuclear (RMN) dotado de un software que posibilita a los médicos compartir exámenes e informes a través de una web de manera sencilla.

En este sentido, permite obtener imágenes con una relación señal/ruido hasta un 40 por ciento superior a los equipos convencionales, lo que se traduce en imágenes más nítidas que ayudan a los radiólogos en la toma de decisiones. Esto es posible porque la señal de resonancia magnética es ya digital en la propia antena receptora situada junto al paciente, gracias a lo cual toda la información se transmite por fibra óptica hasta el ordenador principal.

Por otro lado, el nuevo equipo de RMN Ingenia 1.5T de Philips y el sistema In-Bore Experience instalado aporta una experiencia más humana y amable al paciente al acortar los tiempos de exploración y reducir el ruido acústico a un nivel similar al del sonido.

Asimismo, la mayor anchura del 'gantry', de 70 centímetros y diseñado desde el paciente hacia afuera, evita la angustiosa sensación de claustrofobia al tiempo que ofrece un campo de visión más amplio y homogéneo. Pero, además, el nuevo equipo propicia la relajación durante la prueba gracias a una iluminación y a un visionado de vídeos que consiguen crear una atmósfera envolvente.

Tras la fase de calibración, instalación definitiva y formación del personal, que ha tenido lugar durante el mes de agosto, la RMN ha comenzado a funcionar a buen ritmo en el mismo emplazamiento que la anterior.

navegación 3d para realizar cirugía guiada

En su firme apuesta por la innovación, el centro médico leonés –que en total invertirá cerca de 2,2 millones de euros este 2020- incorporará en breve a su Unidad de Patología Compleja de la Columna Vertebral, dirigida por el doctor José Manuel Valle Folguez.

ral, un escáner 3D de última generación para guiar a los neurocirujanos y a los traumatólogos dentro de la anatomía del paciente.

El nuevo equipo de RMN Ingenia 1.5T de Philips y el sistema In-Bore Experience instalado aporta una experiencia más humana y amable al paciente.

El Hospital San Juan de Dios se convertirá así en el primer centro de España y el segundo en Europa en instalar en sus quirófanos la última tecnología del mercado en navegación e imagen guiada por TAC intraoperatorio para llevar a cabo cirugía avanzada de la columna con la implantación del sistema que la empresa alemana Brainlab acaba de lanzar al mercado.

La tecnología que incorpora permite a los facultativos ver en tiempo real la zona donde están operando, algo de vital importancia para actuar con mayor seguridad, así como de una manera menos invasiva. Y es que a veces los cirujanos tienen lejos del alcance de su visión el área sobre la que tienen que intervenir y deben guiarse por puntos anatómicos.

Así, este dispositivo permitirá obtener datos de alta precisión, minimizando las reintervenciones por una mala colocación de prótesis, implantes o tornillos pediculares gracias al sistema de imagen intraoperatoria móvil robotizado Loop-X y el sistema de navegación Curve 2.0.

“Entraremos de lleno en el futuro de la cirugía de la columna al permitirnos llevar a cabo cirugías de elevada complejidad con un menor tiempo quirúrgico, una menor radiación para el paciente, una mayor precisión y una recuperación funcional más rápida”, asegura Valle Folgueral.

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 Vertebral 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. Y es que, una vez finalizada la intervención, antes de cerrar la incisión en la piel, se realizará un nuevo TAC para comprobar si se han alcanzado los objetivos planificados.

“Supone un hito histórico para el Hospital San Juan de Dios de León al marcar un antes y un después en el tratamiento de toda la patología compleja de la





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

columna», celebra Valle Folgueral. Pero, además, el Hospital San Juan de Dios será centro de referencia en España para la navegación en cirugía de columna guiada por TAC intraoperatorio. Y eso conllevará la formación de otros cirujanos.

nuevas mesas de quirófano, monitores y respiradores

“A pesar de la pandemia del Covid-19 hemos decidido no paralizar las inversiones porque, con todo lo que ha pasado estos meses, necesitamos equipos adicionales para garantizar los máximos estándares de seguridad y calidad en la atención a los pacientes; y, en segundo lugar, porque el desarrollo del hospital debe continuar”, precisa el gerente del HSJD de León, Juan Francisco Seco.

Por ello, se han comprado respiradores para la Unidad de Vigilancia Intensiva, nuevas mesas –una de ellas de carbono para el quirófano de alta comple-

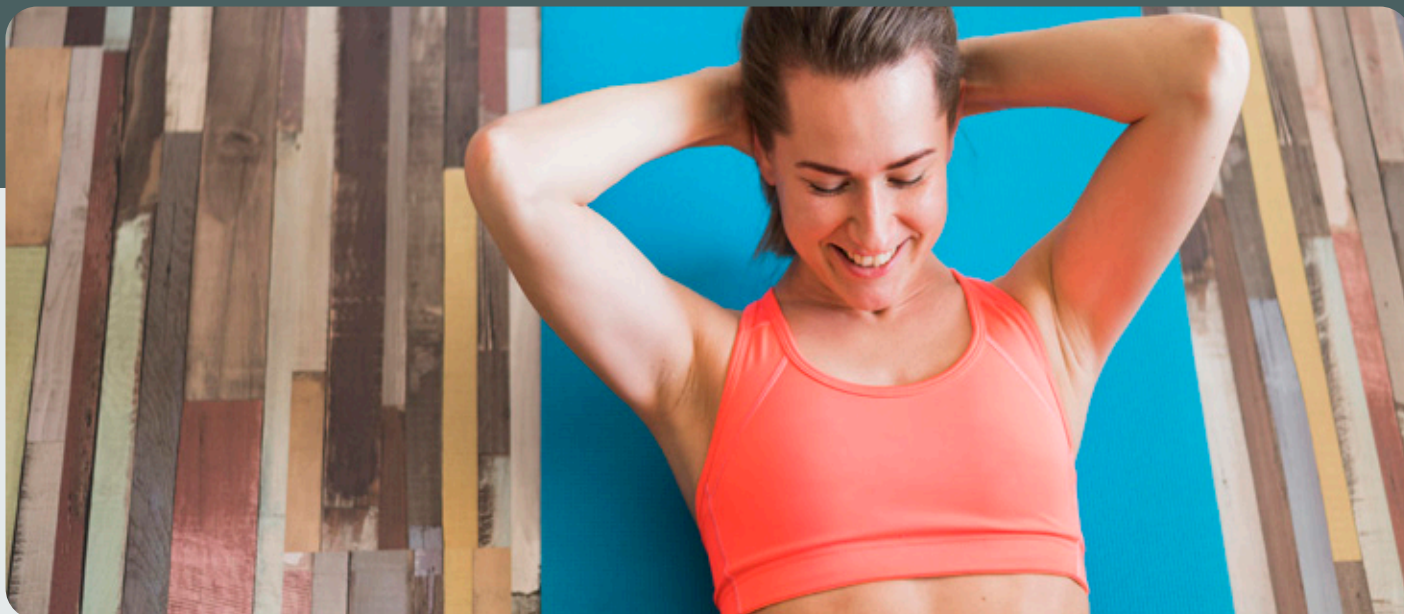
jidad que albergará el nuevo TAC intraoperatorio- y monitores que están interconectados con la Unidad de Recuperación Postanestésica (URPA) para tener en todo momento a los pacientes controlados.

integración radiológica con el CAULE

El Hospital San Juan de Dios de León también ha avanzado en la integración de los sistemas de archivo digital de las imágenes diagnósticas (PACS), así como del informe radiológico, lo que permitirá obtener la trazabilidad del proceso de citación y realización de estudios del paciente.

Esta automatización permitirá también que desde el Complejo Asistencial Universitario de León (CAULE) cualquier especialista pueda consultar el informe radiológico o acceder a las imágenes diagnósticas en cualquier momento y conservar esa información por tiempo ilimitado.





practicar deporte seguro como una garantía de salud

La actividad física se considera actualmente una medida sanitaria primordial. Sin embargo, los doctores Robergs y Roberts miran hacia atrás y concluyen que la conexión entre actividad física regular y salud no siempre fue tan obvia. Hasta los años 80 no se consideró esta relación. Incluso prácticas como correr, nadar o pedalear eran consideradas extrañas o anormales. Al fin y al cabo, los objetivos de la sociedad moderna eran hacer la vida más cómoda, no más laboriosa.

La evidencia del ejercicio físico como factor protector de la salud se conoce desde 1880 (Berryman, J.W, 1995, 'Out of Many, One: A History of the American College of Sports Medicine'). Pero hasta el 'London Bus Study' del doctor Morris, publicado en la revista Lancet en 1953, la investigación permaneció dormida en este campo. Con las conclusiones del doctor Morris, la evidencia entre ejercicio físico y salud ha sido notable hasta el día de hoy. Morris concluyó que la actividad física ejercía un papel protector al observar que los revisores de los buses de Londres, al caminar más que los conductores durante su jornada (a tener en cuenta las dos plantas), sufrían menos eventos cardiovasculares al final de su vida laboral que los conductores.

Para obtener los máximos beneficios en la salud y evitar lesiones durante la práctica de ejercicio físico, una planificación adecuada es la clave. En este sentido, es importante apostar por una actividad acorde a las características de la persona para lograr los objetivos propuestos.

En términos generales, y desde el punto de vista del entrenamiento, según el doctor Grosser, la planificación es un método previsorio y sistemático de estruc-

turar el proceso del entrenamiento enfocado a alcanzar un objetivo, basándose en experiencias prácticas y conocimientos científicos.

Se caracteriza por estructurarse en fases temporales, adaptarse constantemente a la realidad del entrenamiento y competiciones si las hubiere y por amoldarse a las posibilidades biológicas y funcionales de la persona. En concreto, se trata de periodizar los estímulos empleados en el entrenamiento con el fin de optimizar tiempo y energía para lograr el estado de forma física deseado. Así, se hace necesaria la creación de etapas dentro del plan de entrenamiento para el desarrollo de las capacidades motrices, físicas, técnicas y/o psicológicas concretas.

Para obtener los máximos beneficios en la salud y evitar lesiones durante la práctica de ejercicio físico, una planificación adecuada es la clave.

La máxima, siguiendo al doctor Cook, es "primero muévete bien, luego muévete con frecuencia". El todo es más que la suma de sus partes. El cuerpo y el cerebro entienden movimientos, por lo que, en general, no debemos aislar los músculos con ejercicios analíticos. De este modo, desarrollaremos en primer lugar la base del movimiento. Es decir, los patrones básicos que lo gobiernan: estabilidad, equilibrio, control postural, movilidad, coordinación y percepción.

La movilidad es la primera piedra, porque los problemas en este capítulo derivan en un movimiento deficiente. Las causas pueden ser muy variadas y pasan por movimientos inapropiados, mala recuperación de lesiones, estrés físico y emocional o posturas inadecuadas o prolongadas que desencadenan una estabilidad ineficiente. Es

la salud en tu día a día

cuando se produce la compensación: un incremento del tono muscular, una modificación de la estabilidad, para mantener la función con un nuevo nivel de control motor.

Persistir en acciones motoras con un elevado grado compensatorio puede dar lugar a dolor y lesión. Identificar estas anomalías y corregirlas debería ser el primer paso en un programa de acondicionamiento físico seguro y eficiente.

Una vez los patrones motores básicos son adecuados pasamos al desarrollo de las capacidades físicas: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad, dosificando de acuerdo al objetivo a conseguir. No es lo mismo preparar una carrera a pie tipo maratón que usar la carrera como medio para conseguir un estilo de vida saludable y sin dolor. El objetivo debe ser elegido cuidadosamente.

El dolor lo cambia todo. Modifica los resultados del acondicionamiento físico, modifica el movimiento. Es un signo de alerta. Puede ser que nos encontremos

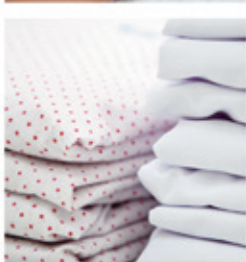
ante una alineación pobre del cuerpo, sobreuso, desequilibrio y/o inflamación.

En último lugar, desarrollaremos la técnica y la habilidad específica que el deporte, danza, lucha, acrobacia u otra disciplina queelijamos nos exija.

Según el doctor Thomas, la pirámide del acondicionamiento físico debería de ser técnica, capacidad física, patrones de movimiento. En el Hospital San Juan de Dios de León, desde la Unidad de Ejercicio Físico, desarrollamos programas personalizados de entrenamiento tanto presenciales como a distancia. Puedes consultarnos desde 10 euros por persona para practicar deporte seguro como una garantía de salud.

Jesús Martínez González
Unidad de Ejercicio Físico
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/>





conectados con el amor

"No podemos hacer grandes cosas, pero podemos hacer pequeñas cosas con gran amor". Esta frase, atribuida a la Madre Teresa de Calcuta, resume con bastante fidelidad el funcionamiento de la Comisión de Responsabilidad Social Corporativa del Hospital San Juan de Dios de León.

Formada por cinco personas, todas ellas con un puesto de trabajo a jornada completa y dedicación plena en otras áreas del hospital y con unos recursos económicos y materiales limitados, cada año planificamos nuestras actividades sin "grandes pretensiones" y allí donde nos faltan tiempo y medios, ponemos amor, ilusión y esperanza.

Un ejemplo de estas "pequeñas cosas realizadas con gran amor" es la campaña #LaEducaciónSuRefugio que hemos llevado a cabo este verano.

La necesidad surgió en marzo. La declaración del estado de alarma sanitaria, tras la expansión de la Covid-19 en nuestro país, trajo consigo varias consecuencias. La primera y más importante de todas fue la repercusión en la salud y la vida de miles de personas (millones si salimos de nuestras fronteras). Otra de ellas fue el cierre de los colegios y la necesidad de continuar con la formación académica de los niños y las niñas en sus propios hogares.

Para millones de familias, el cierre de los colegios suponía varios problemas: conciliar el trabajo con el

cuidado y la educación de los menores, convertirse en maestro o maestra a tiempo completo sin preparación previa, permanecer las 24 horas del día dentro de un recinto cerrado con los pequeños... Para miles de familias los obstáculos fueron todavía mayores, ya que disponer de medios tecnológicos (como un ordenador o una tableta) y acceso a internet en casa, no solo era importante para seguir las clases, se convirtió en algo imprescindible.

En esta situación se encontraban las familias usuarias del proyecto de protección internacional del hospital, familias numerosas en la mayor parte de los casos y cuyo único dispositivo con acceso a internet era el teléfono móvil familiar. La responsable del proyecto lo comunicó al equipo de Obra Social y así surgió la campaña.

El objetivo inicial consistía en recaudar fondos para comprar 15 tabletas destinadas a las familias con menores de edad, que en aquel momento conformaban el grueso de los usuarios del proyecto de protección internacional. Sin embargo, otras familias iban a llegar en los meses siguientes y algunos jóvenes de más de 18 años sin estudios y sin conocer el idioma, también las necesitaban; de modo que, enseguida, se decidió ampliar la recaudación para poder comprar 20 dispositivos. Necesitábamos unos 4.300 euros y pensamos en diseñar una campaña de micro-donaciones a través de internet, ya que la situación sanitaria en España desaconsejaba la organización de cualquier evento presencial que aumentara el riesgo de propagar la epidemia.

Para lograr nuestro objetivo contamos, como siempre, con personas implicadas dentro de la Orden que nos ayudaron en cada fase: Raquel Santamarta, la responsable de comunicación, con Antonio Balas y

Susana Oñoro, apoyándonos desde Madrid, fueron más que nuestro soporte, el brazo ejecutor de la campaña y los primeros responsables de su éxito.

Hemos conseguido 22 dispositivos informáticos, que servirán para que los niños y jóvenes del proyecto de protección internacional puedan tener acceso a la educación académica.

Otras personas externas a la Orden de San Juan de Dios y con un gran corazón, altruistamente prestaron su imagen para que la campaña llegara más lejos: Dani Martínez, Leo Harlem y Pedro Baños grabaron desde sus casas videos de apoyo en los que animaban a la gente a colaborar. Parapente Moncho lo grabó desde las alturas.

Lucas Rodríguez diseñó los carteles en un tiempo récord y otras compañeras y compañeros, voluntarios y usuarios del proyecto hicieron videos y fotografías de apoyo.

¡Gracias a todos vosotros por sumar ilusión a esta idea!

A los pocos días de comenzar la campaña, la Fundación Orange, a través de la Fundación CEOE en Madrid, nos entregó 15 tabletas con conexión a in-

ternet. El 75% del objetivo se había alcanzado. Y unas semanas después se consiguió el 25% restante, con las donaciones de decenas de personas que desde toda España quisieron aportar "su granito de arena".

Dos empresas de León añadieron solidaridad a la iniciativa: Smart Dragon, aplicando un 15% de descuento en la compra de los portátiles, e IPS, donando directamente dos ordenadores de mesa.

De esta forma se han superado las pretensiones inicialmente marcadas, hemos conseguido 22 dispositivos informáticos, que servirán para que los niños y jóvenes del proyecto de protección internacional puedan tener acceso a la educación académica en condiciones adecuadas durante el curso 2020-2021, independientemente de que las clases sean presenciales o a distancia.

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

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

¿Quieres colaborar?

Haz un donativo en nuestra cuenta bancaria:
ES32-0081-5724-2200-0115-6422
O envía este cupón al departamento de obra social:
Avda. San Ignacio de Loyola, 73 - 24010 San Andrés del Rabanedo, León

Nombre y apellidos

Calle

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 ☐



la hospitalidad, una quimera

He vuelto a Juan Ciudad, es decir, a la esencia de San Juan de Dios y a lo que él veía como realidad que para muchos era un sueño, una quimera. Lo he hecho al encontrarme, en estos tiempos de pandemia, con esa frase que suena bien pero que nos pasa inadvertida: “Ahora más que nunca, Hospitalidad”.

Me quedé pensativo, entre la duda y la inquietud y, en ese estado de reflexión y silencio, donde nada parece estar claro, ejercitas la paciencia y contemplas el entorno, miras alrededor y escuchas, porque el presente es la desembocadura de nuestro pasado.

En el pasado, Juan Ciudad, hablaba con esmero del sueño de su obra, de que era para cuidar a enfermos, pobres y menesterosos, siendo sumamente respetuosos, porque el ser humano es frágil y lo frágil se rompe fácilmente.

En esa mirada al entorno encontré un calendario de esos que llaman “de mesa” y que a finales de diciem-

bre cuesta algún sudor conseguir. Sí, no lo pienses mucho, me refiero a ese calendario al que solo nos dirigimos para asegurar cuántos días quedan para el fin de semana.

El calendario recuerda los días significativos de la Orden y frases para llenar el año de hospitalidad. En ese calendario, ya desde el comienzo del año, se lee: “2020 San Juan de Dios, la hospitalidad que cuida”.

**Juan Ciudad y su gente tuvieron el
arrojo a lo largo de los años de ha-
cer realidad las esperanzas rotas.**

Entre una y otra frase y nuestra realidad, pienso: ¿Será una intuición carismática de la Orden? Se escribía a finales de 2019, por eso me pregunto el cómo y el qué de la hospitalidad que cuida.

En el mismo calendario hay una frase del Hno. Etayo (Superior General): “Hospitalidad es abrir permanentemente el corazón y la casa para acoger a quien sufre y está necesitado, con los mejores medios téc-

nicos y la mayor dosis posible de humanidad, haciéndoles ver que somos y estamos por y para ellos". Continúa el escrito "es un regalo del Superior General y es la idea con la que nos identificamos en el ejercicio de nuestra misión".

No sé tú, pero yo... No. Yo no lo entiendo, tengo que volver al pasado. El mundo en que vivió San Juan de Dios más bien estaba roto, por eso su sueño aparecía como una "quimera". Intento buscar una definición y, por quimera se entiende "aquello que se propone a la imaginación como posible o verdadero, no siéndolo" y también, "una creación imaginaria o irrealizable del espíritu, algo que se cree posible, pero en realidad no lo es".

No sé si tengo fuerza para seguir manteniendo que la hospitalidad fue un sueño de San Juan de Dios y, por tanto, una quimera.

¡Qué panorama!, pero vamos a ser un poco serios, a tomarnos la vida con seriedad que el mundo se está rompiendo. Busco todas estas cosas porque no siempre estoy de acuerdo y callo. ¡Como pa' callar! No puedo alimentar en mi vida la hospitalidad de San Juan de Dios como quimera, como un sueño y allá va. Más bien no callo y no puedo callar para no crear en el entorno una escuela de falsa realidad, porque sigo leyendo -la vida y el calendario de mesa- y dice: "lo hacemos teniendo la hospitalidad como valor destacado y prioritario". No puedo estar de acuerdo, la hospitalidad no es un simple valor, es más que un valor, es el carisma, el carisma de la hospitalidad. No puedo afirmar que San Juan de Dios estaba equivocado, no puedo tirar tantos años de historia por la borda.

He intentado leer en los documentos de la Orden y me encuentro que "la hospitalidad es el término que define la misión, el carisma y la espiritualidad de la Orden y constituye su valor central. Para los religiosos de la Orden es también el cuarto voto por el que ofrecen su vida al servicio de los enfermos y necesitados, bajo la obediencia de los Superiores, incluso con peligro de la propia vida".

Conocemos personas que son ejemplos cercanos de comprensión y vivencia del voto de la hospitalidad, quizás porque centraron su trabajo en estar muy atentos a las necesidades de los enfermos, necesitados y todas las personas atendidas en los Centros de la Orden y sus familias.

Necesito pensar en la hospitalidad, en esa "virtud que se ejercita con peregrinos, menesterosos y desvalidos, recogidos y prestándoles la debida asistencia en sus necesidades". Necesito pensar en la hospitalidad como "buena acogida y recibimiento que se hace a los extranjeros o visitantes". Necesito pensar en la hospitalidad como "estancia de los enfermos en el hospital." Son las tres definiciones de la RAE.

En nuestro corazón hay un trozo de mucho miedo y coraje que no puede immortalizarse en el baile de la sentadilla para subirlo a la red.

No sé si tengo fuerza para seguir manteniendo que la hospitalidad fue un sueño de San Juan de Dios y, por tanto, una quimera. Lo cierto y seguro es que San Juan de Dios en un mundo de dolor tuvo un sueño, para el mundo era algo irrealizable, pero él y su gente, su familia, la familia hospitalaria, tuvieron el arrojo a lo largo de los años de hacer realidad las esperanzas rotas.

El Hno. Etayo, en una entrevista a la revista Vida Nueva decía: "Nuestro carisma y nuestra misión es la hospitalidad y siempre hemos de estar preparados. La pandemia ha sido y es una emergencia, por tanto, para nosotros es un momento de emergencia carismática para dar lo mejor de nosotros mismos al servicio de los enfermos en esta situación tan difícil. Dicho de otro modo, es lo que llamo la hora de la hospitalidad..."

En este año hemos vivido una historia de sufrimiento. En nuestro corazón hay un trozo de mucho miedo y coraje que no puede immortalizarse en el baile de la sentadilla para subirlo a la red, sino en una hermosa historia de solidaridad y ayuda, de dolor y esperanza, que ponen valor a la hospitalidad y hacen vida las palabras del Superior General: "Los enfermos son el centro de todos nuestros desvelos. Los hermanos y los colaboradores de la Orden han hecho lo posible y lo imposible por asistirlos con la máxima profesionalidad, humanidad respeto y dignidad". Es la hora de la hospitalidad.

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



la especialidad

Esta rama de la medicina, que se ocupa de la fisiología y la patología del aparato respiratorio, tiene sus orígenes en la fisiología, centrada en el tratamiento de las tuberculosis antes de los antibióticos. Porque esta enfermedad, que viaja por el aire, sigue siendo unas de las más mortíferas del mundo. Y, aunque está causada por una bacteria en lugar de un virus, como sucede con el SARS-CoV-2, los grupos de población más vulnerables, como las personas ancianas, con patología previas o que viven en la pobreza, son los más golpeados.

Gracias al avance de la especialidad en campos como las pruebas funcionales respiratorias, el sueño y la ventilación, la Neumología ha ido ganando terreno hasta abarcar a un gran número de pacientes con problemáticas muy diversas. “Vemos infecciones respiratorias, patologías relacionadas con el tabaco como la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) –que incluye la bronquitis crónica y el enfisema– y el cáncer de pulmón, asma, apnea del sueño...”, desgrana el doctor Luis Iglesias Vela que, en el actual contexto, también está viendo en consulta a supervivientes del Covid-19 a los que el virus ha dejado secuelas.

En este sentido, incide en la importancia del seguimiento de los pacientes que han tenido una afectación más grave al objeto de controlar “unas cicatrices pulmonares que pueden empeorar”.

“Habrá que ver su evolución en los próximos meses”, señala sin olvidar que “la mayoría de los pacientes no presentan lesiones residuales”.

el especialista dr. luis iglesias vela

Luis Iglesias Vela, licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Oviedo, realizó la especialidad de Neumología en la Fundación Jiménez Díaz de Madrid y se incorporó al Hospital San Juan de Dios de León en el año 1993. Además, desde 2018, es coordinador médico en el centro médico.

Aunque es hijo de médico de pulmón y corazón, y todo marca, confiesa que se enamoró de la especialidad en el marco de las prácticas realizadas durante la carrera. Así, defiende un “componente literario”, reflejado en novelas como ‘La montaña mágica’ de Thomas Mann, de una Neumología que es clave en la atención a la cronicidad ante la mayor expectativa de vida y el progresivo envejecimiento de la población.

Antes de que el SARS-CoV-2 provocara la actual pandemia, otros dos coronavirus ya habían saltado de los animales a los humanos dejando constancia de su peligro: el SARS-CoV-1 –más mortal pero menos contagioso– y el MERS. “Todos tenemos la capacidad de influir en sus resultados. Nuestro comportamiento es clave”, subraya en una llamada a la prudencia para que el Covid-19 no termine rivalizando con la gripe de 1918 que mató a más de 50 millones de personas en todo el mundo.

“Es una situación sanitaria muy seria en la que nuestro aprendizaje es constante, porque si bien afecta en mayor medida a las personas de más edad, nos hemos encontrado jóvenes con afectaciones muy graves y ancianos con patologías de base en los que la enfermedad ha pasado por ellos muy levemente”, asegura apuntando a su “desconcierto”. En este contexto, deja claro que “la investigación básica no es una opción, es una necesidad”.

la entrevista

España puede tener un segundo brote de infección por coronavirus. ¿Estamos preparados?

Al acabar el confinamiento hemos bajado la guardia y una parte de la sociedad no está respetando las normas básicas para evitar los contagios. Esto, junto a que no pudimos extinguir el virus en la primera ola, está produciendo ya en realidad una segunda, aunque sin la presión de la primera. Vamos a tener que luchar por contener el virus hasta que llegue una vacuna que sea efectiva. Las lecciones nos han permitido estar más preparados, aunque hubiéramos preferido más tiempo para recuperarnos.

¿Por qué aspectos pasan los cambios de escenario respecto a marzo?

Tenemos pruebas en abundancia y sabemos enfrentarnos a los distintos casos clínicos que se nos presentan. Además, hay fármacos como la dexametasona, que ha demostrado su eficacia a la hora de reducir la mortalidad. A él se une el remdesivir, un antiviral desarrollado para el Ébola. En mi opinión, no es excesivamente eficaz pero todo ayuda. Por otro lado, se ha reforzado la Medicina Preventiva y la Epidemiología, que era la hermana pobre del sistema. Y es que la identificación y el aislamiento de los contactos es clave para contener una epidemia.

El impacto de una segunda ola puede ser devastador para los sanitarios.

Eso es lo que más me preocupa. El personal sanitario, sobre todo en las zonas donde la enfermedad ha tenido una mayor incidencia, está agotado. Espero que la segunda ola no sea tan intensa por el uso universal de la mascarilla y el distanciamiento social. El Covid-19 ha modificado un modo de vi-

vir que tenemos que mantener hasta que las cosas mejoren y llegue la vacuna. Hemos vuelto a cometer el error de llegar tarde. La excesiva confianza ha sido mala consejera. China confinó una ciudad de cuatro millones de habitantes tras la aparición de 17 casos, aunque mi opinión es que no son necesarios confinamientos tan duros como el vivido.

La vacuna contra el Covid-19 podría estar disponible a mediados de 2021. ¿Es optimista?

El grupo de Oxford, que ya tenía hecho el “vehículo” con el SARS-CoV-1, está cerca de conseguirla. Un primer ensayo clínico expone que produce anticuerpos que neutralizan el virus y que logra activar al sistema inmunitario. Pero no podemos decir que sea efectiva hasta que, al inocularla a grupos donde el virus circula, se compruebe su efecto protector. Y hay otras vacunas también muy avanzadas. Quiero creer que en 2021 tendremos una.

El virus es muy contagioso y difícil de expulsar. ¿Esto complica su manejo?

El ser humano ha sido arrogante al pensar que con el desarrollo tecnológico estábamos a salvo y por encima de cualquier reto que nos pusiera la naturaleza. El SARS-CoV-2 nos ha puesto en nuestro sitio. El mundo de las bacterias y de los virus es terriblemente sofisticado, porque llevan millones de años antes que nosotros en la tierra. Cambian en base a la teoría de la evolución de Darwin y las mutaciones que prevalecen son las que se adaptan mejor al ambiente. Viene de un ecosistema distinto en el que estaba adaptado a otro tipo de huéspedes: los murciélagos. Conocemos su genoma, pero no sus manifestaciones clínicas al detalle. Y toda la población es susceptible de caer enferma.

¿Qué papel juega la fisioterapia respiratoria en la recuperación de los pacientes?

Los médicos ya no decimos a nuestros pacientes que estén en reposo, si no que se mantengan activos. Ahora mismo, sin tratamientos claros para las secuelas, esta herramienta puede ayudar a su recuperación funcional.

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 Fueyo
- 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 Caverro

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

la UE cree que la vacuna contra el Covid-19 podría llegar este año

La comisaria de Sanidad de la Unión Europea, Stella Kiriakides, ha expresado este domingo su esperanza en que la esperada vacuna contra el Covid-19, la enfermedad causada por el coronavirus, pueda estar disponible para finales de 2020. "Aunque hacer predicciones resulta arriesgado en este momento, tenemos algunos buenos indicadores de que una vacuna inicial podría estar disponible para fines de este año o principios del próximo", ha declarado al diario alemán 'Handelsblatt'. Por otro lado, la comisaria también ha avisado de un creciente número de rebrotes en varios estados miembros de la UE. En este sentido, ha hecho un llamamiento a los gobiernos para "aislar rápidamente la fuente de infección a nivel local con pruebas, rastreo de contactos y aislamiento inmediato" de los afectados.

la inmunización frente a la gripe se adelantará para evitar el colapso

La Junta de Castilla y León prevé adelantar las fechas de vacunación de la gripe a octubre e, incluso al mes de septiembre, y trabaja para que la campaña sea lo más extensa posible. «Es esencial», ha señalado el vicepresidente del Gobierno autonómico, Francisco Igea, quien ha apuntado que, aunque se trata de una decisión de Salud Pública, la estrategia pasa por vacunar a los grupos de riesgo, mayores de 60, embarazadas, profesionales y ampliarlo a otros colectivos como diabéticos, para ayudar a «amortiguar el golpe del coronavirus». La Consejería de Sanidad ya dispone de más de 750.000 dosis, con el fin de definir el momento y los grupos diana, y sabiendo que adelantar la campaña de gripe podría implicar que no se cubra la parte final de la epidemia, aunque sí ayude a contrarrestar el Covid-19.



solo el 5,2% de los españoles tiene anticuerpos frente al SARS-CoV-2

El Instituto de Salud Pública Carlos III ha realizado tres estudios de seroprevalencia, en los que se han tomado muestras de sangre a casi 70.000 participantes, que representaban todos los grupos de edad, sexo y ubicación geográfica, para determinar cuántas personas en España habían desarrollado anticuerpos después de la exposición al virus. Estos estudios se están utilizando para ayudar a tomar decisiones sobre la flexibilización de las medidas de confinamiento. El último de ellos muestra que alrededor del 5,2% de los españoles han sido infectados por el coronavirus, es decir, que han desarrollado anticuerpos contra el coronavirus, una cifra que es muy inferior al 60% que se necesitaría para proporcionar inmunidad de grupo.

detección precoz: la mejor herramienta contra el cáncer de próstata

Cada 15 de septiembre se celebra el Día Europeo de la Salud Prostática, una jornada para recordar y concienciar sobre la importancia de la prevención y el diagnóstico precoz de un tipo de cáncer que afecta a muchos hombres, sobre todo, a partir de los 50 años. No en vano, se revela el de mayor incidencia en los varones por detrás de los tumores de pulmón y colon con 30.000 nuevos casos al año solo en España. Las revisiones periódicas son claves para detectar una patología que tiene en la aparición de sangre en la orina (hematuria) su principal señal de alarma. Pero, además, sus síntomas pasan por sensación de vaciado incompleto y urgencia miccional, chorro débil, entrecortado e intermitente y, en fases avanzadas, incontinencia con pérdidas urinarias.

acabar con el tabú del suicidio: la primera causa de muerte externa

El suicidio es la primera causa externa de muerte en España. Duplica casi las muertes causadas por accidente de tráfico, supera en once veces a los homicidios y es 80 veces mayor que las producidas por la violencia de género. Pero el tabú que envuelve a la decisión de poner fin a los días no ayuda a dar visibilidad a «un gran problema de salud pública», según refleja la Organización Mundial de la Salud (OMS). Es el drama más silencioso, del que nadie quiere hablar. No provoca encendidas discusiones en televisión ni obliga a los políticos a pronunciarse. Pero el suicidio se lleva la vida de 4.000 españoles cada año. Por eso, en el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, que se conmemora el 10 de septiembre, los expertos inciden en la necesidad de una estrategia nacional.

la seguridad de los profesionales sanitarios es la de los pacientes

La Patient Safety Movement Foundation (PSMF) ha dado a conocer sus primeros planes alineados con el Día Mundial de la Seguridad del Paciente, el 17 de septiembre de 2020, convocado por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Este año, la OMS se enfocará en el tema de la seguridad de los trabajadores de la salud como una prioridad central para lograr la seguridad de los pacientes. La PSMF, una organización mundial sin fines de lucro enfocada en la misión de erradicar las muertes evitables por errores hospitalarios, apoya el enfoque de la OMS con el tema de su campaña 2020: 'Health worker safety is patient safety' (La seguridad de los profesionales sanitarios es la seguridad de los pacientes. Con los trabajadores de la salud al borde del abismo debido al Covid-19, el eslogan será #uniteforsafecare).



sepsis: cuando el sistema inmunitario del infectado entra en pánico

La mayoría de los fallecimientos por coronavirus se produce a causa de un fallo multiorgánico. El sistema inmune de las personas infectadas reacciona de forma desproporcionada frente a la amenaza del virus y, por ello, enfocar la atención implementando lo que se conoce como 'Código Sepsis' podría reducir de forma drástica las muertes por Covid-19. Esta reacción inflamatoria, que causa más muertes que el infarto de miocardio, requiere de una identificación rápida y un tratamiento a base de antibióticos para un buen pronóstico y la ausencia de secuelas. Por ello, con motivo del Día Mundial de la Sepsis, que se celebra el 13 de septiembre, se apuesta por mejorar la atención inmediata de las personas que sufren algún cuadro infeccioso grave con la detección precoz de unos síntomas entre los que se encuentran la fiebre elevada y taquicardia con pulso débil.

más riesgo de sufrir Alzheimer en el futuro a consecuencia del Covid-19

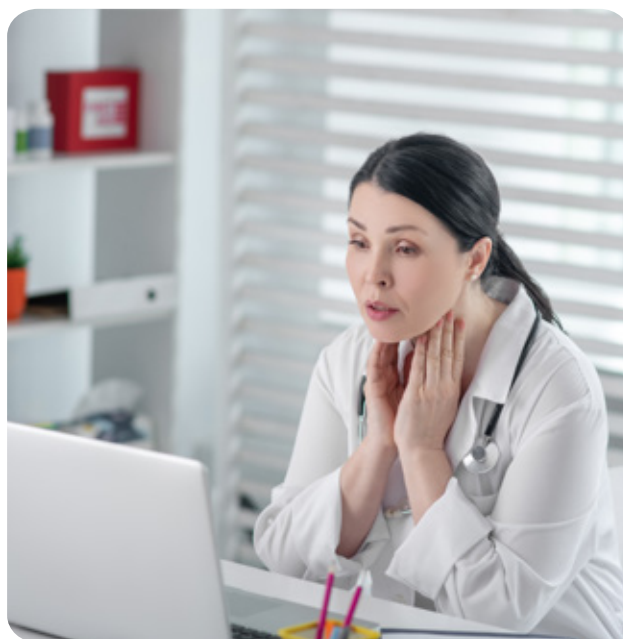
Las personas que sobreviven al Covid-19 se encuentran en alto riesgo de desarrollar posteriormente patologías neurológicas y, en particular, la enfermedad de Alzheimer, según ha asegurado la Fundación ACE-Barcelona Alzheimer Treatment & Research Center. En base a esa hipótesis, ha iniciado una investigación al objeto de evaluar la presencia de síntomas neurológicos en la fase aguda de la infección en aquellos usuarios de la Unidad de Atención Diurna con deterioro cognitivo y determinar el impacto del virus en su progresión. La entidad ha recordado que diferentes estudios científicos internacionales han observado problemas neurológicos y evidencias de deterioro cognitivo en alrededor del 36% de personas que han sobrevivido al virus, tanto las que padecían afecciones neurológicas preexistentes como aquellas que no las tenían.

fisioterapia respiratoria frente a la merma de la capacidad pulmonar

Tres de cada diez altas hospitalarias por el virus SARS-CoV-2 necesitan fisioterapia respiratoria. Los pulmones son uno de los principales afectados por las complicaciones del Covid-19. No en vano, muchos pacientes acaban siendo intubados para conseguir que el oxígeno entre a estos órganos hasta que puedan recuperar la capacidad de respirar por sí mismos. Entre las principales herramientas, enfocadas en la parte respiratoria como esquelética, están los ejercicios de reeducación diafragmática y de fortalecimiento de la musculatura. Pero el virus no sólo deja secuelas en los pulmones, sino que también los pacientes ven afectada su movilidad y fuerza. Una realidad que adquiere mayores dimensiones en aquellos casos que han precisado cuidados intensivos.

el CSIC, comprometido con la investigación para frenar la pandemia

Un equipo de investigadores del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) está desarrollando un spray bucal que utiliza unas biomoléculas (polisacáridos) para simular la superficie celular donde se adhiere el virus del Covid-19 y poder así atraparlo. En caso de confirmar que estas moléculas logran detener eficazmente la infección, el spray podría ser un antiviral aplicable a diversos virus, ya que incide en el mecanismo que usan muchos de estos microorganismos para entrar en las células. Un test de anticuerpos, con un 98% de fiabilidad, es otra de sus aportaciones a la lucha contra la pandemia. En el terreno del diagnóstico, trabaja también en la creación de un biosensor de grafeno portátil para la detección rápida del coronavirus que uniría la rapidez de actuación a la facilidad de su manejo.



la telemedicina gana terreno en los centros de salud y hospitales

La telemedicina, definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como "la prestación de servicios de salud (en los que la distancia es un factor determinante) por parte de profesionales sanitarios a través de la utilización de tecnologías de la información y la comunicación (TICs) para el intercambio de información válida para el diagnóstico, el tratamiento, la prevención de enfermedades", está ganando terreno en hospitales y centros de salud. Esta modalidad, una gran aliada en el caso de las consultas de seguimiento o revisiones médicas en el caso de pacientes crónicos, se ha convertido en una herramienta eficaz para brindar servicios de salud a pacientes en aislamiento por el Covid-19, descongestionar hospitales, evitar desplazamientos, reducir los tiempos de espera y disminuir el riesgo de contagio del virus tanto en pacientes como en sanitarios.

el mayor proceso de asignación de plazas MIR de la historia de España

A finales de julio concluía el mayor proceso de asignación de plazas MIR de la historia de España (9.680), 1.278 más que en 2019, en un momento marcado por la pandemia y las medidas de seguridad para evitar el contagio. El último aspirante, en el número de orden 9.275, escogía la especialidad de Bioquímica Clínica. Este año han vuelto a triunfar la Cirugía Plástica, agotada en el 782, 200 números antes que el pasado año. También ha sido el año de Dermatología, que se cerró poco después, en el 821. Esta también ha sido la especialidad elegida por el número 1 del MIR 2020, Daniel Virseda. El bronce se lo ha llevado Cirugía Oral y Maxilofacial, que desbanca a Cardiología, que el año pasado estuvo entre las tres primeras especialidades en agotarse. En esta ocasión, Cardiología se quedó en cuarto lugar.



El doctor Casas incide en la “parte artística” de la cirugía de nariz en el I Congreso Online de ORL de la FASO

El especialista del Hospital San Juan de Dios de León abordó la forma ideal de la punta nasal en una videoconferencia del foro organizado por la Federación Argentina de Sociedades de Otorrinolaringología.

El doctor Pablo Casas impartió el pasado 14 de agosto una videoconferencia en el marco del I Congreso Online de ORL organizado por la Federación Argentina de Sociedades de Otorrinolaringología (FASO). Un foro en el que, bajo el título ‘Cómo obtener la posición y forma ideal de la punta nasal en cirugía estética de nariz’, incidió en la “parte artística” de la rinoplastia más allá de sus aspectos más técnicos.

Así, el especialista del Hospital San Juan de Dios de León, uno de los pocos cirujanos en España con doble certificación en Otorrinolaringología y en Cirugía Plástica Facial, explicó que “el cirujano debe visualizar en su mente cual es la nariz más bella para cada paciente de forma totalmente individualizada para, de esa forma, ser capaz de ejecutar la técnica quirúrgica para obtenerla”.

“La clave es lograr una nariz proporcionada, en armonía con el resto de rasgos faciales, con una punta nasal correctamente posicionada respecto al labio, una forma estilizada, y un dorso de la nariz elegante. En definitiva, conseguir gracias a la cirugía de rinoplastia, una nariz que ayude a embellecer el resto de rasgos faciales”, según precisó.

Casas, que fue uno de los más de 30 invitados extranjeros a un evento que contó más de 70 horas de contenido científico, tiene un entrenamiento integral, tanto en la parte estética como en la funcional de la nariz, lo que le convierte en uno de los especialistas más reconocidos en cirugía de Rinoplastia de nuestro país. No en vano, realiza cirugías a diario en pacientes que vienen hasta León desde todas las comunidades autónomas de España y también desde el extranjero.

La cirugía de nariz ha avanzado mucho en los últimos años. En este sentido, el doctor Casas ha sido el pionero en España en introducir el instrumental ultrasónico en esta cirugía. Una serie de herramientas que permiten remodelar y esculpir los huesos nasales sin romperlos de una forma menos traumática, reduciendo la hinchazón y los moratones del paciente. De este modo, las personas pueden recuperar su actividad laboral y social en apenas siete días desde la intervención.

Casas lleva más de 15 años realizando cirugía de nariz, ha ido desarrollando las técnicas más precisas y menos invasivas, y su técnica personal de rinoplastia ultrasónica natural es la evolución final. “Es una técnica que se centra en obtener resultados completamente naturales, en los cuales la nariz consigue aportar la máxima belleza, pero sin ningún estigma de que ha sido operada”, según concluyó.

El doctor Casas es especialista en Otorrinolaringología por el Hospital Universitario La Paz de Madrid; posee Certificación Internacional en Cirugía Plástica Facial, con formación en el Memorial Sloan Kettering Center en Nueva York y en la Universidad de Illinois en Chicago; ostenta el cargo de delegado en España de la Academia Europea de Cirugía Plástica Facial; y, en la actualidad, tiene una dedicación exclusiva a la cirugía de rinoplastia en el Hospital San Juan de Dios de León.

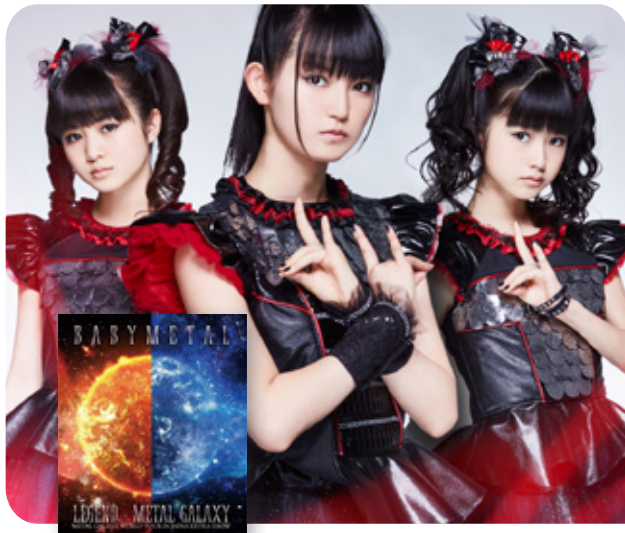
4k ultra hd espartaco stanley kubrick

La cinta, dirigida por Stanley Kubrick en 1960, cuenta la revuelta de un grupo de esclavos liderados por el gladiador Espartaco contra el imperio romano. Una nueva remasterización en versión steelbook que celebra el sexagésimo aniversario del clásico y que incluye una versión ampliada de la película de Stanley Kubrick, características adicionales de 4K Ultra HD y postales de Kirk Douglas. La búsqueda de la utopía late en las imágenes de un relato imperecedero, retrato del referente en la lucha contra la esclavitud y extrapolable a todas las épocas históricas.

Lanzamiento: 2 de septiembre.



dvd/blu-ray legend - metal galaxy babymetal



Babymetal lanza 'Legend - Metal Galaxy', su nuevo material en vivo, en formatos Blu-ray, DVD y CD. El concierto fue filmado los días 25 y 26 de enero de 2020 en el Centro Internacional de Exposiciones Makuhari Messe en Chiba, Japón. Este DVD contendrá 24 pistas divididas en dos sets: 'World Of Light' y 'World Of Darkness'. La edición especial limitada también incluye un folleto de 64 páginas llamado 'Apocalypse' que contiene entrevistas con una banda que tenía previsto actuar en junio en Madrid (donde había agotado las entradas) y Barcelona.

Lanzamiento: 9 de septiembre.

dvd/blu-ray el silencio de la ciudad blanca daniel calparsoro

Vitoria, 2019. Los cadáveres de un chico y una chica de veinte años aparecen desnudos en la cripta de la Catedral Vieja. Unai López de Ayala, un inspector experto en perfiles criminales, debe cazar al asesino ritual que lleva aterrizando a la ciudad desde hace dos décadas. La sucesión imparable de crímenes y una investigación policial contaminada por las redes sociales llevarán al límite a Unai, enfrentándolo a un asesino camaleónico y despiadado que podría estar más cerca de lo que creía.

Lanzamiento: 11 de septiembre.



cine

salir del ropero

ángeles reiné

La ópera prima de Ángeles Reiné, 'Salir del ropero', será protagonizado por Rosa María Sardá, Verónica Forqué, Ingrid García Jonsson, David Verdaguer, Candela Peña, Alex O'Dogherty y Mónica López. El film cuenta, en tono de comedia, las complejas relaciones entre los peculiares miembros de una familia distanciados hace años. La insólita noticia de la boda gay de la abuela les volverá vulnerables haciendo que comiencen, por fin, a abrirse, y descubrir lo que en realidad llevan dentro.

Estreno: 11 de septiembre.



cine

pinocho

matteo garrone

Han pasado 140 años desde que Carlo Collodi publicara su novela, 'Le avventure di Pinocchio', pero ahora Pinocho vuelve a estar de actualidad. El director Matteo Garrone nos sorprende con una nueva adaptación rodada en entornos italianos de gran belleza. La película, que ha contado con un presupuesto estimado de 18 millones de euros, pretende volver a las verdaderas raíces de una historia protagonizada por el oscarizado actor Roberto Benigni, en el papel del viejo carpintero Geppetto, y el pequeño Federico Ielapi, de tan solo 10 años, que da vida al divertido y travieso muñeco.

Estreno: 18 de septiembre.



cine

wonder woman 1984

patty jenkins

La esperada secuela de Warner Bros. y DC Comics 'Wonder Woman 1984', llegará a los cines con la actriz Gal Gadot, que repite una vez más como Diana Prince, pero también con Chris Pine, que retoma su personaje de Steve Trevor. Si entonces vimos a la superheroína enfrentarse a las consecuencias terribles de la I Guerra Mundial, ahora la veremos en uno de los períodos más queridos por los cinéfilos, los años 80, mientras se enfrenta a otro de los grandes conflictos mundiales: la Guerra Fría.

Estreno: 2 de octubre.





disco

versions of the truth

the pineapple thief

The Pineapple Thief, que a finales de junio anunciaron la reubicación de sus conciertos para el primer trimestre de 2022, casi a dos años vista, lanzarán este 4 de septiembre 'Versions of the Truth'. El álbum se publicará en varios formatos: CD estándar, LP vinilo en varios colores, formato digital, Blu-ray con bonus track y, por último, una edición limitada deluxe con un libro de tapa dura y cuatro discos. 'Versions of the Truth' se revela como un espejo del caos y el conflicto de la vida del siglo XXI y trata de dar sentido a los reflejos distorsionados que lo miran. Un desenfoque entre lo real y lo percibido, entre el significado y la intención.

Lanzamiento: 4 de septiembre.

disco

the flaming lips

american head

The Flaming Lips, autores de discos tan emblemáticos del siglo pasado y de este como 'The Soft Bulletin' y 'Yoshimi Battles the Pink Robots', anuncian nuevo largo. Se llama 'American Head' y sale a la venta el 11 de septiembre, mientras una edición en doble vinilo llegaría a las tiendas un poco más adelante, el 2 de octubre. Para entonces hará poco más de un año que el grupo de Wayne Coyne sacaba el álbum anterior, 'King's Mouth'. Un total de trece temas producidos por Dave Fridmann, donde escucharemos la colaboración de otros artistas como Kacey Musgraves.

Lanzamiento: 11 septiembre.



disco

travis

10 songs



La legendaria banda escocesa Travis está de vuelta con su noveno álbum de estudio que llevará por título '10 Songs' y que verá la luz a través de BMG. Según el propio grupo, se trata de un "álbum cargado de emociones, profundamente sincero", pero tendremos que esperar hasta el 9 de octubre de 2020 para ver si cumple las expectativas. 'A Ghost' es su primer single anticipo que viene acompañado de un videoclip, creado por el vocalista Fran Healy junto a su hijo Clay, con suma originalidad, con mucho gusto cinematográfico y todo bajo la cuarentena.

Lanzamiento: 9 de octubre.



libro

la vida mentirosa de los adultos elena ferrante

La nueva novela de la maestra de la intriga Elena Ferrante está ambientada en la burguesía de Nápoles de los años 90. Publicada en Italia en noviembre de 2019 con el elogio unánime de la crítica, 'La vida mentirosa de los adultos' es una historia extraordinaria sobre el descubrimiento de la mentira, el amor y el sexo protagonizada por Giovanna, una adolescente inquieta y curiosa que busca averiguar el secreto que esconden sus padres. Netflix ya ha anunciado que se convertirá en una miniserie.

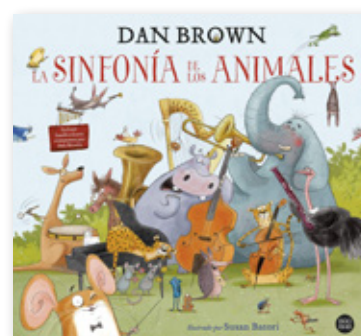
Lanzamiento: 1 de septiembre.

libro

la sinfonía de los animales dan brown

El escritor norteamericano superventas Dan Brown, debuta en la literatura infantil con un libro ilustrado por Susan Batori. 'La sinfonía de los animales' incluirá música clásica para niños compuesta por el propio autor. El conductor del relato es el juguetón Maestro Mouse, siempre batuta en mano, que acompaña al lector en las aventuras de un grupo de amigos, desde guepardos y canguros hasta elefantes y ballenas azules. Cada página es una nueva historia con un mensaje positivo, fábulas para aprender el valor de la amistad.

Lanzamiento: 1 de septiembre.

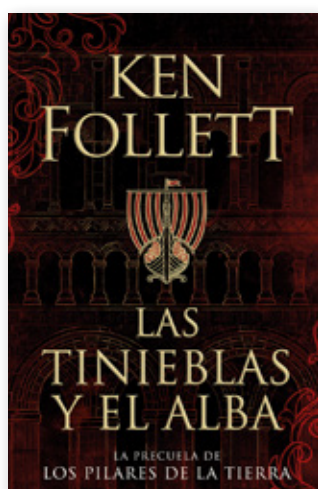


libro

las tinieblas y el alba ken follett

Ken Follett regresa con la precuela de 'Los pilares de la Tierra', un fenómeno editorial sin precedentes que ha vendido 43 millones de ejemplares en todo el mundo. En este sentido, 'Las tinieblas y el alba' se traslada al momento en el que acaba la Edad Oscura y comienza la Edad Media. Es el ocaso de una época violenta y brutal y el comienzo de un nuevo tiempo, y en ese marco histórico los planes y sueños de un joven constructor de barcos están a punto de hacerse pedazos por un feroz ataque vikingo en la costa inglesa.

Lanzamiento: 15 de septiembre.





la adaptación al nuevo escenario creado por la pandemia del SARS-CoV-2

La pandemia ha movido los cimientos de la Sanidad, que ahora necesita una gestión eficiente y flexible basada en la observación, análisis de escenarios y aclimatación constante.

En la adaptación a esta nueva normalidad, el Hospital San Juan de Dios de León ha elaborado un Plan de Contingencia ante el Covid-19 para proteger tanto a pacientes como profesionales sanitarios de los riesgos de la infección por SARS-CoV-2, prestarles una atención de calidad, además de transmitirles la máxima seguridad y confianza.

Un documento vivo que, en palabras del gerente del centro médico leonés, Juan Francisco Seco, "ha previsto una desescalada en tres fases y ha fijado las condi-

ciones de seguridad con las que se han reanudado las consultas externas, las pruebas diagnósticas, las cirugías o las sesiones de rehabilitación programadas".

nuevo mostrador en admisión

Así, al margen de los nuevos circuitos para acceder a Radiodiagnóstico y al Área Quirúrgica, el Servicio de Admisión cuenta con un nuevo mostrador con mampara de protección de metacrilato.

Se ha puesto a disposición de todos los usuarios dispensadores de gel hidroalcohólico con dosificación automática.

Una decisión que responde a la necesidad de "restringir el acceso de los pacientes a su interior y prestar una atención mucho más rápida". Y es que, según explica Seco, en un futuro inmediato se agilizará la gestión de las consultas externas gracias a un sistema de cita electrónica a través de la página web.

Además, los pacientes se podrán registrar a su llegada al hospital a través de un tótem evitando incómodas esperas y contribuyendo a descongestionar el servicio de Admisión: "Con su identificación en el sistema, obtendrán la información sobre el número de turno y consulta en la que serán atendidos garantizando en todo momento la confidencialidad".

En un futuro inmediato se agilizará la gestión de las consultas externas gracias a un sistema de cita electrónica.

La distancia de seguridad a mantener en las filas –al igual que en la zona de Recepción– está señalizada con huellas adhesivas en el suelo en las que se indica 'Espere su turno'. De igual modo, en las distintas salas están marcados los asientos que no se pueden usar para garantizar el distanciamiento social.

Asimismo, se ha puesto a disposición de todos los usuarios dispensadores de gel hidroalcohólico con dosificación automática para mantener la higiene de manos a raya en todo momento.

Las medidas a seguir, entre ellas la obligatoriedad de llevar mascarilla, figuran en carteles colocados en todos los servicios del centro, que son descargables en dispositivos móviles con un código QR, así como accesibles a través de la página web www.hospital-sanjuandedios.es

Además, se ha diseñado cartelería que recuerda en cada una de las puertas de las habitaciones de las diferentes plantas de hospitalización que "solo está permitida la entrada de un único acompañante por paciente ingresado", así como la prohibición de permanecer en los pasillos.

desinfección monitorizada

A finales de mayo, el Hospital San Juan de Dios de León llegó a un acuerdo con la empresa Société Générale de Surveillance (SGS), líder mundial en cuanto a calidad e integridad en servicios de inspección, verificación, ensayos y certificación, para obtener un sello que "redefine y extrema" los protocolos de higienización y desinfección al objeto de acreditarlo como "un entorno limpio, seguro y confiable".

"Este sello 'SGS Disinfection Monitored' certifica todo el trabajo que llevamos haciendo durante estos últimos meses y aglutina todo el conocimiento científico

que hemos aplicado en el Hospital San Juan de Dios de León, tanto en la fase de atención a pacientes Covid-19 como en esta nueva etapa", indica Juan Francisco Seco.

En este sentido, SGS evalúa cada dos meses la eficacia de los procedimientos de limpieza y desinfección, mide la calidad del aire, comprueba los sistemas de climatización y toma muestras tanto ambientales como en superficie por ATP (trifosfato de adenosina) para comprobar que la higiene es adecuada y que el centro médico es un entorno seguro y confiable.

El protocolo contempla la reserva de hasta una veintena de quirófanos semanales para "realizar cirugías de urgencia".

preparados para un segundo brote

Las direcciones del Hospital San Juan de Dios de León y del Complejo Asistencial Universitario de León (Caule) ya han diseñado un esquema de trabajo ante un previsible segundo brote de la enfermedad en otoño. Así, inicialmente el HSJD sería un centro libre de Covid cuya colaboración se centraría en "liberar camas en la sanidad pública para que las puedan destinar a pacientes con infección por coronavirus".

En un segundo escenario, si la pandemia se agudizase, hay prevista una unidad en hospitalización para dar cabida a positivos en Covid-19 como ya hiciera en los meses de marzo y abril. "El circuito contempla una zona de tránsito previa al ingreso en base al resultado de la PCR", indica el gerente del Hospital sin olvidar que "  sta y otras pruebas diagnósticas son claves a la hora de adoptar las medidas de protección necesarias".

Por último, el protocolo contempla la reserva de hasta una veintena de quirófanos semanales para "realizar cirugías de urgencia". "Si el Caule precisara de respiradores o cualquier otro tipo de aparatología se los cederemos", apunta asimismo Seco en una apuesta por estrechar lazos público-privados en la lucha contra una pandemia que no conoce fronteras.

Una crisis sanitaria, con origen en la ciudad china de Wuhan, que marcaría un antes y un después en los hábitos de la humanidad contemporánea; y cuyo fin va a depender del hallazgo de soluciones terapéuticas. Dentro de ellas, la vacuna sería la más importante.



recursos humanos y desarrollo organizacional

Cuando hablamos de desarrollo organizacional, sin duda es un término tan extenso que puede resultar difícil situarse y conceptuar para poder entenderlo bien. Pero es necesario, que, desde nuestra visión de Recursos Humanos, lo tengamos muy en cuenta, puesto que se trata de la alineación de procesos y valores. Consiste en una planificación en la que se utilizan los principios de las ciencias del comportamiento para incrementar la efectividad individual y la de la organización al mismo tiempo.

En una era de cambios constantes, las organizaciones y los responsables tanto de las áreas de Recursos Humanos como del resto de servicios, están llamados a reescribir las reglas de organización, contratación, desarrollo y gestión para poder atraer y retener a la fuerza laboral del siglo XXI. Estamos ante un momento donde los valores evolucionan rápidamente, los recursos en ocasiones se vuelven escasos y comprender aquello que influye sobre el rendimiento de las personas en el trabajo es complejo, pero a la vez muy necesario.

Esta sociedad moderna está obligada a competir dentro de un mercado cuya dinámica está marcada fundamentalmente por el desarrollo galopante de la ciencia y la técnica. Este desarrollo ha tenido una repercusión extraordinaria en el campo de la gestión de las empresas, pero no debe eclipsar la clave de una gestión acertada que se encuentra en las personas que forman parte de ellas. Este conglomerado hace imprescindible implantar nuevos modelos de competitividad, nuevas formas de decidir, dirigir y gestionar las relaciones humanas.

El reto actual para engranar RRHH y desarrollo consiste en utilizar de la mejor forma posible los recursos de los que se dispone para captar y fomentar el potencial humano, porque hoy el éxito de las organizaciones depende de aprovechar al máximo el talento, las capacidades de las personas y el trabajo en equipo. El desarrollo organizacional tiene que profundizar en ámbitos como por ejemplo los problemas de comunicación, conflictos entre grupos, satisfacción y motivación de los miembros de la organización, así como cuestiones de cultura institucional, entre otros muchos aspectos. El éxito consiste en engranar todas las piezas del puzle.

Así como cada individuo tiene su propia personalidad, cada organización tiene una identidad única que se conoce como cultura organizacional, la cual estará influenciada por las experiencias, las historias, las creencias y las normas compartidas que caracterizan a la organización y que serán fundamentales en su desarrollo a lo largo del tiempo. La cultura organizacional engloba entre otros los valores, actitudes, conductas, comportamientos, relaciones interpersonales y estilo de liderazgo que se desarrolla dentro de una organización, debiendo darla a conocer para afianzar el vínculo entre la empresa y la sociedad.

Esta sociedad moderna está obligada a competir dentro de un mercado cuya dinámica está marcada fundamentalmente por el desarrollo galopante de la ciencia y la técnica.

Esa cultura debe apoyar y tener como base el trabajo en equipo, el que se debe entender y comprender como el trabajo fusionado de todos los miembros de

la organización como un todo, para el logro de los objetivos propuestos por ésta. Hacer esto factible implica tanto la participación como el compromiso de todos sus miembros.

Hoy el éxito de las organizaciones depende de aprovechar al máximo el talento, las capacidades de las personas y el trabajo en equipo.

Entre los muchos objetivos que persigue el vínculo entre RRHH y el desarrollo organizacional se encuentran:

- Integrar los intereses de los trabajadores con los objetivos de la organización, impulsando a su vez unos valores más humanos, democráticos y estables.
- Avanzar hacia la colaboración y competencia entre las unidades interdependientes.
- Aumentar el nivel de responsabilidad personal y de grupo en la planificación y ejecución, descentralizando y delegando funciones para conseguir una mayor implicación individual fomentando la sensación de unión organización-trabajador.
- Incrementar el nivel de confianza y apoyo entre todos los miembros.
- Promover la capacidad de autoanálisis para evitar conflictos futuros.

Llevando a cabo una buena selección y administración del capital humano, se impulsa el rendimiento y

el desarrollo promoviendo que los trabajadores se fijen metas laborales y objetivos que impulsen el crecimiento. Todo ello mientras aportan paralelamente valor a la organización, estimulando de esta forma su compromiso consigo mismos y con la propia empresa.

Además, este trabajo en común por parte de los responsables de los diferentes departamentos es una herramienta que, por medio del análisis interno, permite adoptar diferentes estrategias para lograr la eficiencia de todos los elementos que constituyen la organización y así lograr el éxito y los retos planteados inicialmente.

En resumen, lo que intenta el desarrollo organizacional es conseguir disponer del máximo número de opciones para poder tomar las mejores decisiones en cada momento, consiguiendo colocar a la empresa en una posición competitiva en comparación con otras organizaciones del mismo sector, mientras a su vez se potencia la satisfacción laboral de los trabajadores.

Tanto la Dirección del Hospital San Juan de Dios de León como el departamento de Recursos Humanos somos conscientes del peso que tiene una buena simbiosis entre empresa y empleado. Por ello, trabajamos permanentemente para mejorar nuestro desarrollo organizacional planteado siempre desde una perspectiva humana que satisfaga a todos los integrantes de esta gran familia que somos.

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



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

sorlesimprentaonline.es

Foto Cuadro Personalizado

10% DESCUENTO
Usando este código la finalizar la compra
HSJD15

SORLES
servicios gráficos

 Síguenos

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



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



A.M.A.
agrupación mutual
aseguradora





un sostén emocional para los pacientes ingresados

Dicen que la enfermedad nos iguala a todos los seres humanos. Es una condición en la que las diferencias se diluyen. Y eso humaniza. Toñi Expósito se enfrenta desde febrero de 2017 a ella todos los lunes y los viernes en el marco de una labor de acompañamiento a la que estará eternamente agradecida. Porque el voluntariado salva y transforma vidas. Incluida la suya.

"Es un baño de realidad", asegura una mujer que a veces, a sus 68 años, se tiene que poner una máscara de fortaleza para no venirse abajo. "En alguna ocasión he salido llorando", reconoce tras abandonar una de las habitaciones con el corazón encogido.

Dentro de ella, José hila un discurso sereno frente a Toñi. Se confiesa "cansado", pero "tranquilo" y dispuesto a echar una mano: "Si yo puedo hacer algo por ti, cuenta con ello". Y es que, según argumenta al hablar de ese lugar al que "supuestamente" vamos, "tanto das, tanto recibes".

Lidiar con el desánimo no es sencillo. Pero trata de hacerlo desde la empatía, la escucha y el respeto. También a las medidas de seguridad para evitar contagios por el Covid-19, el virus que ha puesto en jaque al mundo.

"Nunca me había planteado hacer voluntariado, pero vine a San Juan de Dios con una amiga que quería informarse y acabé apuntándome", señala Toñi.

Extremeña de nacimiento, aunque leonesa de adopción, esta cocinera jubilada recorre los pasillos con una palabra amable siempre en la boca.

Rosario tiene 80 años y ha perdido la cuenta de los días que lleva ingresada. Le preocupa que alguien haya avisado a alguno de sus hermanos. "No he podido hablar con ellos", explica con tintes de inquietud.

"Que sea lo que Dios quiera", asegura poniendo en duda su recuperación. "Poco a poco mujer, tienes que pensar en positivo", le traslada Toñi, que echa mano de la psicología para intentar que los pacientes no se derrumben. Sobre todo, cuando la soledad se torna forzosa.

En la habitación de al lado, Asunción está a la espera de un alta que se ha retrasado por la anemia que padece tras someterse a una cirugía de rodilla. "A ver si tiramos para adelante", indica una mujer con varias intervenciones a su espalda. La penúltima, hace tan solo un año, tras una fractura de cadera.

La osteoporosis no perdona. Y los dolores se sobrellevan con resignación. "Debemos poner todo de nuestra parte", le revela Toñi que se aferró al voluntariado tras perder a uno de sus hijos.

"Necesitaba hacer algo con mi tiempo", afirma "feliz" de haber tomado la decisión de acercarse a quienes están pasando por momentos complicados. Además, en el Hospital, al margen de sentirse "más que realizada", se lleva "algún que otro piropeo". "Hay pacientes, pese a su situación, con mucho humor", según celebra.

Toñi Expósito
Voluntaria
Hospital San Juan de Dios de León



ficha técnica

Nombre:
Clínica Nuestra Señora de La Paz

Dirección:
**Calle López de Hoyos, 259
28043 Madrid**

Teléfono:
91 415 60 00

Sitio web:
www.nuestraseñoradelapaz.es

Correo electrónico:
madrid@sjd.es

Número de empleados:
103

Número de camas:
99

clínica nuestra señora de la paz, casi 70 años referente en salud mental

La Clínica Nuestra Señora de La Paz nace en 1954 como respuesta a las necesidades de las personas con enfermedad mental. Muchos han sido los cambios y procesos evolutivos para conseguir ayudar a un perfil social muy vulnerable.

La salud mental es muchas veces la gran olvidada de la sanidad, ya que sus especiales características requieren de un cuidado permanente para mantener nuestro bienestar emocional, psíquico y social y atender a los problemas a los que se debe dar una respuesta integral desde la Psiquiatría.

Por este motivo, y como uno de los pilares de la Orden Hospitalaria, atender a los más vulnerables, la institución puso en marcha en 1954 la Clínica Nuestra Señora de La Paz, en Madrid. Se trata de un centro sanitario sin ánimo de lucro especializado en salud mental que ofrece una asistencia integral y centrada en el paciente, aplicando los últimos avances científicos disponibles.

Actualmente, presta asistencia sanitaria en el ámbito público y privado y el equipo de la Clínica Nuestra Señora de La Paz está formado por reconocidos expertos en Psiquiatría y Psicología Clínica, junto con una plantilla multidisciplinar especializada en dar respuesta a las necesidades de las personas que requieren de apoyo profesional para afrontar los trastornos que les afectan en su día a día.

un poco de historia

En sus inicios el funcionamiento fue algo impreciso, aunque con la solera y el entusiasmo de quienes se sienten protagonistas de una obra que quiere resultar de utilidad a la sociedad.

Durante una primera etapa (1954-1980) predomina una situación de promoción y se procuran mantener claramente las relaciones públicas "y con personas llamadas de bien y de sociedad".

En esta misma época se hacen algunas apreciaciones buscando siempre la mejor asistencia. Así, se persigue que la Residencia no siga incrementando el número de camas (ha llegado ya a 85 plazas), se insiste en la preparación del "personal auxiliar", se paralizan las llegadas nocturnas (en alusión a los ingresados dependientes del Seguro Escolar) y, aunque se alaban las mejoras realizadas, se considera necesario ampliar locales de recreo para los enfermos e introducir la ergoterapia.

A mediados de 1978 se inaugura el departamento de terapia ocupacional en un salón de la planta baja y, a finales de ese año, ya se detecta la necesidad de una consulta de Psicología. Asimismo, también se abre un departamento de vigilancia intensiva para los enfermos en cura de sueño e insulina.

Una segunda etapa (1980-2000) se caracteriza por una crisis de identidad en la clínica. Según recoge el documento del 60 aniversario, "apenas han transcurrido 25 años desde que la Clínica abrió sus puertas y a mediados de 1981 se pone de manifiesto que el Centro viene arrastrando una serie de problemas que atienden a causas diversas".

Uno de ellos motivado por los miembros de la propia institución de San Juan de Dios, por no estar muy de



acuerdo con la finalidad de la Residencia. Y el otro, más pragmático, debido a la falta de viabilidad económica de la misma. La suma de ambos da fruto a la cadena de acontecimientos que marcan una estela sinuosa durante los treinta años siguientes, hasta que por fin se llega a una solución al menos aceptable y, esperemos, no transitoria.

Durante 1998 se produce un salto cualitativo en cuanto a la existencia de nuevos servicios y con la creación del Fondo de Obra Social. La idea era que, aún antes de que llegaran los bienhechores para ir haciendo "fondos", hacer una apuesta: "Cuando alguna persona necesite una prestación de las que

tiene el centro, y sea pautada por el médico, no es impedimento el que no tenga recursos".

Entre los años 2001 y 2014 hay una gran evolución. En 2001 hay una nueva crisis que afecta a los profesionales de la clínica, al seguimiento de la actividad y a su futuro. Los convenios de colaboración firmados con la Comunidad de Madrid y con el Ayuntamiento de la capital fueron, sin duda, determinantes para el centro y para su actividad asistencial.

La tercera época llega en 2015 con la apertura y proyección hacia la Psiquiatría Infanto-Juvenil, atendiendo a las necesidades de la sociedad, y a la expansión hacia el espacio ambulatorio.



Ascensores y Escaleras Mecánicas

Elevamos... la calidad de tus desplazamientos

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

+140 Más de 140 años de experiencia



Fiabilidad donde más se necesita



Máxima eficiencia en la gestión del tráfico



Ahorro energético



We Elevate

Schindler



¿dónde estamos?



servicios ofertados en la actualidad

En la actualidad la Clínica Nuestra Señora de la Paz goza de estabilidad y cuenta con una filosofía en constante evolución, dando servicio según las necesidades del momento y cambiando según cambian las preocupaciones de la sociedad.

Por ello, en la actualidad cuenta con las siguientes áreas:

- **Unidad de Hospitalización Breve Psiquiátrica.**
- **Unidad de Hospitalización Infanto-Juvenil.**
- **Unidad de Hospitalización Patología Dual.**
- **Unidad de Hospitalización de Adicciones. Cocaína.**
- **Centro de Día de Patología Dual.**
- **Centro de Día de Cocaína.**
- **Unidad de Trastorno Bipolar.**
- **Hospital de Día Psiquiátrico.**
- **Consultas Externas de Psiquiatría y Psicología.**
- **Urgencias Psiquiátricas 24 horas.**

Sus más de 60 años de historia la han convertido en un referente que cuenta, desde hace más de una década, con el Centro de Patología Dual y el Centro de Atención Integral al Cocainómano (CAIC), especializados en el tratamiento y rehabilitación de las personas con adicciones y trastornos de la conducta.

Nuestra atención se basa en un cuidado integral basado en los más altos estándares técnicos y los últimos aportes científicos. A ellos se une una visión de la medicina humanista centrada en el paciente y asentada en la hospitalidad, valores que identifican a la Orden Hospitalaria San Juan de Dios.

Además, las instalaciones se completan con piscina climatizada, amplios jardines, paseos y terrazas, sala de psicomotricidad, cafetería, biblioteca, capilla, aparcamiento y zonas de ocio.

Departamento de Comunicación
Clínica Nuestra Señora de La Paz
Hospital San Juan de Dios

Mayores en bienestar

ORPEA
RESIDENCIAS

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.**

ORPEA LEÓN

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



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

