

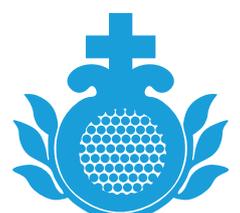
# salud dosmil

hospital san juan de dios de león

marzo 2016 | número 122



- **en persona** | the bright
- **actualidad** | semana de san juan de dios
- **el especialista** | gastroenterología y hepatología



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

La medicina  
a tu servicio



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

## \_CALIDAD, SEGURIDAD Y TECNOLOGÍA EN NUESTROS QUIRÓFANOS

\* Datos 1º trimestre 2015 de nuestro sistema interno de gestión de calidad.

Y no lo decimos sólo nosotros. **SGS certifica la calidad de nuestro proceso quirúrgico con el certificado ISO 9001:2008**

- Mínima estancia media prequirúrgica
- Historiales clínicos informatizados
- Estricto control de equipos, instalaciones y proveedores
- Tasa de infección quirúrgica por debajo de los estándares recomendados por el Ministerio de Sanidad
- El 100% de los pacientes intervenidos volvería o nos recomendaría\*
- Inversión continua en tecnología

**Nuestro compromiso, tu salud.**



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

El pasado día 29 de abril tuvo lugar la gala de entrega de los 2º Premios Nacionales 'Hospital Optimista'. Presentada por el periodista Juan Ramón Lucas y ante más de 600 asistentes, el Hospital San Juan de Dios de León ha sido galardonado con un segundo puesto de estos premios que se han convertido en un referente de humanización en el entorno sanitario español y han contado, en su segunda edición, con un total de 157 candidaturas de centros sanitarios públicos y privados procedentes de todos los rincones del país y repartidos en sus diferentes categorías.

Los Premios Nacionales Hospital Optimista, nacieron en el año 2015 para reconocer aquellas iniciativas o prácticas positivas que contribuyen a generar un entorno más saludable para el paciente y su familia.

El Hospital San Juan de Dios de León participaba en la categoría de hospitales, en la que se premian a los hospitales y servicios con mejores entornos psicosociales con el objetivo de fomentar la excelencia organizacional en nuestro país. Tras el proceso de evaluación iniciado el 15 de marzo, hemos quedado segundo clasificado a nivel nacional, por delante de muchos otros hospitales privados y públicos, como el de Medina del Campo.

El Hospital San Juan de Dios ha recibido 1.250 euros con los que estaba dotado este galardón, que se destinan íntegramente a la Fundación Juan Ciudad, para que sean utilizados en la reparación del tejado del Centro de Salud Mental 'Dalal Xel', de los Hermanos de San Juan de Dios en Fatick (Senegal).

Este nuevo reconocimiento a la gestión de Recursos Humanos del Hospital se une a otros reconocimientos que hemos recibido durante los últimos años: certificación 'efr', premio a la gestión de Recursos Humanos por la Universidad de Burgos, finalista a las mejores prácticas de Recursos Humanos por CEDERED...

Lamentablemente, tenemos interlocutores que nos dicen que destacamos por nuestra 'ineficiencia', es normal: ya decía G.K. Chesterton que 'la mediocridad, posiblemente, consiste en estar delante de la grandeza y no darse cuenta.' Aunque, personalmente, prefiero a A. Einstein: 'hay dos cosas infinitas: el Universo y la estupidez humana. Y del Universo no estoy seguro.'

**Juan Francisco Seco Marfín**  
director gerente

han colaborado  
Juan Francisco Seco Marfín, Belén Jiménez, Dr. Alejandro Rabanal Guerrero, Ana Romero, Dr. Luis Iglesias Vela, Dr. Manuel Meléndez Pérez, Dra. Elena Valoña Escalona, D. Abilio Fernández, Noelia Sánchez Carrión, Mónica Redondo Arias, Lucas Rodríguez Milia, div-laCentral | comunicación  
diseña y edita  
div-laCentral | comunicación  
Velázquez, 16 - 1ªA | 24005 León  
987260000  
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
noticias de interés	12
cuadro médico	16
ocio	18
el hospital por dentro	22
recursos humanos	24
orden san juan de dios	26
voluntariado	28
pastoral	30
el especialista	32

### certificado efr

La Fundación Más Familia, ha concedido al Hospital San Juan de Dios de León 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.

El modelo de gestión efr responde a una nueva cultura socio-laboral y empresarial basada en la flexibilidad, el respeto y el compromiso mutuos.





## the bright grupo de música

The Bright es Miryam y Aníbal, grupo leonés que suena con fuerza en el panorama musical nacional. Su nuevo estilo ofrece matices electrónicos, aunque las canciones las siguen componiendo a guitarra. Y han ampliado la formación a nuevo batería más una guitarra de apoyo. Además se han pasado al castellano en todos sus temas.

¿Qué quedan de aquellas jam session en el Gran Café? ¿Es ahí dónde se gestó The Bright?

Guardamos sólo buenos recuerdos de aquella época. El Gran Café era nuestro lugar de encuentro hace 10 años y allí comenzaron muchas bandas que

hoy aún siguen, no sólo The Bright. Ibas por allí y si tocabas la guitarra, pues intentabas juntarte a un bajista o a alguien con quien poder quedar una tarde para sacar alguna cosa.

¿Cómo se organiza The Bright? ¿Cómo es la distribución de su trabajo para que el equipo funcione?

Miryam hace las canciones y piensa los arreglos, el ritmo de la batería... Aníbal sería el "primer filtro". Cuando ya la idea general está más o menos clara se prueba con toda la banda. A veces se cambia completamente con respecto a la idea inicial de la composición, estructura...

En 2010 publicáis un EP homónimo con 4 canciones en inglés. ¿Qué significó para vosotros la publicación de este primer trabajo?

Siempre es muy emocionante meterte a un estudio a grabar. Aunque sólo fueron 4 canciones, les dedicamos mucho tiempo y mucho trabajo.

Al año siguiente, sale a la luz vuestro primer disco, 'Soundtrack for a winter's tale' de nuevo en inglés y con el que ganasteis el premio Radio 3 a Artista Revelación y os eligieron Talento Fnac. ¿Cómo son de importantes los premios?

Los premios son un reconocimiento a tu trabajo. A veces son votados por la gente, como fue el caso de los oyentes de Rne3, así que hacen muchísima ilusión.

En 2013 sacáis 'Estados' su segundo álbum y primero en español. ¿A qué se debe el cambio?

Quizá a la búsqueda de hacer algo más nuestro. En un principio a Miryam le costaba contar las cosas en castellano, exponer demasiado. Quizá con el tiempo uno pierde la vergüenza, y lo correcto sería escribir en nuestro idioma, que es en el que nos sentimos más cómodos y con el que hemos conseguido un sonido más propio.

¿Cantando en español se llega a más público?

La gente se aprende mejor las canciones y las canta. Si se llega a más gente... no sé, quizá no necesariamente.

¿Por qué una versión de 'Jolene' de Dolly Parton?

Porque nos gustaba mucho esa canción y siempre es divertido hacer versiones. Es muy arriesgado, eso sí. Y además nosotros la hicimos antes que Miley Cyrus.

Y volviendo a su discografía, el año pasado publicáis 'Líneas divisorias', disco con el que estáis de gira y que ha supuesto un cambio de banda, de estilos... ¿Cómo valoráis este cambio?

El cambio viene por las ganas de probar cosas nuevas. Hacer siempre lo mismo y sacar un disco siempre igual al anterior nos parece aburrido. Haciendo música siempre buscas cambiar, experimentar con sonidos nuevos... También cambiar de productor y de banda tuvo mucho que ver en el resultado final. Al fin y al cabo es gente que te aporta sus gustos y su visión de las cosas.

¿Cuáles son vuestras influencias musicales? ¿Van cambiando?

Supongo que todo lo que escuchas te influye de alguna manera. Nosotros escuchamos mucha música, así que supongo que haya de todo un poco. Nuestra línea general y nuestra base, al fin y al cabo siempre ha sido el pop.

Ahora estáis en plena gira de 'Líneas divisorias'. Salas grandes, pequeñas, consolidadas... Tocáis en todo tipo de espacios. ¿Cómo son los directos?

Por los comentarios que nos llegan, a veces la gente se sorprende un poco, quizá nuestros discos dan la impresión de ser más tranquilos que los directos. Eso sí, nos lo pasamos siempre genial con la gente.

Tras más de un año componiendo el nuevo disco, esta pareja musical se desplazó hasta el Puerto de Santa María, para grabar junto a Paco Loco 'Líneas divisorias', donde se desmarca de todo lo hecho anteriormente. Este es un trabajo potente, guitarrero, en el que los slides, los bajos y las mandolinas pasaron a la historia y han dejado lugar a distorsiones y sucias guitarras que junto a sintetizadores, pesadas líneas de bajo y fulminantes cajas de ritmos recuerdan a bandas como The Cure o Joy Division.

¿Qué pensáis de la industria musical en España?

Pues que está fatal. Hoy en día vender discos está más difícil vender discos que nunca y algunas medidas tomadas por el gobierno, como subir el IVA, no han hecho más que empeorar la situación. Vamos que si estás en esto es porque realmente te gusta mucho.

Para ir terminando, ¿qué opinión tenéis acerca del panorama musical actual en nuestro país?

Que hay de todo, muy variado y hay cosas muy muy buenas. Cada vez hay más festivales y más gente que intenta apostar por la música en directo aunque sea desde un pequeño bar. Siempre hay oportunidades para descubrir nuevas bandas que hacen cosas muy interesantes.

Tras casi dos años de construcción de nuevos temas, van al estudio de Paco Loco a grabar su último disco 'Líneas Divisorias'. El resultado es un sonido de cuidada imperfección, que recuerda en ocasiones a la New Wave y a la luminosidad del pop español de los 80. Todo ha cambiado, han cambiado y el resultado ha sido más brillante que nunca.





## el test Aníbal

Una ciudad\_Nueva York

Una comida\_cocido

Un lugar para perderse\_El Faedo de Ciñera

Un colega de profesión para salir de cañas\_Juan Aguirre (Amaral)

Un deporte\_correr

Un vicio (confesable)\_las pelis de superhéroes

Tu mayor defecto\_soy muy despistado

Tu mayor virtud\_sinceridad

Me gustaría parecerme a... hay que ser uno mismo

Un grupo o un cantante\_Los Beatles

Un método de transporte\_la bici

## el test Miryam

Una ciudad\_Londres

Una comida\_japonesa

Un lugar para perderse\_la montaña de León

Un colega de profesión para salir de cañas\_Mikel Izal

Un deporte\_boxeo

Un vicio (confesable)\_decirle algo a todos los perretes que me cruzo

Tu mayor defecto\_inseguridad

Tu mayor virtud\_constancia

Me gustaría parecerme a... nadie. Sólo hay que intentar cada día sacar lo mejor de uno mismo

Un grupo o un cantante\_The War on Drugs

Un método de transporte\_un caballo



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

**BUSCADOR ESPECIALIZADO**

Encuétranos en la web, los folletos impresos o en las redes sociales y **contacta con nosotros.**

[info@guiaserviciosparamayores.es](mailto:info@guiaserviciosparamayores.es) · Tel.: 900 834 437





## semana de san juan de dios en león

El 8 de marzo es San Juan de Dios, nuestro fundador. Como viene siendo habitual en los últimos años, la semana que acoge la onomástica del centro, se preparan una serie de actividades para todos los públicos en un completo programa cuyo objetivo es abrir las puertas del centro para acercar el Hospital San Juan de Dios a todos los leoneses.

### lunes 7 de marzo

Como ya viene siendo tradición en el centro, los hijos de los empleados tienen una fiesta de disfraces, con actuaciones y regalos a los mejores disfraces.

### martes 8 de marzo

Día de San Juan de Dios, se celebró una misa en honor al fundador. Y a las 12h, ya todo un clásico de la

Semana de San Juan de Dios: emisión en directo de León en la Onda desde el centro. Javi Chamorro y su equipo, trasladan su cabina de emisión hasta una sala en el hospital y a lo largo de la mañana entrevistó a diferentes profesionales del centro. En un primer bloque, Nieves, Laura y Luis Ángel, responsables de la Obra Social en el centro de León que explicaron cómo se organiza la Obra Social el centro y de los colectivos a los que se dirigen. Hicieron un repaso de los resultados obtenidos en 2015 y, por supuesto, hablaron de todos los planes para este 2016: recogida de tapones para recaudar fondos destinados a alguien que lo necesite, colaboración con la Asociación Leonesa de Caridad, el proyecto que la Obra Social tiene este año en Sucre, Bolivia...



La segunda parte del programa, fue en la que el Dr. Manuel Meléndez, director médico del centro, habló de la Unidad de Accidente de Tráfico, unidad que atendió a más de 2500 pacientes accidentados el pasado año.

D. Juan Francisco Seco Martín, fue el encargado de hablar en el tercer bloque, en el que habló de todas las innovaciones y mejoras del hospital: políticas de conciliación laboral, certificaciones de calidad en procesos quirúrgicos.

Esa misma tarde, en la biblioteca del centro, tuvo lugar una 'Jornada de hábitos saludables'. Ana Romero, responsable de la Unidad de Ejercicio Físico del Hospital San Juan de Dios de León y Emilio Blanco, nutricionista del centro, dieron forma a un completo programa que duró toda una tarde en la que se trataron diversos temas para tener una vida más saludable. Lo primero, se planteó que los hábitos son la consecuencia o el resultado de lo que pensamos, de lo que decimos y de lo que hacemos y que para llegar a tener unos buenos hábitos primero



asistencia familiar 24

Asistencia de enfermos en hospitales 24 horas  
Asistencia a domicilio



987 21 87 39  
679 47 42 17

"Para tu tranquilidad, todo el día cuidando de ti"

Av. República Argentina, 34 - 1º C - 24004 León  
info@asistenciafamiliar24.com / www.asistenciafamiliar24.com

hay que cambiar estos tres aspectos. Además, Ana explicó cómo llegar a practicar el pensamiento positivo, cómo éste influye en nuestra vida y en el estilo de vida que queremos vivir. Se pusieron ejemplos de hábitos saludables y cómo todos ellos, de manera conjunta, influyen en vivir una vida plena y feliz (compras, alimentación, ejercicio físico, autocontrol, rehabilitación para prevenir lesiones, controles periódicos médicos, autocuidado y amor propio, qué pensar antes de dormir y nada más despertarnos, aprender a utilizar la inteligencia emocional, rodearse de personas que sumen y no que resten, aprender a gastar, invertir, ganar y ahorrar dinero, leer libros que nos ayuden a desarrollarnos personal y profesionalmente, predisposición al cambio...).

También se planteó la importancia de plantearse objetivos o retos y cómo el ejercicio físico es un buen ejemplo para cumplirlos. Es importante conocer los valores que nos aporta el hábito de hacer ejercicio físico.

Y luego fue el turno de Emilio Blanco, experimentado nutricionista que nos explicó los beneficios de llevar una alimentación sana y equilibrada, y cómo nuestros hábitos alimenticios también influyen en nuestro día a día.



## miércoles 9 de marzo

Como viene siendo habitual en los últimos años, alumnos de primaria de algún colegio de León visitan las instalaciones del centro médico privado. Este año, unos 40 alumnos de entre 10 y 11 años del colegio Sagrado Corazón de las Carmelitas visitaron el hospital. Lo primero que visitaron fue el laboratorio, donde pudieron mirar por el microscopio y les explicaron todo lo que allí se hace. Pasaron por la resonancia y por rayos, para poder ver cómo funciona la diagnosis por imagen y qué ven los técnicos en las pantallas del ordenador cuando hay un paciente. Y la visita acabó en quirófano: bata, calzas y gorro para garantizar la limpieza de los quirófanos. Pudieron ver cómo es la 'mesa de operaciones' y los responsables de quirófanos les contaron cómo se

trabaja. Y la visita al hospital acabó en la biblioteca del centro donde Emilio Blanco, les dio un taller de primeros auxilios.

Ese mismo día por la tarde, la biblioteca volvió a ser el escenario de unas jornadas formativas abiertas a todos los públicos. Un taller de 'Primeros Auxilios' para que todos sepamos, sin pertenecer al mundo sanitario, cómo reaccionar antes emergencias que puedan suceder en cualquier momento en nuestra vida cotidiana.



## jueves 10 de marzo

Por la tarde, de nuevo en la polivalente biblioteca del centro, el Hospital San Juan de Dios de León se convirtió en un punto de donantes de sangres. La Hermandad de Donantes de Sangre dispuso su personal y su instrumental para que todo el que se acercó, pudiera donar sangre. El resultado fue una gran cifra de solidaridad: 40 donaciones en una tarde hicieron de esta actividad un éxito absoluto.

## viernes 11 de marzo

Para cerrar una semana de actividades, fue la esperada cena del personal del hospital en el Hotel Conde Luna. Pero antes de eso, por la mañana, la sede de San Marcelo del Ayuntamiento de León, fue el escenario de la inauguración de la exposición de fotos de las imágenes finalistas del VIII Concurso Internacional de Fotografía sobre Humanización Asistencial del Hospital San Juan de Dios de León, a la que asistieron el alcalde de León, D. Antonio Silván y el director gerente del Hospital San Juan de Dios de León, D. Juan Francisco Seco Martín. Estuvieron acompañados de parte del excelente jurado de este año, como el director del MUSAC, D. Manuel Olveira o la concejala de Turismo y Cultura, D<sup>a</sup> Margarita Torres.

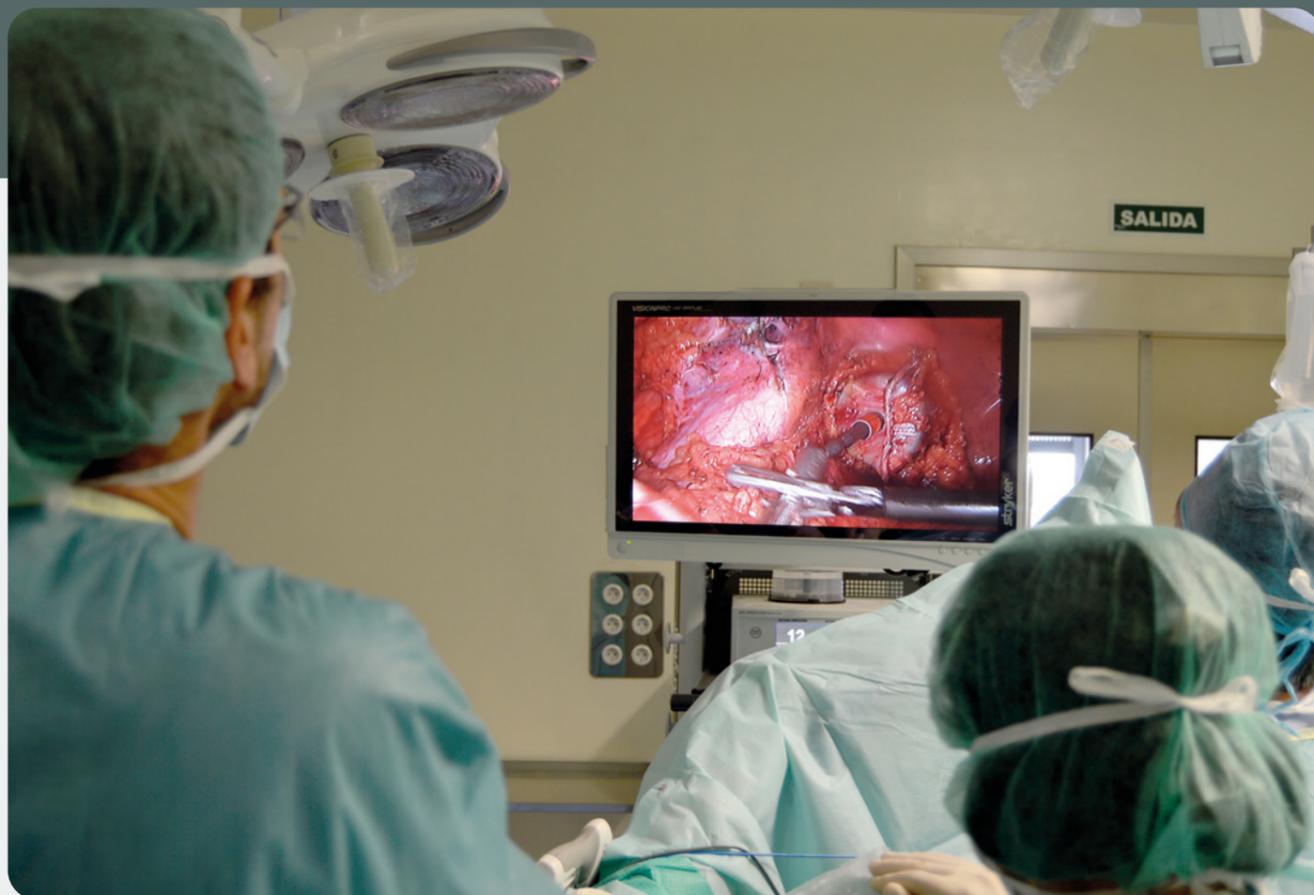
Por la tarde, el bombero Javier Yuste hizo una estupenda presentación sobre la historia de los bomberos en nuestra ciudad. Historia, anécdotas, fotos, trayectoria, curiosidades, catástrofes... Una completa charla que mostró las alegrías y sinsabores de un gremio cuyo patrón es San Juan de Dios.



Y precisamente los bomberos fueron los protagonistas absolutos de una actividad, que por la climatología, tuvo que ser pospuesta a la semana posterior: un simulacro de bomberos. D. Fernando Salgueiro, concejal de Seguridad y Movilidad Ciudadana, y responsable del cuerpo de bomberos de León, estuvo presente en este simulacro al que se acercaron muchos leoneses. Impresionante rescate de dos víctimas en un simulado accidente de coche, en el que se pudo apreciar la importante y necesaria labor de los bomberos y la coordinación con los sanitarios, ya que un equipo de sanitarios del Hospital San Juan de Dios de León, participó con los bomberos en este simulacro, mostrando a todos los asistentes la secuencia de actuación en emergencias.

Así acabo una año más la Semana de San Juan de Dios, llena de actividades para todos los públicos con el fin de acercar el centro y todos sus servicios a todos lo leoneses.





## cáncer de colon

El cáncer de colon, uno de los más comunes a nivel mundial y en León, se desarrolla debido a que la mucosa del colon, por diferentes causas, evoluciona hasta convertirse en un tumor maligno. No obstante, sus tasas de curación son altas si se detecta precozmente.

Junto con el recto, el colon es el lugar donde se acumulan las heces, lo que hace que sea un lugar propicio para la aparición del cáncer, que puede crecer en tres formas:

### crecimiento local

Esto es cuando el tumor crece, se expande y traspasa la pared del intestino pudiendo, incluso, diseminarse a todos los órganos.

### diseminación linfática

El tumor utiliza los ganglios linfáticos para expandirse. Desde los ganglios cercanos hasta llegar a los más alejados.

### diseminación hematológica

El tumor se expande a través de la sangre al hígado, los pulmones, los huesos y el cerebro, principalmente.

Las principales causas que provocan esta enfermedad son:

- El cáncer de colon parece estar asociado a dietas ricas en grasas y pobres en fibra.
- La mayor parte de los casos se dan en personas entre los 65 y los 75 años aunque puede haber casos que se manifiesten antes.
- Herencia genética.
- Estilo de vida negativo: sedentarismo, obesidad, tabaquismo.

En cuanto a los síntomas, éstos pueden variar, aunque los más comunes son diarreas o estreñimiento, pérdida de peso, de apetito, cansancio constante, cambio en las deposiciones, mareos y cansancio, dolores y molestias en el abdomen, y sobre todo, sangre en las heces.

## servicio de coloproctología del hospital san juan de dios de león

Con el objetivo de satisfacer las necesidades de sus pacientes, el Hospital San Juan de Dios de León aboga por la creación en el ámbito privado de la medicina en León de una unidad especialmente dedicada a la cirugía de colon, recto y ano, sobre todo teniendo en cuenta la gran demanda de la población, de todas las edades y sexo, afectada por estos problemas en los últimos años.

Esta consulta está liderada por los doctores Vicente Simó y Jesús Fernández Fueyo, experimentados cirujanos generales y del aparato digestivo, especialmente dedicados a la cirugía colorectal y proctológica. Su propósito es, siempre, realizar una atención médico-quirúrgica basada en la evidencia científica y la excelencia, y realizando de forma personalizada el diagnóstico y posterior tratamiento de su patología.

Para obtener unos resultados óptimos, los cirujanos, cuentan con la avanzada y moderna infraestructura del Hospital San Juan de Dios de León. Pudiendo utilizar las técnicas más vanguardistas, novedosas y avanzadas en el campo de la coloproctología, ya que el centro médico privado, pone a su disposición las mejores instalaciones y los profesionales más cualificados, lo que permite realizar cirugías mínimamente invasivas, con estancias muy cortas, o incluso sin ingreso, así como cirugía laparoscópica compleja, al disponer de avanzadas unidades de reanimación y UCI especializada.

Los doctores Simó y Fueyo, son profesionales con una gran experiencia en el abordaje laparoscópico, técnica que evita cirugías abdominales más traumáticas, lo que da como resultado una mejora en la calidad de vida postoperatoria, disminuyendo el dolor en el paciente y su estancia hospitalaria, y haciendo que éste recupere más rápida su vida normal.

Otra técnica novedosa, tanto a nivel nacional como internacional, que realizan en el Hospital San Juan de Dios de León, es la TAMIS, que permite en muchos casos la extirpación de pequeños tumores rectales evitando cirugías más complejas.

En los últimos meses, los cirujanos han tratado con éxito una importante cantidad de patologías que afectan al ano, como son hemorroides, fístulas anales y fisuras, solucionando y aliviando el problema a muchos pacientes, mediante diferentes técnicas que van desde tratamientos ambulatorios, como el 'Banding hemorroidal' o la inyección de toxina botulínica en las fisuras anales, hasta técnicas más novedosas como la THD (Desarterialización hemorroidal transanal).

El 'Banding hemorroidal' es uno de los tratamientos alternativos que se aplican en los pacientes con hemorroides sintomáticas, que no responden a un primer tratamiento higiénico dietético. La ligadura hemorroidal con bandas elásticas se trata de un procedimiento con alta difusión debido a su fácil aplicación así como por sus buenos resultados.

Tiene indicación en ciertos grados de hemorroides que serían el I, II y III. Se trata de un procedimiento quirúrgico que no precisa anestesia ni ingreso en un hospital y con solamente ligeras molestias ocasionales tras la colocación de las mismas (sangrado, tenesmo...). Aunque en ciertas ocasiones hay que re-

Según datos de diciembre de 2014 de la Asociación Española Contra el Cáncer, en España el cáncer de colon es el tercero más frecuente en los hombres, por detrás del de pulmón y próstata; y el segundo en las mujeres, por detrás del de mama. En términos generales, el cáncer colorectal es el que tiene una mayor incidencia, un 15%. Además, según la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), el cáncer de colon tiene una incidencia de 32.240 personas al año en España y es el responsable de 14.700 fallecimientos.

petir el procedimiento más de una vez para terminar de tratar correctamente la patología hemorroidal, es un procedimiento sencillo e indoloro que consiste en la aspiración del paquete hemorroidal y colocación de la banda elástica en dicha hemorroide.

La THD es un método que está resultando ser uno de los más eficaces ante las hemorroides ya que, además de reducir de una forma significativa el dolor, corrige el posible prolapso y reduce el hiperflujo arterial. Además esta técnica de vanguardia es totalmente segura y mínimamente invasiva, lo que reduce al mínimo los niveles de dolor y de estrés en el paciente.

Patología del suelo pélvico, litiasis de la vesícula biliar, las hernias de la pared abdominal... en definitiva, muchas son las patologías que se tratan en el Hospital San Juan de Dios de León.

**Especialista en Cirugía General y Laparoscopia**  
**Dr. Vicente Simó Fernández**  
**Dr. Jesús Fernández Fueyo**  
**Hospital San Juan de Dios de León**

**azúcar sí o no**

Los expertos de la OMS coinciden en que el consumo de azúcares para niños y adultos se debería reducir a menos del 10% de la ingesta calórica total diaria. Expertos españoles aseguran que el consumo de azúcar es necesario en una dieta sana (el cerebro consume unos 160 gramos diarios) pero deben controlarse los excesos. En lo que no existe acuerdo es en gravar los productos azucarados.



**vacuna de la varicela a la venta en farmacias**

Hasta el momento actual la vacuna de la varicela no se dispensaba en farmacias. En un acuerdo entre el Ministerio de Sanidad y las Comunidades se decidió su vuelta al calendario vacunal. Por el momento no se conoce fecha exacta de comercialización para su venta en farmacias bajo prescripción facultativa, aunque se estima sea el mes de febrero.

**epidemia virus zika**

La epidemia por el virus Zika en los países de América Latina está en aumento y la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha elevado el nivel de alerta. El Zika es un virus transmitido al humano por la picadura del mosquito Aedes aegypti, y la enfermedad producida es un cuadro banal poco grave en la mayoría de casos. El principal problema es la afectación a mujeres embarazadas en las que se han detectado numerosos casos de Guillen-Barré y malformaciones fetales (microcefalia).

**virus zika en españa**

Hasta el momento se han detectado en España pocos casos, todos ellos de pacientes provenientes de países de riesgo en los que se infectaron. El cuadro clínico típico consiste en fiebre y mialgias. Los últimos hallazgos sugieren la transmisión entre personas por contacto sexual y a través de la sangre. No se descarta un aumento de los casos diagnosticados en nuestro país ya que el flujo de turistas a las zonas de riesgo y viceversa es constante.

**exceso de ejercicio**

Salvo por las lesiones que pueda ocasionar, el ejercicio físico es sinónimo de salud y larga vida en el mundo que nos rodea donde el sedentarismo es cada vez mayor. Un poco de ejercicio es mejor que nada, y algo más, aún mejor. Según estudios publicados no hay límites para el ejercicio físico, aunque en exceso no parece que aporte beneficio cardiovascular adicional o beneficio extra.

**gota y enfermedad coronaria**

Según estudios de la Universidad de Alicante los pacientes con gota tienen mayor probabilidad de sufrir arteriosclerosis y sus complicaciones, especialmente patología coronaria e infartos de miocardio. La gota es un tipo de artritis secundaria al exceso de ácido úrico en el torrente sanguíneo. Por tanto, es sumamente importante el tratamiento de este exceso.

**fumar en casa**

Tras la entrada en vigor de la Ley Antitabaco del 2011, los españoles fuman más en los hogares y coches en presencia de sus hijos, lo que les convierte en fumadores pasivos. En un estudio de la Universidad de Granada se analizó el nivel de exposición al humo del tabaco de 118 niños, un 50,8% eran expuestos por el consumo paterno, cifras superiores a las recogidas antes de la entrada en vigor de la Ley Antitabaco.

**patatas y diabetes gestacional**

Según un estudio británico un consumo elevado de patatas antes del embarazo podría relacionarse con mayor riesgo de sufrir diabetes gestacional. Aunque los resultados sugieren que sustituir patatas por otras verduras o legumbres ayudaría a reducir esta probabilidad, es necesario proseguir las investigaciones.



**nuevo record de donaciones**

Durante el año 2015, España volvió a superar su récord en donaciones, tras crecer su número de donantes un 10% hasta los 1851 y alcanzar la tasa de donantes más elevada hasta el momento. Sólo un 4,2% de estas donaciones proceden de accidentes de tráfico. Estas cifras sitúan a nuestro país 20 puntos por delante de la Unión Europea.

**falso fin del ébola**

Pese a que la OMS declaró día 15/01/2016 a Liberia libre de Ébola, se ha confirmado un nuevo caso en Sierra Leona de una mujer fallecida el 11/01/2016. A pesar de ello, la OMS asegura que la vigilancia estrecha y los sistemas de respuesta serán críticos en los próximos meses, ya que pueden producirse rebrotes. Desde su inicio a finales del 2013, la epidemia de Ébola ha confirmado 28.602 casos y 11.301 fallecimientos.

**prevención de caídas graves**

Según un estudio publicado en The British Medical Journal, los hombres mayores de 65 años que comienzan a realizar ejercicio físico de manera regular tienen menos lesiones por caídas graves que los que no lo hacen. Se estima que casi un tercio de las personas mayores de 65 años sufren caídas, y un 10% de ellas sufren algún tipo de lesión derivada de estas.



**predominio de mujeres en la medicina**

En la última convocatoria al examen MIR (Médico Interno Residente), realizado el pasado 6 de febrero, el 63% de los 12.426 licenciados en medicina que optaron a una de las 6.098 plazas convocadas son mujeres, según los datos facilitados por el Ministerio de Sanidad. Mientras que el número de licenciados en medicina presentados creció un 1,8% respecto al año anterior, el total de aspirantes de todas las especialidades (medicina, enfermería, biología y farmacia) se redujo un 3,1%.

**simulación como aprendizaje**

La simulación clínica (que incluye desde el entrenamiento básico de una técnica, hasta situaciones clínicas de extrema gravedad) está cobrando importancia en la formación de los profesionales sanitarios. Son varias las universidades (Barcelona, VIC, Internacional de Cataluña) y Hospitales (Valdecilla, Alcorcón, La Fe, Maternoinfantil de San Juan de Dios en Barcelona) que han incorporado estos novedosos métodos de aprendizaje para lograr un aumento de la calidad y seguridad asistencial al paciente.

## El Hospital San Juan de Dios de León participa en los premios 'Hospital Optimista'

La empresa Vygon, Grupo OTP, Universitat Jaume I de Castellón (UJI) y la Fundación ATRES-MEDIA son los organizadores de estos premios, que se basan en los últimos avances en neurociencia y psicología positiva que demuestran que el entorno tiene un impacto sobre los pensamientos, las emociones y nuestras conductas, y cómo podemos entrar en espirales virtuosas de bienestar y salud emocional y social cuando el entorno potencia nuestras fortalezas psicológicas y sociales.

Su objetivo es contribuir a la mejora de la salud de los pacientes hospitalizados fomentando las iniciativas y/o prácticas que contribuyan a la creación de un entorno optimista para el paciente y su familia. Para ello, desde un planteamiento científico centrado en la mejora de las personas y de las organizaciones han creado los premios 'Hospital Optimista'.

Nuestro hospital participa en la categoría de Hospitales, en la que se premian a los hospitales y servicios con mejores entornos psicosociales con el objetivo de fomentar la excelencia organizacional en nuestro país. Hoy se inicia el proceso de evaluación de las candidaturas que finalizará el día 15 de marzo, consistente en cumplimentar por parte de todo el personal un cuestionario de evaluación HERO – HOS elaborado por el equipo de Investigación de UJI, en el que se analizan las condiciones de trabajo del hospital, evaluando aspectos como la autonomía, el clima, la empatía, la eficacia colectiva, el engagement, el desempeño colectivo, la calidad del servicio, la resiliencia, la confianza vertical, las prácticas organizacionales saludables y el optimismo. Valorándose no solamente estos resultados sino también el grado de participación y los resultados de la entrevista personal.

[www.hospitaloptimista.org](http://www.hospitaloptimista.org)

## vacuna de la tosferina

La Junta de Castilla y León ha anunciado que a partir del 10 de diciembre de 2015 las mujeres embarazadas podrán vacunarse contra la tosferina. Esta es la medida más eficaz para prevenir la enfermedad en lactantes que no hayan recibido la vacunación. La administración de la vacuna se realizará por las matronas de atención primaria en el periodo comprendido entre las 28 y 32 semanas de gestación.

## enfermedades respiratorias y hospitalización

Las enfermedades respiratorias son la tercera causa de hospitalización. Según los datos del INE, en 2014, el grupo de enfermedades con mayor aumento del porcentaje de altas hospitalarias son las respiratorias. Los ingresos a causa de estas aumentaron un 4,8%, respecto al año previo, con un total de 530.726 altas.

## 3.500 razones para dejar de fumar en 2016

El tabaquismo es una enfermedad adictiva, recurrente y crónica. Un cigarrillo contiene 3.500 productos tóxicos como monóxido de carbono, acetona, naftalina e incluso algún elemento radioactivo. El tabaco es responsable de 50.000 muertes anuales en España: 30% de las muertes por cáncer, 20% de las producidas por enfermedades cardiovasculares, y el 80% de las causadas por enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Desde la Sociedad Española de Neumología nos recuerdan la importancia de abandonar el consumo de tabaco, y la importancia de solicitar ayuda a profesionales especializados para lograr el éxito.



## VIII Concurso Internacional de Fotografía sobre Humanización Asistencial Hospital San Juan de Dios de León

El Hospital San Juan de Dios de León lleva ocho años realizando este concurso que premia la visión de la humanización asistencial, no sólo desde el punta de vista hospitalario, sino en todos los ámbitos de la cotidianidad. En este sentido, el jurado ha tenido que valorar, no sólo la técnica y la creatividad fotográfica, sino también la expresividad y la capacidad descriptiva de la imagen. Un año más hemos contado con un jurado de excepción que este año tuvo la difícil misión de elegir a los ganadores entre todas las imágenes recibidas. D<sup>a</sup> Margarita Ramos, Concejala de Cultura, Patrimonio y Turismo del Ayuntamiento de León, D. Manuel Olveira, Director del MUSAC y D. Secundino Pérez, fotógrafo del Diario de León y personal sanitario del propio hospital.

El ganador del concurso, con un premio de 600 euros, es Miguel Planells, con su obra 'Primeros Auxilios'. Con 400 euros, el segundo premio es para 'Solidaridad' de Javier Arcenillas. Y 'Un gran grupo', de Víctor Casillas es el ganador de los 200 euros del tercer premio.

diseño gráfico organización de eventos relaciones públicas  
 campañas en medios publicidad páginas web imagen  
 corporativa gabinete de prensa merchandising maquetación  
 producción gráfica audiovisuales diseño editorial

**dlv** laCentral  
 comunicación

987 260 000 | [www.dlv-lacentral.com](http://www.dlv-lacentral.com)

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

## alergología

- Dra. Beatriz Camazón Izquierdo

## análisis clínicos

- Dra. M<sup>a</sup> José Fernández Suárez

## anatomía patológica

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

## anestesiología

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

## cardiología

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

## cirugía general y laparoscopia

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

## cirugía oral y maxilofacial

- Dr. Juan María Santos Oller

## cirugía plástica

- Dr. Rubén Álvarez García
- Dr. David Robla Costales

## cirugía vascular y angiología

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

## dermatología

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

## diagnóstico por imagen

- Dra. Carmen Fuertes Castellanos
- Dr. Stanley Hoff

## dietética y nutrición

- Sr. Emilio Blanco Rodríguez

## digestivo

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

## endocrinología

- Dra. Dalia M<sup>a</sup> Ávila Turcios de Flor

## farmacia hospitalaria

- Dr. Javier José del Pozo Ruiz

## geriatría

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

## ginecología

- Dra. Sonia Gutiérrez García

## hematología

- Dr. Edgardo Antonio Barranco Charris
- Dr. Abdolah Ahmadi

## logopedia y terapia ocupacional

- Dña. Esther Mongil Carretero
- Dña. Cristina Olmo Paniagua

## medicina general (familiar y comunitaria)

- Dra. María del Carmen Rodríguez García

## medicina intensiva

- Dra. Miriam Riesco Crespo

## medicina interna

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

## microbiología clínica

- Dra. Elva Valdés Vázquez

## nefrología

- Dr. Benjamín de León Gómez

## neumología

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

## neurocirugía

- Dr. Francisco J. Ibáñez Plágaro
- Dr. José Manuel Valle Folgueral

## neurofisiología

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

## neurología

- Dra. Rebeca de la Fuente Blanco

## oftalmología

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

## otorrinolaringología

- Dr. Rafael Pérez González
- Dra. María Puente Vérez

## pediatría

- Dra. Pilar Gayol Barba

## podología

- D. David Muñoz González

## psiquiatría

- Dr. Fidel Jorge García Sánchez
- Dra. Rocío Gómez Martínez
- Dr. Ignacio Guereñu Carnevali
- Dr. José de Santiago Sastre

## rehabilitación

- Dr. José Antonio Alcoba Pérez
- Dr. Francisco Palomo Barón

## traumatología y cirugía artroscópica

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

## unidad del dolor

- Dr. Juan García Carrasco

## urgencias

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

## urología y cirugía endoscópica

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



## dvd/blu-ray los miércoles no existen peris romano

Jose Mari (Karra Elejalde) y Primitivo (Manuel Manquiña) son dos presuntos detectives en paro, fracasados de profesión y dignísimos representantes de nuestras irreconciliables dos Españas. Con la inesperada llegada de Gaje (Arturo Valls), gitano golfo y seductor, que les propone una disparatada misión "real", su suerte cambiará... a peor.

En un país en la ruina, con un gobierno bajo sospecha y una monarquía en horas bajas, parecía que nos encontrábamos al borde del precipicio... Y nuestros tres amigos nos darán el empujoncito que necesitábamos.

Lanzamiento: 2 de marzo.



## dvd/blu-ray sicario denis villeneuve

En la zona fronteriza sin ley que se extiende entre Estados Unidos y Mexico, Kate Macer (Emily Blunt), una idealista agente del FBI, es reclutada por Matt Graver (Josh Brolin), un oficial de las fuerzas de élite gubernamentales, para ayudar en la creciente guerra contra las drogas.

Liderado por Alejandro (Benicio Del Toro), un enigmático consultor con un pasado oscuro, el equipo se embarca en un viaje clandestino que obligará a Kate a cuestionarse todo aquello en lo que cree si quiere sobrevivir.

Lanzamiento: 30 de marzo.



## dvd/blu-ray de padres a hijas gabriele muccino

'De padres a hijas' es la historia del amor entre un padre y su hija a lo largo de 25 años. La historia transcurre en Nueva York entre la década de los 80, donde Jake Davis (Russell Crowe), novelista ganador del Pulitzer y viudo, lucha contra una enfermedad mental al tiempo que intenta criar a su hija de cinco años, Katie (Kylie Rogers); y el presente, donde Katie (Amanda Seyfried), ya con treinta años, intenta hacer frente a los recuerdos de su problemática infancia.

Lanzamiento: 27 de abril.



## cine la bruja robert eggers

Nueva Inglaterra, 1630. Ante la amenaza de ser repudiado por su iglesia, un granjero inglés decide abandonar el pueblo y establecerse en plena naturaleza con su esposa y cinco hijos, en medio de un inhóspito bosque donde habita algo maléfico y desconocido. Enseguida empiezan a pasar cosas extrañas: los animales se vuelven agresivos, la cosecha no prospera, uno de los niños desaparece mientras que otro parece estar poseído por un espíritu maléfico... Las sospechas y la paranoia aumentan, y la familia acusa de brujería a Thomasin, la hija adolescente, algo que ella niega rotundamente.

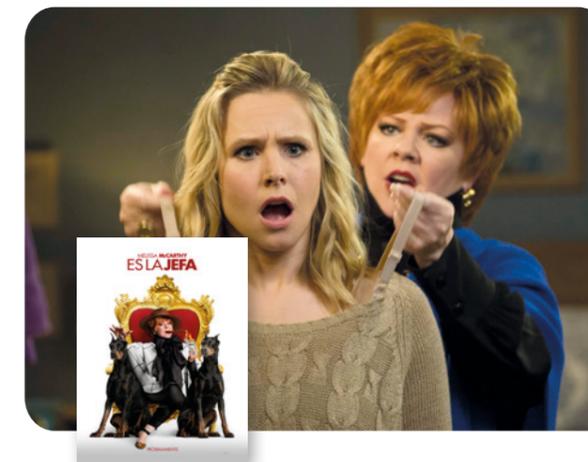
Estreno: 13 de mayo.



## cine es la jefa ben falcone

Melissa McCarthy encarna a una gigante de la industria que acaba en la cárcel por uso de información privilegiada. Cuando reaparece, decidida a convertirse en la más popular del país, no todo el mundo está dispuesto a perdonar y olvidar. Kristen Bell, Peter Dinklage y Kathy Bates completan el reparto de 'Es la jefa'. Dirige la comedia Ben Falcone a partir de un personaje original creado por la propia McCarthy.

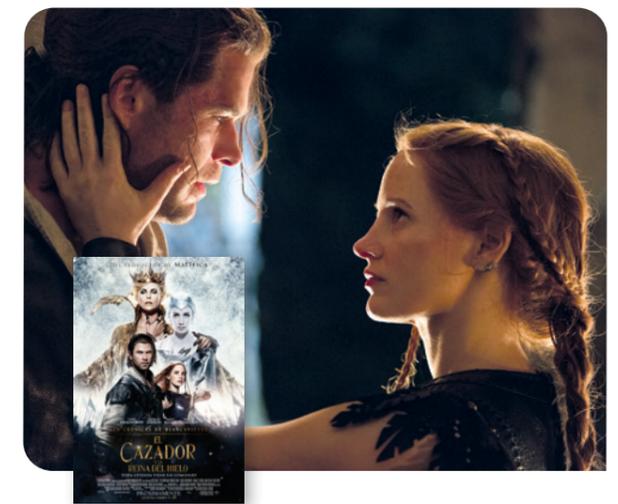
Estreno: 20 de mayo.

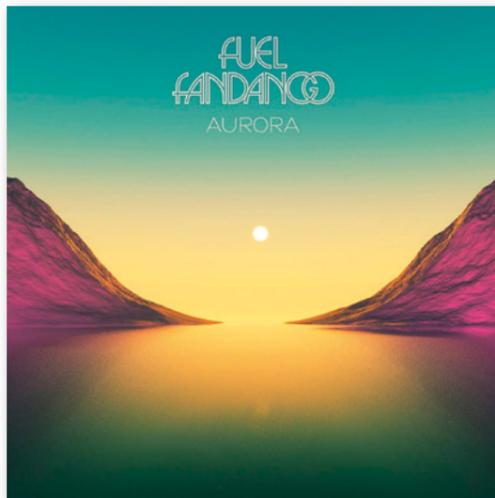


## cine las crónicas de blancanieves: el cazador y la reina del hielo cedric nicolas-troyan

Charlize Theron es la malévola reina Ravenna, que traiciona a su bondadosa hermana Freya de una forma imperdonable congelándole el corazón para que nunca conozca el amor. Freya se retira a un lejano reino en el norte más profundo y reúne a un ejército de cazadores para que la protejan, pero les prohíbe que se enamoren. La guerra se recrudece entre las dos reinas, y solo puede inclinar la balanza a favor de ella Eric, su mejor cazador, apoyado por la guerrera Sara.

Estreno: 8 de abril.





**disco**  
aurora  
fuel fandango

'Aurora' es el tercer álbum de Fuel Fandango. Lo presentan como un disco "donde las fronteras entre flamenco y electrónica desaparecen completamente en un conjunto homogéneo dentro de la infinita diversidad de una propuesta artística única".

Una colección con 12 composiciones, con 'Salvaje' como primer single oficial. Como promocionales previos al lanzamiento de la obra: ' Toda la vida', 'La primavera', y 'Medina', éste último con la colaboración de Estrella Morente.

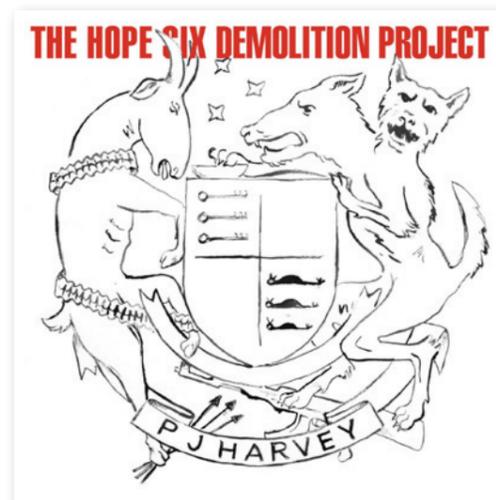
También como invitado especial el Niño de Elche, en un tema titulado El todo y la nada.

**disco**  
the hope six demolition project  
pj harvey

'The hope six demolition project' es el primer álbum de PJ Harvey desde el Let England shake (2011). Es el noveno en estudio de su carrera. Una colección de canciones que refleja las vivencias de la artista en sus viajes por Kosovo, Afganistán, y Washington D.C., durante un periodo de cuatro años.

El álbum se grabó en 2015 durante su residencia en el Somerset House de Londres. En octubre de 2015 estrena algunos temas en un concierto en el Royal Albert Hall de Londres.

Como primer single, 'The wheel'. Como segundo, 'The community of hope'.



**disco**  
recordando al fary  
javi cantero

'Recordando al Fary' es un álbum de Javi Cantero (su hijo) junto a amigos y admiradores de El Fary (José Luis Cantero Rada), al que rinden homenaje.

Participan las dos hijas de la Faraona, Rosario y Lolita Flores, pero también Los Chichos, El Arrebato, Camela, Chambao, Tomasito, El Canijo, Mario Vaquerizo y Santiago Segura.

Con una producción dirigida por Javi Cantero y por su hermano Raúl, con el objetivo de ofrecer una visión renovada de éxitos como El toro guapo, Calle Calvario, Carabirurí, La mandanga, El amor es una droga o Apatrullando la ciudad.



**libro**  
dos veces única  
elena poniatowska

Diva y musa por derecho propio, esposa legendaria, cocinera magnífica, madre tormentosa y viuda trágica, María Guadalupe Marín Preciado, Lupe Marín (1895-1983) fue testigo excepcional y parte indispensable de algunas de las vidas extraordinarias que dieron forma al arte mexicano del siglo XX. Casada con Diego Rivera y con el poeta y crítico Jorge Cuesta, Lupe Marín vio refulgir su obra y la de otros creadores como Frida Kahlo, Rafael Coronel, Xavier Villaurrutia y Juan Soriano, además de ejercer una influencia poderosa sobre sus hijos y nietos, herederos de un legado tan brillante como imperioso.

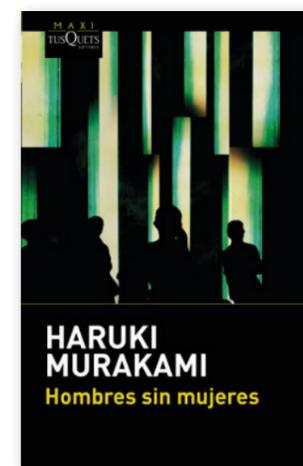
**libro**  
el mar sin fondo  
josé antono vázquez taín

En un discreto apartotel de Orense, aparece muerto el expresidente de la comunidad Aunque las especulaciones se desatan en los medios de comunicación, parece que el caso se va a cerrar como una muerte accidental. Descontenta con los cabos sueltos de la investigación, Teresa, la viuda, requiere los servicios de la abogada Beatriz Seijo. Muy pronto, entre letrada y cliente se establece una corriente de simpatía y confianza que hace que Beatriz se sienta cada vez más implicada en un caso muy turbio y que parece que ha desencadenado una serie de muertes en el entorno del político fallecido.



**libro**  
hombres sin mujeres  
haruki murakami

Siete relatos en torno al aislamiento y la soledad que preceden o siguen a la relación amorosa: hombres que han perdido a una mujer, o cuya relación ha estado marcada por el desencuentro, asisten inermes al regreso de los fantasmas del pasado, viven el enamoramiento como una enfermedad letal, son incapaces de establecer una comunicación plena con la pareja, o ven extrañamente interrumpida su historia de amor. Otros experimentan atormentados amores no correspondidos o, incluso, como en el relato protagonizado por una metamorfosis kafkiana, desconocen todavía los mecanismos del afecto y del sexo.



Seguro de **Automóvil**



A.M.A. COMPAÑÍA  
LÍDER EN SEGUROS DE  
COCHE POR CALIDAD  
PERCIBIDA, FIDELIDAD Y  
PRESCRIPCIÓN

Fuente: Informe anual ISSCE  
(dic 2014)



[www.amaseguros.com](http://www.amaseguros.com)  
**902 30 30 10**

Síguenos en

Hasta un  
**60%\*** bonificación  
en su seguro de **Automóvil**

- ✓ AMPLIA RED DE TALLERES PREFERENTES
- ✓ REPARACIÓN Y SUSTITUCIÓN DE LUNAS A DOMICILIO CON DESCUENTOS DE UN 50% POR NO SINIESTRALIDAD
- ✓ PÓLIZAS DE REMOLQUE
- ✓ LIBRE ELECCIÓN DE TALLER
- ✓ ASISTENCIA EN VIAJE 24 HORAS DESDE KILÓMETRO CERO
- ✓ PERITACIONES EN 24 HORAS
- ✓ RECURSOS DE MULTAS
- ✓ DECLARACIÓN DE SINIESTROS POR TELÉFONO, INTERNET Y APP

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

[\*] Promoción válida para presupuestos de nueva contratación, realizados hasta el 31 de diciembre de 2016. No acumulable a otras ofertas. Consulte condiciones en su oficina provincial A.M.A.

el hospital  
por dentro

## ¿qué es la unidad de accidentes de tráfico?

La Unidad de Accidentes de Tráfico del Hospital San Juan de Dios de León, es un servicio totalmente gratuito para todos los accidentados en accidente de tráfico, en la que el paciente tiene acceso a todo lo que su estado pueda requerir: desde las urgencias, todas las pruebas diagnósticas necesarias, rehabilitación, intervenciones quirúrgicas... hasta los trámites administrativos. La unidad se ocupa absolutamente de todo lo necesario para que el paciente no tenga que hacer nada más que recuperarse.

Cuando cualquier persona sufre un accidente de tráfico, el paciente tiene derecho a elegir libremente el Hospital San Juan de Dios de León para poder recibir la asistencia sanitaria necesaria. Esta asistencia es gratuita, según el convenio firmado por la Unión Española de Entidades Aseguradoras y Reaseguradoras (UNESPA), el Consorcio de Compensación de Seguros y la Federación Nacional de Centros y empresas de Hospitalización Privada.

Así que en caso de accidente o de notar síntomas posteriormente como consecuencia de un accidente de tráfico, el paciente puede acudir al servicio de urgencias 24 horas del Hospital San Juan de Dios de León. Si los especialistas médicos lo estiman oportuno, automáticamente el paciente será derivado a la Unidad de Accidente de Tráfico del centro médico privado para ocuparse de todos los trámites necesarios en la recuperación del paciente.

Los servicios que la Unidad de Accidente de Tráfico del Hospital San Juan de Dios de León incluyen son:

- Primera visita en nuestro Servicio de Urgencias 24H.
- Consulta con todos los especialistas del centro necesarios para el tratamiento de las lesiones.
- Todas las pruebas diagnósticas con equipamiento de última generación.
- Servicio de rehabilitación para lesionados por accidente de tráfico.
- Servicio de hospitalización y cirugía si fuese necesario.
- Informe del alta médica detallado y útil para la adecuada tramitación de su caso.
- Asesoramiento profesional en la tramitación de documentación con la compañía de seguros.



A través de esta Unidad de Accidentes de Tráfico, más de 2.500 pacientes accidentados en tráfico fueron atendidos en el área de consultas del Hospital San Juan de Dios de León en el año 2015, fundamentalmente, y por este orden, en consultas de traumatología, rehabilitación, neurocirugía y cirugía plástica. Algunas de estas consultas derivaron en ingresos en planta, para tratar determinadas patologías como alteración de articulaciones como rodilla y hombro; alteraciones neurológicas del raquis tanto cervical como lumbar y toda aquellas secuelas de plástica que pueden provocar un accidente de tráfico. Aunque en menos cuantía, también se produjeron ingresos por complicaciones respiratorias en traumatismos torácicos.

Además, gracias a los convenios que tiene vigentes el Hospital San Juan de Dios de León con el 96% de las compañías de seguros nacionales para los accidentes de tráfico, cualquier accidentado puede ser atendido en el área de urgencias de manera gratuita y sin ningún tipo de lista de espera.

Como consecuencia del incremento en este servicio y la calidad del mismo, durante este año más de 20 compañías aseguradoras han optado por nuestro centro bien a nivel ambulatorio, bien en hospitalización.

Unidad de Accidentes de Tráfico  
987 23 23 00  
Hospital San Juan de Dios de León



## ¿qué es el feedback?: cómo ponerlo en práctica y por qué es importante

En el año 2013, Bill Gates, impartió una charla para TED Talks titulada 'Los profesores necesitan retroalimentación real', explicaba que "Todo el mundo necesita un entrenador... Todos necesitamos personas que nos den retroalimentación. De esta forma mejoramos. Por desgracia, hay un grupo de personas que casi no recibe retroalimentación sistemática que los ayude a hacer mejor su trabajo... Hablo de los profesores... El 98% de los profesores sólo recibía esta respuesta: satisfactorio. Si mi entrenadora de bridge sólo me dijera satisfactorio, no tendría esperanza de mejorar, ¿cómo saber quién es mejor? ¿Cómo saber qué estaba haciendo diferente? Analicemos los sistemas que tienen mejor rendimiento académico: la provincia de Shanghái, China... Una de las claves en su increíble éxito, es la forma en la que promueve la mejora en los profesores. Se asegura que los profesores más jóvenes tengan la oportunidad de ver trabajar a profesores magistrales. Tienen grupos de estudio semanales donde se reúnen los profesores a hablar de lo que funciona. Incluso, solicitan que cada profesor analice y dé retroalimentación a sus

colegas". Sin retroalimentación, sin entrenamiento, simplemente no hay manera de mejorar. Bill Gates sugiere que incluso los grandes profesores pueden mejorar si reciben una retroalimentación inteligente; y establece un programa desde su fundación para hacerla realidad en todas las aulas. ([https://www.ted.com/talks/bill\\_gates\\_teachers\\_need\\_real\\_feedback?language=es](https://www.ted.com/talks/bill_gates_teachers_need_real_feedback?language=es))

Pero, **¿qué es el feedback?** Es una palabra inglesa cuya traducción literal al español es retroalimentación y, en relación con la gestión de personas, podemos definirlo como la acción de opinar y evaluar el desempeño de una o varias en la realización de un trabajo o tarea, revelando sus fortalezas y debilidades con el fin de mejorar, modificar y corregir.

El feedback es una opinión, y puede ser tanto positivo como enfocado a la mejora, por eso hay que ser cuidadoso en la práctica, ya que las opiniones sobre lo que hacemos no siempre son bien recibidas, cuando se mezclan con nuestra soberbia, miedos o inseguridades, el cóctel puede ser explosivo, por lo tanto, no es tarea fácil opinar sobre el desempeño de los demás. Sin embargo, hay que tener presente que el principal objetivo de esta técnica es ayudar a mejorar, y aquí viene la primera cuestión a tener en cuenta si el objetivo que persigues cuando vas a dar feedback es destruir y no construir, es mejor que no des feedback.

Segundo punto a tener en cuenta, escoge bien el momento y el canal, no esperes demasiado tiempo

para valorar el trabajo de un colaborador pero elige el momento en el que creas que está más receptivo y, sobre todo, si el tema a tratar es especialmente importante, opta por canales de conversación directos, cara a cara, y descarta los canales indirectos como el correo electrónico.

Por último, el mensaje, piensa muy bien qué quieres transmitir y cómo transmitirlo, céntrate en los hechos, no pongas en foco en la persona sino en lo que hace, describe la situación, busca evidencias y deja a un lado los prejuicios porque te desviarán del objetivo, aporta soluciones, orienta a tu interlocutor para que pueda mejorar y crea con él un plan de acción, ve al grano, no te vayas por las ramas porque la capacidad humana para procesar información es limitada, y evita palabras como "siempre", "nunca" o "pero", no son útiles, especialmente el "pero" que actúa como un borrador, no importa lo que hayas dicho antes, cuando aparece el "pero" nuestra atención sobre lo anterior se anula.

A pesar de la dificultad que entraña esta técnica, los beneficios son extraordinarios, en primer lugar, fortalece el compromiso, refuerza las relaciones profesionales y el sentimiento de equipo, los profesionales sienten que son parte del negocio y se implican más si participan activamente en los procesos de la empresa. Mejora el rendimiento de la organización, la productividad aumenta cuando las opiniones de los empleados son tenidas en cuenta y pueden contribuir a los objetivos de la organización. Permite potenciar los puntos fuertes y desaprender aquellos hábitos menos eficaces, el intercambio de ideas y opiniones posibilita la detección de nuevas oportunidades para desarrollar aptitudes y habilidades, fortaleciendo así la autoestima y seguridad de los empleados y fomentando que se mantengan en el tiempo las mejores prácticas. Finalmente, puede

**"Todo el mundo necesita un entrenador... Todos necesitamos personas que nos den retroalimentación."**  
Bill Gates

ser realmente útil para desarrollar estrategias y acciones ante situaciones adversas, ya que los propios empleados son los que están más cerca de los problemas y los que mejor pueden solucionarlos.

El feedback es un proceso de doble dirección y, como decíamos al principio, no es fácil, es todo un arte y es un regalo para quien lo recibe, normalmente las personas tendemos a ser más diplomáticas que sinceras, por eso quién se atreve a darlo, es una persona generosa, valiente y hay que agradecerse. Las organizaciones debemos potenciar esta técnica y crear instrumentos, como la Evaluación del Desempeño los sistemas de comunicación abierta y constante implantados en nuestro Hospital, que sirvan de soporte para practicar el feedback, escuchar a todos los profesionales, darles un mayor protagonismo y garantizar el proceso de retroalimentación necesaria para seguir mejorando lo que hacemos.

Responsable de RRHH  
Mónica Redondo Arias  
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

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

f Síguenos



## la solidaridad consigue más de 8.800€ en el mercadillo solidario de san juan de dios

Este año, con motivo de la festividad de San Juan de Dios, la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios abrió de nuevo las puertas del Mercadillo Solidario del 7 al 13 de marzo.

Una semana en la que se han logrado 8.892,52 euros que los Hermanos de San Juan de Dios destinarán a la atención social y sanitaria de niños y adultos sin recursos a través de sus Centros, dentro y fuera de España.

Todos los objetos han sido donados por particulares, empresas y usuarios de los talleres ocupacionales de los centros de atención a personas con discapacidad y problemas de salud mental de los Hermanos de San Juan de Dios en Gijón, Palencia, Valladolid y Vigo.

Montones de artículos como ropa, juguetes, muebles, artículos de decoración, libros, música o electrónica que permiten realizar compras de manera solidaria para contribuir a mejorar la vida de personas en situación de vulnerabilidad.

El Mercadillo de San Juan de Dios lo construyen personas voluntarias, compradores solidarios, donantes, así como la colaboración de empresas como Bankia, Fundación Mahou San Miguel o Vibbo.

No ha sido la única acción ya que la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios junto al Hospital San Rafael estuvieron presentes en la V Carrera de Bomberos de Madrid, profesionales de los que San Juan de Dios es patrón, y que tuvo lugar el domingo 13 de marzo.

Aproximadamente 4.000 corredores participaron desde las 9h30 desde la Puerta del Sol hasta el Paseo de Recoletos. Diez kilómetros en homenaje a todos los bomberos caídos en acto de servicio, al final de los cuales se podía visitar la carpa de la Obra Social y el Hospital San Rafael, en la que se informaba sobre los servicios del Hospital San Rafael y de los proyectos de Obra Social, para animar a la gente a colaborar haciéndose socios.

### Enviar al departamento de obra social: calle Herreros de Tejada, 3 - 28016 Madrid

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

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

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

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

En  a  de  de  Firma

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

## 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/>



## Líder Mundial en Restauración y Support Services

Desde hace más de 45 años el objetivo de Compass Group es ofrecer servicios de alta calidad en restauración y Support Services.

Ofrecemos soluciones a medida. Añadimos valor a su negocio.

*“Vocación al cliente y espíritu de innovación”*



**MEDIREST**  
Cuidar, Disfrutar, Innovar.

- **Solución integral:** Servicio de Restauración y Support Services en el sector de la salud.
- **Alimentación** a pacientes, residentes, restaurantes, cafeterías, vending.
- **Support Services:** limpieza, mantenimiento, jardinería, seguridad, servicios auxiliares.



- Servicio de **comidas a Domicilio** para personas dependientes.
- **Menús tradicionales** elaborados por expertos en nutrición, distribuidos por nuestro equipo.
- **Cuidamos de las personas.**



Compass Group  
Camino de la Zarzuela, 19-21. 28023 Aravaca (Madrid)  
Tel. 91 542 53 39  
www.compass-group.es



### los voluntarios del hospital colaborando con la obra social

Los días del 2 de marzo al 9 de marzo del 2016 hemos tenido en nuestro hospital la colaboración de nuestro voluntariado con el fin de promocionar todos y cada uno de los proyectos que el hospital esta realizando a través de la Obra Social.

El voluntariado ha participado en dicha promoción a la entrada del hospital en horarios de mañana y tarde, dando a conocer tanto los proyectos locales, como es la colaboración con la Asociación Leonesa de Caridad, y con la recogida de tapones y los proyectos que la Orden Hospitalaria tiene en diferentes países de África y América del Sur.

Referente a la Obra Social de la Orden los voluntarios han informado de las siguientes acciones que la obra social lleva aquí en el hospital San Juan de Dios de León.

Gracias a la colaboración de los leoneses ya hemos conseguido:

- La vacunación de 5000 niños en el centro de salud de New kru Town, Liberia (2013).
- La reforma de la cocina de un centro de salud mental en Cochabamba, Bolivia.
- El material escolar y reparación de sillas de ruedas en un centro para niños discapacitados y en situación de pobreza en Sucre, Bolivia (2015).
- Alimentar a 100 personas sin recursos de León durante varias semanas, a través del comedor social

de la asociación leonesa de caridad (2012, 2013, 2014 y 2015).

- Proporcionar un café caliente a las personas sin hogar, durante los meses de invierno a través del hogar municipal de transeúntes de León.
- Mejorar la calidad de vida de la niña Nerea Mencía.

**A través de las consultas privadas, el hospital destina un euro a las personas necesitadas.** Durante el 2016 apoyaremos al centro de salud de Dalal Xel Fatick, en Senegal, que necesita reparar el tejado.

Han participado 13 voluntarios en grupos de dos en cada turno. A lo largo de la semana han informado a unas 300 personas que pasan por nuestras consultas. En esta promoción teníamos como objetivo que las personas que pasasen por el hospital sepan que por cada consulta privada, el hospital destina un euro a las personas necesitadas. El paciente no tiene que pagar más. Se han recaudado 94,49 euros para Senegal. Desde estas líneas queremos dar las gracias a todos los que habéis colaborado, a los voluntarios por su esfuerzo en estar donando su tiempo desinteresadamente, a Nieves (coordinadora de la Obra Social) que nos ayuda mucho, facilitando el trabajo a todos con su información y entusiasmo. A la responsable de admisión, Ruth, que ha estado atenta con todos los voluntarios que han participado, y a todas las personas que han pasado de forma continua interesándose por la obra social. **A todos ¡gracias!**

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



## hospitalidad 3.0

Debe ser algo que nos traen las nuevas tecnologías, o quizás el espíritu descontento de quien intenta vivir en este mundo de la globalización que quita lo más personal, hunde en el desencanto y bloquea la esperanza. Es posible, pero quizá no. No lo sé.

Los primeros meses de cada año aparece con más fuerza la figura de San Juan de Dios, para hacerse presencia de llamada. ¿A qué? No a releer sus escritos que fueron pocos, sino a contemplar su vida, pues Juan de Dios no se preocupó de redactar estatutos o normas de funcionamiento, se ocupó en vivir el don que le animaba a hacer el bien, a orar, a visitar uno a uno a los enfermos y a escuchar a todos con muy gran paciencia, consolando y regalando a cada uno según las necesidades y posibilidades.

El porqué de su vida me lo han contado muchas veces y, otras tantas, lo he enviado al olvido, pero hoy me apetece recordarlo. Escuchar a San Juan de Ávila le hace enloquecer y ser hospitalizado como un "loco", un loco de amor, como sabemos, y así nos lo recuerda el Superior General para la fiesta de este año. Si sus reacciones fueron excéntricas, con la ayuda del maestro Ávila, encontró la paz y descubrió lo mucho que Dios le amaba, por encima de sus pobreza y miserias.

Un librero trotamundos percibe su abundante miseria, su condición de pecador y experimenta la gran misericordia y amor de Dios que perdona gratuitamente y quiere la comunión de vida con todos sus hijos. Experiencia fundante de la existencia –esto me parece interesante– que da comienzo a una historia que tenía que empezar.

No tiene mejor idea, este loco de Granada, que poner en práctica esa misericordia que él descubre, con la **Hospitalidad**, y así comienza la historia de una "cultura" hospitalaria original y de gran vitalidad que constituye un valor original profético de renovación en la Iglesia y en la sociedad.

Pasan los días, los meses y los años y el carisma de la hospitalidad ha sido la levadura que revitalizó los servicios de la Orden en todo el mundo. ¿Ha sido?, perdón, sigue y debe seguir siendo levadura, quizás porque los tiempos lo reclaman.

Tengo la sensación de que a nuestro tiempo le sobran gritos y agresividad, y le falta reflexión y diálogo sincero y justo. Hay veces, muchas, en las que uno tiene la sensación de vivir tiempos de turbulencias políticas e ideológicas y, como diría Ortega y Gasset "sobre todo, de turbulencia mental."

No sé si me asiste el derecho de reclamar para estos tiempos la levadura de la hospitalidad que vaya formando ese "humus" que crea y recrea la cultura de la hospitalidad. Si no me asiste el derecho, me acompaña, seguro, un cierto sentido de esperanza.

Recorrer la historia de la hospitalidad de Juan de Dios, me ha ayudado a descubrir una hospitalidad misericordiosa, fuente de la que brota su riqueza. Aparece un Juan de Dios capaz de entender, perdonar y ayudar. Hospitalidad solidaria que le hace ayudar a los necesitados con todo lo que podía disponer en su pobreza y ser intermediario entre ricos y pobres, poderosos y despreciados. Hombre de comunión, que cuando grita de noche por las calles: "haced el bien hermanos a vosotros mismos por amor de Dios" quiere inquietar y provocar las conciencias a no dormirse sobre las miserias de sus hermanos.

Su creatividad la expresa en la sensibilidad para descubrir tantos necesitados y enfermos abandonados, abriendo espacios nuevos en la manera de practicar la hospitalidad. Cuidaba a toda la persona que sufría, todas eran personas, hermanos y hermanas suyos, todos dignos de ser ayudados y perdonados por él y por sus colaboradores, porque el verlos sufrir le "partía el corazón". Hoy lo llamaríamos hospitalidad integral.

"Granada será tu cruz", pero en un mundo tan dividido y roto por tantas ideologías, fundamentalismos, discriminaciones étnicas que generan odio, resentimiento y deseo de venganza, él regalaba la capacidad de perdonar, reconciliar y construir puentes de fraternidad como médico de heridas, tensiones y conflictos, hospitalidad que reconciliaba y generaba amor, caridad cristiana y colaboración, de ahí tanto voluntario y colaborador, convertidos en granadas abiertas para derramar misericordia.

Sin medios, extranjero inmigrante con fama de loco, abrió caminos nuevos en la Iglesia y en la sociedad.

Sus actitudes hospitalarias sorprendieron, desconcertaron, pero funcionaron como faros para indicar caminos nuevos de asistencia y humanidad hacia los pobres y los enfermos.

De la nada creó un modelo alternativo de ser ciudadano, cristiano, hospitalario a favor de los más abandonados. Su hospitalidad fue y es profética, actuó como levadura de renovación en la asistencia y en la Iglesia. La hospitalidad es hoy una herramienta válida. Si se te bloquea o no funciona, quizás necesites descargar la nueva actualización. No lo dudes, la nueva versión: hospitalidad 3.0 es gratuita y se adapta a todos los operativos del mercado. ¡Decídete! ¡Actualiza! Si te pide contraseña, introduce esta clave: misericordia.

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



## Pensamos en el futuro para alcanzar el presente

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

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

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

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



Schindler



## la especialidad

La especialidad de Gastroenterología y Hepatología se ocupa del diagnóstico y tratamiento de todas aquellas enfermedades que afectan a cualquier tramo del tubo digestivo (esófago, estómago, intestino delgado e intestino grueso o colon), así como al hígado, vesícula, vías biliares y páncreas.

## el especialista maría dolores gonzález garcía

La Dra. María Dolores González García realizó los estudios de Medicina en la Universidad de Salamanca, y se especializó en Gastroenterología y Hepatología en el Hospital La Paz de Madrid. Es miembro de la Sociedad Española de Endoscopia Digestiva.

## la técnica

La **endoscopia digestiva** es una técnica que permite el acceso al interior del tubo digestivo de una sonda flexible dotada de un sistema óptico para proceder al diagnóstico de múltiples procesos, además de

facilitar la aplicación de un buen número de tratamientos.

Endoscopia significa "mirar dentro", y aunque las primeras exploraciones en este campo se realizan en el s.XIX, no es hasta los años 50 del s.XX cuando tiene lugar el auténtico impulso de la endoscopia actual con la aparición de los primeros endoscopios flexibles.

El endoscopio digestivo actual es un instrumento en forma de tubo flexible de alrededor de 1 cm de diámetro, con una cámara de vídeo en su extremo que permite visualizar las imágenes en un monitor. Además el tubo del endoscopio cuenta con distintos canales por los que se pueden introducir diferentes instrumentos durante la exploración, como pinzas de biopsia o catéteres para diversas opciones terapéuticas.

En términos generales existen dos modalidades: **endoscopia alta** (comunmente llamada gastroscopia) y **endoscopia baja** o colonoscopia.

La **gastroscopia** permite explorar el esófago, el estómago y el duodeno, y la única preparación que requiere por parte del paciente es un ayuno de unas 6 horas. Antes de proceder a la introducción del endoscopio se le aplica en la garganta un spray anestésico para minimizar las molestias, aunque también puede realizarse con el enfermo sedado. Esta exploración permite detectar alteraciones en el trayecto explorado, bien de tipo péptico (relacionadas con la secreción ácida como esofagitis, úlceras, gastritis o duodenitis), infeccioso (por ejemplo esofagitis víricas

o fúngicas) o neoplásico (pólipos y tumores malignos). Además también se pueden detectar lesiones vasculares y de cualquier otra naturaleza. Igualmente la endoscopia permite la toma de biopsias y la aplicación de distintos tratamientos: extracción de cuerpos extraños, cauterización de lesiones vasculares sangrantes, esclerosis de varices esofágicas o extirpación de pólipos.

En cuanto a la **colonoscopia** permite explorar todo el intestino grueso (recto, sigma, colon descendente, colon transverso, colon ascendente y ciego) así como la porción final del intestino delgado (Ileon terminal). Esta técnica requiere la limpieza previa del tubo digestivo con una dieta y una solución evacuante para que la exploración sea lo más rentable posible y se puedan observar incluso lesiones de muy pequeño tamaño. Para una mayor comodidad y seguridad se realiza con el paciente sedado y monitorizado. La colonoscopia permite detectar lesiones a cualquier nivel del intestino grueso y tomar biopsias de las mismas; incluso aunque el aspecto de la mucosa sea normal, las biopsias permiten su estudio

La Endoscopia Digestiva es una técnica que permite el acceso al interior del tubo digestivo de una sonda flexible dotada de un sistema óptico para proceder al diagnóstico de múltiples procesos.

histológico para descartar lesiones milimétricas. Al igual que la endoscopia alta, la colonoscopia no sólo tiene una función diagnóstica, sino terapéutica, particularmente en lo que se refiere a extirpación de pólipos en todo el trayecto colónico. Otra interesante aplicación es el marcaje de lesiones tumorales para facilitar la labor posterior del cirujano durante la intervención quirúrgica.

## la entrevista

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

Desde el año 1993.

¿Cuál es el balance?

Evidentemente excelente, ya que de otro modo no hubiera permanecido durante tanto tiempo vinculada profesionalmente a este centro. Este trabajo me permite valorar pacientes tanto en consulta externa como en hospitalización, pero también practicar la endoscopia, uno de los aspectos más interesantes de mi especialidad.

¿Cuál es el perfil de sus pacientes y la patología más común?

Los pacientes a los que atiendo no tienen un perfil definido, ya que abarcan todo tipo de edad y condición, si bien los pa-

cientes hospitalizados son en general de edades más avanzadas que los ambulatorios. En la consulta externa recibo pacientes de una amplia gama de patologías: enfermedad por reflujo gastroesofágico, infección por *Helicobacter pylori*, enfermedad celíaca, distintas hepatopatías, enfermedad inflamatoria intestinal, síndrome de intestino irritable y muchas otras.

Dentro de su especialidad ¿hay alguna enfermedad que podría evitarse?

En patología digestiva tiene una gran importancia la prevención del cáncer de colon, máxime en un área de salud como la nuestra, con una elevada incidencia del mismo. En este sentido la prevención se basa principalmente en la detección precoz y extirpación de pólipos de colon (que en gran parte de los casos son las lesiones precursoras del cáncer). Por ello se recomienda hacerse una primera colonoscopia a partir de los 50 años, o antes si existen antecedentes familiares de esta patología.



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

## \_UNIDAD DE ACCIDENTES DE TRÁFICO

Si tienes un accidente de tráfico, en el Hospital San Juan de Dios de León nos ocupamos de tu recuperación de manera **completamente gratuita** y **sin listas de espera**; gestionamos con tu compañía de seguros los trámites administrativos; te ofrecemos un **completo cuadro de especialistas médicos**, **pruebas diagnósticas**, **rehabilitación**, **hospitalización** y todo lo que necesites para recuperarte.

**Nuestro compromiso,  
tu salud.**



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