

salud^{dosmil}

junio 2012 | número 107



- **en persona** | carolina rodríguez ballesteros
- **actualidad** | reforma laboral
- **el especialista** | marta pacheco



HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS

La medicina
a tu servicio

los mejores servicios y calor de hogar



Sanyres es una empresa líder en cuidados y servicios para personas Mayores. Alojamiento y atenciones personalizadas que se adaptan a características concretas: en sus centros se puede elegir entre cómodos Apartamentos para disfrutar de plena autonomía con total tranquilidad, o en habitaciones en residencia, con todas las comodidades y un extra de seguridad.

Sanyres garantiza su calidad de vida, proporcionándoles la atención y cuidados que ellos necesitan, en un ambiente exclusivo y hogareño. Todo lo bueno de un hogar con la mejor atención profesional. Sanyres acepta residentes en estancias indefinidas y temporales, por vacaciones, convalecencias, post-operatorios o respiro familiar.

Quizá estemos en el peor momento de una crisis económica que nos persigue ya desde hace cuatro años, y lo único que tenemos claro es que no nos va a abandonar a corto plazo, sino que va a seguir con nosotros durante mucho tiempo. Nos cuentan que se trata de una crisis del modelo económico o del sistema financiero o de la banca o del modelo de Estado o de la burbuja inmobiliaria, incluso se habla de una crisis de valores.

Y nos ofertan soluciones en las que unos nos piden recortes y otros incremento en el gasto, subida de impuestos para unos y descenso de la presión fiscal para otros. Tras casi cuatro años, los expertos, los que nos dirigen, a los que votamos, no se han puesto de acuerdo. Muy mala señal.

Creo que, ante esta situación, lo más inteligente es que cada uno de nosotros nos dediquemos a desempeñar nuestras funciones de la mejor y más eficiente manera posible, de la forma más correcta y la más conveniente. Conveniente para nuestros intereses, y los de todos los que nos rodean. Es muy fácil decir esto, lo difícil es llevarlo a cabo.

En el Hospital seguimos haciendo un esfuerzo por incrementar nuestra actividad (incorporamos nuevas consultas y potenciamos nuestros servicios de ginecología, pediatría, medicina general, dermatología, cirugía general

y cirugía vascular) y seguimos intentando distinguarnos desde la línea de la calidad de nuestra actividad, renovando y obteniendo nuevas acreditaciones (ISO 9001 en el Centro de Rehabilitación Psico Social y próximamente en el Área Quirúrgica, empresa familiarmente responsable, etc.). Seguimos potenciando la formación de nuestros profesionales, no sólo desde el punto de vista técnico, sino desde el de gestión, trabajando la motivación y la participación de todos en este proyecto. En definitiva, estamos tratando, simplemente, de hacer las cosas bien y con sentido común.

Hoy, en un momento en el que en la Sanidad se está discutiendo sobre Sanidad Pública y Sanidad Privada como dos modelos antagónicos, incompatibles y dispares, nosotros decimos que sólo hay una frontera irreconciliable: la que separa a la buena de la mala gestión. Porque nuestros pacientes nunca nos preguntan quién nos paga el sueldo, simplemente, nos piden que les tratemos de la mejor manera posible, con los mejores medios y con nuestros mejores profesionales.

Juan Francisco Seco Martín
director gerente

han colaborado
Juan Francisco Seco Martín
Noelia Sánchez Carrión
María Rosario Matilla de la Fuente
Lorena Suárez Sánchez
Lucas Rodríguez Milla
Manuel Meléndez Pérez
Marta Pacheco Jiménez
Carmen Fuertes Castellanos
Gloria Álvarez Vicente
dlv-laCentral | comunicación
diseña y edita
dlv-laCentral | comunicación
Velázquez, 16 - 1ªA
24005 León
imprime
Editorial Mic
Artesiano, s/n
Pol. Ind. Trabajo del Camino
24010 León
depósito legal
LE-2063-2008

en persona	2
la actualidad	6
noticias	12
ocio	16
la salud en tu día a día	20
el especialista	22
el hospital por dentro	24
obra social	26
voluntariado	28
recursos humanos	30
cuadro médico	32

Sanyres León
Avda. de Peregrinos, 40-42. 24008 Eras de Renueva (León)
987 84 02 64

RESIDENCIAS PARA MAYORES **sanyres.**
Córdoba: Córdoba Centro y Córdoba Brillante • Huelva: Aljaraque • Jaén: Andújar • León: Logroño • Lugo
Madrid: Madrid Loreto, Guardarrama, Aravaca, Las Rozas, Villanueva de la Cañada, Collado-Villalba y
San Lorenzo del Escorial • Málaga: El Limonar, Benalmádena y Puerto Banús • Valladolid


sanyres.
www.sanyres.es
902 200 065





carolina rodríguez ballesteros gimnasta rítmica

¿A qué edad comenzaste con la gimnasia?

Con 7 añitos en el Club Ritmo, fue un 28 de enero de 1994.

La vida del deportista de élite es dura. Cuéntanos cómo es un día cualquiera en época de entrenamientos, preparando una competición.

Me levanto a las 7h para poder hacer la preparación física de 8h a 10h para el buen mantenimiento de mi estado físico y prevención de posibles lesiones.

Tomo un pequeño tentempié y entreno de 11h a 15h30.

Después de comer voy a dar una clase de ballet a mis compañeras del Club Ritmo y a continuación, sigo el tratamiento de fisioterapia para cuidar mis pequeños problemas y prevenir lesiones.

Luego me queda poco tiempo libre, pues este año he decidido no dedicarme en serio a los estudios para poder centrarme en exclusiva a la preparación de los Juegos Olímpicos de Londres 2012.

Has tenido que vivir fuera de León durante alguna época. ¿Fue duro alejarte de tu familia? Actualmente, con la infraestructura deportiva que cuentas en León, ¿es suficiente para poder entrenarte al máximo nivel?

Comencé a irme de concentraciones con la Selección Española con tan sólo 11 años. Era el año 97. De esta manera preparamos el campeonato de Europa Junior de 1999.

En el año 2001 me convocan definitivamente para vivir en Madrid y formar parte del Equipo Nacional de Gimnasia. Fue duro alejarse, y más cuando mi carácter era de necesitar mucho cariño diario, pero mi sueño era ese, llegar a lo más lejos que se pudiera en el deporte que me gustaba. Así que me fui de casa con una sonrisa.

Luego lo pasé mal cuando mis padres no podían comunicarse tan fácilmente conmigo, pues son sordos y de aquella, las nuevas tecnologías no tenían los avances que actualmente tienen.

Les veía un fin de semana cada dos meses. En noviembre de 2007 deciden prescindir de mí en el Equipo, alegando que no cumplía sus objetivos y tenía que ser reemplazada por otra gimnasta del Equipo.

Actualmente me han permitido y respetan que yo entrene en mi ciudad, León, con la gente que me ha acompañado siempre y con mi entrenadora Ruth Fernández.

Fueron las condiciones que se pusieron si me querían de nuevo para representar a España en europeos y mundiales. Finalmente la cosa salió bien gracias a la gestión del CEARD de León, a través de Daniel Mateos, para que pudiese entrenar allí y a pesar de ser, en principio, el mejor Centro de Alto Rendimiento que hay en Europa para la modalidad de lanzamientos en atletismo, se buscó un hueco para la gimnasia, ya que hoy en día León tiene el mejor Equipo de España, el Club Ritmo.

Gracias a esta instalación y a la posibilidad de entrenar en el Palacio de los Deportes en algunos horarios, puedo entrenar en condiciones.

¿Cuál ha sido tu mejor momento deportivo y cuál ha sido el más duro?

Mi mejor momento diría que es ahora. Entrenando en casa he llegado a clasificarme para los JJOO de forma individual. Todo un sueño y para mí un exitazo. El más duro quizás cuando mi hermano falleció en un accidente de tráfico y tuve que competir a los 10 días en un mundial. También cuando pensé que mi carrera finalizaba de tan mala forma...

datos biográficos

Nacida en León el 24 de mayo de 1986.

Soltera.

Con 8 años comenzó gimnasia rítmica en el Club Deportivo Ritmo.

En julio de 2001 entró en la Selección Nacional como individual; en 2003 como conjunto.

A finales de 2007, tras el "Campeonato Mundial de Gimnasia Rítmica de 2007" Campeonato Mundial de Patras, fue apartada del equipo nacional por decisión técnica y anunció su retirada.

En 2008 volvió a la competición consiguiendo el campeonato de España en primera categoría y el Subcampeonato en conjuntos.

Volvió a ser convocada por la Selección Nacional en 2009.

En enero de 2012 consiguió plaza en el Preolímpico en los Juegos Olímpicos de Londres.

En Londres se convertirá en la única gimnasta que ha competido en dos olimpiadas como miembro del conjunto y como individual.

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.



El apetito de vivir

- 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

Las gimnastas entrenáis tanto o más que cualquier otro deportista de élite. Sin embargo, a nivel económico imagino que la situación no sea comparable con otros deportes. ¿Las ayudas federativas o el apoyo de los patrocinadores son suficientes?

Está claro que hago gimnasia porque me gusta; apenas la beca ADO que es casi de lo único que dispongo me da para vivir. Los patrocinadores de momento no han llegado (jeje) pero aunque no movemos tanto como el fútbol, creo que por desconocimiento, no saben de qué manera se puede explotar esta imagen.

Me gustaría que se apoyase más, no sólo por mí que voy a representar a mi país y mi ciudad en la competición seguramente más importante que exista, sino para fomentar un poco más otros deportes.

Y ahora, de cara a Londres, ¿cuáles son tus expectativas? ¿Cómo te sientes representado a un país y a nuestra ciudad en la cita olímpica?

Mi sueño casi está cumplido, que era poder llegar a esta cita. Todo lo que se consiga a mayores es una superación diaria a mí misma. Eso me hace feliz. Por soñar de forma realista, me gustaría poder optar a la final de las 10 mejores y todos fliparíamos con un diploma olímpico, pero la situación es muy complicada.

Me puedo dar ya por satisfecha con poder llegar hasta aquí.

Algunos deportistas son conocidos por sus rarezas o sus extravagancias a la hora de comenzar la competición. ¿Tú tienes algún ritual o alguna manía o amuleto?

Amuletos varios, desde el último peluche que Ruth me ha regalado en la última competición, hasta una cola de conejo de la montaña leonesa... Siempre rezamos una oración antes de salir a pista y decimos una serie de frases que se han convertido en ritual. Además de los 3 besos que nos damos Ruth y yo y los 3 besos que doy al crucifijo que lleva.

Y después de Londres... ¿sigues estudiando, te gustaría ejercer alguna profesión el día de mañana?

Trataré de retomar mis estudios, pues la psicología es un campo que me gusta, pero la incertidumbre de qué va a pasar después la tenemos la mayoría de deportistas.

Creo que tengo un posible abanico de posibilidades, pero es algo que temo. No lo tengo muy claro.

Sientes mucho apego a León, eres una gran “patriota”. ¿Cuál es tu rincón preferido? ¿Sientes el cariño de la gente por la calle?

León en sí me encanta, poder pasear por toda la zona céntrica, tener tiempo para estar por la zona de la catedral y el barrio húmedo degustando tapas y gastronomía tradicional, es algo que no tiene precio.

Cada vez noto más el cariño de la gente, se agradece, pues después de tanto esfuerzo, una sonrisa de la gente es un regalo que algún día echaré de menos.

En general, me siento muy querida por la gente de León.

Cuando no estás entrenando, ¿qué te gusta hacer?

Estar con amigos, ver partidos de otros deportes de los equipos de León, el cine, tener tiempo para mí, las compras y la música.

Estoy muy enganchada a mi smartphone y ¡en ocasiones, al Twitter!

lo personal

Tu mejor virtud... **la constancia.**

Tu mayor defecto... **cabezonería.**

Una comida... **muchas!! Me gusta comer.**

Un lugar de vacaciones... **Nueva York, nunca he ido.**

Si ganara una medalla olímpica, prometo que haré... **El Camino de Santiago. Y sin medalla también.**

Un deporte que te gusta practicar (distinto a la gimnasia)... **hace mucho que no practico otro deporte por cuidarme.**

Tu deportista preferido... **Rafa Nadal y Zinedine Zidane.**

Un vicio confesable... **chocolate.**

Lo que cambiarías del mundo... **que existiera una cura eficaz 100% para el cáncer y que todo el mundo tuviese su plato de comida.**

reforma laboral

Inmersos, como estamos, en un importante cambio social, económico y laboral, hemos querido conocer la opinión, que sobre la reciente y controvertida reforma laboral tienen tres personas relacionadas con el tema, pero desde diferentes ángulos: Enrique Suárez Santos, Director del Departamento de Relaciones Laborales de la Federación Leonesa de Empresarios, José Pedro Rico García, Letrado de UGT, y Fernando José Galindo Meño, Jefe de la Inspección Provincial de Trabajo y Seguridad Social de León.

Nos gustaría conocer su opinión sobre los principales aspectos que recientemente ha sufrido una reforma en el ámbito laboral a través del Real Decreto Ley 3/2012, de 10 de Febrero:

¿Cuál es su opinión sobre el reconocimiento del derecho a los trabajadores a un permiso retribuido anual de carácter formativo (art. 23 del Estatuto de los Trabajadores), así como sobre el resto de medidas formativas?

Enrique Suárez Santos | ES_ Se reconoce un nuevo derecho individual de los trabajadores a la formación profesional si bien, como se trata de un permiso retribuido por la empresa, se ha sometido a ciertas condiciones que también deben ser respetadas. En primer lugar la formación que reciba al trabajador tiene que estar vinculada al puesto de trabajo y por tanto, este permiso de 20 horas anuales no puede ser utilizado indiscriminadamente para realizar cualquier tipo de formación, sino que ha de estar necesariamente dirigida a mejorar las aptitudes del trabajador en el desempeño de sus funciones. En segundo lugar, la concreción de fechas de disfrute ha de pactarse de acuerdo entre el empresario y el trabajador, todo ello con vistas a entorpecer lo menos posible la actividad normal de la empresa.

Por tanto, si se utiliza este permiso adecuadamente, puede tener un efecto positivo en la productividad de las empresas y en la empleabilidad de los trabajadores. Igual valoración me merecen el resto de medidas formativas aprobadas en la reforma. Si las empresas y trabajadores hacen un uso razonable de las posibilidades que otorga la reforma, puede tener un efecto positivo en nuestro mercado de trabajo, los trabajadores tendrán más posibilidades de encontrar un empleo adecuado a sus características y las empresas encontrarán trabajadores mejor preparados.

José Pedro Rico García | JPR_ La introducción del disfrute de un permiso anual formativo retribuido de 20 horas en determinados casos, con ser una medida que merece favorable acogida, sin lugar a dudas planteará múltiples problemas en cuanto a la concreción de su disfrute (la norma exige mutuo acuerdo) y, a mi juicio, resulta desacertada la posibilidad de acumulación, hasta tres años (en

total de 60 horas), del permiso sin vincular dicha acumulación a circunstancia objetiva alguna, como por ejemplo la duración de la acción formativa, que pudieran justificarla. Por otro lado, la obligatoriedad por parte de la empresa de facilitar la formación necesaria dirigida a la adaptación del trabajador a las modificaciones técnicas operadas en su puesto de trabajo mejora la regulación anterior, que solo preveía, caso de extinción del contrato por "falta de adaptación" a dichas modificaciones, la posibilidad de ofertar dicha acción formativa, lo que sin duda tiende a preservar el mantenimiento del puesto de trabajo, si bien hubiera sido aconsejable introducir un límite temporal (duración mínima y/o máxima) para llevar a cabo la formación, a fin de evitar un cumplimiento "formal", que no "real", de dicha obligación.

Fernando José Galindo Meño | FJG_ Sin duda, es uno de los aspectos positivos de la reforma, si bien sería deseable una mayor concreción en el desarrollo reglamentario, en especial en lo que se ha dado en llamar "cuenta de formación". Se ha mejorado la regulación de los contratos formativos, si bien parece excesiva la ampliación de la edad para la celebración del contrato para la formación y el aprendizaje a los 30 años.

¿Qué opina sobre el nuevo contrato de trabajo por tiempo indefinido de apoyo a los emprendedores y el plazo de período de prueba establecido de un año (art. 4.3 RD Ley 3/2012)?

ES_ El contrato de apoyo a los emprendedores es un nuevo contrato indefinido dirigido exclusivamente para pymes y autónomos que incentiva la contratación de jóvenes menores de 30 años y parados de larga duración mayores de 45,



Enrique Suárez Santos
Director del Departamento de Relaciones Laborales de la Federación Leonesa de Empresarios

colectivos ambos muy afectados por el desempleo. Como novedad en nuestro ordenamiento, por primera vez, se permite al trabajador cobrar, junto con el sueldo que le pague la empresa, además el 25% del desempleo que tuviese pendiente de percibir en el momento de la contratación. Respecto al periodo de prueba de un año sin indemnización, no podemos olvidar que la empresa, en el momento de la celebración de este contrato, asume la obligación de mantener ese puesto de trabajo durante 3 años y en caso de incumplir la citada obligación, aunque sea por no superar el trabajador el periodo de prueba, debe proceder al reintegro de los importantes incentivos que recibió en el momento de la contratación. En definitiva, me parece positivo cualquier fórmula novedosa que anime a las pymes y pequeños autónomos a realizar nuevas contrataciones o que ayude de alguna forma a frenar el desempleo.

JPR_ Se da carta de naturaleza a un verdadero despido libre y "acausal", "disfrazado" con la fórmula de extinción del contrato durante el periodo de prueba, en un nuevo contrato de apoyo a emprendedores, que se ofrece como supuesto estímulo a la contratación (en empresas de menos de 50 trabajadores), pero que realmente supone acudir a la precariedad en la contratación como fórmula de política de empleo ya que, durante el primer año de la relación laboral, el trabajador puede ser cesado en cualquier momento, sin motivación, sin control judicial y sin percibir compensación económica ni indemnización, pudiendo realizarse dicho contrato hasta que la tasa de desempleo se sitúe por debajo del 15 % (según enmienda aprobada recientemente en el Congreso).

FJG_ Me parece acertado que, en un momento en el que las tasas de desempleo son muy elevadas, se acuda a fórmulas de contratación temporal incentivada. Pero, a mi juicio, se ha introducido una modalidad contractual con una regulación muy compleja, tanto en cuanto a los requisitos para poder formalizar este tipo de contratos, como en lo que se refiere a los incentivos y bonificaciones de los que se pueden beneficiar las empresas. Sin duda, el punto más criticable es el de la duración del periodo de prueba. La duración de un año del periodo de prueba desvirtúa completamente su naturaleza y finalidad.

A mi juicio, se podría haber "rescatado" la modalidad del contrato temporal de fomento del empleo "sin causa", ya utilizada en nuestro ordenamiento jurídico laboral, limitando su utilización en el tiempo y reduciendo las ayudas a las empresas a incentivos fiscales por la creación neta de empleo, suprimiendo las bonificaciones a la Seguridad Social, cuya eficacia para la creación de empleo no está suficientemente acreditada.

¿Nos puede dar su opinión sobre las medidas para promover la flexibilidad interna en las empresas?: los grupos profesionales, la

inclusión del "sistema de remuneración y cuantía salarial" como uno de los supuestos de modificación sustancial de las condiciones de trabajo, la distribución irregular de la jornada de trabajo y las nuevas medidas de suspensión o reducción de la jornada de trabajo sin necesidad de autorización administrativa.

ES_ La crisis económica ha puesto de relieve cómo nuestro sistema de relaciones laborales era manifiestamente rígido e ineficaz. En plena crisis las empresas españolas se han encontrado con una legislación laboral que hacía inamovibles las condiciones laborales de sus trabajadores. De ahí que, durante los últimos años, la extinción de la relación laboral indemnizada fuera el mecanismo masivamente utilizado en nuestro país para realizar los necesarios ajuste laborales que demandaban la caída de actividad. Pues bien, con estas medidas hay un cambio en la mentalidad laboral que afecta a empresarios y trabajadores. Lo que se está diciendo con la reforma es que antes de proceder a un despido se utilicen otras alternativas menos traumáticas que hagan viable a la empresa. Es decir, si existen causas que lo justifique, modifique jornadas, suspenda temporalmente contratos,

'La crisis económica ha puesto de relieve como nuestro sistema de relaciones laborales era manifiestamente rígido e ineficaz'.

Enrique Suárez Santos

vincule salarios a productividad, amplíe funciones de sus empleados, altere el convenio aplicable, en definitiva, aplique las medidas de flexibilidad que los países de nuestro entorno ya aplican, todo ello con el fin último de salvar el empleo. En cuanto a la eliminación de la autorización administrativa de los ERES, se busca con ello dotar de mayor inmediatez y reducir la excesiva burocratización, sin perjuicio de que el trabajador disponga en todo caso del control jurisdiccional que vele por la legalidad de estas medidas.

No obstante, y a pesar de eliminar la autorización de los Expedientes de Regulación de Empleo, todavía hay que presentarlo ante la Autoridad Laboral, ésta da traslado a la Inspección de Trabajo y la empresa debe haber incorporado en el expediente numerosos informes justificativos y variada documentación que, a pesar de ser más flexibles con la reforma, aun impiden un rápido desarrollo del mismo, especialmente en los casos de expedientes temporales de reducción o suspensión de jornada.

JPR_ En cuanto a las medidas para favorecer la flexibilidad interna en las empresas destacar, en

primer lugar, que el nuevo sistema de clasificación profesional, basado en grupos y no en categorías profesionales, en esencia, no hace sino desarrollar lo que ya apuntaban los primitivos artículos 22 y 39 del Estatuto de los Trabajadores, que permitían la movilidad funcional dentro del grupo profesional; en segundo lugar, que la inclusión del sistema de remuneración y cuantía salarial dentro de las modificaciones sustanciales de las condiciones de trabajo (incluyéndola entre las que permiten al trabajador extinguir su contrato de forma indemnizada) implica atribuir al empresario la determinación de un elemento esencial del contrato que posibilitará la reducción de las retribuciones de los trabajadores a su servicio, obviamente cuando concurren las causas requeridas, facilitando al empleador la inaplicación individual de las condiciones salariales pactadas en convenio, lo que choca frontalmente con la fuerza y carácter vinculante de la norma paccionada, máxime cuando existen mecanismos de revisión salarial a nivel colectivo (art. 82.3 del Estatuto de los Trabajadores), que permiten imponer una rebaja salarial en contra de la voluntad del trabajador; en tercer lugar, que la distribución irregular de la jornada de trabajo a lo largo del año -por mera decisión empresarial en porcentaje del 10%, bastando, a tal efecto, comunicarlo con un mínimo de 5 días de antelación- debería haberse sometido a la negociación y correspondiente acuerdo en el seno de cada empresa; y por último, que prescindir de la autorización administrativa (en supuestos de suspensión y/o reducción de jornada), salvo en los casos de fuerza mayor, entiendo que constituye un craso error, máxime si tenemos en cuenta el papel mediador y asesor, tradicional y eficientemente desarrollado por la Autoridad Laboral, resultando igualmente inexplicable que no se reconozca legitimación a la Administración para impugnar las decisiones empresariales sobre esta materia que considere injustificadas, al objeto de preservar el interés público más allá de intentar evitar la obtención indebida de prestaciones por desempleo.

FJG Alguna de las medidas para promover la flexibilidad interna en las empresas son positivas y en línea con lo establecido en otros ordenamientos jurídicos de nuestro entorno. Sin duda, es un cambio importante en nuestro ordenamiento que puede producir un cierto rechazo inicial cuando todavía persisten vestigios de un ordenamiento anterior fuertemente intervencionista y extraordinariamente rígido en algunos aspectos. Es necesario que tanto empresarios como trabajadores cambien la forma de entender el carácter "dinámico" de las relaciones laborales.

Sin embargo, no considero adecuada la supresión del requisito de la autorización administrativa en los supuestos de suspensión temporal o reducción de jornada de trabajo. A mi juicio, debería de mantenerse el requisito de la autorización administrativa previa. El análisis de lo que está ocurriendo desde la aprobación de la reforma laboral con un posible "uso abusivo" de este tipo de medidas, en algún caso con carácter fraudulento, debería hacer reconsiderar este aspecto de la reforma.

Sin duda, el orden social de la jurisdicción irá perfilando esta materia a través de sus pronunciamientos.

Cuál es su opinión sobre el plazo dispuesto para

el cese de la ultraactividad de los convenios colectivos y cómo cree que puede afectar a la negociación colectiva. Y qué opina sobre la potenciación de los convenios de empresa y el nuevo régimen dispuesto para el descuelgue empresarial.

ES El plazo dispuesto para el cese de ultraactividad de los convenios es una medida que puede contribuir a la renovación y modernización de muchos convenios que actualmente se encuentran anquilosados en el pasado, los cuales, con anterioridad a la reforma, veían indefinidamente prorrogado la vigencia de su contenido ante la ausencia de un nuevo acuerdo. Respecto a la potenciación del convenio de empresa, podría estar de acuerdo, siempre y cuando no provoque un efecto distorsionador de la competencia en el mercado y no introduzcamos con ello la conflictividad sindical dentro de las empresas. Fundamentalmente, por estos motivos, me considero un fiel defensor de los convenios provinciales que son los que actualmente regulan más del 90% de las relaciones laborales en nuestro país.

Respecto al nuevo régimen de descuelgue convencional, resumidamente, da solución a los problemas que anteriormente hacían prácticamente inoperativas estas cláusulas: para realizar el descuelgue ahora ya no es necesaria autorización de la comisión paritaria del convenio, sino que basta el acuerdo con los representantes de los trabajadores de la empresa afectada. Además, en caso de desacuerdo, igualmente permite acudir a los sistemas extrajudiciales de solución de conflictos laborales (en Castilla y León, el SERLA) o, incluso, lo podrán someter al arbitraje definitivo de un tercero que resuelva la controversia.

JPR En materia de negociación colectiva, se produce, a mi juicio, el efecto más negativo de la "reforma laboral" pues, lisa y llanamente, se efectúa un desmantelamiento del sistema y, concretamente, la atribución al convenio de empresa de una prioridad aplicativa absoluta en la fijación de las condiciones laborales básicas, incluso sobre los acuerdos interconfederales o los convenios sectoriales estatales o autonómicos, lo que supone la más grave quiebra del derecho fundamental a la negociación colectiva consagrado en el artículo 37.1 de la Constitución desde su aprobación, pues, en la práctica, va a provocar, no una dificultad ya constatada (la atomización y reducción de la unidad y/o ámbito de negociación así lo han puesto tradicionalmente de manifiesto), sino la imposibilidad, de suscribir Convenios Colectivos propiamente dichos o alcanzar acuerdos paccionados, generando la evidente y perniciosa distorsión de la coexistencia dentro de un mismo

'Utilizar la precariedad en la contratación como fórmula de política de empleo y proceder al desmantelamiento del sistema de negociación colectiva vigente hasta la fecha en nuestro país, no va a contribuir, en mi modesta opinión, a la creación de empleo'.

José Pedro Rico García



José Pedro Rico García Letrado de UGT.

Fernando José Galindo Meño Jefe de la Inspección Provincial de Trabajo y Seguridad Social de León.

ámbito y actividad (por ejemplo, provincial) de diferentes condiciones laborales para los trabajadores, sin un marco convencional mínimo de referencia común a todos ellos, como hasta la fecha existía.

A ello igualmente contribuye, de manera notoriamente negativa, la limitación a un año, en vez de a los dos que recogía inicialmente, de la ultraactividad de los convenios colectivos (prórroga automática de los convenios una vez que han expirado y cuando no hay acuerdo para su renovación) y la posibilidad de descuelgue de un convenio de ámbito superior cuando la empresa suma dos trimestres consecutivos de disminución persistente de ingresos ordinarios o ventas respecto al mismo período del año anterior.

FJG Alguno de los aspectos de la reforma laboral que afectan a la negociación colectiva se han aprobado al margen de las negociaciones que venían manteniendo los interlocutores sociales en esta materia y en las que ya se habían logrado algunos acuerdos significativos. Hubiera sido deseable que en esta materia se hubiese conseguido el mayor grado de consenso entre los agentes sociales y haber aprovechado para realizar una reforma total sobre la negociación colectiva en nuestro país, cuyo marco jurídico también resulta obsoleto. El "parcheo" en aspectos muy concretos de la regulación no soluciona el problema y seguimos careciendo de un ordenamiento jurídico moderno que regule la negociación colectiva.

En concreto, la regulación de la "ultraactividad",

como se recoge en la reforma, me parece inadecuada si no va acompañada de otras medidas sobre negociación colectiva.

Sobre las modificaciones relativas a la extinción de los contratos de trabajo: nueva indemnización de 33 días, desaparición de los salarios de tramitación y la aplicación de nuevo del plazo de presunción del carácter indefinido de los contratos (24 mensualidades dentro de los 30 últimos meses), ¿qué opina?

ES Si tal como sucedió en 2009, en pleno desplome de la actividad económica, 8 de cada 10 despidos realizados fueron improcedentes, básicamente es porque existía una gran indefinición en las causas objetivas del despido que los dotaban de gran incertidumbre. Por otra parte, normalmente las empresas que se podían acoger al despido objetivo era porque habían llegado a una situación irreversible avocada prácticamente a su desaparición. Con la reforma, para permitir la continuidad de la empresa y dotar al sistema de mayor seguridad jurídica se clarifican y concretan las causas del despido objetivo, de forma que no tenga que acudir a ellos cuando ya sea demasiado tarde. El despido improcedente debe quedar, lógicamente, como algo residual y no como sucedía hasta ahora.

En cuanto a la indemnización de 33 días, no es algo nuevo, se trata de racionalizar el coste de las indemnizaciones para que las empresas no desaparezcan y puedan continuar en el mercado

siendo competitivas. No parece lógico que por el despido de un mismo trabajador con idénticas condiciones laborales, en España paguemos hasta seis veces más que en países desarrollados de la Unión Europea.

En cuanto a la desaparición de los salarios de tramitación, ciertamente resultaba de difícil comprensión que la declaración de improcedencia de un despido conllevara, además de la costosa indemnización, el pago de unos salarios, a pesar de que el trabajador ya no realizase sus funciones en esa empresa. Con tal motivo, la reforma mantiene el devengo de salarios de tramitación sólo para el caso en que, declarada la improcedencia del despido, la empresa opte por su readmisión. Lo que a mi juicio resulta muy llamativo es que se devengan salarios de tramitación en los casos en que se trate de un representante sindical y éste opte, o no, por su readmisión; a mí esto me parece una medida discriminatoria respecto al resto de trabajadores y, en todo caso, injustificada.

Por último, respecto a la presunción de carácter indefinido de la sucesión de contratos temporales, si bien pudiera ser una medida positiva para reducir la alta temporalidad que padece nuestro mercado laboral, quizás, con las actuales cifras de desempleo, no parece que sea el momento más oportuno para penalizar cualquier tipo de contratación laboral, aunque sea temporal.

JPR. Se modifican los mecanismos de extinción del contrato de trabajo a través de las distintas modalidades de despido que viene regulando el Estatuto de los Trabajadores, rebajando toda una serie de garantías para los trabajadores -que eran la base del derecho a la estabilidad en el empleo- lo que ha dado lugar ya al planteamiento, por algún Juzgado de lo Social, de la correspondiente cuestión de inconstitucionalidad sobre algunos de estos aspectos (Auto de 18 de abril de 2012 del Juzgado de lo Social nº 30 de Madrid), modificaciones que tienen un elemento común denominador: posibilitar un profundo ajuste de plantillas, rebajando, de forma sustancial y cualificada, los costes para despedir al personal y eliminar los controles administrativos que limitan la adopción de tales decisiones, si bien, al someterse las mismas al control jurisdiccional, se garantiza el derecho a la tutela judicial efectiva de los trabajadores afectados.

FJG. No comparto la reducción de la cuantía de las indemnizaciones por despido. Sin ninguna duda, la reducción del importe de estas indemnizaciones, ni introduce factores de "flexibilidad" que generen empleo, ni va a contribuir a conseguir una mayor estabilidad en el empleo.

Tampoco estoy de acuerdo con la supresión, con carácter general, de los salarios de tramitación, pues es una forma indirecta de reducir la protección social. En todo caso, resulta incomprensible la "discriminación" respecto de los representantes de los trabajadores.

Me parece positiva la medida de anticipar a 31 de diciembre de 2012 la previsión contenida en el Estatuto de los Trabajadores respecto de la consideración como indefinidos de los contratos de trabajo "encadenados". Pero ello no puede hacernos olvidar la utilización abusiva que algunos empresarios vienen haciendo de la contratación temporal, en muchos casos con carácter fraudulento.

A su juicio, ¿las medidas implantadas contribuirán, en el futuro, a dinamizar el mercado de trabajo y a favorecer la contratación por parte de las empresas?

ES. En primer lugar hay que decir que una ley por sí sola no crea empleo; además no podemos olvidar que la actual crisis no tiene un origen laboral y por tanto, la solución al desempleo actual no vendrá exclusivamente a través de una reforma laboral.

Ahora bien, sí que es cierto que esta reforma mejora de forma importante la capacidad de las empresas y de los trabajadores para enfrentarse a los cambios de mercado, introduce flexibilidad interna como alternativa al despido y, en definitiva, mejora sensiblemente la capacidad de las empresas para crear empleo en el momento en que se establezca la crisis o se produzca una mínima reactivación económica.

JPR. En conclusión, sin perjuicio obviamente de la tozuda realidad que "dará o quitará razones" a los detractores y/o precursores de la reforma que nos ocupa, "los primeros pasos" en su aplicación no son nada halagüeños, pues utilizar la precariedad en la contratación como fórmula de política de empleo -manifestada no sólo en el nuevo contrato indefinido para emprendedores, sino también en la ampliación de los límites de edad del contrato para la formación, o en la posibilidad de concatenar contratos en la misma empresa para distintas cualificaciones- y proceder al desmantelamiento del sistema de negociación colectiva vigente hasta la fecha en nuestro país, no va a contribuir, en mi modesta opinión, a la creación de empleo.

*'Resulta difícil para mí encontrar aspectos positivos en la reforma. Quizá alguno de los relacionados con la flexibilidad interna son positivos'.
Fernando José Galindo Meño*

FJG. Que difícil resulta contestar a esta pregunta, pues tendría que exponer todo lo que pienso sobre el marco jurídico que regula las relaciones laborales en nuestro país y su incidencia en la generación de empleo.

A mi juicio, creo que por la aprobación de estas medidas no se va a generar empleo en la medida en la que nuestro país necesita.

No hay que olvidar, que con regulaciones anteriores, se ha conseguido en nuestro país situaciones de prácticamente pleno empleo. Luego, si con regulaciones mucho más rígidas y obsoletas, se han conseguido unas cifras de empleo como las que teníamos hace unos años, el principal problema para la creación de empleo no es la regulación de las relaciones laborales. El problema estará en otro sitio.

Las causas de la destrucción de empleo y las barreras para su creación son otras, algunas de las cuales están en mente de todos.

Una reforma laboral era y es necesaria, pero las grandes reformas hay que hacerlas en momentos de tranquilidad, con sosiego y con la participación

de todos, en particular de los agentes sociales. "En tiempo de tribulación no hacer mudanza."

Indique, a su juicio, qué es lo más positivo de la reforma y qué es aquello que modificaría o le gustaría introducir.

ES. Quizás, personalmente, yo echo de menos en la reforma laboral medidas más innovadoras de apoyo a la pyme y al autónomo. Son nuestra principal fuente de empleo, configuran el 95% de nuestro tejido productivo y son los que normalmente más difíciles tienen las cosas. Sin embargo, en muchas ocasiones la legislación está exigiendo los mismos requisitos a una panadería con uno o dos empleados que a una gran multinacional. No parece lógico que, por continuar con este ejemplo, los requerimientos que debe cumplir este empresario para reducir la jornada de sus dos empleados sean los mismos que los de una multinacional con cientos de trabajadores. Igualmente, tampoco se aborda

con la eficacia necesaria un de los lastres de nuestro mercado laboral como es el absentismo injustificado. En cuanto aspectos positivos, considero que la reforma nos acerca a un modelo de organización del mercado de trabajo más dinámico, basado en la flexibilidad, en donde las empresas puedan adaptar con facilidad su mano de obra a los ciclos económicos y se mejore la empleabilidad de los trabajadores.

FJG. Resulta difícil para mí encontrar aspectos positivos en la reforma. Quizá alguno de los relacionados con la flexibilidad interna son positivos.

Respecto a los aspectos que me gustaría modificar o introducir serían muchos. Por ello, me hubiera gustado que la reforma laboral hubiese sido una reforma completa y en profundidad, con la redacción de un nuevo Estatuto de los Trabajadores, negociada con los interlocutores sociales y especialmente, adoptada en momentos de una mayor calma y sosiego, no de forma precipitada e "improvisada".



Juan Francisco Seco Martín, Director Gerente del centro, acompañando a Fernando José Galindo Meño, Jefe de la Inspección Provincial de Trabajo y Seguridad Social de León, Lorena Suárez Sánchez, Responsable de Recursos Humanos y José Pedro Rico García, Letrado de UGT, conocen las nuevas instalaciones del Hospital San Juan de Dios de León.

aspirina contra en cáncer de piel

Una de las publicaciones más prestigiosas, Cancer, ha publicado los resultados de un reciente estudio llevado a cabo por el Hospital Universitario de Aarhus (Dinamarca) que determinan que la Aspirina reduce el riesgo padecer algunos tipos de carcinoma escamoso y de melanoma. Sigrún Alba Jóhannesdóttir y su equipo de la universidad, evaluaron en un gran número de personas (más de 200.000) el efecto que tenía la ingesta de varios antiinflamatorios no esteroideos (ácido acetilsalicílico, ibuprofeno...) en la incidencia de distintos tumores de piel: carcinoma basal (cáncer de piel más habitual y benigno), carcinoma escamoso o melanoma (cáncer de piel más agresivo). Los resultados del estudio revelan una reducción del 15% en la incidencia de carcinomas escamosos y un 13% en el melanoma; no obstante, es cierto que estos fármacos, reducían la aparición de este tipo de tumores en las zonas de piel que no habían estado expuestas al sol. Aunque estos primeros resultados son preliminares, ya que por ejemplo no han tenido en cuenta factores clave como exposición al sol o mecanismos biológicos, hacen que se abra una puerta a la necesidad de seguir estudiando el ácido acetilsalicílico como antitumoral.

Protegerse del sol sigue siendo el mejor método para evitar males mayores.

la ansiedad puede agravar la dermatitis atópica

Según recientes estudios que se han presentado en una campaña de talleres a farmacéuticos, la ansiedad agrava los síntomas de la dermatitis atópica. Según la Asociación de Familiares y Pacientes de Dermatitis Atópicas, en España, un 10% de la población (casi cinco millones de españoles) sufre dermatitis atópica. En los últimos 30 años, se ha triplicado el número de pacientes que padece esta inflamación, sin que se conozcan las causas de este incremento. La primera línea de tratamiento para este tipo de afección es el uso de corticoides tópicos, que combinan eficacia y seguridad.

nomofobia: no sin mi móvil

Nomofobia es un término que es una abreviatura de la expresión inglesa 'no mobile-phone phobia' y hace referencia al miedo irracional que sienten algunas personas al salir de casa sin su teléfono móvil.

En los últimos tiempos, este problema se ha visto incrementado, sobre todo entre la población joven, con la aparición de los teléfonos inteligentes. Hasta un 13%, según el Centro de Estudios Especializados en Transtornos de Ansiedad.

Según el psicólogo Javier Garcés, experto en Psicología de Consumo y sus adicciones: "la dependencia del móvil es un fenómeno social", por lo que considera complicado poder distinguir la dependencia social del móvil de una adicción real.

Además, "la nomofobia no está catalogada como trastorno psicológico, lo que no quiere decir que el cuadro no exista", tal y como manifiesta José Antonio Molina, psicólogo responsable de www.pshicohealth.com.



ansiedad en la tercera edad

Hasta un 50% de la gente mayor sufre trastornos de ansiedad no diagnosticados. Aunque la ansiedad en la tercera edad es un problema muy común, se estudia mucho menos que otros trastornos psiquiátricos como la depresión.

"Los trastornos de ansiedad tienen un impacto significativo en la calidad de vida de las personas mayores, ya que influyen en la funcionalidad del individuo (discapacidad), agravan los trastornos mentales, como los cuadros depresivos, y aumentan la mortalidad", explica Francesca Amores, psicóloga de Psicogeriatría. Esta carencia de diagnóstico de los trastornos de ansiedad en gran parte de las personas de la tercera edad, origina una "mayor utilización de servicios médicos (número de visitas médicas, hospitalización, estancias y número de pruebas complementarias) que encarecen el sistema sanitario", señala Amores.



si tienes un teléfono inteligente, tienes un estetoscopio

Peter Bentley, investigador del University College London, ha inventado un programa informático que convierte un iPhone en un estetoscopio y que ha sido descargado ya por más de tres millones de médicos. Según Bentley: "Los teléfonos inteligentes son unos aparatos increíblemente potentes, provistos de todo tipo de sensores, cámaras y micrófonos de alta calidad con unas posibilidades de visualización asombrosas. Son capaces de salvar vidas, ahorrar dinero y mejorar la atención sanitaria de manera espectacular".

contra la celulitis: fruta y verdura

Al menos así lo afirman representantes de la Sociedad Italiana de Medicina Estética, al comprobar que la causa de la temida piel de naranja es el tejido adiposo. Así pues, el principal tratamiento no es otro que una dieta acidificante basada en "alimentos alcalinos, como frutas, verduras y legumbres que aumentan el PH de los alimentos y disminuyen el estado inflamatorio del tejido involucrado", en boca del secretario de la Sociedad Italiana de Medicina Estética, Emanuele Bartoletti. Además agregó que "Hasta hoy se consideraba que la insuficiencia venosa era la principal causa (de la celulitis) pero muchas nuevas investigaciones italianas e internacionales demuestran que es el tejido adiposo que, como un órgano endocrino, inflama los tejidos y desencadena la transformación de la piel con aspecto de naranja".



nuevas consultas en el hospital san juan de dios

El Hospital San Juan de Dios de León sigue potenciando sus servicios de consultas externas con la incorporación de nuevos profesionales que completan un excelente cuadro médico:

- Dra. Matilde García Merayo, Médico Especialista en Ginecología y Obstetricia;
- Dra. Pilar Gayol Barba, Médico Especialista en Pediatría;
- Dra. Marta Ballesteros Pomar, Médico Vascular;
- Dr. Vicente Simó Fernández, Dr. Luis Miguel Alcoba García y Dr. Jesús Fernández Fueyo, Cirugía General;
- Dra. Laura Linares Álvarez, Médico especialista en Medicina General, cuya cartera de servicios serán: seguimiento de tratamientos, control de factores de riesgo vascular, obesidad y síndrome metabólico (consulta de obesidad y programas de adelgazamiento...), tabaquismo, alcoholismo y otras drogodependencias y atención a domicilio.

¿mejor leche materna? cerveza sin alcohol

La Universidad de Valencia y el Hospital Universitario Dr. Peset de Valencia, han realizado un estudio que indica que la capacidad antioxidante de la leche materna puede optimizarse por el consumo de cerveza sin alcohol. "Hemos comprobado que enriquecer la dieta de las madres lactantes con cerveza sin alcohol aumenta hasta un 30 por ciento la capacidad antioxidante de la leche materna", ha asegurado Pilar Codoñer, jefa de pediatría del Hospital Dr. Peset.

erradicación del ébola

El Ébola es un virus hemorrágico que llega a matar al 90% de las personas que lo contraen. Pero un nuevo tratamiento desarrollado por un equipo de biotecnología de la Universidad de Manitoba (Canadá) ha conseguido que unos monos utilizados en el ensayo se curen de la cepa Zaire, la más mortífera de las variantes del Ébola. Los resultados, presentados en la revista Science Translational Medicine, afirman que el compuesto, denominado de momento ZMAb, es sólo eficaz si se administra en las primeras 24 horas tras la exposición al patógeno.



día nacional del donante

Bajo el lema de "En donación de órganos y trasplantes, sí somos SIEMPRE los primeros. Y contigo vamos a seguir siéndolo", el pasado 6 de junio se celebró el Día Nacional del Donante, con la buena noticia de que las donaciones de órganos han aumentado en 2012 un 8,3% y los trasplantes un 5%, según la Organización Nacional de Trasplantes.

200 gr menos en los bebés de madres fumadoras

Un estudio reciente realizado sobre 1216 recién nacidos y publicado en la revista Early Human Development, afirma que los bebés nacidos de madres fumadoras pesan y miden menos que lo hijos nacidos de mujeres no fumadoras.

hospital san juan de dios: empresa familiarmente responsable (efr)

El pasado 12 de junio Ana Mato, Ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y Antonio Trueba, Presidente de la Fundación Más Familia, han hecho entrega al Hospital San Juan de Dios de León del certificado efr por cumplir las medidas de conciliación e igualdad entre sus empleados. Este certificado es una herramienta de gestión única en el mundo, basada en la mejora continua, que aporta una metodología sencilla y eficaz para posibilitar los procesos de conciliación en las empresas y que responde a una nueva cultura de trabajo en el ámbito de la responsabilidad social empresarial. Este premio sitúa al Hospital San Juan de Dios de León como referente en conciliación.

melocotón

- Óptimo no sólo en propiedades nutricionales, sino también terapéuticas, ya que es muy rico en azúcares, sustancias proteicas, minerales, vitaminas. Recomendado para las enfermedades agudas e infecciosas.
- Bueno para reducir los niveles de colesterol en la sangre.
- Previenen enfermedades cardiovasculares, renales y anemia.
- Sirve para tratar cólicos abdominales y dolores reumáticos.
- Regenera las reservas energéticas por su rica composición en azúcares naturales y carbohidratos.
- Su gran contenido en fósforo hace que sea recomendable para tratar naturalmente los casos de neurosis por tener la capacidad de proteger las células nerviosas.
- Fortalece la inmunidad natural por su contenido en vitaminas A, B1 y B2.
- Se recomienda su consumo por la mañana en lugar del desayuno para regular las funciones intestinales y hepáticas.



más bruxismo por el estrés

Con la crisis, aumenta el estrés entre la población lo que genera, entre otros muchas dolencias, bruxismo. Dolores de cabeza, dolor y daños en la mandíbula, mala alineación de la dentadura, dolor de oídos... todos estos síntomas no son otra cosa más que consecuencia del bruxismo.

Hay dos grandes tipos de bruxismo: céntrico y excéntrico. El primero es el que se produce durante el día y produce menos desgaste. Es importante que el afectado se dé cuenta de que padece esta dolencia para que intente dejar de apretar la dentadura. El bruxismo nocturno es el excéntrico y produce mucho desgaste en la dentadura, ya que la persona afectada aprieta los dientes al mismo tiempo que los mueve. En este caso, la mejor opción es una férula de descarga, que es un aparato de resina que se ajusta a la dentadura y que evita el desgaste de los dientes. En casos extremos hay que recurrir a cirugía.

las emisiones de los motores diesel son cancerígenas

La Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer, que pertenece a la Organización Mundial de la Salud, ha clasificado las emisiones que generan los motores diésel como cancerígenas para los seres humanos, asegurando que la exposición a esas partículas está "asociada con un incremento del riesgo de cáncer de pulmón".

95% de éxito en cirugías cardiovasculares

En Sevilla se ha celebrado el XXI Congreso Bienal de la Sociedad Española de Cirugía Torácica y Cardiovascular, en el que se ha quedado de manifiesto que, aunque aumenta la complejidad de los casos en cirugías torácicas, la tasa de supervivencia de estas intervenciones es muy elevada: casi del 95%. En España se realizan anualmente unas 31.000 intervenciones de cirugía cardiovascular, de las cuales, más de 19.000 son de especial gravedad. El resto, precisan circulación extracorpórea, es decir, se realizan con el corazón parado. En cualquiera de los casos, gracias a los avances, no sólo en la tecnología usada, sino también en la mejora profesional, la tasa de mortalidad está por debajo del 5%.

alimentación y deporte en los jóvenes, por debajo de lo recomendado

La Fundación Alicia ha realizado un estudio para conocer los hábitos de alimentación y la actividad física de adolescentes españoles de 14 y 15 años. Algunas de las conclusiones a las que han llegado son:

- Más del 98% consumen menos fruta y verdura de la recomendada.
- El 23% de los jóvenes no consume nunca legumbres.
- El 78,4% no consume las 2 ó 3 raciones de lácteos diarios recomendadas.
- Un 20% manifiesta no consumir ni huevos ni pescado.
- Casi el 80% afirma que desayuna en casa antes de ir a la escuela, lo que supone un dato positivo.

nueva acreditación para el hospital

El Hospital San Juan de Dios de León ha sido acreditado como Unidad Docente para la formación de las especialidades de Médico Especialista en Geriátrica y Psicología Clínica. De esta manera, a través de Acuerdos de Colaboración suscritos con el Complejo Asistencial Universitario de León y con el Hospital El Bierzo, el Hospital San Juan de Dios colabora en la formación oficial de las especialidades médicas citadas, a través de la rotación de los Médicos Internos Residentes por sus servicios acreditados.



RAPID RECOVERY



- ✓ Optimice la **Vía Clínica** de sus pacientes
- ✓ Consiga una **Rápida Recuperación**
- ✓ Con la **Máxima Satisfacción**
- ✓ Reduzca sus **Costes**
- ✓ Contacte con **Biomat**

BIOMAT
One Surgeon. One Patient.

cine

la sombra de la traición

michael brandt

El misterioso asesinato de un senador de Estados Unidos que lleva el sello distintivo de un asesino soviético "Cassius", obliga a un agente jubilado de la CIA, Paul Shepherdson (Richard Gere), a formar equipo con un joven agente del FBI, Ben Geary (Topher Grace), para resolver el caso. Shepherdson está convencido de que Cassius lleva mucho tiempo muerto, pero acepta el caso después de que su antiguo supervisor lo desafíe a demostrar su teoría ante las recientes pruebas que parecen indicar lo contrario. Por su parte, el agente Geary está familiarizado con la historia de Cassius desde mucho antes de su ingreso en el FBI, ya que escribió su tesis de carrera sobre Cassius. Estreno l 13 julio.



cine

las chicas de la 6ª planta

philippe le guay

El film, en las pantallas españolas desde mayo, nos sitúa en el París de los años 60. Jean-Louis tiene un monótono y aburrido día a día dedicado a su familia y su negocio. Su vida cambiará cuando conozca a las chicas de la sexta planta, un grupo de españolas, encabezadas por una Carmen Maura soberbia, llenas de vida, que trabajan como criadas en el elegante edificio en el que vive. Una de ellas es la recién llegada María (Natalia Verbeke), una joven alegre y decidida que provocará una revolución en el vecindario y que, junto al resto de chicas, le descubrirán a Jean-Louis sentimientos y emociones que jamás habría imaginado en su mundanal existencia.



cine

un lugar donde quedarse

paolo sorrentino

Cheyenne (un desconocido Sean Penn) es un judío cincuentón, antigua estrella del rock, que sigue la estética gótica y lleva una vida aburrida de prejubilado en Irlanda. La muerte de su padre, con el que hacía tiempo que no se trataba, lo lleva de vuelta a Nueva York, donde, a través de la lectura de algunos diarios, reconstruye la vida de su padre en los últimos treinta años, en los que se dedicó a buscar obsesivamente a un criminal nazi refugiado en Estados Unidos. Con inexorable lentitud y sin capacitación alguna como investigador, Cheyenne decide continuar la tarea de su padre y emprende la búsqueda del nonagenario alemán a través del país.



dvd/blu-ray

bajo sospecha

joel schumacher

El afamado realizador Joel Schumacher (Última Llamada) dirige a los ganadores del Oscar® Nicolas Cage (Leaving Las Vegas) y Nicole Kidman (Moulin Rouge) en este thriller psicológico. En esta película, Cage y Kidman forman un feliz matrimonio que parece tenerlo todo: un elegante y apartado hogar con todas las comodidades imaginables y una adorable aunque rebelde hija adolescente. Pero sus tranquilas vidas se verán amenazadas cuando son brutalmente asaltados en su casa por un grupo de criminales que los toma como rehenes con la intención de dar un gran golpe. La situación se irá complicando por momentos a medida que se descubren traiciones y engaños... Lanzamiento el 19 junio.



dvd/blu-ray

marido por sorpresa

griffin dunne

Emma Lloyd (Uma Thurman) es una exitosa periodista que ha triunfado gracias a su sensibilidad, madurez y gran conocimiento acerca de las relaciones amorosas. Tiene un programa de radio puntero, un contrato millonario para escribir un libro y una sólida relación amorosa con Richard (Colin Firth). A poco tiempo de formalizar su relación, Emma descubre por casualidad que en realidad ya está casada con un hombre al que ni siquiera conoce, por lo que decide encontrarlo y conseguir así la nulidad matrimonial. Patrick, un encantador y atractivo bombero, resulta ser su accidental marido. A partir de este encuentro Emma comienza a admirar la pasión por la vida de este peculiar bombero en contraste con la cómoda y segura vida que Richard le ofrece. Estreno el 26 junio.



libro

madrugada

julio César álvarez

Madrid, 1983. Es el momento más importante y expansivo en la creación cultural de la ciudad. Está en marcha la Movida Madrileña. Un joven escritor se acerca a la capital para vivir de primera mano y sin red un profundo autodescubrimiento personal.

'Madrugada' es el retrato abierto y visceral de un individuo que se adentra en las relaciones personales y la supervivencia. Y en esa extraña realidad es posible un simulacro de afecto, el roce de la locura, la noche, los Rolling Stones, el caos personal y la pasión por la literatura más arriesgada. Una novela que grita y respira como un auténtico ser vivo. Quizá porque 'Madrugada' sea esa novela road movie que habrían escrito muchos de aquellos que no vivieron para contarla.



disco

perales

calle soledad

Después de seis años sin publicar material inédito, Perales presenta 'Calle Soledad', nuevo disco que salió a la venta en abril. Compuesto en el refugio más íntimo del autor, el álbum consta de once temas inéditos y combina el estilo y la esencia característica del artista con sonidos más frescos y atrevidos.

El disco abarca una gran variedad de estilos. Country, folk y destellos de blues en temas como 'Olvidame si puedes' y 'Aún te quiero'; Baladas como 'Tal vez quieras volver'. Poderosos acordes cercanos al rock en 'Breve como la luz' o 'Morir por ti'... También, en contraste, canciones como 'Nunca sabré', donde la letra es pura poesía directa al alma y que se presenta casi sin instrumentación o composiciones para sus seguidores de siempre como 'El invierno', con melodías que recuerdan a sus primeros álbumes.

El lado más personal de Perales se encuentra en 'Canción para Manuela', el tema dedicado a su nieta cuyos derechos de autor han sido cedidos a Aldeas Infantiles S.O.S.



disco

marlango

un día extraordinario

Desde finales de abril está a la venta el último disco de Marlango, el primero de su discografía en castellano.

Este nuevo trabajo tiene el atrevimiento de titularse, ni más ni menos que 'Un Día Extraordinario'. Y no por casualidad, porque es un disco con una carga positiva tan evidente que las tres primeras palabras que se le vienen a uno encima después de escucharlo son optimismo, vitalidad y alegría. La cuarta es sorpresa, porque las canciones que van apareciendo están llenas de destellos, se mueven de sitio según las oyes y te saltan a la espalda una y otra vez.



C/ Camino de Cabañas, 18 - Fresno de la Vega (León) • Tel. de información: 987 77 03 12
www.geriacyl.es



consejos ante una ola de calor

¿Qué efectos produce el exceso de calor?

Calambres: por pérdida de sales.

Agotamiento: malestar, dolor de cabeza, náuseas, vómitos, sed intensa.

Deshidratación: decaimiento y sensación de postración.

Golpe de calor: náuseas, vómitos, dolor de cabeza, piel caliente y enrojecida, aumento de la temperatura corporal por encima de 40°, inestabilidad al andar, mareos, pudiendo llegar a tener convulsiones y coma.

¿Cómo protegerse del calor?

La mejor forma de protegerse del calor es usar el sentido común y las medidas tradicionales que nuestra cultura ha utilizado para cuidarse de los rigores del verano:

- Evite salir de casa durante las horas centrales del día (entre las 12 del mediodía y las 6 de la tarde).
- Beba más líquidos, sin esperar a tener sed. Sobre todo agua y zumos de fruta ligeramente fríos.

- Evite comidas copiosas, tome verduras y frutas.
- Coma menos cantidad y más veces al día. No tome comidas calientes ni abuse de las bebidas alcohólicas. Disfrute de la dieta tradicional de verano basada en platos fríos, ensaladas y frutas.
- Intente evitar las actividades que exijan esfuerzo físico importante en horario de más calor. Si son

¿Qué hacer ante una persona con golpe de calor?

1. Llame al 112.
2. Coloque al enfermo en un lugar a la sombra.
3. Quítele ropa para airearle.
4. Si está consciente, colóquelo con la cabeza ligeramente elevada y ofrézcale abundante agua.
5. Refrésquele con agua fría o hielo, sobre todo la cara y axilas. No le meta en la bañera para enfriarle.
6. Si está inconsciente colóquelo tumbado de lado, con las piernas flexionadas.
7. Nunca ofrezca líquidos a una persona inconsciente.

inevitables, beba abundante agua o bebidas con sales minerales, antes y durante el ejercicio. Si se siente cansado o mareado, interrumpa su actividad y vaya a un lugar con sombra.

- Descanse con frecuencia en la sombra. Planee las actividades lúdicas en la mañana o al atardecer cuando baja la temperatura. Cuide que niños y niñas jueguen en la sombra.
- Use ropas de tejidos naturales, ligeras y holgadas, de colores claros, sombrero o gorra, gafas de sol y cremas protectoras solares. Evite la ropa sintética.
- Utilice protección solar con factor de protección mayor de 15.
- Permanezca en espacios ventilados o acondicionados.
- Cuando esté en casa, utilice las habitaciones más frescas.
- Durante el día baje las persianas y cierre las ventanas; ábralas por la noche para ventilar.
- Mantenga los alimentos en el frigorífico y vigile siempre las medidas higiénicas.

- Cuando estacione el coche no deje en el interior a niños ni ancianos con las ventanillas cerradas.
- Ayude a las personas que puedan estar en mayor riesgo de sufrir los efectos del calor.

¿Quiénes deben estar especialmente protegidos del calor?

- Las personas mayores, discapacitadas, los niños menores de 5 años y sobre todo los bebés.
- Enfermos crónicos: hipertensión, diabetes, cardiopatía, obesidad, alcoholismo.
- Las personas que tomen alguna medicación habitualmente, diuréticos y antihistamínicos o quienes consumen alcohol en exceso.
- Los que realizan trabajos físicos intensos o deporte al aire libre con temperaturas elevadas.

Servicio de Urgencias 24 horas
Hospital San Juan de Dios
987 23 25 00



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



Schindler



marta pacheco
neurología

la especialidad

La Neurología es la especialidad de la medicina que se aplica al diagnóstico y tratamiento de las enfermedades del cerebro, la médula espinal, los nervios periféricos y los músculos.

La herramienta más eficaz que permite orientar el diagnóstico es la entrevista clínica, que incluye además una exploración neurológica minuciosa en la que se valora no sólo el lenguaje, la memoria o los sentidos, sino también la fuerza y movilidad de las articulaciones, los reflejos, la sensibilidad del cuerpo, el equilibrio o la forma de caminar. Todo esto permitirá, junto con una historia detallada de la enfermedad actual, discernir si el paciente presenta una enfermedad neurológica y, de ser así, cuál es la localización de la lesión, estableciendo un diagnóstico diferencial preliminar que podrá aclararse, si es preciso, con las exploraciones complementarias necesarias (como el TAC, resonancia magnética, doppler, electroencefalograma, electromiografía, análisis de sangre...).

la especialista

Cursó sus estudios de Medicina en la Universidad de Castilla-La Mancha.

Obtuvo el título de especialista en Neurología en el Hospital Virgen de la Salud de Toledo. Ha recibido formación también en la Unidad de Neuroinmunología-Esclerosis Múltiple del Hospital Carlos Haya de Málaga y en la Unidad de Ictus del Hospital Gregorio Marañón de Madrid. Tiene un Máster en Neurociencias y Biología del Comportamiento por la Universidad Pablo Olavide de Sevilla.

la entrevista

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

Empecé a trabajar en el Hospital San Juan de Dios el 23 de marzo de 2012.

¿Balance?

Aún es pronto para hacer un balance, pero estos meses han sido muy satisfactorios, no sólo desde el punto de vista laboral, sino también por la acogida que me han dado mis compañeros y la disponibilidad de recursos que me han permitido continuar haciendo determinadas pruebas diagnósticas.

¿Nos puede hablar del perfil de sus pacientes?

La mayoría de los pacientes que ingresan son enfermos de edad avanzada que han sufrido un ictus y necesitan, bien observación y estudio, bien continuar con tratamiento rehabilitador, aunque en consultas externas se ven pacientes más jóvenes con patologías más variadas.

Patología más común dentro de la especialidad.

Sin duda los ictus, aunque mención especial merecen también las cefaleas y la Enfermedad de Parkinson.

¿Cree que hay algún tipo de molestia/enfermedad dentro de su especialidad que podría evitarse? ¿Cómo?

Aunque bien es cierto que en el ictus el factor de riesgo más importante es la edad, determinados estilos de vida favorecen una mayor predisposición a sufrirlo, como son una vida sedentaria, la obesidad, el tabaquismo, el alcohol o la falta de control de la tensión arterial, de las cifras de glucemia o del colesterol. Por eso mismo, modificar estos hábitos podría ayudar a que la prevalencia del ictus en nuestro medio fuera menor.

algunas de las patologías neurológicas más frecuentes

Cefalea. Generalmente es un síntoma benigno (cefaleas primarias, como la migraña, la cefalea tensional, la cefalea en racimos u otras cefaleas trigémino-autónomas), pero puede ser la manifestación de una patología general (síndrome febril, anemia, vasculitis) o neurológica (meningitis, hemorragia subaracnoidea, tumores, arteritis de la temporal, etc.), que entran dentro de la clasificación de cefaleas secundarias.

Demencia. Es un síndrome clínico que se caracteriza por múltiples déficits cognitivos, incluyendo el deterioro de la memoria, que representa una pérdida respecto a un nivel previo y que interfiere de forma significativa con el rendimiento social u ocupacional. Además, suele conllevar cambios en la personalidad y la conducta.

Epilepsia. Grupo de patologías caracterizadas por crisis recidivantes, que son la manifestación clínica de descargas eléctricas cerebrales anómalas. Las crisis epilépticas se clasifican como focales (parcial, local), que se inician en una parte de un hemisferio; generalizadas, que se inician bilateralmente, o no clasificadas como focales ni generalizadas.

Esclerosis múltiple (EM). Afecta a personas jóvenes predispuestas genéticamente y que habrían estado expuestas en la infancia a un agente ambiental probablemente de carácter viral; esto habría ocasionado una disfunción del sistema inmunológico, que desarrollaría una acción autolesiva dirigida fundamentalmente contra la sustancia blanca. La evolución de esta enfermedad es crónica, con exacerbaciones y remisiones, si bien hay una forma primariamente progresiva que cursa sin remisiones.

Ictus. Constituye en España la primera causa de muerte en la mujer, la segunda en el varón; la segunda causa de demencia en el mundo occidental, la primera causa de discapacidad en el adulto; y el principal motivo de consulta en las urgencias neurológicas hospitalarias. El ictus se debe a un trastorno de la circulación cerebral que altera de forma transitoria o definitiva el funcionamiento de una o varias partes del encéfalo.

Parkinson. Es una patología que se caracteriza por una serie de fenómenos que se consideran como "positivos" (temblor y rigidez) y otros como "negativos" (la bradicinesia, la abolición de los reflejos posturales y la congelación), siendo éstos últimos los más invalidantes para el paciente. Afecta principalmente a personas de edad avanzada, comienza entre los 50-60 años, como media y los síntomas iniciales son de instauración lenta e insidiosa, por lo que resulta difícil precisar el comienzo en el tiempo.

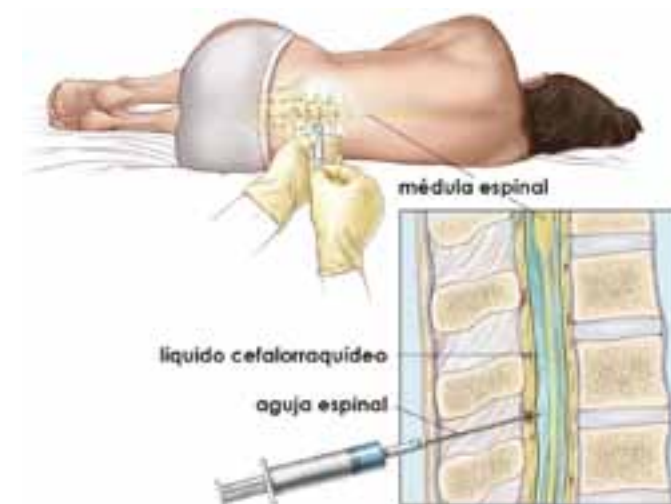
las técnicas

Punción lumbar

Procedimiento de diagnóstico que se lleva a cabo para recoger una muestra del líquido cefalorraquídeo para un análisis bioquímico, microbiológico y citológico, aunque en otras ocasiones se realiza para disminuir la presión del fluido cerebroespinal o para administrar tratamiento intratecal.

Indicaciones diagnósticas:

- Enfermedades infecciosas
- Meningitis
- Encefalitis
- Enfermedades neoplásicas
- Carcinomatosis meníngea
- Infiltración meníngea por leucemia o linfoma
- Enfermedades inflamatorias
- Esclerosis múltiple
- Síndrome de Guillain-Barré
- Polineuropatía desmielinizante crónica
- Síndrome de Miller-Fisher
- Sospecha de hemorragia subaracnoidea
- Sospecha de hipertensión intracraneal idiopática



Estudio hemodinámico cerebral no invasivo (EHCNI)

El estudio no invasivo de los troncos supraórticos y arterias intracraneales mediante el estudio doppler ocupa un lugar fundamental en el diagnóstico de la enfermedad vascular cerebral y supone una elevada fiabilidad.

La ecografía es un método diagnóstico que utiliza la energía mecánica de las ondas de ultrasonidos y su interacción con la materia. Las imágenes se obtienen tras procesar la información procedente de los haces ultrasónicos reflejados por las estructuras corporales que atraviesan.

Mediante los estudios ultrasonográficos se puede conocer de qué tipo es y en qué lugar se encuentra la lesión vascular en un paciente que ha sufrido un ictus.

tomografía computarizada helicoidal multicorte

Los hermanos de San Juan de Dios han adquirido un equipo de TC helicoidal de 64 detectores de última generación, dotando al hospital San Juan de Dios de León de la más avanzada tecnología en beneficio de sus pacientes y usuarios.

La tomografía computarizada (TC) se basa en la emisión de un haz de rayos X, con una determinada anchura, que atraviesa al paciente e incide en un conjunto de detectores que se sitúan al lado opuesto. Estos detectores giran sincrónicamente con el tubo y envían la señal inducida por la radiación incidente a un ordenador, el cual la analiza y cuantifica mediante ecuaciones matemáticas (algoritmos). Estas ecuaciones, mediante un procesamiento informático, se transforman en imágenes.

ventajas

El tiempo de exploración es muy corto, lo que permite hacer estudios de un gran volumen del cuerpo, en una sola respiración mantenida o apnea. Así se reducen los artefactos de movimiento, mejorando la calidad de las imágenes y contribuyendo a un mejor diagnóstico.

La gran calidad de las imágenes obtenidas nos permite estudiar órganos muy pequeños, como el oído, y realizar reconstrucciones de las imágenes en múltiples planos, 3D volumétricas, superficie, etc...

El TC multicorte dispone de numerosas aplicaciones en la clínica diaria, utilizándolo para el estudio del sistema nervioso central, el cuello, el tórax, el abdomen, el aparato musculoesquelético y en estudios vasculares con múltiples indicaciones:

- Estadificación de tumores y su control evolutivo.
- Aclarar dudas diagnósticas de las radiografías.
- Valorar politraumatizados y fracturas complejas.



Radiología
Hospital San Juan de Dios
Dra. Carmen Fuertes

- Caracterización de lesiones focales hepáticas.
- Estudio de las vías biliares.
- Determinar causas de obstrucción y la extensión de la inflamación intestinal.
- Estudios vasculares: detección de malformaciones congénitas y trombosis en cualquier territorio corporal, patología de la aorta y de las arterias cerebrales.
- Valorar el grado de estenosis de arterias coronarias.
- Urografía-TC en el que se estudia la cavidad abdominal y el aparato excretor urinario.
- Detectar pólipos y tumores de colon.
- El estudio de la enfermedad pulmonar infiltrativa difusa y de las vías aéreas.
- En traumatología la determinación de medidas para planificar intervenciones quirúrgicas.
- Estudios dentales de gran calidad para la colocación de implantes dentales.
- Determinación de la densidad mineral ósea de las vértebras para el diagnóstico y seguimiento de la osteoporosis.

De esta manera el Hospital San Juan de Dios de León se pone a la cabeza de los hospitales que disponen de la tecnología más avanzada para el diagnóstico y seguimiento de las enfermedades, pudiendo realizar un recorrido completo del cuerpo en menos de 20 segundos, proporcionando imágenes de alta definición.

**Cuidado de enfermos
y personas mayores
en domicilios
y hospitales**

ayuda trabajo social s.l.

**Ordoño II nº 26 - 2º dcha.
León**

**Tfnos: 987 249 625
615 646 041**

el hospital por dentro

holter

El Holter de ECG (holter de electrocardiograma) es un registro, habitualmente de 24 horas, de la actividad eléctrica del corazón (es decir, del electrocardiograma). Es útil en los pacientes que notan palpitaciones en el corazón, pues éstas suelen estar producidas por arritmias. En otras ocasiones las arritmias son asintomáticas, el paciente no nota nada, pero si sospechamos que están ocurriendo el holter de ECG nos permite descubrirlas.

¿Cómo se usa?

Para realizar el holter de ECG se le colocan al paciente los electrodos del electrocardiograma (unos cables que se enganchan a unas pegatinas en el pecho), bien sujetos para que no se suelten. Estos electrodos van conectados a un pequeño aparato que funciona como grabador de todo lo que está ocurriendo en el corazón (habitualmente el grabador se lleva colgado del cinturón o adherido a alguna parte del cuerpo). El paciente se va a casa con todo este aparataje (electrodos y grabador), de forma que podemos grabar la actividad eléctrica del corazón durante las 24 horas siguientes. El paciente debe realizar una actividad exactamente igual a la que haría si no tuviera el holter de ECG, es decir, que si sale a correr todos los días también debe hacerlo el día que lleva el holter. Pasadas las 24 horas el paciente vuelve al hospital, se le quitan los electrodos y el grabador, y se leen todos los datos almacenados durante las 24 en las que el paciente estuvo vigilado.

¿Para qué sirve?

Cuando una persona tiene una arritmia habitualmente ésta dura muy poco tiempo, en ocasiones segundos. Por ello no le da tiempo a acudir a algún centro sanitario para que le hagan un electrocardiograma y saber de qué tipo de arritmia se trata; cuando llega, la arritmia ya ha desaparecido. Por ello, si lleva el grabador durante 24 horas es más probable que el paciente sufra una arritmia en algún momento durante este tiempo, y de esta forma la arritmia queda grabada y podemos saber exactamente qué ha ocurrido en su corazón. El único problema es que el paciente no tenga ninguna arritmia durante las 24 horas que lleva el grabador; en ese caso no obtendremos ninguna información relevante. Por eso, el holter ECG es especialmente útil en los pacientes que tienen arritmias muy frecuentes, prácticamente todos los días, pues en estos casos es muy probable que quede registrada alguna arritmia en el holter. En cambio, si sólo tiene un episodio de arritmia cada 6 meses, por ejemplo, es muy poco probable que justo el día que lleva el grabador sufra la arritmia.

El Holter de Presión Arterial es semejante al anterior.

¿Cómo se usa?

En vez de electrodos el paciente se va a casa con un manguito de presión arterial colocado en su brazo. En manguito se infla cada cierto tiempo, se realiza una toma de la tensión arterial, y la cifra de tensión se almacena en el grabador que lleva el paciente. De esta forma podemos saber las cifras de tensión arterial que ha tenido el paciente durante 24 horas, incluido el periodo del sueño. La lectura de las presiones arteriales registradas nos da una gráfica que muestra las variaciones de tensión arterial durante todo un día.

¿Para qué sirve?

En ocasiones es muy difícil saber la presión arterial verdadera que tiene el paciente. Por ejemplo, cuando la tensión se toma en el hospital suele dar cifras superiores a las reales, debido a que el paciente está nervioso al encontrarse en un centro sanitario (a esto se le conoce como "hipertensión de bata blanca"). Por otro lado, las cifras de tensión arterial no son iguales durante todo el día, es decir, pueden variar bastante si la tensión se toma por la mañana o por la tarde. Por ello, si tenemos un registro de 24 horas realizado durante la vida normal del paciente, podemos saber exactamente cuáles son las cifras de tensión reales del paciente y como varían sus cifras de tensión durante la noche.



Cardiología
Hospital San Juan de Dios
Dra. Gloria Álvarez



Liberia: un país devastado y un proyecto de futuro

Liberia, que significa "Tierra Libre", se encuentra en la costa oeste de África ubicado junto a Sierra Leona y Costa de Marfil, en una de las zonas más candentes de África.

Se ha visto inmerso en dos guerras civiles recientes (1989-1996 y 1999-2003) que han desplazado a cientos de miles de sus ciudadanos y devastado su economía.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que tiene una población de casi 4 millones en la que el 44% es menor de 14 años y la expectativa de vida al nacer es de 57 años.

La población bajo el nivel de pobreza representa el 80%, situando a Liberia en la 4ª posición mundial de los países más pobres.

Los Hermanos de San Juan de Dios fundan el Hospital en 1963. Está situado en Monrovia, la capital de Liberia, en el barrio de Congo Town.

Tras 14 años de guerra civil los recursos sanitarios y las infraestructuras quedaron muy deterioradas pero han mejorado gracias a la colaboración de los misioneros y de las ONGD.

En 2008 la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios inició un ambicioso proyecto de reconstrucción y equipamiento del hospital y de la clínica ambulatoria que depende de éste en New Kru Town, uno de los barrios más pobres y castigados por la guerra.

El proyecto, gestionado por Juan Ciudad ONGD y

los Hermanos de San Juan de Dios en la Provincia de Castilla, está presupuestado en 5 millones de euros.

Saint Joseph's Catholic Hospital - 2011

En 2011 finalizaron las obras del bloque quirúrgico con una reforma íntegra en la que se ha habilitado también una UCI. En total **3 quirófanos y 6 camas en la UCI**. También se ha renovado el área de radiodiagnóstico y se ha construido una vivienda para voluntarios y/o cooperantes.

El Hospital, que cuenta con **170 trabajadores y 141 camas**, atendió durante el año 2011 a cerca de 70.000 personas.

Se han producido 3.910 ingresos, de los que el 43% han sido mujeres y el 32% niños. Se han producido 882 partos, 763 intervenciones quirúrgicas, 5.771 urgencias y más de 50.000 consultas externas entre el Hospital y la clínica en el barrio de New Kru Town.

Los ingresos infantiles han sido de 1.234, 711 niños y 523 niñas, que constituyen el 58% y el 42% respectivamente.

Las causas más importantes de mortalidad entre la población infantil son las neonatales, la malaria y la neumonía, entre otras.

El Hospital es un pilar básico en el mantenimiento de las condiciones sanitarias de la población dentro del proceso de paz y reconstrucción que se ha iniciado con la elección de un gobierno democrático.

Según la OMS, en el país hay 1 médico por cada 33.000 personas, 1 enfermera por cada 5.500 o una matrona por cada 8.000 mujeres embarazadas.

Es uno de los **responsables nacionales del tratamiento del VIH (sida) y del programa contra la tuberculosis**. Los afectados reciben el tratamiento médico adecuado además de alimentación para reforzarlos físicamente frente a estas enfermedades.

tú lo haces posible

En el año 2011 la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios ha aportado **311.604 €**. De esta cantidad, el 76% ha sido en ayudas monetarias directas, el 20,5% en medicamentos y envío de contenedores a través de la Juan Ciudad ONGD, y el 3,5% restante para costes de gestión y viajes de asesoramiento, consultoría y supervisión.

La Obra Social ha aportado además **14.530 kg** de ayudas en especies, principalmente productos no perecederos como arroz, pasta y legumbres.

Vosotros hacéis posible que el Saint Joseph's Catholic Hospital pueda ofrecer más y mejores servicios sanitarios a la población liberiana. Desde 2008, cuando los Hermanos de San Juan de Dios junto a Juan Ciudad ONGD iniciaron el proyecto, siempre han contado con la respuesta solidaria de sus donantes para hacer realidad un proyecto con una clara visión de permanencia.

En total el Hospital ingresó **1.256.077,28 €** pero los gastos ascendieron a **1.371.138 €**.

A pesar del esfuerzo el Saint Joseph's Catholic Hospital ha cerrado el año con pérdidas, **115.061 €**, por el elevado coste de los suministros principalmente energéticos del país.

¿Cómo puedes participar?

Haz de nuestra Obra Social tu Obra Social. Tienes varias maneras de contribuir en un desarrollo social justo:

1. A través del banco:

Hospitalarios de San Juan de Dios
Banco Santander
Príncipe de Vergara, 204
28002 - Madrid

código cuenta cliente
0049 5153 30 2816282347

2. Página web:

www.hsjd.es

3. Por teléfono, al departamento de Obra Social:

Calle Herreros de Tejada, 3
28016 - Madrid
Teléfono: 91 387 44 79
E-mail: obrasocial@hsjd.es

4. A través del siguiente formulario:

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

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.

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

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 ☐

albergue municipal de león

El Hospital San Juan de Dios colabora con el Ayuntamiento de León en la gestión del Albergue Municipal. Entre las funciones del Hospital se encuentra la coordinación de la actividad de todos los voluntarios que atienden a los usuarios del Albergue.

Personas sin hogar: aquellas personas que no pueden acceder o conservar un alojamiento digno, permanente, adecuado, a la situación personal y que proporcione un marco estable de convivencia, ya sea por razones económicas u otras barreras sociales, o bien porque presentan dificultades personales para llevar a cabo una vida autónoma.

Concretamente en León, en el Albergue Municipal se atiende a una media de 20 usuarios diariamente. En el Albergue la labor voluntaria es muy importante, con 58 voluntarios de los cuales 22 son permanentes.

Los voluntarios del Albergue Municipal de León realizan una función muy importante dentro de la recepción y acogida de los usuarios. En el Albergue se les ofrece descanso, aseo y una estancia acogedora, después de que la trabajadora social del Albergue Municipal de la zona correspondiente valore la situación de la persona sin hogar. Suelen estar una media de **4 a 6 días**, dependiendo de las necesidades de la persona.



Desde febrero de 2011 se amplió el horario del Albergue Municipal, abriendo sus puertas también por la mañana, ofreciendo prensa y un café, con el fin de que estas personas pasen el menor tiempo posible en la calle.

También desde el Hospital San Juan de Dios de León se ha puesto a disposición de todos los usuarios del Albergue, de manera gratuita, un Diplomado Universitario en Enfermería para realizar labores de educación sanitaria, curas de heridas y acompañamiento a las personas sin hogar.

Desde la **Orden Hospitalaria de San Juan de Dios**, trabajan con personas sin hogar en varios centros de España, siempre siguiendo sus valores de acogida, respeto, solidaridad, hospitalidad y profesionalidad.



encuentro de voluntarios de la orden hospitalaria san juan de dios

El objetivo de estas jornadas, celebradas este año en Zaragoza, es disponer de un foro de formación e intercambio de experiencias para mejorar el servicio de atención y acompañamiento a los enfermos que prestan los voluntarios en los distintos hospitales de la Orden. Más de 80 personas entre voluntarios, hermanos, coordinadores locales y provinciales de los diferentes centros que la Orden tiene en España, para elaborar un Plan Estratégico con el fin de dar mayor calidad al voluntariado de la Orden, con objetivos claros que ayuden a homogeneizar la actividad voluntaria en todos los centros.

Desde Curia Provincial han elaborado, para los coordinadores locales de la provincia de Castilla, una base de datos que ayudará a centralizar los datos de todos los voluntarios de los centros.

El voluntariado de San Juan de Dios tiene como fin:

- Potenciar los principios del voluntariado y su concordancia con el proyecto y la misión de la Orden Hospitalaria.

- Contribuye a la humanización de la asistencia, promoviendo la calidad en el cuidado de la persona enferma a través de su presencia y relación afectiva y cualificada en clave de hospitalidad.

La Orden San Juan de Dios en España cuenta con un total de 1.946 personas voluntarias que prestan su apoyo en los distintos centros sociosanitarios: hospitales generales (médico-quirúrgicos, infantiles y de adultos), centros de atención en salud mental y psiquiatría, centros de intervención integral en la vejez, centros de educación especial y reinserción de personas con discapacidad, centros de rehabilitación psicosocial y albergues para transeúntes, y comunidades de intervención social.

Si quieres ser voluntario del Hospital San Juan de Dios de León o del Albergue Municipal de Transeúntes de León no dudes en ponerte en contacto con nosotros en la siguiente dirección:

leon.voluntariado@hsjd.es

Te atenderemos y escucharemos tus inquietudes ¡Anímate!
Servir a los demás con el estilo que nos dejó San Juan de Dios es un reto para todos.



Gases medicinales, soluciones y servicios para el hospital

Los gases medicinales se utilizan en terapias de inhalación, tratamiento del dolor, diagnóstico en vivo, anestesia o para crio-conservación y transporte de órganos, tejidos y células.

El objetivo de Air Liquide Medicinal es garantizar que los gases que suministramos y ponemos a disposición de los profesionales sanitarios son:

- apropiados para sus indicaciones de uso por el paciente,
- seguros, y vectores de beneficios terapéuticos,
- acordes con los requisitos de las Normas de Correcta Fabricación.

En Air Liquide Medicinal evolucionamos al mismo ritmo que nuestros clientes, adaptándonos constantemente a sus necesidades y apostando siempre por el desarrollo y la innovación.

Air Liquide Medicinal, S.L.U. Paseo de la Castellana, 31 - 28046 Madrid
Tel.: 91 50 29 630 - Fax: 91 50 29 560
www.airliquidemedicinal.es



formación mir en el hospital san juan de dios de león

El Hospital San Juan de Dios de León es el único hospital privado de la provincia de León que se acredita para la formación de Médicos Internos Residentes (MIR).

El Servicio de Geriátría ha sido acreditado en el año 2009 por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, como Institución Docente Asociada a la Unidad Docente del Complejo Universitario Asistencial de León para la formación de Médicos Internos Residentes (MIR) en la especialidad de Geriátría.

Este hecho ha supuesto un hito estratégico en la evolución del Hospital San Juan de Dios al convertirse en el único Hospital privado de la provincia de León que se acredita para la formación de estos especialistas. Esta acreditación avala la excelencia del modelo sanitario de la Orden San Juan de Dios y la adecuada preparación de la sanidad privada también en el aspecto docente y de investigación.

Este éxito ha sido una importantísima puerta de entrada a la futura acreditación de otras especialidades MIR como Medicina Familiar y Comunitaria, Psicología Clínica y Farmacia Hospitalaria, próximos objetivos en los que ya se está trabajando en el Hospital, pendiente de la aprobación de la Comisión Nacional.

Esta acreditación ha supuesto un reconocimiento para los médicos de los servicios de Geriátría, así como para todos los profesionales y la Dirección

del Hospital. Gracias a la disponibilidad de recursos e infraestructuras, a la elevada cualificación e implicación de todo el personal en la formación pregrado y postgrado, en el año 2010 se incorporó la primera médico residente en Geriátría y, previsiblemente, en este año 2012 serán tres los médicos residentes que realizarán la rotación en el Hospital San Juan de Dios.

El Servicio de Geriátría está integrado en los estándares de calidad y excelencia del Hospital y cuenta con el sello EFQM 400+ que, junto con el Plan de Gestión de Calidad Docente para la prestación de los servicios de formación que incluye los actuales medios formativos que dispone el Hospital (sesiones, comisiones, material didáctico, biblioteca, recursos personales y docentes, cualificación del personal, revistas y libros especializados, etc), lo hacen merecedor de la acreditación para formar residentes.

En el proyecto de mejora continua, el Servicio de Geriátría trabajará en los próximos años para lograr la certificación ISO 9001, certificación con la que ya cuenta nuestro Centro de Rehabilitación Psicosocial y, en breve, el Área Quirúrgica.

formación integral, personalizada y completa

El MIR de Geriátría sigue un programa de formación mediante el que adquiere de forma progresiva los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para ejercer esta especialidad médica. Adquiere un desempeño profesional alineado a los valores de San Juan de Dios:

- Respeto a sus pacientes, que son el centro de interés de todos sus profesionales y colaboradores.

- Servicio a la sociedad, potenciando la responsabilidad social como organización.
- Competencia técnica y ética de sus profesionales. El trabajo en equipo basado en la confianza y el respeto. La mejora continua mediante sistemas de reconocimiento de la calidad, para ir obteniendo cada vez mejores resultados, tanto desde el punto de vista asistencial, como para sus profesionales, clientes y sociedad.
- El respeto y mejora del entorno medioambiental donde se ubica y realiza sus actividades.

El residente se integra en la actividad asistencial del Hospital, participando en las distintas Comisiones (comisión de infecciones, de farmacia, de dietética y nutrición...), y en las actividades docentes y de investigación: sesiones clínicas diarias del servicio, sesiones clínicas semanales repartidas entre bibliográficas, monográficas y radiológicas, discusión de casos clínicos semanales, sesiones formativas mensuales para el personal de enfermería y auxiliares del servicio, sesiones de Geriátría intercentros (Hospital de León, El Bierzo y San Juan de Dios), sesiones interdisciplinarias semanales del equipo de geriatría, asistencia a mesas redondas, participación en congresos nacionales de la SEGG e internacionales...

Así mismo, tras las obras de reforma y ampliación de San Juan de Dios, el MIR, al igual que los profesionales del Hospital, dispone de zonas para el estudio individual (despachos médicos, biblioteca...) así como áreas de trabajo en grupo, lugares de reunión y descanso, que mejoran el contacto y refuerzan el trabajo en equipo.

Este logro continúa la trayectoria del proyecto docente del Hospital en estrecha colaboración en los últimos años con las universidades y centros docentes referentes para la formación de profesionales de la rama sanitaria:

- Escuela de Enfermería de la Universidad de León, para la realización de prácticas de los alumnos de enfermería, desde el año 1991.

- Universidad CEU San Pablo, Facultad de Farmacia.
- Universidad Alfonso X el Sabio, Escuela de Fisioterapia.
- Universidad de Burgos, Facultad de Humanidades y Educación de Burgos.
- Universidad Europea de Madrid, para la realización de prácticas de los alumnos de Fisioterapia.
- ISAVE-HEALTH Institute of Alto AVE, Convenio de colaboración Becas Leonardo Da Vinci para alumnos de Enfermería.
- Convenio con la Universidad S.E.K. de Segovia, Escuela de Fisioterapia.
- Universidad de Lleida, Facultad de Medicina.
- Universitaria de Fisioterapia "Gimbernat-Cantabria".
- Facultad de Ciencias Biológicas y Ambientales.
- IES Ordoño II: Ciclo formativo de grado medio Técnico en Atención Sociosanitaria.
- IES Ornia: Ciclo formativo de grado medio.
- Cuidados Auxiliares de Enfermería.
- Aspaym Castilla y León: PCPI Auxiliar de Servicios Administrativos.
- IES Ornia: Ciclo Formativo Farmacia y Parafarmacia.
- IES San Andrés: Gestión Administrativa.
- IES Giner de los Ríos: Ciclo Formativo Imagen para el Diagnóstico.
- IES Virgen del Buen Suceso: Ciclo Formativo.
- Sistemas Microinformáticos y Redes.
- IES Fuentesnuevas: Ciclo Formativo Dietética.
- IES Fuentesnuevas: Ciclo Formativo Documentación Clínica.

Nuestro objetivo es participar de una enseñanza más integrada y práctica.



Av. Príncipe de Asturias, 12 Bajo - 24007 León
Tfños. 987 23 16 69 - 630 43 19 30

Centro de Día Llión

www.centrodediallion.com

ATENCIÓN INTEGRAL 3ª EDAD

- Actividades terapéuticas
- Cocina y menú de elaboración propia
- Ambiente de carácter familiar
- Rodeado de zonas verdes y accesible



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

- Dr. Adolfo Vélez Ruiz de Lobera

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. Pedro Álvarez Sánchez

cardiología

- Dra. Gloria M^a Álvarez Vicente
- Dr. Javier Vara Manso

cirugía general y laparoscopia

- Dr. Jorge A. Hernández Cortés
- Dr. Vicente Simó Fernández
- Dr. Jesús Fernández Fueyo
- Dr. Luis Miguel Alcoba García

cirugía oral y maxilofacial

- Dr. Alejandro Pelaz García

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
- Dra. Beatriz González Sixto

diagnóstico por imagen

- Dr. Ángel A. Seisdedos González
- Dra. Carmen Fuertes Castellanos
- Dr. Stanley Hoff

digestivo

- Dra. Dolores González García

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

ginecología

- Dra. Sonia Gutiérrez García
- Dra. Matilde García Merayo

hematología

- Dr. José M. Vicente Vigil

medicina general (familiar y comunitaria)

- Dra. Laura Linares Álvarez

medicina interna

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

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 Plágano
- Dr. Jose Manuel Valle Folgueral

neurofisiología

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

neurología

- Dra. Marta Pacheco Jiménez

oftalmología

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

otorrinolaringología

- Dr. Rafael Pérez González

pediatría

- Dra. Pilar Gayol Barba

prequirúrgica

- Dra. Gloria Álvarez Vicente
- Dra. Elena Valoria Escalona
- Dr. Roberto Riera Hortelano
- Dra. María Ledo Laso
- Dr. Luis Ricardo Iglesias Vela
- Dra. Virginia Serrano Gutiérrez

psiquiatría

- Dr. Ignacio Guereñu Carnevali
- Dr. José de Santiago Sastre

rehabilitación

- Dr. José Antonio Alcoba Pérez
- Dr. Francisco Palomo Barón
- Dr. Alberto Díez Alonso

traumatología y

cirugía artroscópica

- Dr. Manuel Ramos Gualart
- Dr. José Antonio Cantero Blanco
- Dr. Jaime A. Sánchez Lázaro
- Dr. Luis Enrique Gamazo Caballero
- Dr. José M. Álvarez Fernández-Represa

urología y cirugía endoscópica

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

urgencias

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



¡Nos gusta que estés bien!

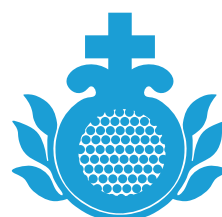
+ información

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

teléfono
987 23 25 00

e-mail
leon.hospital@hsjd.es

www.hospitalsanjuandedios.com



HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS

**La medicina
a tu servicio**