

salud^{dosmil}

marzo 2012 | número 106



HERMANOS DE SAN JUAN DE DIOS

La medicina
a tu servicio

han colaborado
Juan Francisco Seco Martín
Dolores González García
Beatriz de Diego Blanco
Noelia Sánchez Carrión
Virginia Serrano Gutiérrez
María Rosario Matilla de la Fuente
Vanessa de Ponga García
Lorena Suárez Sánchez
dlv-laCentral | comunicación
edita
dlv-laCentral | comunicación
Velázquez, 16 - 1ªA
24005 León
imprime
Cuevas Artes Gráficas
Polígono Industrial de Villacedré
Real, 79
24011 León
depósito legal
LE-2063-2008

en persona	2
noticias	6
ocio	10
la salud en tu día a día	16
el especialista	18
el hospital por dentro	20
orden hospitalaria san juan de dios	22
voluntariado	24
recursos humanos	26
cuadro médico	28

Vivimos tiempos difíciles: desempleo, recesión, incertidumbre, recortes en prestaciones, subida de impuestos, falta de confianza, crisis de valores. En este contexto es difícil crecer, planificar, invertir, arriesgar... en definitiva, encontrar algo, alguien que funcione, que tenga las ideas y los proyectos claros, y que haya decidido arriesgar y apostar en León y por León y por mejorar la asistencia sanitaria en la ciudad.

A pesar de este panorama, en el **Hospital San Juan de Dios de León** hemos comenzado una nueva etapa: una gran inversión económica, cambio de estructura, ampliación del Hospital, renovación de imagen, una nueva revista. Nuevo equipamiento, nueva tecnología, más medios técnicos, mejora de los sistemas de información. Nuevos profesionales médicos, nuevas especialidades e introducción de las últimas técnicas sanitarias, incorporación de nuevos colaboradores, apuesta decidida por la creación de empleo y riqueza. Incrementamos la inversión en formación de nuestro equipo humano porque entendemos que es una apuesta de futuro. Mejoramos las condiciones laborales, la igualdad, la flexibilidad y la

conciliación con nuestra vida personal, porque creemos firmemente que la mejora del entorno laboral incide en nuestro trabajo, por extensión en la mejora del Hospital y, como consecuencia lógica, en un mejor trato al paciente, nuestro objetivo más importante.

Seguimos trabajando en mejorar: en equipar al Hospital con nueva tecnología, en alcanzar certificaciones que reconozcan la excelencia de nuestras instalaciones y de nuestros procesos de trabajo, en evaluar nuestros servicios, en incrementar los canales de información interna y externa, para hacer llegar nuestro mensaje, nuestros objetivos, pero también para escuchar la voz de nuestros clientes, de nuestros usuarios, de todos los colaboradores.

Y todo ello, siguiendo con los principios y valores de siempre: **el trato respetuoso al paciente, la mejor atención y la más humana, el respeto a su dignidad y la búsqueda continua de la excelencia en la asistencia sanitaria.**

Juan Francisco Seco Martín
director gerente





Juan Carlos Suárez-Quiñones Fernández

Nuevo Subdelegado del Gobierno en León

¿Qué nos puede contar de su nuevo cargo como Subdelegado del Gobierno en León? ¿Le ha dado tiempo de ahondar en la responsabilidad que le han encomendado?

Un Subdelegado del Gobierno tiene diversas responsabilidades, que pueden resumirse en seis ámbitos. El primero es ser una representación del Gobierno de España en la Provincia a través de la Delegación del Gobierno en Castilla y León. En segundo lugar ostenta la dirección de los servicios de la Administración General del Estado en la Provincia e impulsa, supervisa e inspecciona los servicios que no están integrados en la Subdelegación. En tercer lugar el Subdelegado del Gobierno ostenta la dirección de la Guardia Civil y del Cuerpo Nacional de Policía en la Provincia. En cuarto lugar también dirige y coordina la protección civil en la Provincia. En quinto lugar debe mantener la comunicación, cooperación y colaboración con el resto de administraciones territoriales en la provincia (Autonómica, Provincial y Municipal). En sexto lugar debe ejercer determinadas competencias sancionadoras.

¿Cuáles son sus principales objetivos dentro de este nuevo puesto de responsabilidad institucional?

Mi objetivo no es otro que ejercer adecuadamente las competencias que antes he reseñado y saber trasladar al Gobierno las preocupaciones y necesidades de la Provincia y transmitir a la población cuáles son los proyectos y acciones del Gobierno de la Nación en el territorio. También contribuir, en la medida de mis competencias, al bienestar de la ciudadanía, centrado en este difícil momento en la recuperación de la actividad económica y del empleo, y en la consecución de las mayores cotas de seguridad y de erradicación de la violencia, especialmente la de género.

¿Cuáles serán sus principales acciones para tratar de ser útil al ciudadano?

Serán todas aquellas que permitan detectar las dificultades, los problemas y las inquietudes de personas y territorios, acercarme a ellos y hacer todo lo que esté en mis posibilidades para solucionarlos. Lo conseguiré cuando logre que se perciba el cargo como algo más que una mera representación del Gobierno de la Nación, como una Institución que soluciona los problemas y que por tanto justifica su existencia.

¿De qué manera influye la crisis económica dentro de su nueva responsabilidad?

De forma muy intensa. Las dificultades económicas conllevan la adopción de medidas difíciles que hay que tratar de trasladar adecuadamente, explicar y convencer de que su objetivo es la recuperación del empleo y que es posible conseguirlo. Para ello hay que contar con todos los agentes sociales y económicos, recoger sus preocupaciones, y peticiones, mediar y evitar la conflictividad, y si esta se presenta, garantizar los derechos fundamentales y libertades de todos. Es una difícil tarea en la que hay que buscar los equilibrios necesarios para que todos vean respetados sus derechos.

¿Es un “adiós” o un “hasta luego” a la Judicatura?

Están abiertas todas las posibilidades. Yo sigo siendo Juez, en servicio no activo, y por tanto puedo volver a la jurisdicción cuando termine esta etapa. Estas responsabilidades, como la que asumo, son esencialmente temporales. Pero tampoco descarto que esta etapa se prolongue en el tiempo si

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Desinplag
Tratamientos Ambientales

- Tratamientos preventivos y curativos contra la **LEGIONELLA**
- Desratización ■ Desinfección
- Desinsectación
- Protección contra Palomas
- Limpieza Sistemas de Climatización

■ Tratamientos contra **CARCOMA Y TERMITAS**
(Xilófagos de la madera)

987 990 661

www.desinplag.com • desinplag@terra.es

24249 POBLADURA DE PELAYO GARCÍA (León) • C/ Los Carros, 1

realmente valgo para ello, y se considera que es así, algo que tendré que demostrar.

¿Conoce toda la reforma llevada a cabo en el nuevo Hospital San Juan de Dios de León? ¿Qué le parece?

Me parece una apuesta por la modernización y una mejora muy sustancial en la prestación del servicio sanitario en León que redundará en una mayor y mejor oferta sanitaria para la ciudadanía leonesa. Es un proyecto valiente que denota el espíritu de servicio a la sociedad de los gestores de la Orden, que ciertamente siempre ha demostrado.

¿Qué le parece que una de los criterios por los que se rija la atención a los pacientes en el Hospital San Juan de Dios sea la humanización?

Creo que es precisamente la despersonalización de la medicina uno de las derivas negativas que ha conllevado la masificación de la asistencia sanitaria y hasta la propia modernización de la misma con su extraordinaria especialización. Mantener la gestión hospitalaria bajo un principio de humanización en la atención, con un trato personal, amable y cercano, no sólo mejora la confianza del paciente en la atención incluso con reflejo en una mejor recuperación, sino que elimina factores que de otro modo pueden tender, en demasiados casos, a la exigencia de responsabilidad por un resultado negativo del servicio médico. Es sin duda un principio de actuación que deben imitar otras instituciones médicas.

Desde la perspectiva de su nuevo cargo, ¿qué le parecen las medidas que se están proponiendo en materia de sanidad como el copago de medicamentos o el incremento en la jornada del personal sanitario público?

Creo que estamos en unos momentos en que debemos plantearnos cómo vamos a garantizar la sostenibilidad de muchos servicios públicos, y entre ellos el de salud, en un contexto de crisis económica y de necesaria restricción del presupuesto público. Si bien Sanidad es un ámbito de actuación en un Estado Social de los que en último lugar tendrían que verse sometido a restricciones presupuestarias, ha de estudiarse que mecanismos permitirían introducir correctivos en la situación actual que permita la pervivencia del sistema, garantizando siempre la igualdad de los usuarios en el acceso a la sanidad y por consiguiente rechazando cualquier dificultad de acceso por razón de la falta de medios económicos del ciudadano.

¿Cómo ve el futuro del sistema sanitario en España?

El sistema sanitario de España es uno de los mejores del mundo y no podemos dar un paso atrás en esa conquista. Pero precisamente por ello, debemos ser responsables en las reconfiguraciones que sean necesarias para que el sistema sea sostenible y por tanto pueda garantizarse ese futuro que no podemos perder. Lo tiene, y los responsables públicos están trabajando para que sea así.



datos biográficos

- Licenciado en Derecho por la Universidad de León.
- 1987 Accedió a la Carrera Judicial, siendo Benavente su primer destino.
- 1989-1991 Ejerció en Getafe.
- 1991-2002 Titular del Juzgado de Instrucción número 2 de León.
- 1997-2007 Profesor Asociado de Derecho Penal en la Facultad de Derecho de León. (Actualmente, colaborador honorífico).
- 2002 Primer Premio en el Certamen del Consejo Social de la Universidad de León sobre "Innovación en la Enseñanza", como participante en el Proyecto de Investigación sobre "La praxis de la Justicia Penal y su vinculación con el aprendizaje teórico-práctico de casos penales reales en los Juzgados y Tribunales de Castilla y León. Su aprovechamiento para la docencia universitaria del Derecho Penal".
- 2002 Es nombrado Juez Decano de León.
- 2003 El Ministerio del Interior le otorga la Cruz al Mérito Policial con distintivo blanco.
- 2004 Le otorgan la Cruz de la Orden al Mérito Policial del Ayuntamiento de León.
- 2004-2009 Miembro de la Sala de Gobierno del Tribunal Superior de Justicia de Castilla y León.
- 2005 El Ministerio del Interior le concede la Cruz de la Orden al Mérito del Cuerpo de la Guardia Civil con distintivo blanco.
- 2007 Miembro del Grupo de Trabajo para el desarrollo del Convenio sobre Información para Juzgados y Tribunales suscrito por el Consejo General del Poder Judicial, que lo designó, y la Asociación Española de Banca (AEB) y la Confederación Española de Cajas de Ahorros (CECA).
- 2007 Obtiene el Diploma de Estudios Avanzados expedido por la Universidad de León en los Estudios de Doctorado, reconociendo su suficiencia investigadora.
- 2007 El Ministerio de Justicia le concede la Cruz Distinguida de Primera Clase de la Orden de San Raimundo de Peñafort.
- 2010 Finalista en la XXIV edición de los Premios de Artículos Doctrinales de La Ley (Editorial Wolter Kluwers), con el trabajo "Administración de Justicia y Nuevas Tecnologías. Presente y Futuro".
- 2010 Premio a la Calidad de la Justicia en su Primera Edición, en el capítulo de "Justicia más Transparente" promovidos por el Consejo General del Poder Judicial.
- Miembro del grupo de reflexión sobre la Administración de Justicia de la Fundación Price Water House Coopers.
- Asesor honorífico de la Cámara Oficial de Comercio e Industria de León.
- Miembro de la Comisión de Seguimiento de Jueces Decanos de España.
- Profesor de la Escuela de Práctica Jurídica de León.
- Autor de diversas publicaciones (libros y trabajos) en materia civil, procesal y penal.
- Organizador de congresos y conferenciante en más de 200 congresos, jornadas y cursos.
- Forma parte de la red de formación del Consejo General del Poder Judicial.
- Coordinador de Prácticas Tuteladas de la Escuela Judicial dependiente del Consejo General del Poder Judicial para Castilla y León.
- Miembro de la Comisión de Seguimiento del Proyecto Lex NET de la Dirección General de Relaciones con la Administración de Justicia del Ministerio de Justicia.



donación de la fundación gates

La Fundación Bill y Melinda Gates invertirá 5,8 millones de euros en la creación de 10 becas para financiar la búsqueda de nuevos biomarcadores que ayuden a diagnosticar la tuberculosis, y poder desarrollar herramientas sencillas y de bajo coste que detecten esa enfermedad de forma rápida y precisa en países en desarrollo, donde 8,8 millones de personas contraen tuberculosis cada año.

en 2025, más del 90% de los españoles podría tener sobrepeso

En la actualidad, el 39% de la población padece sobrepeso y un 14,5% obesidad. Según Aldelardo Caballero, Presidente del Instituto de Obesidad, el porcentaje de población con sobrepeso "alcanzará casi el 100% si no se toman medidas". Asegura que este incremento es el resultado de la obesidad que se está detectando ya en los niños. Y es que, actualmente, uno de cada 5 niños padece obesidad lo que ha originado que se empiecen hacer cirugías de reducción de peso a menores. Caballero apuesta por una alimentación más rigurosa, clases de nutrición y el fomento de la actividad física.

convenio de colaboración del hospital san juan de dios con el ayuntamiento de león

Ambos se comprometen a colaborar para la puesta en marcha de un Programa de Prevención de Enfermedades y Educación en Hábitos de Higiene dirigido a la población transeúnte que pernocta en el Hogar Municipal del Transeúnte y que generalmente presenta problemas de salud vinculados a sus condiciones de vida y usos alimentarios e higiénicos. Este Programa estará orientado a:

- Informar sobre recursos médicos y sanitarios que los transeúntes tienen a su disposición para prevenir y promocionar la salud.
- Informarles para que adquieran hábitos saludables.
- Incrementar su conocimiento sobre los programas públicos de salud.
- Concienciarles y educarles sobre la prevención de los problemas de salud derivados de sus condiciones de vida.
- Fortalecer sus mecanismos de prevención de enfermedades infecciosas.



kiwi, sí

- Es capaz de contribuir a la reparación del ADN.
- Comer dos o tres kiwis al día tiene los mismos beneficios que tomar una pastilla de ácido acetilsalicílico diaria para mejorar la salud del corazón.
- Puede ayudar a adelgazar la sangre, reducir la formación de coágulos y disminuir la grasa causante de bloqueos en la sangre, sin afectar negativamente los niveles de colesterol.
- Es considerada la fruta nutritiva más densa.
- Tiene casi el doble de vitamina C que la naranja (la vitamina C ayuda a sanar heridas y la absorción del hierro, y conserva huesos, vasos sanguíneos y dientes).
- Supera al plátano como fruta de poco sodio y mayor nivel de potasio. Es una buena fuente de vitamina E baja en grasas. La vitamina E es un potente antioxidante y puede reducir el riesgo de enfermedades del corazón y algunas formas de cáncer.
- Es especialmente rico en luteína, antioxidante que puede reducir el riesgo de degeneración macular relacionada con la edad avanzada. Es una excelente fuente de fibra dietética.
- Además del potasio, tiene otros minerales: calcio, hierro, magnesio y cobre.
- Ayuda en el control de los niveles de glucosa en sangre.
- Sus propiedades nutritivas ayudan a mejorar el tránsito intestinal, actúan como saciante y mejoran la absorción del hierro
- Bajo aporte calórico.
- Rico en potasio y magnesio.

accidente doméstico más común: las quemaduras

Los profesionales que han participado en el II Congreso Nacional de Heridas y Cicatrización, destacan que las quemaduras son el accidente doméstico más común, por detrás de cortes o contusiones.

Han alertado de que muchos de los remedios "caseros" que tradicionalmente se usan ante quemaduras no son aconsejables: aplicarse pasta de dientes, aceite de oliva, aloe vera, rodajas de patata... pueden ejercer el efecto contrario e incluso resultar peligrosas soluciones.

recomendaciones

Eliminar prendas u objetos que puedan afectar a la quemadura, lavar bien la zona con abundante agua fría, (si la quemadura es el resultado de un agente químico hay que evitar que el agua salpique la piel que rodea la quemadura) y cubrir la zona con vendas y compresas estériles, procurando que quede holgado para no presionar la zona.

Siempre es recomendable acudir al servicio de urgencias más cercano para que el personal sanitario valore.



curiosidades

los perros pueden oler el cáncer y el azúcar bajo en la sangre

las orejas, aunque muy lentamente, no dejan nunca de crecer

las personas que entran en su casa a través de la cocina, tienden a comer un 15% más que las que no lo hacen

según un estudio japonés, uno es más propenso a tener un ataque al corazón un lunes

como las huellas digitales, cada lengua es diferente y única

peligro de escuchar música por la calle

Recientes estudios publicados en el British Medical Journal, alertan del incremento de accidentes y fallecimientos entre peatones que van escuchando música con auriculares. Este riesgo es aún mayor entre adolescentes y adultos jóvenes. El Dr. Richard Lichenstein, autor del estudio, explica que el uso de auriculares no permite al usuario escuchar sonidos externos "tan importantes como los visuales", lo que causa la distracción y la privación sensorial que originan, en muchos casos, accidentes.

avances en la lucha contra el alzhéimer

Según publica la revista Science, un estudio de la Case Western Reserve University (Ohio), eliminar proteínas beta-amiloides del cerebro utilizando betaxoreno puede ser una manera de luchar contra el alzhéimer. Administrado en ratones, el fármaco conseguía reducir un 25% las masas de estas proteínas y el efecto duraba por lo menos 3 días. Además, el comportamiento de los ratones mejoraba.

Solo en España, unas 600.000 personas sufren esta enfermedad degenerativa, por lo que cualquier noticia de algo parecido a un tratamiento es una esperanza.

¿fin de los genéricos de la viagra?

En Barcelona, un Juzgado Mercantil ha prohibido, cautelarmente, la comercialización de 17 fármacos genéricos de la pastilla azul, en respuesta a la demanda interpuesta por la farmacéutica Pfizer, por ser ella la titular de la patente que trata la disfunción eréctil y la hipertensión arterial pulmonar hasta 2013.

El fallo obliga a "cesar y abstenerse de fabricar, importar a España, adquirir de terceros, ofrecer, poseer, introducir en el comercio y utilizar" ya sea de forma directa o indirecta, cualquier composición farmacéutica que incorpore sildenafil, el compuesto sintetizado por Pfizer y que comercializa bajo el nombre de Viagra

La Asociación Española de Medicamentos Genéricos, (AESEG) ha anunciado que recurrirá la sentencia, al mismo tiempo que argumenta que los medicamentos que tratan la disfunción eréctil "no están financiados con cargo al Sistema Nacional de Salud" por lo que "su precio es libre".

El Viagra es uno de los fármacos más falsificados del mundo, hasta el punto que las ventas de las copias ilegales, según Pfizer, suponen unos 1.300 millones de euros más de lo recaudado de las ventas legales.

7 de abril: día mundial de la salud

Durante el siglo pasado, la esperanza de vida aumentó tan acusadamente que en este siglo habrá más personas mayores que niños. El Día Mundial de Salud 2012 resaltará que la buena salud a lo largo de la vida puede añadir vida a los años, de manera que las personas de edad avanzada tengan una vida no sólo más larga, sino productiva a todos los niveles.

El Día Mundial de la Salud se celebra todos los años el 7 de abril para conmemorar el nacimiento de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1948.



el hospital san juan de dios inicia la cirugía con láser verde para tratar los problemas de próstata

Es una técnica novedosa que reduce a un solo día la hospitalización quirúrgica y ofrece un alivio inmediato y perdurable de los síntomas prostáticos. Esta técnica es el avance más importante de los últimos 25 años para tratar esta patología que afecta a millones de varones en todo el mundo, principalmente por encima de los 55-60 años.



ventajas

Cirugía mínimamente invasiva y ofrece resultados duraderos evitando los riesgos típicos y complicaciones habituales de los métodos tradicionales.

- Permite retirar la sonda del paciente en un periodo máximo de 24-48 horas.
- Puede administrarse en régimen ambulatorio o con ingreso hospitalario mínimo, entre 12 y 24 horas.
- Virtualmente sin pérdida de sangre. Ideal para pacientes de alto riesgo en tratamiento anticoagulante.
- Alivio rápido de los síntomas.
- Recuperación rápida de la actividad normal del paciente.
- Ausencia de incontinencia e impotencia en estos cinco años de seguimiento en la Clínica Mayo.



la mortalidad por tumores infantiles en españa, disminuye un 50% desde los años 80

Aunque el cáncer en la infancia sigue siendo la primera causa de muerte por enfermedad en países desarrollados, algunos de los datos que da el Registro Nacional de Tumores Infantiles (RNTI) son esperanzadores: el índice de supervivencia llega al 100% en algunos tumores como retinoblastomas y linfomas de Hodgkin; al 90% carcinomas y Leucemia Linfoblástica Aguda y al 80% Linfomas No Hodgkin.

nuevo medicamento para el melanoma metastásico

La Comisión Europea acaba de autorizar un fármaco, Vemurafenib, que aumenta casi el doble la supervivencia en personas que padecen melanoma metastásico. Aunque la mayoría de casos se detecta de manera precoz y se cura sin problema, este tipo de cáncer, altamente invasivo y con una gran capacidad de generar metástasis, es el causante de más de 700 muertes anuales. Según un estudio recién publicado en The New England Journal of Medicine, tras un seguimiento de 13 meses, en un 53% de los pacientes se observaba una reducción de más del 30% del tumor. Tan sólo un 14% de los pacientes con melanoma metastásico no tuvo respuesta al tratamiento y recayó.

twit-adictos

Biz Stone, cofundador y director creativo de Twitter, ha asegurado que es "poco saludable" pasar demasiadas horas usando la red social. No obstante, y a pesar de sus recomendaciones, según

un estudio realizado por la Booth School of Business de la Universidad de Chicago, Twitter y Facebook, crean más adicción en los usuarios que el alcohol o el tabaco.

Stone aconseja a sus usuarios (más de 500 millones) que utilicen la red social sólo para buscar la información que quieran, pero que una vez que hayan dado con ella, no permanezcan en la página: "Creo que es un compromiso más saludable, aunque obviamente nos gusta que los usuarios visiten con frecuencia nuestra web", agregó.



a mayor inteligencia emocional, mejor actitud ante el estrés laboral

Según un estudio de la Universidad de Jaén, las personas que mejor se enfrentan a las situaciones de estrés laboral manejándolas para que no afecten a la vida diaria, son aquellas personas con mayor inteligencia emocional. Los resultados del estudio demuestran que "hay personas más inteligentes emocionalmente, que son capaces de regular las emociones, tanto las propias como las de los demás, y que ésto les permite afrontar mejor el estrés y las dificultades", ha precisado López Zafra, profesora que ha dirigido el estudio.

hospital san juan de dios 2.0

En el camino a la renovación, el nuevo Hospital San Juan de Dios de León apuesta por las nuevas tecnologías. En ese sentido, ha renovado su página web www.hospitalsanjuandedios.es, creando una página sencilla y accesible, donde dar cabida a todo lo que ocurre en el Hospital y donde el usuario conozca cómo es y cómo funciona el Centro.

libro

esta noche dime que me quieres
federico moccia

Cada vez que conoces a alguien tu vida cambia 'Esta noche dime que me quieres' es una novela de amor en la que se cuentan distintas historias de parejas que, de una manera u otra, van pivotando alrededor de la historia principal. Historias de amor que empiezan, historias que permanecen largos años encerradas en el recuerdo, historias que terminan o historias que nunca llegaron a ser.

Las novelas de Moccia tienen el acierto de reflejar la manera de vivir, sentir y amar de un público sobre todo joven y urbano; saben conectar con el corazón de sus lectoras y lectores y mostrar, con indudable acierto, la compleja realidad social de nuestro tiempo. Sus personajes son vivos, creíbles, cercanos. Sus escenarios, reales y muy descriptivos.



libro

75 consejos para sobrevivir en el colegio
maría frisa

Sara empieza 6º de Primaria con todas las expectativas puestas en su nuevo curso, pero las cosas no le van a salir como ella esperaba. Primero, cae en la trampa de su madre de cortarse el pelo y tiene que soportar las burlas de la chica más popular del colegio. Además, cuando por fin consigue echarse novio, descubre que él no merece tanto la pena como creía en un primer momento. Su mejor amiga se pone celosa, sus padres la castigan...

María Frisa nació en Barcelona pero está muy vinculada a Zaragoza, donde reside. Es autora de ocho novelas, y de numerosos relatos cortos galardonados con más de ochenta premios literarios a nivel internacional. Destacan entre ellos el Premio Isabel de Portugal que recibió en 2007 por su libro de relatos 'Uno mismo y lo inesperado'.



libro

una forma de vida
amélie nothomb

Todo empieza cuando una novelista llamada Amélie Nothomb recibe una carta de uno de sus lectores. Se trata de un soldado norteamericano, Melvin Mapple, que le escribe desde el frente. En Irak, Mapple contrae una enfermedad, común entre los soldados. Y es la existencia de este padecimiento lo que deja al lector en estado de shock, lo hechiza y lo sume en un relato alucinante en el que, como en otras novelas de Nothomb, el protagonista absoluto es el cuerpo.

Amélie Nothomb aunque nace en Japón, proviene de una antigua familia de Bruselas, donde reside actualmente. Desde su primera novela, 'Higiene del asesino' se ha convertido en una de las autoras y con mayor proyección internacional. Esta escritora fue elegida, en una encuesta realizada por Le Figaro a 35 críticos literarios, como su escritor favorito de edad inferior a 40 años. En 2006 se le otorgó el Premio Cultural Leteo en León por el conjunto de su obra.



cine

la montaña rusa
emilio martínez-lázaro

El 16 de marzo se estrena en las pantallas 'La Montaña Rusa', una comedia romántica de Emilio Martínez Lázaro, sobre el sexo, el amor y sus muchas y complicadas combinaciones.

Tres amigos de la infancia que vuelven a encontrarse muchos años después: una mujer, Verónica Sánchez, y dos hombres, Alberto San Juan y Ernesto Alterio. Un triángulo: en un vértice, el sexo; en otro, el amor; y en medio... nuestra protagonista hecha un lío.



cine

intocable

eric toledano y olivier nakache

En marzo llega a los cines 'Intocable', la última gran comedia del cine francés.

Tras un accidente de parapente, Philippe, un rico aristócrata, contrata a Driss como asistente y cuidador, un joven procedente de un barrio de viviendas públicas que ha salido recientemente de prisión... En otras palabras, la persona menos indicada para el trabajo.

Juntos, van a mezclar a Vivaldi y 'Earth, Wind & Fire,' la dicción elegante y la jerga callejera, los trajes y los pantalones de chándal...

Dos mundos van a chocar y van a tener que entenderse mutuamente para dar lugar a una amistad tan demencial, cómica y sólida como inesperada, una relación singular que genera energía y los hace... ¡intocables!



cine

la fría luz del día
mabrouk el mechri

El 4 de abril se estrena en los cines la última película de acción protagonizada por el actor Bruce Willis.

Will Shaw (Henry Cavill) es un joven norteamericano cuya familia es secuestrada cuando se encuentran en plenas vacaciones por España. Shaw dispone de pocas horas para encontrarlos, poner al descubierto una conspiración del gobierno y además encontrar la conexión existente entre la desaparición de su familia y los secretos de su padre. Completa el reparto la veterana Sigourney Weaver.



dvd/blu-ray

amanecer

bill condon

La esperadísima cuarta entrega (a la venta el 9 de marzo) de La Saga Crepúsculo: 'Amanecer (Parte I)', arroja luz sobre los secretos y misterios de este fascinante romance épico que ha cautivado a millones de personas.

En esta entrega, Bella (Kristen Stewart) y Edward (Robert Pattinson), junto con sus seres queridos, tendrán que hacer frente a la cadena de acontecimientos ocasionados por sus elaborados esponsales, su romántica luna de miel y el tumultuoso nacimiento de su primera hija... que trae consigo una imprevista y sorprendente consecuencia para Jacob Black (Taylor Lautner).



dvd/blu-ray

los 3 mosqueteros

alejandro dumas

El 27 de marzo sale a la venta en DVD y Blu-ray 'Los Tres Mosqueteros en 3D', basada en la clásica novela de Alejandro Dumas. Llega la aventura de acción concebida y rodada con la tecnología 3D más avanzada.

Son conocidos como Athos, Porthos y Aramis, tres guerreros de élite que sirven al rey de Francia como sus mejores mosqueteros. Tras descubrir una malévola conspiración para derrocar al rey, los mosqueteros se cruzan con un joven que aspira a convertirse en héroe, D'Artagnan, y lo toman bajo su tutela. Juntos, los cuatro, emprenden una peligrosa misión para frustrar el complot que amenaza no solo a la Corona de Francia, sino al futuro de la propia Europa.

'Los Tres Mosqueteros' está protagonizada por Milla Jovovich, Orlando Bloom y Christoph Waltz, entre otros.



dvd/blu-ray

el caso farewell

christian carion

Desde el 22 de febrero, está a la venta el DVD y Blu-ray la versión cinematográfica de uno de los casos de espionaje más importantes del s. XX: 'El Caso Farewell'. Un retrato humano y sorprendente de unos hechos que cambiaron el equilibrio del poder mundial que había reinado desde el final de la Segunda Guerra Mundial y que acabaría con la caída del Muro de Berlín en 1989.

'El Caso Farewell' es un thriller de espionaje inteligente y emocionante protagonizado de forma magistral por dos Guillaume Canet y Emir Kusturica. Completan el reparto Diane Kruger y el dos veces nominado al Oscar Willem Dafoe.

disco

vetusta morla

mapas

Ya está disponible 'Mapas', el nuevo álbum de Vetusta Morla. Se trata del segundo LP de la banda tras su debut, 'Un Día en el Mundo', uno de los discos con mejor acogida entre el público y la crítica del pop-rock independiente nacional en los últimos tiempos y por el que recibieron, entre otros galardones, tres Premios de la Música y cuatro Premios de la UFI.

Durante un año han estado produciendo la materia prima de la que han surgido las 12 canciones que conforman 'Mapas'. Han decidido grabar la mayor parte del disco tocando juntos, como si estuvieran en un concierto, yendo más allá en un camino que iniciaron con su debut. 'Mapas' constituye una bajada a la tierra, a la realidad y al presente. Mientras el primer álbum de vetusta morla se asentaba en movimientos e hipótesis, en la contemplación del pasado o en soñar un futuro, en esta ocasión se habla de objetos, de consecuencias, de líneas temporales que se congelan para dibujar mapas de lo que somos, trazos de nuestras conquistas y fracasos, colecciones de medallas y arañazos. 'Mapas' que nos ponen delante otro mapa sin leyenda con el que avanzar, construir, o, tan solo, entender el presente. Mapas en los que, de nuevo, se invita al que escucha a que diseñe su propio recorrido.



disco

la habitación roja

fue eléctrico

El grupo valenciano ha publicado su octavo disco oficial el pasado 20 de febrero. Su título: 'Fue eléctrico'. El quinteto ha condensado las mejores cualidades que poseen sus hits de siempre en las canciones que componen este trabajo: vibrantes, con gran tensión emocional y con estribillos que muy pronto serán memorables para cualquier fan del pop en castellano. En este disco, el grupo ha vuelto a dar un giro de sonido con respecto al anterior; si en 'Universal' había predominio de guitarras acústicas, aquí mandan las eléctricas: "Queríamos hacer un disco en el que cualquiera de las canciones sirviera para empezar un concierto".



disco

macaco

el murmullo del fuego

Macaco anuncia su nuevo y esperado álbum 'El murmullo del fuego', que se publicará el próximo 27 de marzo. Este nuevo álbum sonará en el Festival Rock In Rio de Madrid el 30 de junio de 2012. Es el sexto álbum grabado en estudio por la banda de Dani Macaco. 'El murmullo del fuego' es el álbum que sucede a 'Puerto Presente' y 'El Vecindario', con los que Macaco ha conseguido los mayores éxitos de su carrera. Con su última y extensísima gira, Macaco recorrió España, actuó en los festivales Rock In Rio en Madrid y Rock In Rio en Río de Janeiro (Brasil) ante 80.000 personas y llenó sus conciertos en Argentina. Su carrera comenzó en 1997 en las calles de Barcelona y ha merecido los mejores elogios de los medios internacionales, rendidos ante su manera de entender la música como ejercicio de imaginación, calidad, mestizaje, energía y universalidad.





RAPID RECOVERY



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

BIOMET
One Surgeon. One Patient.

destino fuerteventura islas canarias

Las kilométricas playas de arenas blancas con aguas transparentes, las más de tres mil horas de sol al año y los espacios naturales protegidos, hacen de Fuerteventura el destino ideal para los amantes del buen tiempo, el deporte y el descanso.

Por sus condiciones climatológicas y topográficas, Fuerteventura es el mejor destino para deportes como el winsurf, surf, kitesurf, pesca de altura, buceo, vela y bicicleta.

Es junto con Lanzarote, la isla más árida del archipiélago canario. Su capital es Puerto del Rosario. El islote de Lobos, con 5 km² está incorporado al municipio de La Oliva.

curiosidades

- La lucha canaria se caracteriza por su habilidad y nobleza, teniendo como principio básico el desequilibrio del contrario hasta hacerle tocar el suelo con cualquier parte del cuerpo excepto la planta del pie.
- En Fuerteventura se encuentran las rocas más antiguas de Canarias, con una edad de millones de años, cuando las Islas ni siquiera habían iniciado su proceso de formación.
- En la playa de Cofete está la casa de los Winter, edificación inquietante y protagonista de una leyenda que la sitúa como pieza en el régimen de Hitler, como punto de vigilancia y abastecimiento.

nuestro consejo

Lo ideal es alquilar un coche para poder llegar sin problema a las 12 playas y a los inéditos rincones que forman parte de la isla.





prevención y detección precoz del cáncer de cuello de útero

¿Qué es el cáncer de cuello de útero?

Es un tipo de cáncer que se inicia en el cuello del útero, es decir, en la abertura de la matriz. Las células del cuello uterino empiezan a multiplicarse de manera anormal y a veces, si no se tratan, se convierten en un cáncer. Estas alteraciones iniciales se llaman lesiones precancerosas o pre malignas y pueden desaparecer espontáneamente sin causar problemas.

¿Cuál es la causa del cáncer de cuello de útero?

Está causado por la infección de un virus llamado papilomavirus humano o VPH. La mayoría de las veces, la infección por el VPH desaparece sin tratamiento; sin embargo, a veces, el VPH permanece en las células durante años y, en algunas mujeres, puede llegar a producir cáncer de cuello de útero.

¿Se puede prevenir el cáncer de cuello de útero?

Sí. La medida más eficaz hasta la actualidad es hacerse las pruebas para la detección precoz del cáncer de cuello de útero. Con la vacunación frente

al VPH, el uso de preservativo y el hecho de no fumar también se favorece la prevención de este cáncer.

¿Qué es una prueba de detección precoz?

Una prueba de detección o cribado es un test que se realiza en personas sanas y sin síntomas con el fin de identificar a las que tienen mayores probabilidades de contraer una enfermedad en particular. Una prueba de detección de cáncer de cuello de útero puede determinar si un cuello uterino es normal o no. Puede detectar signos de lesiones precancerosas antes de que una mujer tenga síntomas, cuando el tratamiento puede prevenir el desarrollo de cáncer.

¿Quién debe someterse a las pruebas de detección precoz?

Mujeres entre 20 y 65 años. La prueba más frecuente de cribado es el Papanicolaou. El médico realiza una exploración ginecológica para visualizar en cuello uterino, recoger una muestra de células y enviarla al laboratorio para su examen. Si la prueba es negativa, quiere decir que la persona no presenta alteraciones que puedan convertirse en un cáncer de cuello de útero. En una prueba positiva, la persona presenta un tumor pre maligno (pre cáncer).

¿Quién corre riesgo de padecer un cáncer de cuello uterino?

Todas las mujeres que han tenido relaciones sexuales corren potencialmente el riesgo, ya que pueden haber contraído una infección por el VPH y mujeres con edad comprendida entre 40 y 60 años.

¿Cuáles son los signos de este cáncer?

Generalmente carece de signos, por eso son tan importantes las pruebas de detección precoz. Los signos de cáncer son: hemorragia genital mínima, hemorragia después del coito, entre menstruaciones o después de la menopausia y una secreción fétida que no desaparece incluso con tratamiento.

¿Puede tratarse y curarse?

Por lo general, se puede tratar con éxito si se descubre pronto y se puede curar si no se ha diseminado fuera del cuello uterino. Cuanto antes se descubra el cáncer, mayores son las probabilidades de curación.

¿Cómo se cura?

Hay dos maneras principales de tratar y curar el cáncer de cuello uterino: mediante una operación que lo extirpe quirúrgicamente o mediante radioterapia que destruya las células cancerosas. A veces se utilizan ambos métodos.

detección precoz del cáncer de mama

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es la neoplasia más frecuente en la mujer y uno de los problemas de salud más importantes, tanto por la frecuencia como por la mortalidad que origina.

Los factores asociados a una mayor incidencia de cáncer de mama están relacionados fundamentalmente con el sexo femenino, la edad y los antecedentes familiares.

En Castilla y León se realiza desde 1996 un registro de cánceres ginecológicos y de mama y cuenta con un programa de detección precoz. En nuestra comunidad los tumores malignos de mama constituyen la segunda causa de muerte.

¿Quién corre riesgo de padecer un cáncer de mama?

La población diana se define por mujeres con criterios de edad comprendida entre 45 y 69 años, y fuera de este rango con antecedentes familiares de cáncer de mama.

La prueba de cribado es la mamografía que consiste en una exploración diagnóstica de imagen por rayos X de la glándula mamaria mediante un aparato denominado mamógrafo. Esta prueba se complementa con la exploración clínica de las mamas por el médico de atención primaria, siendo también muy recomendable la autoexploración.

Lectura e informe de las mamografías

El informe de las mamografías lo realizan radiólogos con acreditada experiencia cumpliendo los criterios de calidad.

Cuando el resultado de la mamografía sea de cribado negativo y no requiera continuar estudio, se remite comunicación a la mujer y a su médico. Si hay sospecha de patología se procede a tramitar su derivación a consulta especializada.

Ginecología
Hospital San Juan de Dios
Dra. Sonia Gutiérrez García

dlv laCentral
comunicación

902 366 569
www.dlv-lacentral.com



**Dra. Dolores
González García**
digestivo

la especialidad

La Gastroenterología y Hepatología es la rama de la medicina que se ocupa del estudio y tratamiento de las enfermedades del aparato digestivo. Esto incluye los distintos tramos del tubo digestivo, además de varios órganos íntimamente relacionados, como son el hígado, vesícula, vías biliares y páncreas.

la especialista

Cursó sus estudios de Medicina en la Universidad de Salamanca.

Obtuvo el título de Especialista en Gastroenterología y Hepatología en el Hospital La Paz, de Madrid.

Desde hace 19 años ejerce dicha especialidad en el Hospital San Juan de Dios de León.

Cuenta en su haber con más de 14000 exploraciones endoscópicas, no sólo gastroscopias y colonoscopias diagnósticas, sino muchas de ellas terapéuticas: Polipectomías, extracción de cuerpos extraños, tratamiento de lesiones sangrantes, esclerosis de varices esofágicas...

la técnica

La palabra "endoscopia" deriva del griego y significa literalmente "mirar dentro". Por tanto, la endoscopia digestiva es el procedimiento que nos permite observar el interior del tubo digestivo a través de sus orificios naturales. En sus orígenes su utilidad era únicamente diagnóstica pero en la actualidad permite aplicar también numerosas opciones terapéuticas. Además, la introducción del videoendoscopio ha revolucionado la docencia en este campo.

la entrevista

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

Empecé a trabajar en el Hospital San Juan de Dios el 12 de abril de 1993.

¿Balance?

El balance de estos años es para mí totalmente satisfactorio, hasta el punto de que en ningún momento me he planteado cambiar de centro de trabajo. Aquí he satisfecho plenamente mis objetivos profesionales al mismo tiempo que he encontrado un ambiente laboral cálido y cordial. Por otra parte, he podido continuar mi formación mediante la asistencia a cursos y congresos, así como mediante la realización de sesiones clínicas con mis compañeros de otras especialidades.

¿Nos puede hablar del perfil de sus pacientes?

No existe un perfil concreto de paciente al que atiendo, ya que recibimos enfermos derivados desde el Hospital de León, muchos de ellos de edad avanzada, pero también tratamos pacientes más jóvenes, particularmente en Consultas Externas.

Patología más común dentro de la especialidad.

Dentro de mi especialidad existen múltiples patologías que se tratan en este centro: Enfermedades del tubo digestivo de cualquier etiología, hepatitis, pancreatitis...

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

Considero además muy importante el papel que la colonoscopia puede desempeñar en la prevención del cáncer de colon en pacientes con antecedentes familiares de dicha patología, así como en la población mayor de 50 años, máxime cuando nos encontramos en un área geográfica con alta incidencia de este tipo de tumor.

endoscopia digestiva alta

Permite la exploración visual directa del esófago, estómago y parte del duodeno, identificando lesiones y tomando muestras para su análisis posterior (biopsias, citología, microbiología), así como la valoración pronóstica de las lesiones sangrantes y aplicación de diversos procedimientos terapéuticos (esclerosis, polipectomía, ligadura de varices esofágicas...).

La técnica se realiza con el paciente en decúbito lateral izquierdo. Previamente se le ha informado de por qué se le indica la exploración así como de los posibles riesgos tanto generales como personalizados, y se le solicita el consentimiento firmado.

La única preparación que se requiere es un ayuno de 7-8 horas (salvo, evidentemente, en situaciones de urgencia). En pacientes con tratamiento anticoagulante y/o antiagregante, éste debe suspenderse unos días antes y, en su caso, sustituirse por heparina subcutánea. Pacientes con prótesis valvular cardíaca, determinadas cardiopatías o antecedentes de endocarditis, deberán recibir profilaxis antibiótica 1 hora antes del procedimiento.

Dada la corta duración del mismo (unos 5 minutos) la gran mayoría de los pacientes lo toleran perfectamente con anestesia tópica faríngea que disminuye el reflejo nauseoso y las molestias faríngeas. En contadas ocasiones deberá aplicarse sedación por vía sistémica.

Las principales indicaciones de la gastroscopia son: Dolor persistente en epigastrio, vómitos de repetición, pérdida de peso inexplicada, disfagia progresiva, anemia ferropénica, palpación de masa epigástrica o signos de hemorragia digestiva alta. También es muy útil en el control evolutivo de ciertas patologías como el Esófago de Barrett, varices esofágicas o gastritis crónica atrófica. Con respecto a las aplicaciones terapéuticas, permite hacer tratamiento hemostático de lesiones sangrantes, extirpación de pólipos, extracción de cuerpos extraños...

La única contraindicación absoluta es la existencia de una perforación en el tracto digestivo. Pacientes con insuficiencia respiratoria o cardíaca severas deben ser monitorizados y en ellos se deben extremar las precauciones.

Realizada por un explorador experto y cuando la indicación es adecuada, la gastroscopia es una técnica segura. No obstante pueden surgir complicaciones en uno de cada mil casos siendo las más frecuentes el compromiso hemodinámico, depresión respiratoria, broncoaspiración, infección o perforación.

Una vez terminada la exploración se sigue escrupulosamente el protocolo de limpieza y desinfección del material utilizado.

colonoscopia

La exploración endoscópica del colon y, en ocasiones, el íleon terminal, representa la mejor técnica actual para el diagnóstico y seguimiento de las enfermedades colónicas, prevención del cáncer de colon y tratamiento de un variado número de lesiones. Sus indicaciones incluyen cambios en el ritmo habitual de las deposiciones, diarrea crónica, aparición de sangre en las heces, anemia ferropénica, determinación positiva de sangre oculta en heces, dolor abdominal persistente acompañado de otros síntomas de alarma como pérdida de peso, antecedentes familiares de cáncer de colon o pólipos...

Además permite realizar numerosas intervenciones terapéuticas: Hemostasia de lesiones sangrantes, resección de pólipos, extracción de cuerpos extraños, descompresión de megacolon tóxico o de vólvulos de colon...

La preparación es más laboriosa que para la gastroscopia y consiste en una dieta sin fibra ni residuos, así como abundantes líquidos en los 2 días previos a la prueba, y la ingesta de una solución oral que produzca un arrastre mecánico del contenido intestinal.

Se realizará profilaxis antibiótica en las mismas circunstancias que para la endoscopia alta y se ajustará igualmente el tratamiento anticoagulante y/o antiagregante.

Dado que la colonoscopia es una exploración a menudo larga y molesta, en la actualidad, salvo que el paciente desee lo contrario, se realiza bajo sedación.

Se consideran contraindicaciones la perforación de víscera hueca, la inestabilidad hemodinámica, la existencia de peritonitis, la cirugía o el infarto agudo de miocardio recientes y los trastornos severos de la coagulación.

En cuanto a las complicaciones de la colonoscopia son raras (0,3%) pero potencialmente graves, especialmente la hemorragia y la perforación, y se incrementan hasta el 2,3 % si se realiza polipectomía.



fibrobroncoscopia

¿Qué es y para qué se utiliza?

La broncoscopia flexible o fibrobroncoscopia es una técnica endoscópica que emplea un sistema óptico para la inspección del interior de la vía aérea superior e inferior (laringe, tráquea, bronquios principales hasta bronquios subsegmentarios) sin la necesidad de intubación o anestesia general del paciente, utilizando un fibrobroncoscopio (o broncoscopio flexible).

Es la técnica endoscópica fundamental en el diagnóstico rutinaria de las enfermedades respiratorias.

El fibrobroncoscopio

Instrumento que consta de dos partes:

cuerpo

Parte central donde se ubican la palanca de control de la punta, el ocular, el conducto de trabajo y la conexión de la aspiración.

tallo

Es flexible, tiene forma tubular de unos 2 mm de diámetro y es de longitud variable. En su interior está el canal de trabajo y los haces transmisores de luz y de imágenes (fibra óptica) que transmiten las imágenes desde la punta del broncoscopio a la zona del ocular.



indicaciones

- Sospechas de: neoplasia pulmonar, neoplasia, cuerpo extraño, fístula traqueoesofágica o broncopleural.
- Enfermedad pulmonar difusa.
- Infección pulmonar no aclarada.
- Hemoptisis.
- Imagen radiológica pulmonar, mediastínica o pleural.
- Tos de origen no aclarado o cambio de sus características habituales.
- Estridor inspiratorio.
- Parálisis de cuerda vocal.
- Quemaduras del árbol traqueobronquial.
- Diagnóstico de extensión del carcinoma esofágico.
- Aspiración de tapones de moco.
- Hemoptisis.
- Extracción de cuerpos extraños.
- Tratamiento local de neoplasias: braquiterapia, láser, terapia fotodinámica, electrocauterización y crioterapia.

complicaciones

Las complicaciones son raras, y de presentarse no suelen ser importantes. Algunas son:

- Hemorragia nasal.
- Lesión en una cuerda vocal.
- Hemorragia en la zona de la biopsia.
- Alteración del ritmo cardíaco.
- Insuficiencia respiratoria.
- Neumotórax.

técnica

Para la realización de esta técnica es preciso que el paciente esté en ayunas entre 6-8 horas y que colabore. Se suele realizar con anestesia local, aunque en ocasiones se realiza con sedación o anestesia general. Se inicia la prueba introduciendo el fibrobroncoscopio por vía nasal, previa anestesia tópica, salvo que el paciente tenga alteraciones anatómicas nasales que no lo permitan y en tal caso se entrará por vía bucal. Tras llegar a las cuerdas vocales se atraviesan las mismas entrando en la tráquea, y se inspeccionan los árboles bronquiales derecho e izquierdo. Una vez finalizada la prueba el paciente debe permanecer en dieta absoluta 2 horas.

**Médico Especialista
en Neumología**
Hospital San Juan de Dios
Dra. Virginia Serrano Gutiérrez

la dietoterapia orientada al confort del paciente

Existe una relación directa entre una buena alimentación y el estado de salud. La forma en la que nos alimentamos influye directamente en nuestra calidad de vida.

Sin duda esta realidad cobra una mayor dimensión durante una estancia hospitalaria. Mantener una correcta alimentación tiene efectos muy positivos en la recuperación del paciente, haciéndola más rápida y efectiva. Los aspectos nutricionales cobran cada vez más importancia en el tratamiento integral de los pacientes durante el ingreso hospitalario; una correcta prescripción dietética contribuye a una mejor evolución del paciente.

La Restauración Hospitalaria ha de participar de manera directa en ofrecer la mejor atención terapéutica, el mejor servicio a los pacientes y así como en mejorar su calidad de vida durante la estancia en el hospital.

No debemos olvidar el componente "emocional" que posee la comida. Los alimentos que ingerimos influyen directamente en el estado de ánimo y viceversa.

Durante el ingreso hospitalario el paciente se ve rodeado de situaciones ajenas a su cotidianeidad; intervenciones quirúrgicas, controles médicos, etc... Uno de los pocos momentos comunes a su día a día fuera del hospital es el acto de comer. El servicio de Restauración se convierte así uno de los aspectos asistenciales en el que más atención presta el paciente llevándolo a una mayor predisposición a juzgar y evaluar este servicio.

Esta situación se ve intensificada en el caso de pacientes sometidos a alguna dieta terapéutica que limita o modifica aún más su forma habitual de alimentación.

El servicio de restauración hospitalaria debe tener en cuenta ambos aspectos, el terapéutico y el afectivo, sabiendo que si bien el primero es fundamental para la correcta recuperación del paciente, es el segundo el que resulta emocionalmente más relevante para el mismo. En este sentido es esencial que la alimentación contemple la satisfacción de las necesidades terapéuticas y las expectativas gastronómicas y asistenciales de cada paciente a través de una dieta individualizada.

En esta tarea es primordial la participación de profesionales expertos en dietética y alimentación hospitalaria que sean capaces de conjugar estos dos aspectos e integrarlos en la dinámica socio-sanitaria del Hospital.

Como ya dijo Hipócrates 400 años A.C.
"Deja que la comida sea tu medicina".

**Coordinadora Servicio de
Nutrición y Dietética de Medirest**
Beatriz de Diego Blanco





orden hospitalaria san juan de dios

obra social de los hermanos de san juan de dios: tu obra

Ya son 500 los años que tiene la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios. 500 años en los que nunca ha dado la espalda al sufrimiento y que junto a vosotros, profesionales, voluntarios y donantes, lleva a cabo acciones con las que quiere generar un desarrollo social más justo y responsable.

Y todas ellas a través de la Obra Social con la que se intervienen en aquellos colectivos que precisan nuestra ayuda a través de diversos programas socios sanitarios.

**“Dar aquí o dar allá.
Todo es ganar”
(San Juan de Dios)**

Una Obra Social que también tiene 500 años y que inició nuestro fundador, San Juan de Dios, que comenzó su camino de la mano de la limosna. Y no solo en Granada, donde comenzó, también en tierras castellanas pedía para su Hospital de Granada, pero era tan grande su generosidad que antes de llegar de nuevo a su hospital ya lo había repartido todo. Y de ahí su frase, “Dar aquí o dar allá. Todo es ganar”.

Y esta misma línea es la que siguieron los primeros hospitalarios como Antón Martín, Pedro Velasco o Simón de Ávila. De hecho seguro que actualmente en vuestro centro de trabajo contáis con algún Hermano que ha colaborado de esta manera para ayudar a aquellos que mas lo han necesitado. Es más, hasta hace no muchos años, la mayoría de nuestros centros se han sostenido gracias a la limosna.

más allá de la limosna

La limosna ha existido siempre en la Orden y se ha destinado al cuidado de los enfermos y al mantenimiento de los Centros. Pero la misión de la Orden es la **asistencia a los necesitados** prescindiendo de donde provengan los recursos.

Hoy en día la actividad de la Obra Social está respaldada por la iniciativa pública y privada a través de donaciones. Nuestra labor, sin ánimo de lucro, se sostiene gracias a la colaboración de personas anónimas y administraciones públicas que invierten en la creación de un mundo más justo para todos con la seguridad de saber que la gestión de su ayuda está en buenas manos.

programas de atención

Haz de nuestra Obra Social **tu Obra Social** a través de los programas de atención socio sanitarios con los que mejoramos nuestra sociedad y nuestra misión. En ellos subyace un tratamiento humano y personalizado que identifica a nuestra Institución. Actualmente hay 4 programas:

atención a la infancia

La tradición de una atención hospitalaria profesional a la infancia ha hecho que los centros de los Hermanos de San Juan de Dios sean un punto de referencia en la sanidad infantil.

Actualmente la Orden tiene varios programas de atención a aquellos menores, derivados por ONG's, familias inmigrantes o colectivos desarraigados, que no pueden acceder a los servicios sanitarios por otras vías.

atención a personas sin hogar

Es uno de los sectores más desfavorecidos de nuestra sociedad. La Obra Social les presta una atención integral con el fin de mejorar su calidad de vida a través de diferentes programas de intervención:

- Inserción laboral.
- Orientación y mejora de calidad de vida.
- Integración social.
- Atención social a extranjeros.

atención a personas con discapacidad física e intelectual

El objetivo es potenciar el desarrollo personal de las personas con discapacidad física, psíquica y sensorial, incrementando su calidad de vida y su dignidad como personas, para conseguir la integración en el medio socio familiar y laboral.

cooperación internacional

La Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios no entiende de fronteras ni de razas así que con la colaboración de Instituciones Privadas, Administraciones Públicas y Benefactores, lleva a África, Asia y América Latina equipamiento hospitalario y atención médica contribuyendo a que consigan un desarrollo digno. La construcción de hospitales, formación de personal, suministro y atención médica son algunos de los proyectos actuales en colaboración con la ONGD Juan Ciudad.

¿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 ☐

Líder Mundial en Restauración y Support Services

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

Ofrecemos soluciones a medida. Añadimos valor a su negocio.

“Vocación al cliente y espíritu de innovación”



MEDIREST

Cuidar, Disfrutar, Innovar.

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



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



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

el voluntariado en san juan de dios: básico en la institución

El Voluntariado es una energía solidaria más, protagonizada por todas aquellas personas que, de un modo libre, gratuito, organizado y estable, ofrecen parte de su tiempo en favor de personas necesitadas y/o enfermas. Se ha convertido en un fenómeno cada vez más arraigado en el tejido de la sociedad actual y es una respuesta solidaria, cercana y dinámica, consecuencia de la pobreza, exclusión y deshumanización y que intenta transformar esa realidad.

Para promoverlo y darle un marco jurídico adecuado, en 1989 se creó la Asociación de Voluntarios de San Juan de Dios, de ámbito estatal, impulsada por la Orden Hospitalaria e inspirada en los principios de voluntariedad, gratuidad, solidaridad, complementariedad asistencial y promoción de nuevos servicios sociales.

En 2003 pasa a llamarse Voluntariado San Juan de Dios, integrado en la fundación Juan Ciudad. Es una organización de carácter civil, adecuando su actuación al ideario de la Orden, en su atención al hombre que sufre, desde el concepto integral y unitario del mismo en sus necesidades físicas, psicológicas, sociales y espirituales.

Durante más de cuatro siglos la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios ha contado con la colaboración de voluntarios que han ayudado en la acción de los Hermanos a favor de las personas enfermas y necesitadas.

finés

- La promoción y la prevención de la salud.
- La mejora de la asistencia y calidad de vida de enfermos, asistidos, necesitados y familiares.

objetivos

- Promover y defender los derechos y obligaciones de los enfermos y necesitados.
- Detectar las nuevas necesidades individuales y sociales.
- Facilitar a sus componentes los medios necesarios para impulsar y formar los voluntarios, así como para propiciar la organización y coordinación de los mismos.
- Intercambiar experiencias y colaborar con otras asociaciones de voluntarios o con otras instituciones en el desarrollo de programas de solidaridad y bienestar.
- Promover y difundir la filosofía del voluntariado para el fortalecimiento del tejido social y la promoción de valores sociales y humanos.

Actualmente, el Voluntariado de San Juan de Dios desarrolla sus actividades en los campos sanitario, social y de cooperación con los países en vías de desarrollo.

Para más información: csjdva.voluntariado@hsjd.es



cooperación para el desarrollo humano sostenible

La Fundación Juan Ciudad para el cumplimiento de sus fines en el extranjero, constituye el 1 de noviembre de 1991, Juan Ciudad ONGD, una organización para el desarrollo humano sostenible y la cooperación internacional, que actúa en los centros de la Orden Hospitalaria, en África y América Latina, con especial atención a los países empobrecidos o más desfavorecidos, con proyectos de emergencia, rehabilitación y desarrollo, canalizando recursos humanos, técnicos y económicos, y productos en especie, obtenidos mediante subvención de organismos públicos y entidades privadas.





Desde el año 2008, con el inicio de las obras de ampliación y reforma del Hospital San Juan de Dios de León, todos y cada uno de los trabajadores del Centro trabajan en conseguir mejores resultados en la gestión y se esfuerzan en todas y cada una de las Unidades y Servicios para mejorar la calidad asistencial, la imagen y el prestigio del Hospital.

Conscientes de que para alcanzar este objetivo es necesario atraer, motivar, retener y lograr el mayor rendimiento de todos los trabajadores, el Hospital San Juan de Dios se ha implicado en generar una nueva cultura de trabajo, que permita una eficaz armonía entre la esfera laboral, personal y familiar, tal y como demanda la sociedad actual, comprometiéndose a convertir el Hospital en una empresa familiarmente responsable. Esta nueva cultura de trabajo se ha traducido en un **Catálogo de Medidas para la Conciliación de la Vida Personal y Laboral**, que mejora la calidad de vida de los empleados del Hospital y que incluye un conjunto de cuarenta y tres medidas y políticas conciliadoras que se resumen en 6 epígrafes principales:

liderazgo y estilo de dirección

La Dirección del Hospital actúa como impulsor y facilitador del modelo E.F.R., preocupándose por la formación en la gestión de personas, con el fin de corregir y eliminar los elementos que actúan como freno. El Hospital San Juan de Dios apuesta por la formación y la comunicación como garantes del modelo de gestión de personas, así como el establecimiento de objetivos y la evaluación de los mismos.

calidad en el empleo

En este epígrafe se recogen todas aquellas políticas y medidas concebidas para mejorar la calidad laboral, entre las que se incluyen:

- Estabilidad.
- Salud y bienestar psicológico y físico.
- Compensación. Beneficios sociales.
- Aspectos culturales. Actividades deportivas y de ocio.

flexibilidad temporal

Bajo este epígrafe se recogen todas aquellas políticas y medidas que buscan mejorar la flexibilidad espacio-temporal:

- Flexibilidad en jornada (entrada y salida).
- Distribuciones no lineales de jornada. Cómputo Anual.

apoyo a la familia

Aquí se recogen todas aquellas políticas y medidas que buscan el equilibrio entre trabajo y familia:

- Permisos y licencias.
- Reducciones de jornadas.
- Ayudas económicas para el apoyo en educación de hijos o familiares.

desarrollo profesional

Bajo este epígrafe se recogen todas aquellas políticas y medidas diseñadas para favorecer y apoyar la integración e igualdad de oportunidades de diversos colectivos coyunturalmente desfavorecidos:

- Formación continuada.
- Promoción interna.

igualdad de oportunidades

En este epígrafe se recogen todas aquellas políticas y medidas diseñadas para favorecer y apoyar la integración e igualdad de oportunidades de diversos colectivos coyunturalmente desfavorecidos:

- Discapacitados.
- Razón de sexo y/o género. Séniors.

De todas las medidas adoptadas por el Hospital, las más destacadas y valoradas por los trabajadores son:

- La estabilidad laboral que ofrece el Hospital frente a otras organizaciones del sector.
- Las políticas de apoyo a la familia: programas de asistencia sanitaria a domicilio para ascendientes y descendientes, exploraciones médicas de urgencia en nuestro centro, permisos retribuidos para el cuidado de familiares, ampliación de los permisos de maternidad...
- Flexibilidad horaria: distribución irregular de la jornada anual, flexibilidad en la entrada y salida, jornada continua en verano...

En este modelo es muy importante la implicación de todos y cada uno de los trabajadores. Es un modelo de proximidad entre las personas, en el que los mandos intermedios y la dirección, tienen la gestión de personas como una de las funciones fundamentales de su rol. Por ello, se ha creado una plataforma de formación que anualmente entrena a los líderes en comunicación, liderazgo, gestión de personas, evaluación del desempeño...

recursos humanos

Nuevo apartado de la Revista Salud 2000, que ayudará a conocer algunas de las medidas del Catálogo 2011 a través de la experiencia de los trabajadores del Hospital.

modificación turnos de trabajo

El Hospital realizará una convocatoria para crear un grupo de trabajo con el objeto de lograr nuevas propuestas en la configuración de turnos rotatorios.

semana de la familia

Con motivo de la festividad de San Juan de Dios, el Hospital ofertará actividades lúdicas para los hijos de los trabajadores y charlas informativas para promover hábitos saludables: alimentación saludable y los efectos de las drogas, para toda la ciudadanía de León y su provincia.

**nos comprometemos a escucharte.
ahora sólo depende de ti....**

efr

certificado efr

Recientemente, la Fundación Más Familia, ha concedido al Hospital San Juan de Dios de León la certificación Empresa Familiarmente Responsable (EFR), en reconocimiento al trabajo realizado por parte del hospital en su esfuerzo de conciliación de la vida familiar y laboral de los empleados.

El modelo de gestión EFR responde a una nueva cultura socio-laboral y empresarial basada en la flexibilidad, el respeto y el compromiso mutuos. El Hospital San Juan de Dios se toma muy en serio el proceso de transformación necesario para integrar esa nueva cultura que conlleva un cambio en la forma de afrontar la dirección y gestión de personas y de sus necesidades familiares.

Tanto es así, que se ha creado un grupo de trabajo: COMISIÓN EFR, formado por siete trabajadores, representantes de los distintos grupos profesionales y servicios del Hospital, que ayudan a la dirección a conocer mejor las necesidades de las personas que trabajan en el Hospital, que involucra e implica al personal, que informa y difunde las políticas efr y que asegura su cumplimiento.

nuestros próximos proyectos



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. Pedro Álvarez Sánchez

cardiología

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

cirugía general y laparoscopia

- Dr. Jorge A. Hernández Cortés
- Dra. Mercedes Álvarez Pérez

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

hematología

- Dr. José M. Vicente Vigil

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. Zsuzsanna Bela

oftalmología

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

otorrinolaringología

- Dr. Rafael Pérez González
- Dr. Gerardo Martín Sigüenza

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

traumatología y

cirugía artroscópica

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

urología y cirugía endoscópica

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

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
- Dra. Ana Cristina Martínez Tascón

+ info:

987 23 25 00

www.hospitalsanjuandedios.es



¡Nos gusta que estés bien!

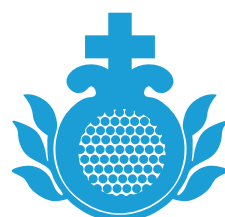
+ información

Hospital San Juan de Dios
Avenida San Ignacio de Loyola, 73
24010 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**