

salud

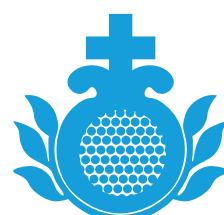
dosmil

hospital san juan de dios de león

diciembre 2012 | número 109



- **en persona** | óscar campillo
- **actualidad** | banca ética
- **el especialista** | maría jesús gómez mora
| pilar gayol barba



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

La medicina
a tu servicio

LA SEGURIDAD DE SENTIRSE
BIEN ATENDIDO



Aragón
Caser Residencial Ruiseñores (Zaragoza)

Cataluña
Caser Residencial Castell D'Oliana (Lleida)

Galicia
Caser Residencial A Zapateira (A coruña)

Madrid
Caser Residencial Arturo Soria
Caser Residencial Santa Hortensia

Murcia
Caser Residencial Alameda (Lorca)
Caser Residencial Santo Ángel (Murcia)

Castilla-León
Caser Residencial León

Extremadura
Caser Residencial Olivenza (Badajoz)

La Rioja
Caser Residencial Montesoria (Logroño)

País Vasco
Caser Residencial Artxanda (Bilbao)
Caser Residencial Alto del Prado (Vitoria)
Caser Residencial Anaka (Irún)
Caser Residencial Betharram (Hondarribia)

Caser Residencial León
C/ Burbia, 2
24191 San Andrés del Rabanedo (LEÓN)
Tel 987 87 56 08



902 300 390
www.caserresidencial.es



En este número entrevistamos a Óscar Campillo, Director del Diario Marca, el periódico deportivo con más tirada en España. Queríamos conocer el trabajo, la visión profesional y deportiva de este leonés de pro, como máximo responsable del medio escrito con más repercusión deportiva en el ámbito nacional. En su entrevista podemos leer cómo se pueden mezclar trabajo y pasión, periodismo y deporte, y analizar ambos sectores desde el nivel más alto de exigencia profesional.

También hemos contado con la participación de Joan Melé, vicepresidente de Triodos Bank, una de las organizaciones de referencia en nuestro país en lo concerniente a la banca ética. Con él tratamos de profundizar en una apuesta diferente dentro del sector financiero y analizamos si, según su criterio, invertir en proyectos sociales, medioambientales y culturales es rentable no sólo desde el punto de vista económico, sino también desde el punto de vista ético.

Os invitamos a conocer más de cerca nuestro Hospital y os presentamos a la Dra. Gayol y a la Dra. Gómez, del servicio de pediatría. Os informamos de una nueva terapia rehabilitadora, la tecarterapia, os contamos noticias de actualidad médica y nuestros especialistas

os dan unos consejos para seguir una dieta saludable, imprescindible en las fiestas navideñas.

También hemos querido contaros nuestros últimos proyectos de cooperación social e internacional que hemos llevado a cabo en el Hospital, en colaboración con algunos de nuestros proveedores, que poco a poco se van convirtiendo en nuestros mejores aliados.

A todos los que durante el año 2012 han participado y colaborado desinteresadamente en esta revista, os agradecemos vuestra inestimable ayuda y el esfuerzo que habéis aportado para que salga adelante.

Desde Salud Dos Mil queremos desear a todos nuestros pacientes, profesionales, voluntarios, lectores, clientes, proveedores y amigos, una Feliz Navidad. Esperamos que el año 2013 se presente plagado de éxitos, mejoras, prosperidad, seguridad, desarrollo y, sobre todo, felicidad, para todos vosotros.

Juan Francisco Seco Martín
director gerente

han colaborado
Juan Francisco Seco Martín
David Robla Costales
Rubén Álvarez García
Belén Fernández Castro
Lorena Suárez Sánchez
Lucas Rodríguez Milia
Manuel Meléndez Pérez
José Antonio Alcoba Pérez
Elena Valoria Escalona
Roberto Riera Hortelano
María Ledo Laso
Juan Antonio Diego Esquivias
Nieves Díaz Canedo
Soraya Campos Nicolás
div-laCentral | comunicación
diseña y edita
div-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





óscar campillo

director periódico marca

¿Qué significa para un leonés dirigir el periódico deportivo de mayor difusión en nuestro país?

Una gran responsabilidad, una oportunidad formidable y una inmensa fortuna.

Desde su incorporación a la dirección del Diario Marca, la línea editorial del periódico se ha moderado. ¿Buscan captar otro tipo de lector?

Es periodismo, contar las cosas que pasan. Marca presta especial atención al Real Madrid, club con el que históricamente simpatiza, pero no es antinada. Es el periódico más leído de España precisamente por su vocación universal, por nuestro empeño en ser el periódico deportivo de todos los deportes y de todas las aficiones.

Marca es el diario de mayor difusión en el país, no sólo en el sector deportivo, sino también contando con la prensa generalista. ¿Sucede esto en otros países? En su opinión, ¿esto debería ser así?

Es un fenómeno singular de España, probablemente consecuencia de nuestra historia reciente, pero también de la calidad del periódico, de la enorme fuerza del fútbol en nuestra nación y quizá también de los errores de otros medios.

Profesionalmente, ¿le quedan metas que cumplir?

Nunca me planteé una meta. No imaginé jamás que sería director de Marca. Cuando empecé como corresponsal del Diario de León en Astorga estaba allí para siempre, como después en la redacción de León de responsable de las páginas de Provincia como director de La Crónica de León. ¿Cómo iba a sospechar que me llamaría El Mundo para dirigir la edición de Castilla y León o Radio Televisión de Castilla y León para ser su primer director general? Imposible. No me queda ninguna meta a la que llegar, el trabajo de cada día es la meta.

El deporte, ¿es su trabajo o su pasión?

No entiendo el periodismo sin pasión. Así que es mi trabajo y es mi pasión. El periodismo es una profesión maravillosa si la sientes con pasión, como una vocación.

Radio, prensa... ¿en qué medio se siente mejor?

Prensa, sin ninguna duda.

trayectoria

Óscar Campillo Madrigal nació en La Mata del Río, en la provincia León, en 1961.

Licenciado en Ciencias de la Información por la Universidad Complutense de Madrid.

Sus primeras prácticas fueron en el periódico "Información" de Alicante

En 1984 comenzó a trabajar como corresponsal del "Diario de León" en Astorga y La Bañeza.

Un año después se hizo cargo de la sección de 'Provincia', en el mismo periódico.

En 1986 empezó a trabajar en 'La Crónica de León' como jefe de 'Comarcas'.

Posteriormente le nombraron redactor jefe.

Un año después, en 1987, se convirtió en director de 'La Crónica de León'.

Durante un año y medio, simultaneó la dirección de 'La Crónica de León' y del 'Diario 16' periódico de la provincia de Burgos.

Es director de 'El Mundo de Castilla y León' y 'El Mundo de Valladolid' desde septiembre de 1998.

Ha colaborado como columnista en el programa radiofónico de salud 'La Rebotica' de Punto Radio, que dirige y presenta Enrique Beotas.

En 2009 se incorpora como director general a Radio Televisión de Castilla y León.

Desde marzo de 2011 es el director del periódico Marca, sustituyendo a Eduardo Inda.



¿En el mundo del fútbol, se nota menos la crisis?

No. Los estadios españoles pierden espectadores y socios, también los dos grandes, aunque menos que el resto, y los clubes no dejan de entrar y salir del concurso de acreedores. Más de la mitad de los clubes de Primera y Segunda han pasado por ahí, están incursos o van a entrar en los próximos días o en las próximas semanas. La deuda del fútbol es monumental, vamos a ver si el plan del Consejo Superior de Deportes para corregir la situación da resultado, pero no pasará mucho tiempo antes de ver caer a algunos clubes.

¿Cómo ve el futuro de los medios escritos?

Difícil, muy complicado. Las raíces de los periódicos locales son más profundas que las de los nacionales y sus lazos emocionales con los lectores más fuertes, por eso no sufren el cataclismo que padecen los nacionales, aunque también pierden ejemplares. Unos y otros, generalistas y deportivos, tenemos que volver a los valores del periodismo. Entonces el futuro estará asegurado. En papel unos pocos y en edición digital la mayoría. Pero el periodismo de los periódicos es y seguirá siendo imprescindible, más todavía en un escenario de sobreabundancia de información como el que ya vivimos por la magia de internet y de las redes sociales.

¿Qué nos puede decir sobre la experiencia de escribir 2 libros sobre el ex-Presidente del Gobierno Zapatero?

Bueno, en realidad fue uno y una segunda edición. El primero llegaba hasta su victoria en el XXV Congreso Federal del PSOE y su nombramiento como secretario general en el año 2000.

La segunda edición prescindía de algunos capítulos de su trayectoria en el PSOE de León e incorporaba los cuatro años como jefe de la Oposición, su fulgurante triunfo en las primeras Elecciones Generales a las que se presentó y su proclamación como presidente del Gobierno. Fue una experiencia apasionante, un gran reportaje que escribí en apenas seis meses con la ayuda de muchas personas.

¿Tiene en mente escribir más libros?

No metas, recuerde. La meta es el camino. No esperaba escribir el libro y medio que publiqué y menos una biografía de José Luis Rodríguez Zapatero. Pero ganó la Secretaría Federal del PSOE cuando nadie le esperaba y la directora de la entonces recién fundada editorial La Esfera de los Libros, del mismo grupo que El Mundo, le preguntó al director del periódico, Pedro J. Ramírez, quién conocía al nuevo dirigente socialista. Allí estaba yo.

Una pregunta absolutamente obligada: ¿Barça o Madrid?

Ponferradina, Cultural, Astorga, Athletic de Bilbao...

¿León o Madrid?

León.

trofeos marca

- **Trofeo Pichichi** al máximo goleador de la liga de cada temporada.
- **Trofeo Zamora** al portero menos goleado de la liga de cada temporada.
- **Trofeo Zarra** al máximo goleador español de la liga de cada temporada.
- **Trofeo Guruceta** al mejor árbitro de la liga de cada temporada, según las valoraciones de los corresponsales de Marca.
- **Trofeo Miguel Muñoz** al mejor entrenador de la liga de cada temporada, según las valoraciones de los corresponsales de Marca.
- **Trofeo Alfredo Di Stéfano** al mejor jugador de Primera División de cada temporada. Tras una primera selección por votación de los lectores de Marca.com y por el móvil, el ganador es elegido por un jurado integrado por ex futbolista y presidido por Alfredo Di Stéfano.
- **Trofeo Patricio Arbolaza** al mejor representante del espíritu de la Furia Española. Se entregó desde 1953 a 1968 en colaboración con el Diario Arriba.
- **Trofeo Monchín Triana** al jugador más deportivo y fiel a unos colores. Se entregó desde 1953 a 1968 en colaboración con el Diario Arriba.
- **Trofeo Amberes** al club que mejor cuidase y promocionase su cantera. Se entregó desde 1953 a 1968 en colaboración con el Diario Arriba.
- **Trofeo Champions Número 1** al mejor jugador de la liga de Campeones. Se entrega desde 2008. Al final de cada jornada un jurado formado por especialistas del rotativo italiano y del español eligen a los diez futbolistas más destacados y el público vota por el que considera que ha sido el mejor de todos. El trofeo está creado junto con La Gazzetta dello Sport.
- **Marca Leyenda** es un galardón que otorga el diario Marca a los mejores profesionales de la historia del deporte.



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.

banca ética

Lo primero de todo, y para situarnos, ¿qué es banca ética?

La banca ética y sostenible pone en práctica un modelo de negocio bancario que busca una renovación social desde el sistema financiero, que propone hacer un uso consciente y responsable del dinero, y que además ofrece a sus clientes la posibilidad de que también lo hagan. En Triodos Bank este modelo se basa en dos pilares fundamentales: una política de financiación sostenible dirigida únicamente a empresas, proyectos y organizaciones que trabajan en los sectores social, cultural y medioambiental; y una política de transparencia de las iniciativas que han recibido un préstamo de esta entidad.

Banca y solidaridad, ¿son conceptos compatibles?

Son conceptos compatibles. De hecho el concepto de solidaridad debería ser compatible con cualquier actividad humana, también en la economía. En el caso de Triodos Bank, nosotros llevamos 32 años demostrando que es posible combinar la rentabilidad financiera con la rentabilidad social y medioambiental. Los bancos son importantes agentes sociales que con su actividad, promueven un tipo de realidad social u otra. Cuando un banco como Triodos Bank invierte en proyectos y empresas viables de la economía real, y con un alto valor añadido en términos sociales, culturales o medioambientales, está contribuyendo activamente a una realidad social positiva y sostenible.

¿Es posible otra economía? ¿Es necesaria?

Es posible y es necesaria. Esto es algo que podemos ver hoy día, que por muchos ajustes que se estén realizando el problema sigue ahí. Debemos promover una economía que tenga en cuenta el bienestar de las personas y el cuidado de nuestro planeta por encima de la maximización del beneficio, que hemos tomado como referente en los últimos años. Esperemos que la crisis tan terrible que vivimos contribuya a cambiar las cosas y que juntos busquemos un modelo económico más sensato y con enfoque a largo plazo.

¿Qué beneficios obtenemos operando con un banco ético?

En la parte del ahorro, ofrecemos rentabilidades en la media del mercado. Nosotros no vamos a entrar nunca en la guerra del pasivo ofreciendo productos de elevada rentabilidad, porque eso podría atraer puntualmente a un tipo de clientes que no es el que nos interesa. En Triodos Bank buscamos una

Trabajamos
con todas las
compañías
aseguradoras



No podemos evitar que tengas accidentes,
pero podemos ayudarte a 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



vinculación a largo plazo con nuestros clientes, que entiendan y formen parte de otro modelo de banca y que con su dinero sepan que están contribuyendo al apoyo de sectores sostenibles y de la economía real. Ofrecemos coherencia y transparencia, algo que nos diferencia de otras entidades.

En cuanto a la parte del crédito, además de coherencia y transparencia también ofrecemos experiencia en los sectores en los que trabajamos y compromiso con el desarrollo de los mismos.

¿Cómo funciona un banco ético?

Al igual que cualquier banco, un banco ético capta fondos de ahorradores e inversores y los utiliza para dar préstamos. La diferencia con otras entidades es que esta financiación se dirige únicamente a empresas y organizaciones que necesitan recursos para su actividad económica, en sectores que mejoran la calidad de vida de las personas y protegen el medio ambiente. La vocación de Triodos Bank no es exclusivamente la de maximizar el beneficio, sino que tiene que ver con encontrar un equilibrio entre lo económico, lo social, lo medioambiental y lo cultural. Además, promueve un negocio más enfocado en el medio y en el largo plazo.

La banca ética y sostenible pone en práctica un modelo de negocio bancario que busca una renovación social desde el sistema financiero, que propone hacer un uso consciente y responsable del dinero, y que además ofrece a sus clientes la posibilidad de que también lo hagan.

Desde el punto de vista del 'banquero', ¿qué diferencia hay entre ofrecer servicios de banca tradicional y ofrecerlos desde un sillón de banca ética?

Existe una gran diferencia entre trabajar solo para tener beneficios, y trabajar para contribuir a que el mundo cada vez esté mejor. Cuando nuestro trabajo tiene un valor social positivo, nuestra vida tiene más sentido y nos sentimos mejor; en el fondo a todos nos gustaría ser útiles a los demás.

En este sentido, puedo hablar desde mi experiencia. Desde que decidí trabajar en Triodos Bank me encuentro mejor, tengo más energía y entusiasmo, y estoy descubriendo capacidades en mí que no sabía que tenía. Cada día me levanto con la ilusión de ir a trabajar.

El concepto de solidaridad debería ser compatible con cualquier actividad humana, también en la economía.

¿Por qué cambió la banca tradicional por un banco como Triodos?

Después de 30 años trabajando en una institución financiera convencional, no tuve duda cuando me ofrecieron formar parte del proyecto de Triodos Bank. Fue en 2006, cuando el director general en España, Esteban Barroso, me propuso ser entonces el director del banco en Cataluña. Ya llevaba varios años promoviendo otro modelo de banca y ofreciendo charlas sobre banca ética a nivel particular y a través de la organización FETS (Finanzas Éticas y Solidarias). Por eso, cuando yo ya estaba pensando en la jubilación y Esteban me dijo "¿Pero no ves que esto te toca hacerlo a ti?", lo vi claro.

En estos años de desconfianza con la banca tradicional, ¿notan un incremento de clientes en banca ética? Este incremento, ¿se debe al hastío de la gente o a que realmente la gente aboga por la sostenibilidad?

En circunstancias como las actuales, que cada día desayunamos con noticias sobre la bolsa, la prima de riesgo o la situación de las entidades financieras, existe mayor reflexión sobre lo económico y lo financiero. Esto lleva a que muchas personas se decidan a trabajar con una institución financiera como Triodos Bank. Les parece que tiene sentido trabajar con un banco europeo, que no ha pedido ayudas en ninguno de los países en los que opera, que tiene un buen nivel de liquidez y que sigue desarrollando inversiones por toda Europa. En 2011, por ejemplo, la cartera de crédito de Triodos Bank creció un 33%.

¿En qué tipo de proyectos invierte Triodos?

Nuestras actividades de financiación se dirigen a sectores como la agricultura ecológica, las energías renovables, los centros de mayores, las personas con discapacidad, etc. Además, somos transparentes con las inversiones que realizamos e informamos de toda nuestra cartera de crédito a través de las Historias de la banca transparente en nuestra página web y de otras publicaciones como la revista El Color del Dinero o el blog Somos Triodos.

¿Existen rating internacionales que midan la banca ética? Si los hay, ¿en España se aplican?

Así como existen una serie de rating sociales, medioambientales y de gobierno corporativo que miden la Responsabilidad Social Corporativa de las empresas, todavía no hay rating suficientemente consensuados para la actividad de los bancos con valores. Existen unos principios de banca sostenible definidos por la Alianza Global para una Banca

con Valores, una red mundial de bancos éticos y sostenibles que preside Triodos Bank. Desde esta red se está trabajando también para definir una serie de métricas que permitan poner en valor el reporte social y medioambiental de los bancos sostenibles, no solo el económico, pero no es fácil. En Triodos Bank tratamos de informar de manera clara y transparente sobre nuestro desempeño en aspectos sociales, medioambientales y de gobierno corporativo a través de nuestra memoria anual, que sigue los criterios de la Iniciativa de Reporte Global (GRI) y está en formato online: www.triodos.es/informeannual

El consumidor cuando compra un producto no sólo satisface sus necesidades o deseos, sino que de algún modo está premiando y apoyando a la gente que lo produce y a su modo de producirlo. El papel del consumidor es clave, ya que tiene en su mano el poder de decidir la continuidad o no en un producto de comercio justo en las estanterías de un comercio.

Y un tema de candente actualidad, ¿cómo se ven los desahucios desde la perspectiva de la banca ética?

Nuestra cartera de crédito va dirigida a financiar proyectos y empresas de los sectores social, medioambiental y cultural. Esto explica que actualmente no estemos activos en los créditos al consumo y que apenas estemos presentes en el sector inmobiliario. Solo comercializamos ecohipotecas para la compra de una primera vivienda para clientes que tienen cierta antigüedad en el banco.

Por otro lado, cuando se da un caso de morosidad siempre intentamos renegociar cada financiación de forma particular, porque ningún caso es igual. Triodos Bank se caracteriza por intentar buscar salidas para aquellos clientes que, por diversas circunstancias, atraviesan dificultades de pago, ya que mantenemos un compromiso real con los proyectos y empresas que financiamos.

A tener en cuenta:

- El 100% de la financiación de Triodos Bank se dirige a proyectos sostenibles.
- El número de clientes de banca ética aumentó en 2011 un 24% y situando la cifra total en 355.000 clientes a nivel europeo.
- La banca ética, aumentó su plantilla en España un 36,1% frente al 13% a nivel europeo.

Joan Antoni Melé Cartañá

Nacido en Barcelona en 1951. Casado, con tres hijos y una nieta.

Subdirector general de Triodos Bank en España. Colabora en cursos y seminarios en diversas universidades y escuelas de negocios y desarrolla una intensa actividad como conferenciante en foros y charlas sobre temas de economía social, finanzas éticas y humanidades.

Fruto de esa actividad es el libro Dinero y Conciencia. ¿A quién sirve mi dinero? (ed. Plataforma Editorial) que ya va por su 6ª edición, y el blog Dinero y Conciencia (www.dineroyconciencia.es).

Tiene más de 30 años de experiencia profesional en el sector de la banca, y ha sido director de sucursal de una caja de ahorros en Barcelona durante 25 años.

Ha asistido a múltiples cursos y seminarios sobre comunicación, relaciones humanas, técnicas directivas, análisis de riesgos bancarios, etc.

Colabora como voluntario en diversas entidades no lucrativas dedicadas a la promoción de la banca ética y a la cooperación al desarrollo en proyectos de Latinoamérica.



Joan Melé, apertura de la oficina de Bilbao en el 2011.



Av. Príncipe de Asturias, 12 Bajo - 24007 León
Tfnos. 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

diabetes mellitus

- La diabetes mellitus es la causa de 285.000 ingresos hospitalarios y una de cada diez muertes anuales en España.
- El 80% de los pacientes diabéticos presentan daño orgánico.
- Afecta al 20% de los mayores de 75 años.
- Supone un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedad cardiovascular.
- Es una enfermedad crónica que se desarrolla lentamente y que requiere tratamiento de por vida.
- Es importante el seguimiento de esta enfermedad por el riesgo de descompensaciones tanto hipoglucemia como hiperglucemia.
- La obesidad y el sedentarismo son los factores que mas influyen en la aparición y desarrollo de la diabetes mellitus.

psoriasis y obesidad infantil

Según la Sociedad Española de Neurología, la psoriasis es una enfermedad cutánea cuyos síntomas son: manchas rojas o descamaciones de la piel en algunas zonas del cuerpo, sobretodo tronco, codos, rodillas o cuero cabelludo.

Unos investigadores de la Universidad de Northwestern han realizado un estudio en el que ponen de manifiesto que la psoriasis está relacionada con una mayor probabilidad de sufrir sobrepeso u obesidad durante la edad infantil. En este sentido, Amy S. Paller, doctora de la universidad, afirma que “En nuestro estudio hemos querido descubrir si la psoriasis estaba relacionada de alguna forma con la obesidad o el sobrepeso en la infancia, especialmente teniendo en cuenta que los problemas de peso de los niños son cada vez mayores”. El equipo de investigación, liderado por la doctora Paller, tomó de muestra para el estudio a 409 niños de 9 países de América del Norte y del Sur, Europa y Asia, de entre 5 y 17 años.

Resultados de este hacen que la doctora Paller señale que “Los niños con psoriasis, independientemente de su gravedad, son más propensos a tener sobrepeso u obesidad y, por tanto, tienen más riesgo de complicaciones relacionadas con el exceso de adiposidad. El control del peso desde la infancia y la modificación del estilo de vida serán importantes, no sólo para disminuir el riesgo de enfermedad metabólica, sino para procurar que la psoriasis infantil siga un curso evolutivo mejor”.



agua fuente de salud

El agua es el principal constituyente de las células humanas y está presente en todos los procesos fisiológicos que ocurren en el cuerpo. Las recomendaciones actuales indican el consumo de entre uno y dos litros de agua al día.

Beneficios del agua:

- Se consigue hidratar el cuerpo desde el interior.
- Mantiene la piel suave y tersa.
- Previene el estreñimiento.
- Ayuda a reforzar las defensas.
- Ayuda a prevenir la formación de cálculos en los riñones.
- Ayuda a mejorar la concentración, razonamiento e incluso promueve el buen humor.

recomiendan el cribado de tumor pulmonar con TC

La técnica del cribado de cáncer de pulmón mediante tomografía computarizada (TC) torácica de baja dosis permite, de forma coste-efectiva, diagnósticos más precoces de esta enfermedad, según se ha puesto de manifiesto en la II Reunión Conjunta Internacional de Cirugía Torácica, celebrada en la ciudad de Barcelona.

Sería preciso implantar un cribado de cáncer de pulmón asociado a un plan de deshabituación tabáquica, en un periodo de diez o de quince años, consistente en una tomografía computarizada torácica de baja dosis, con un precio ligeramente superior a una radiografía.

La principal dificultad radica en el gran número de personas a incluir, ya que el 30% de la población es fumadora activa y hasta un 40% de la población son ex fumadores.

¿un buen corazón? pues riéte

Jose Luis Palma Gámiz, vicepresidente de la Fundación Española del Corazón (FEC), afirma que la risa “es beneficiosa para la salud cardiovascular”. Reírse hace que disminuyan los niveles de hormonas asociados al estrés, hace que los niveles de óxido nítrico y que la cantidad de colesterol bueno aumenten y hace que se potencie la actividad de los linfocitos, que son los agentes que ayudan a nuestro sistema inmunológico ante el ataque de las células tumorales.

Palma, va más allá, y destaca además la importancia de tener una actitud positiva ante la vida y recuerda que “por el contrario, los estados de estrés producen alteraciones en la pared vascular y favorecen la aparición de arteriosclerosis”.



prueba del aliento para detectar el cáncer colorrectal

La prestigiosa publicación ‘Britidh Journal of Surgery’ acaba de publicar una investigación que confirma que un simple análisis de la respiración podría detectar el cáncer colorrectal, ya que este cáncer produce algunas sustancias detectables en el aliento de los pacientes.

“La técnica de muestreo de la respiración es muy fácil y no invasiva, aunque el método se encuentra aún en la fase temprana de desarrollo. Los resultados de nuestro estudio proporcionan apoyo adicional para dar valor a las pruebas de aliento como una herramienta de detección del cáncer colorrectal”, afirma el doctor Donato F. Altomare, director de los investigadores que han llevado a cabo este estudio en la Universidad de Aldo Moro de Bari, en el país de Italia.



azúcar para el dolor

Tan sólo una cucharadita de azúcar diluida en agua antes de una inyección, hace que los bebés sientan menos dolor. Eso es lo que se desprende de una investigación llevada a cabo por el doctor Manal Kassab del departamento de Salud Maternal y del Niño de la Universidad Jordana de Ciencia y tecnología sobre un total de 1551 niños de entre un mes y un año de edad.

En las conclusiones de este estudio publicadas en ‘Cochrane’, el doctor Kassab, aunque ve prematuro decir que el azúcar puede llegar a reducir el dolor, afirma que “parece claro que lo alivia y los niños se sienten más cómodos, pero todavía se necesitan más datos para saber en qué medida ayuda a enfrentarse al dolor y qué dosis se necesitan, pues todavía no existen estudios que revelen qué cantidad es más efectiva para actuar a modo de analgésico”.

el hospital san juan de dios ha firmado un acuerdo de colaboración con el banco santander y con caja españa-duero para proporcionar condiciones especiales de financiación a pacientes privados que necesiten someterse a una intervención quirúrgica

Debido a los importantes ajustes que se están produciendo en el sector sanitario, las listas de espera quirúrgicas se están prolongando de forma alarmante, y muchos pacientes están sufriendo retrasos en la realización de cirugías que ocasionan innumerables molestias, la complicación de sus patologías o incluso la aparición de otras nuevas.

Conscientes de esta situación, teniendo en cuenta el aumento en el número de pacientes privados que se está produciendo en el Hospital San Juan de Dios de León durante el año 2012 y sabiendo que uno de los principales problemas para los pacientes consiste en conseguir financiación de manera rápida y en condiciones ventajosas, el Hospital San Juan de Dios, ha acordado con dos entidades de reconocido prestigio, el Banco Santander y Caja España-Duero una serie de ventajas económicas destinadas a los pacientes para que éstos puedan solicitar financiación para ser operados sin tener que soportar listas de espera.

Cualquier paciente podrá solicitar un presupuesto en el Servicio de Admisión del Hospital para conocer el importe económico de su intervención.

dos copas de vino

Uno de los componentes químicos que nos encontramos en el vino tinto es el resveratrol. Según investigadores de la Universidad de Leicester, Reino Unido, el uso de este compuesto en una cantidad diaria equivalente a dos vasos de vino, puede reducir en un 50% la tasa de tumores del intestino.

pastillas para dormir, neumonía

La edición on line de la revista 'Thorax' acaba de publicar una investigación que sugiere que las benzodiacepinas, pastillas recetadas para dormir, tratar la ansiedad, la epilepsia, espasmos musculares, como sedante en cuidados paliativos y para alcohólicos en rehabilitación, pueden aumentar, hasta en un 50%, el riesgo de contraer neumonía y elevan las posibilidades de morir a causa de esta patología.

Los autores del estudio, realizado sobre casi 5.000 pacientes, advierten que estos resultados no suponen una prueba definitiva, sino un motivo para una mayor investigación.

pistacho

Uno de los frutos secos más sabrosos y fáciles de comer son los pistachos:

- Rico en nutrientes.
- Ideales para deportistas, ya que aumentan el rendimiento muscular y aportan un importante aminoácido: la arginina, esencial en la recuperación muscular.
- Importante fuente de antioxidantes necesarios para el buen funcionamiento del organismo.
- Mantiene una buena salud cardiovascular, por sus fitoesteroles.
- Ricos en vitaminas que ayudan a mantener un sistema inmunológico fuerte y protegiendo de las agresiones externas, como la vitamina E y las pertenecientes al grupo B.
- Alto aporte mineral: hierro, zinc, selenio o potasio, reguladores de las funciones vitales del organismo.
- Rico en grasas de alto poder biológico y necesarias para el organismo, que ayudan a tener una buena salud de la piel.
- Perfecto alimento para comer entre horas que nos ayuda a mantener una buena salud y a conseguir músculos fuertes y recuperados.



el hospital san juan de dios de león consigue una nueva acreditación: la certificación del sistema de gestión de la calidad según la norma iso 9001:2008 de sus servicios quirúrgicos.

Este nuevo certificado, no hace más que corroborar la gran calidad de los quirófanos del Hospital que, dotados con la última tecnología, son los más seguros y modernos de toda la provincia de León.

La Entidad de Certificación SGS, ha concedido al Hospital el Certificado del Sistema de Gestión de la Calidad de la Prestación de los servicios quirúrgicos según la Norma UNE-EN ISO 9001:2008. Esta norma, está elaborada por la Organización Internacional para la Estandarización, y especifica los requisitos para un sistema de gestión de calidad que el Hospital San Juan de Dios de León ha demostrado cumplir.

Con este certificado se pone de manifiesto la calidad en todos los procesos que integran toda intervención quirúrgica que se desarrolla en el Hospital: desde el paso previo de admisión del paciente en el centro hasta que éste es dado de alta, tanto el personal como los protocolos que se siguen cumplen los máximos estándares de calidad.

Estos reconocimientos son un paso más hacia el camino de la Excelencia en la Gestión, con la clara orientación a las expectativas de los grupos de interés, la máxima eficiencia en la gestión de los recursos disponibles, la mejora continua de los servicios prestados como objetivo prioritario, y siempre alineado con la "Política y Estrategia" del Hospital para conseguir el cumplimiento de su "Misión, Visión, Valores y Principios Éticos".

el gen CYP27B1 y esclerosis múltiple

El CSIC (Consejo Superior de Investigaciones Científicas), ha llevado a cabo una investigación publicada en el 'Journal of Medical Genetics' que revela que una variante genética localizada en el cromosoma 12 está relacionada con la esclerosis múltiple. Este estudio se ha llevado a cabo sobre 2.876 afectados por esta patología, y 2.910 voluntarios como grupo de control en España.

El equipo ha descubierto que esta variante genética regula la expresión del gen CYP27B1 encargado de generar vitamina D activa cuyo exceso o defecto es fundamental en la etiología de todo tipo de enfermedades, principalmente las relacionadas con el sistema inmunológico.

cáncer de estómago

El cáncer de estómago es una neoplasia frecuente y de elevada mortalidad. Estudios recientes demuestran que su incidencia es el área de salud de León es de las más elevadas de nuestro país, particularmente en la zona central de la provincia, exceptuando la capital. Por ello, deberían tratar de identificarse posibles factores ambientales implicados tales como el agua de consumo o los hábitos dietéticos

el deporte beneficia a enfermos de cáncer

Se confirma los beneficios del ejercicio físico en pacientes con cáncer.

La fatiga es uno de los daños colaterales más características de los pacientes que padecen cáncer. Una amplia revisión de más de 4.000 pacientes con tumores diversos y que realizaban ejercicios variados (aeróbicos, bicicleta, caminar, etc.) consiguieron mejorar y aliviar dicho síntoma. Los enfermos de cáncer que están en buena forma, toleran mejor los tratamientos a los que se someten, tienen beneficios psicológicos y sociales, y les ayuda a vivir más y con mejor calidad de vida.



el 15% de la población mundial padece alguna forma de discapacidad

Según la Organización Mundial de la Salud, más de mil millones de personas, o sea, un 15% de la población mundial, padece alguna forma de discapacidad. Las personas con discapacidades conforman uno de los grupos más marginados del mundo. Esas personas presentan peores resultados sanitarios, obtienen resultados académicos más bajos, participan menos en la economía y registran tasas de pobreza más altas que las personas sin discapacidades.

aceite de oliva virgen extra el bercial de san rafael: del campo a la mesa

Este año, la Finca de El Bercial de San Rafael perteneciente a los Hermanos de San Juan de Dios ofrece cinco variedades de aceite de oliva virgen extra (AOVE): picual, koroneiki, arbequina, cornicabra y un coupage que mezcla las últimas 3 variedades.

Un aceite que cumple con las normas más estrictas de calidad y con un proceso de obtención y elaboración tan natural que da lugar a unos exquisitos aceites altamente afrutados y aromáticos. El AOVE de la Finca el Bercial de San Rafael es un aceite de categoría superior obtenido directamente de aceitunas y sólo mediante procedimientos mecánicos.

Todo el aceite de oliva virgen extra que se obtiene bajo las marcas Oro Bailén procede de nuestros olivares, por lo que la trazabilidad y seguridad alimentaria está garantizada.

Este aceite ha sido seleccionado entre más de 1.000 muestras para "Flos Olei 2013-guía al mundo del virgen extra", guía de divulgación promoción de las mejores realidades de la industria mundial de producción de AOVE y está en dos idiomas: inglés e italiano.

Si a esto le añades que comprando AOVE El Bercial de San Rafael colaboras con la Obra Social de los Hermanos de San Juan de Dios, tendrás el regalo perfecto estas navidades.

Puedes adquirirlo en www.hsjd.eu



dvd/blu-ray

el pacto

roger donaldson

Will Gerard (Nicolas Cage) es un entregado profesor de lengua inglesa de un instituto de un barrio marginal, felizmente casado con Laura (January Jones), una música de gran talento.

Pero una horrible noche les destroza la vida. Al salir de un ensayo, Laura es víctima de una brutal agresión sexual. Mientras Will espera nervioso en el hospital a que lo pongan al tanto del estado de Laura, un tipo bien vestido (Guy Pearce) se dirige a él y le ofrece hacer justicia sobre la marcha y ahorrar a la pareja el suplicio de tener que pasar por un proceso judicial emocionalmente doloroso. Acepta la propuesta, y se ve metido en una organización justiciera clandestina, con consecuencias cada vez más aterradoras y peligrosas.

Venta: 4 de diciembre



dvd/blu-ray

sin rastro

heitor dhalia

En el 'thriller' de suspense 'Sin Rastro', Jill Parrish (Amanda Seyfried) llega un día a su casa después de trabajar un turno de noche, para descubrir que su hermana, Molly (Emily Wickersham), ha sido secuestrada. Jill, que ya tiene experiencia en esa materia tras haber logrado escapar de las garras de un asesino en serie que la secuestró un año antes, está convencida de que se trata del mismo individuo, que ha regresado y se ha llevado a Molly. La policía cree que Jill está loca, por lo que no se muestran muy dispuestos a malgastar sus recursos para ayudarla. Al temerse que Molly pueda estar muerta para la puesta de sol, Jill decide emprender por su cuenta una estremecedora persecución para encontrar al raptor, sacar a la luz sus secretos y salvar a su hermana.

Alquiler: 4 de diciembre



dvd/blu-ray

los mercenarios 2

simon west

Los mercenarios están de vuelta y esta vez es personal... Barney Ross (Stallone), Lee Christmas (Jason Statham), Yin Yang (Jet Li), Gunner Jensen (Dolph Lundgren), Toll Road (Randy Couture) y Hale Caesar (Terry Crews), con las nuevas incorporaciones de Billy, el Niño (Liam Hemsworth), y Maggie (Yu Nan), se vuelven a unir cuando el señor Church (Bruce Willis) los recluta para encargarse de un trabajo aparentemente sencillo. Sin embargo, pese a parecer dinero fácil para Barney y su grupo de mercenarios de la vieja escuela, las cosas se fuerzan y uno de sus miembros es brutalmente asesinado, lo que impulsa al resto de sus compañeros a buscar venganza en territorio hostil, donde lo tienen todo en su contra.

Alquiler: 18 de diciembre



cine

los miserables

tom hooper

'Los Miserables' es la adaptación a la gran pantalla del exitoso musical visto por más de 60 millones de espectadores en 42 países y en 21 idiomas, que sigue batiendo récords de taquilla después de permanecer 27 años en cartel.

'Los Miserables' transcurre en la Francia del siglo XIX y cuenta una emotiva historia de sueños rotos, amor no correspondido, pasión, sacrificio y redención: una prueba atemporal de la fuerza del espíritu humano. Hugh Jackman es Jean Valjean, el ex convicto al que persigue durante décadas el despiadado policía Javert después de saltarse la condicional.

Estreno: 25 de diciembre



cine

paranorman

sam fell y chris cutler

En 'ParaNorman', un pueblo se ve asediado por los zombis. ¿A quién pueden recurrir los habitantes? Tan solo al incomprendido Norman, un joven del pueblo que sabe hablar con los muertos.

Además de zombis, deberá enfrentarse a brujas y, peor aún, a unos adultos retrasados, si quiere salvar a su pueblo de una maldición lanzada hace siglos. Pero este joven "susurrador" de fantasmas verá sus actividades paranormales empujadas hacia límites de otro mundo.

Estreno: 21 de diciembre



cine

un buen partido

gabriele muccino

George Dryer, antigua estrella de fútbol en Europa, vive casi con lo puesto en un pequeño pueblo de Virginia con la intención de mejorar la relación con su hijo Lewis y su ex-mujer Stacie. Pero cuando George acepta entrenar al equipo de fútbol de su hijo, se le viene encima todo un desfile de atractivas mamás que competirán por sus afectos como si del terreno de juego se tratara. Y también está Carl King que aprovecha la oportunidad para presumir ante sus socios de lo amigo que es de la estrella deportiva local. Con medio pueblo enredando a su alrededor, ¿podrá George encauzar su vida y recuperar el amor de Stacie?

Estreno: 5 de diciembre



disco

alejandro sanz

la música no se toca

En España, 'La música no se toca' acaba de recibir el cuádruple disco platino, el triple platino en Colombia y el oro en México, Argentina, Estados Unidos y en todos los países de la Región Andina.

Se ha mantenido durante 5 semanas consecutivas en el número uno de la lista de ventas.

Alejandro Sanz es el artista español más aclamado a nivel nacional e internacional. Ha conseguido con este nuevo disco 2 nominaciones a los Grammy Latinos, cuatro nominaciones a los Premios 40 Principales y tres nominaciones a los Premios Lo Nuestro.

Estas navidades se presenta con una edición deluxe con temas inéditos en España.



disco

rihanna

unapologetic

"Unapologetic", el nuevo álbum de Rihanna ya está a la venta en todo el mundo. En España, en su primer día, se colocaba en el número 1 de iTunes.

"Unapologetic" salía a la venta en varios formatos, CD, CD+DVD (con imágenes de su gira "Loud") y álbum digital. Un total de catorce canciones incluyendo colaboraciones de EMINEM en la canción "Numb", DAVID GUETTA en "Right Now" o CHRIS BROWN en "Nobody's Business", entre otras.

El lanzamiento de su nuevo álbum coincidía con la espectacular gira promocional 777 que le llevó a presentar "Unapologetic" junto a 150 medios y otros tantos fans de 82 países, en un periodo de tan sólo 7 días, en 7 ciudades de 7 países diferentes.



disco

manuel carrasco

habla II

'Habla II' es más que una reedición, es un regalo que Manuel Carrasco quiere ofrecer a sus fans.

Con cuatro nuevas canciones y con las colaboraciones especiales de Miguel Poveda y Josémi Carmona, el disco 'Habla II' se cierra con el sencillo 'En la Memoria de los Sentimientos', ofrecida tal cual, sólo con su voz y su guitarra, del salón de su casa al disco.

Esta edición especial viene en un formato especial y muy personal: Manuel Carrasco entrega a sus fans un cuaderno con letras manuscritas, unas fotos inéditas y unas páginas en blanco para que los fans las rellene con sus propias vivencias.



libro

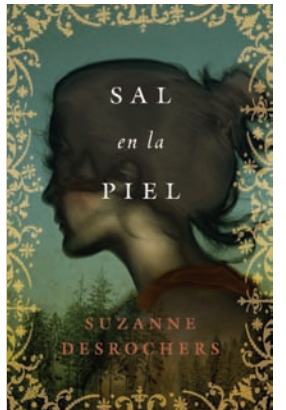
sal en la piel

suzanne desrochers

En 1669 Laure cumple 17 años y es una bijou de la Salpêtrière, el monstruoso e insalubre edificio de París donde se hacían huérfanas, prostitutas y enfermas mentales. Las bijoux son jóvenes seleccionadas por sus buenos modales, su piedad y, sobre todo, su habilidad con la aguja. Trabajan el point de France, el exquisito bordado que triunfa en la corte del Rey Sol. El trabajo es extenuante y la comida escasa. Cuando una compañera muere de escorbuto, Laure remite una carta a Luis XIV en la que expone la miserable situación en la que se encuentran.

El sueño de Laure de convertirse en una afamada costurera parisina se hace añicos cuando la insolencia de su carta recibe un durísimo castigo. Será una "hija del rey" y deberá partir a Canadá, una colonia de la que solo llegan noticias de inviernos infernales y espantosas muertes a manos de los indígenas iroqueses. Llegar a Canadá supone un viaje de más de dos meses en una abarrotada bodega de barco infestada de plagas. Una vez en la colonia, Laure es destinada a Ville-Marie, la futura Montreal, el más apartado de los asentamientos. El hombre con el que se desposa la abandona la mayor parte del tiempo en una miserable cabaña, rodeada en invierno de una capa de nieve hasta la cintura.

Pese a las penurias, Laure no pierde su pasión por coser ropas bonitas, no le abandonan las ganas de vivir, de sentir y finalmente conoce el amor y la verdadera pasión en brazos de Deskaheh, un indígena, pese a la transgresión que ello supone y el precio que tendrá que pagar si es descubierta.



649 594 276

WWW.ENTRENALEON.COM
FCAROCARLON@ENTRENALEON.COM

GRAN EQUIPO DE PROFESIONALES

¿TE GUSTARÍA MEJORAR TU SALUD?
¿QUIERES VOLVER A SENTIRTE JOVEN?
¿NECESITAS AYUDA PARA RECUPERAR TU ENERGÍA Y MOTIVACIÓN?
¿DESEAS ALCANZAR TUS METAS DE UNA VEZ POR TODAS?

¡PRUEBA ALGO DIFERENTE!

Por fin, en León, tu entrenador personal a domicilio. Consigue desde ya tus objetivos gracias a una planificación y entrenamiento completamente adaptado a ti, a tus necesidades y a tus capacidades, para que consigas cuanto antes lo que te propongas.

¡ATRÉVETE A CONSEGUIRLO!



¡AHORA TAMBIÉN EN TU GIMNASIO!
¡CONSÚLTANOS!



Trabajamos con las principales compañías aseguradoras

dieta saludable

Disfrutar de las fiestas de Navidad no debe ser sinónimo de consumir en exceso, especialmente en lo tocante a la comida.

dos razones para la moderación:

1. En primer lugar, hay que pensar que cuesta menos no pasarse que pasarse y remediarlo. Si suponemos que para una persona normal el consumo es de 1.000 calorías por comida, con lo que no pasa hambre y no engorda. Si en una de estas comidas o cenas ingiere 2.600 calorías, para recuperar el peso tras las fiestas, deberá ingerir 600 calorías durante cuatro comidas.

Podemos no ser tan estrictos y permitirnos 1.600 calorías y luego el esfuerzo para recuperarnos será más razonable, con dos comidas de 700 calorías.

2. La segunda razón para la moderación y quizás más importante, es que en estas fiestas corremos el riesgo de perder hábitos que nos han costado mucho esfuerzo conseguir. Por ejemplo si ya no picoteamos durante el día, el hecho de hacerlo "porque es Navidad", supone además de privarnos posteriormente de las calorías ingeridas en exceso, tener que recuperar un buen hábito que teníamos y hemos perdido.

trucos que nos pueden ayudar para seguir una dieta saludable

1. Mentalizarse, piensa en lo que te va a costar después recuperar el peso

2. Empieza sin hambre, si antes de la comida de Navidad, nos tomamos 2 piezas de fruta y bebemos bastante agua, empezaremos a comer parcialmente saciados y comeremos con menos ansia.

3. Cocina ligero en la medida de lo posible y no hagas cantidades excesivas, por miedo a quedarte corto ante la familia.

4. Márcate dos días de restricción antes y después de las fiestas, para conseguir un balance más equilibrado.

Si a pesar de todo no lo hemos conseguido, con la comida del día de Reyes ponemos fin a las comilonas y volvemos a nuestros hábitos normales, los cuales deben de estar marcados por una alimentación sana y equilibrada y ejercicio físico regular.

recomendaciones para una dieta saludable

- Hacer 5 comidas al día.
- Comer de todo y de forma variada.
- Cocinar a la plancha, vapor, horno, papillote o hervido.
- Beber al menos 1,5 litros de agua al día.
- No saltarse una comida, ya que se produce el

Una alimentación saludable y equilibrada es sinónimo de salud

efecto contrario: al dejar de aportar a nuestro organismo lo que necesita, éste disminuye su actividad para evitar perder energía.

- Los hidratos de carbono, aportan energía, no aportan grasa. No es lo mismo espaguetis con tomate que espaguetis carbonara.
- Los alimentos light aportan menos kilocalorías, pero eso no quiere decir que por eso podemos comer más cantidad.
- La fruta no engorda ni más ni menos si la comemos antes o después de la comida, las kilocalorías son las mismas. Sí es verdad que si la tomamos antes nos provoca sensación de saciedad.
- Los alimentos integrales, aportan más fibra, vitaminas y minerales pero las kilocalorías son las mismas.

- Huir de las dietas milagro, ya que son peligrosas para la salud, restringen el aporte de energía y suelen estar carentes de las vitaminas y de los minerales importantes para el organismo. No enseñan buenos hábitos y se produce el efecto yo-yo y se recupera más peso.
- La mejor dieta, es la mediterránea que se caracteriza por el consumo de cereales y sus derivados (pan, pasta y arroz), legumbres, verduras y hortalizas. Aceite de oliva y frutos secos. También carnes, huevos y pescados.

Servicio de Medicina Interna del Hospital San Juan de Dios

Dra. Elena Valoria Escalona

Dr. Roberto Riera Hortelano

Dra. María Ledo Laso



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



la especialidad: pediatría

La Pediatría es la especialidad médica que se ocupa de la atención integral del niño, desde su nacimiento a través de sus distintas etapas, hasta la adolescencia. Durante estos años, se crea una relación con el niño y su familia, que permite que la labor del pediatra no se limite sólo al diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que se pueden producir durante la infancia, sino también a la prevención y a la educación en hábitos saludables para el correcto desarrollo del niño.

los especialistas maría jesús gómez mora

Licenciada en Medicina y Cirugía, realiza su formación especializada en Pediatría y Áreas específicas en el Complejo Hospitalario de León, completando su residencia con estancias y cursos enfocados a la urgencia pediátrica en el Hospital del Niño Jesús, y en el Hospital Marqués de Valdecilla. En la actualidad centra su actividad en la atención primaria, y ha iniciado una consulta en el Hospital San Juan de Dios de León.

la entrevista

¿Por qué una consulta de pediatría en el Hospital San Juan de Dios?

Es una especialidad que en este hospital hasta ahora no existía y que creemos que puede aportar mucho dentro de la atención al paciente infantil en nuestra ciudad. Es ofertar una atención individual e integral a la población menor de 14 años con un seguimiento continuo durante toda la infancia, intentando prevenir y tratar enfermedades propias de esta época de la vida.

¿Nos puede hablar del perfil de sus pacientes?

Cualquier niño desde el nacimiento hasta los 14 años. Este sería el rango de edad que abarca la Atención Primaria Pediátrica y todo niño necesita un seguimiento por parte de un pediatra. Un niño no es un adulto en miniatura, tiene una patología característica y unas necesidades propias y el pediatra es el profesional más cualificado para su atención.

Patología más común dentro de la especialidad.

Los procesos infecciosos, algunas patologías dermatológicas como la dermatitis atópica o procesos más crónicos como el asma o la obesidad son las enfermedades que más vemos en el día a día de la consulta.

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

Desde luego. Ya hemos comentado la función de las revisiones sistemáticas pero un aspecto en el que queremos hacer hincapié es el de las vacunaciones. Las vacunas son desde nuestro punto de vista el gran logro de la medicina. Gracias a ellas casi no sabemos lo que es el sarampión ni la rubéola. Aprovechamos esas revisiones para aconsejar a las familias su aplicación explicando las ganancias y los escasos efectos secundarios que ocasionan.

pilar gayol barba

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Oviedo. Especialista en Pediatría y sus Áreas Específicas por el Hospital Universitario de Salamanca. Ha completado su formación en el Hospital Infantil La Paz (Unidad de Cuidados Intensivos Pediátricos y Unidad de Enfermedades infecciosas) y en Hospital Niño Jesús (Unidad de Dermatología), ambos en Madrid. Perteneció a la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (Aepap) y a la Sociedad Cántabro Castellano Leonesa y Asturiana de Pediatría (Sccalp). Desde hace 15 años desarrolla su labor asistencial en el ámbito de la Atención Primaria en León y este año lo acompaña con la atención infantil en el Hospital San Juan de Dios de León.

la técnica: vacunación infantil

La vacunación infantil es uno de los mayores avances que se han producido en nuestra medicina. Gracias a ella ha disminuido notablemente la mortalidad infantil, se han erradicado enfermedades como la viruela o la poliomielitis y ha descendido considerablemente la incidencia de otras.

Aunque la vacunación en España no es obligatoria, la cobertura vacunal en nuestro país es bastante alta, gracias a la concienciación que actualmente tiene la sociedad de sus beneficios, siendo esta labor de divulgación un reto para los profesionales de la pediatría.

La Asociación Española de Pediatría anualmente publica un calendario vacunal, que posteriormente adaptan las distintas comunidades autónomas, con

algunas diferencias entre ellas, aunque lo que se pretende es que en un futuro sea el mismo calendario para todas. La mayoría de las vacunas están financiadas por la Seguridad Social, y los pediatras aprovechan las revisiones periódicas que realizan a los niños, para su administración.

Mención aparte merecen las vacunas contra el neumococo, la varicela o el rotavirus, que pese a no estar incluidas entre las vacunas obligatorias financiadas, son igualmente importantes y beneficiosas, así que los pediatras generalmente animan a usarlas, aun sabiendo muchas veces el esfuerzo económico que supone para las familias.

Últimamente se ha comenzado con la vacunación de las niñas de 14 años, contra el virus del papiloma humano (VPH). Este virus es el causante entre otras enfermedades, de uno de los carcinomas más frecuentes en la mujer, como es el cáncer del cuello uterino, con lo que estamos hablando de prevenir una enfermedad potencialmente muy grave, que esperamos que en un futuro no muy lejano, sea sólo un recuerdo.



**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**

indiba activ

¿Qué es?

La indiba activ es un método terapéutico eficaz para eliminar rápidamente el dolor, actúa de forma natural y no invasiva desde el interior del tejido biológico, activando los procesos antiinflamatorios y de reparación tisular del organismo.

El uso del equipo indiba activ **asegura:**

- La aceleración de los procesos de curación
- Alivio inmediato del dolor
- Reducción del número de sesiones en comparación con otros tratamientos.

Se trata por tanto de un tratamiento totalmente fisiológico y con dos únicas **contraindicaciones:** presencia de marcapasos y embarazo.

Principales aplicaciones

Patologías de columna vertebral

- Cervicalgias, lumbalgias, espondiloartrosis
- Hernias discales, ciatalgias
- Escoliosis, cifosis

Patologías deportivas

- Contracturas y sobrecargas musculares
- Fibrosis y adherencias de tejidos
- Esguinces
- Roturas fibrilares

Patologías degenerativas

- Artritis
- Artrosis

Patologías del sistema músculo-tendinoso

- Tendinitis, capsulitis
- Fascitis plantar. Espolón calcáneo
- Bursitis
- Epicondilitis

Otras aplicaciones

- Úlceras de decúbito
- Tratamientos fisioestéticos



En este número de Salud Dos Mil vamos a tratar una nueva terapia: la **radiofrecuencia regenerativa Indiba, que actúa desde el interior de la célula consiguiendo resultados eficaces, indoloros y sistemáticos.**

indiba activ tecar

¿Qué es?

Es una terapia manual innovadora, apoyada en una tecnología única que permite tratar desde el interior del tejido patologías del aparato locomotor, agudas y crónicas, que respecto a otras terapias tradicionales reducen de manera significativa el tiempo de recuperación.

¿Cómo funciona?

La indiba activ® es una terapia manual que utiliza un sistema terapéutico resultado de una transformación de una energía fría inofensiva de alta frecuencia (0.45Mhz-0.60Mhz) en temperatura interna. Cada célula del tejido capta parte de esta energía y la transforma en temperatura. Es el propio cuerpo quien genera esta temperatura que va desde lo profundo hacia la superficie elevando de 3 a 5 grados la temperatura interna localizada del cuerpo. Esta temperatura se produce mediante la circulación de una corriente eléctrica de alta frecuencia que entra en contacto con la mitocondria provocando una aceleración del movimiento molecular lo que genera una serie de efectos fisiológicos y terapéuticos positivos que llevan a una acelerada regeneración de los tejidos dañados por alguna lesión. Estimula la respiración endocelular al oxigenar el organismo, lo que contribuye a la reafirmación de los tejidos y a la expulsión de los radicales libres responsables del envejecimiento y debilitamiento de las defensas naturales.

El uso del equipo indiba activ asegura:

- La aceleración de los procesos de curación
- Alivio inmediato del dolor
- Reducción del número de sesiones en comparación con otros tratamientos.

Se trata por tanto de un tratamiento totalmente fisiológico y con dos únicas contraindicaciones, presencia de marcapasos y embarazo.

Principales aplicaciones

Patologías de columna vertebral

- Cervicalgias, lumbalgias, espondiloartrosis
- Hernias discales, ciatalgias
- Escoliosis, cifosis

Patologías deportivas

- Contracturas y sobrecargas musculares
- Fibrosis y adherencias de tejidos
- Esguinces
- Roturas fibrilares

Patologías degenerativas

- Artritis
- Artrosis

el hospital por dentro

Patologías del sistema músculo-tendinoso

- Tendinitis, capsulitis
- Fascitis plantar. Espolón calcáneo
- Bursitis
- Epicondilitis



Otras aplicaciones

- Úlceras de decúbito
- Tratamientos fisioestéticos:
- Reafirmación del tejido, en pecho y zona glútea
- Reducción de volumen
- Mejora los resultados de las cirugías al realizar una absorción del edema y la inflamación
- Celulitis

Médico Rehabilitador

Dr. José Antonio Alcoba Pérez

Servicio de Traumatología

Dr. Manuel Ramos Guallart

Dr. José Antonio Cantero Blanco

Dr. Jaime Sánchez Lázaro

Dr. Luis Enrique Gamazo Caballero

Hospital San Juan de Dios



Flisa
Grupo Fundosa

SERVICIOS
INTEGRALES
DE LAVANDERÍA







www.flisa.es 902 362 850










puesta en marcha de proyectos sociales

El Hospital San Juan de Dios de León, en el marco de su responsabilidad social corporativa, desea impulsar, desde nuestro centro, una acción colectiva hacia una sociedad más justa y solidaria.

Para tal misión, queremos colaborar con los colectivos de personas más necesitadas, mediante la puesta en marcha de varios proyectos de Obra Social.

ayuda en liberia

Queremos contribuir en la mejora del sistema sanitario de Liberia mediante el fortalecimiento de la atención primaria, principalmente en la educación para la salud y la prevención de enfermedades.

Para lograr este objetivo, vamos a colaborar con el Hospital Saint Joseph de Monrovia (Liberia), gestionado por los Hermanos de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, a través de la contratación de dos enfermeras y una matrona durante un año, en el centro de salud de New Kru Town.

El hospital, entregará al Hospital Saint Joseph dos euros por cada consulta privada que se realice desde el 1 de agosto al 31 de diciembre.

Este proyecto permitirá la vacunación de 2.200 niños menores de 5 años, la sensibilización y educación

en la prevención de la transmisión del VIH de 1.500 mujeres embarazadas y la atención sanitaria a 17.000 personas en consulta.

A 31 de octubre, hemos sumado 3.340 euros que irán destinados a la contratación de personal sanitario para el centro de salud de New Kru Town.

diciembre solidario

El Hospital San Juan de Dios ha firmado un convenio de colaboración con la Asociación Leonesa de Caridad, entidad que realiza una actividad encomiable cubriendo las necesidades básicas de alimentación e higiene de personas sin hogar, acogiendo a mujeres víctimas de violencia de género en situación de abandono y ofreciendo un servicio de ayuda a domicilio a ancianos, discapacitados y personas sin recursos económicos.

Se contemplan dos **líneas de ayuda**:

1. Durante todo el mes de diciembre se dejarán contenedores en las dos entradas principales del Hospital de 8h a 22h para que todas las personas interesadas (personal, pacientes, familiares y cualquier otra persona que lo desee) puedan depositar alimentos no perecederos como latas de conservas, azúcar, café y aceite y mantas y sacos de dormir.

Al finalizar el mes, todo lo que se haya recogido se enviará a las instalaciones de la Asociación, dando

cuenta en nuestra página web y otros medios de comunicación de los resultados de la campaña.

2. Se destinará un importe económico en metálico, variable en función del número de consultas externas privadas que se realicen en el Hospital desde el 1 de agosto al 31 de diciembre.

cooperación internacional

Consiste en la donación de ropa de uso hospitalario a centros en Sudamérica, Asia y África, gracias a la colaboración de la lavandería industrial Flisa, Centro Especial de Empleo perteneciente al Grupo Fundosa, entidad socialmente responsable que mantiene entre sus valores el de compromiso social y sostenibilidad, con una visión de respeto al entorno y a la sociedad y cuyo objetivo es promover la inserción laboral de las personas con discapacidad.

Este proyecto se llevará a cabo a través de un convenio de colaboración con la empresa de lavandería, de forma que se recogerá la ropa de cama y baño que desechen para el servicio sanitario y hostelero en España y se acumulará para su puesta a disposición del Hospital.

El Hospital San Juan de Dios se compromete a recoger la ropa y transportarla hasta los almacenes centrales de la Fundación Juan Ciudad ONGD desde donde será enviada a los Hospitales que la Orden de San Juan de Dios gestiona en los países en vías de desarrollo.

¿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



VIII encuentro de voluntariado provincia de castilla

Como cada tres años, nos hemos dado cita en el VIII Encuentro de Voluntarios de la Provincia de Castilla. Madrid fue el escenario donde los voluntarios y coordinadores de la Provincia de Castilla se dieron cita, concretamente en la casa de Espiritualidad de las Esclavas de Cristo Rey en Madrid, y lugar donde pudimos convivir tres días muy intensos.

Nos dio la bienvenida el Provincial de Castilla, el Hno. Miguel Angel Varona, y Francisco Muñoz Director General de Centros, y agradecieron a todos la presencia y la labor voluntaria llevada a cabo por todos los allí presentes.

Valladolid, Burgos, León, San Sebastián, Mondragón, Vigo, Cantalejo, Gijón, Palencia y Santurce, todos y cada uno de los centros nos fuimos conociendo a lo largo de los tres días, teniendo como aperitivo la presentación de los centros por parte de los voluntarios. Las actividades, sus vivencias, y las motivaciones que les llevan a ser **voluntarios en los centros de la Orden**.

Temas tan interesantes, como los "Valores de la Hospitalidad", conferencia presentada y animada por el Hno. Víctor Martín, (Director de la Fundación Juan Ciudad), "Actitudes del Voluntariado" de Dña Isabel Mora, psicóloga de (C-Pas), concluyendo con cuestiones de cómo trabajar en equipo-relación profesional-voluntariado de Dña. María García, enfermera de soporte a domicilio, Area 11 Madrid (ESAD 11). Así como temas de "Habilidades sociales",

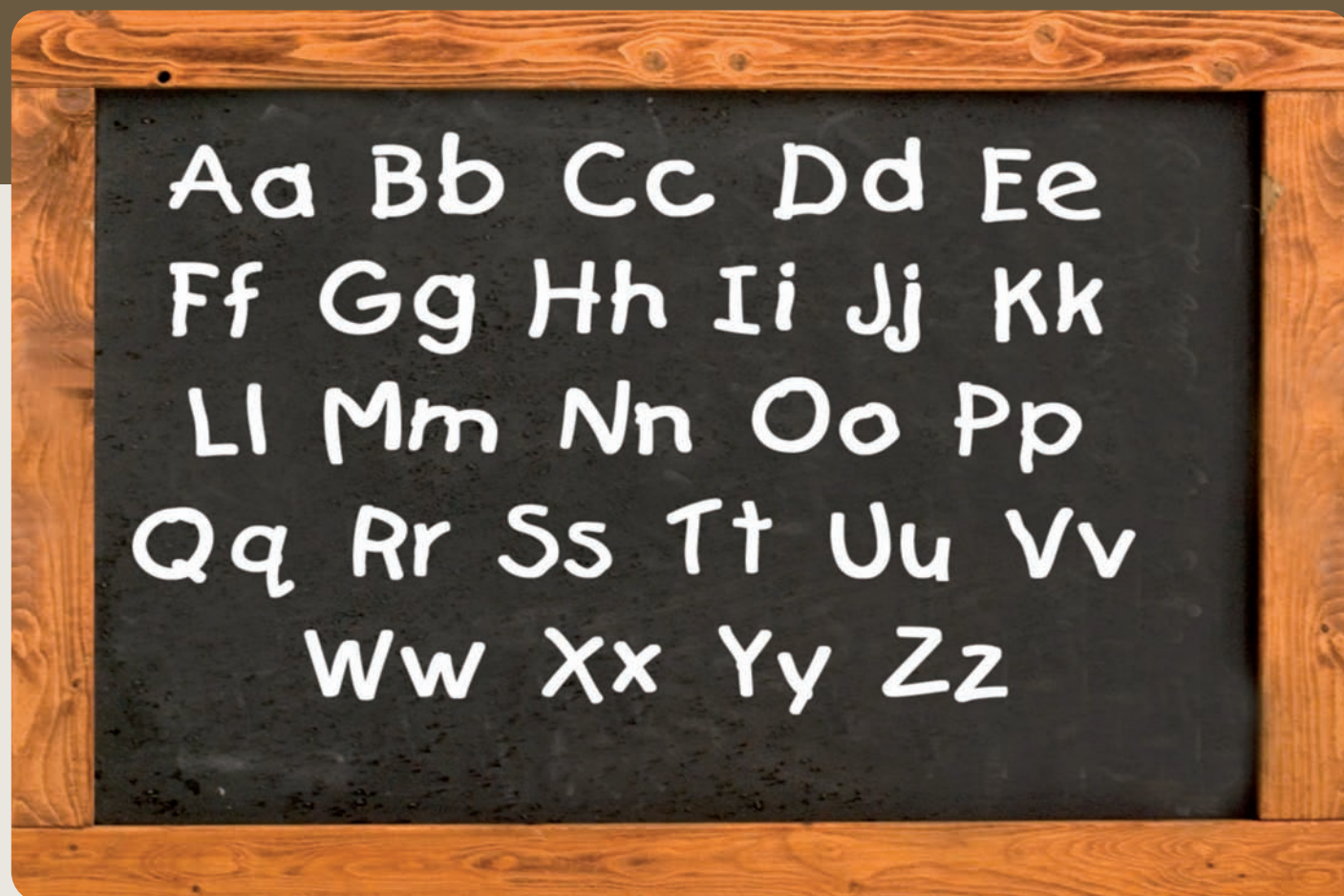
que nos presentó Dña. Mónica Monedo, psicóloga del Hospital San Rafael de Madrid.

Los voluntarios de todos los centros lo agradecieron, ya que es un complemento de formación hacia su actividad voluntaria.

De nuestro Hospital de San Juan de Dios en León asistimos 7 voluntarios, todos y cada uno de los que hemos estado, aparte de aprender, hemos conocido lo importante que es **el encuentro**, cuestión que nos hizo hincapié el Hno. Víctor Martín, lo importante que es entre las personas dicho encuentro. Los voluntarios independiente de su actividad voluntaria dan mucho valor al **encuentro** con la persona que sufre, con la persona que necesita esa compañía, con la persona enferma que está sola. Con todo esto nos enteramos bien la importante labor que se hace y reconocemos que el voluntariado, no sólo es tiempo y acciones, sino que supone una presencia, una actitud, pensar y vivir de otro modo. En definitiva hemos aprendido en este encuentro que el **voluntario** es esa gota de agua solidaria, que acompaña y va erosionando las desesperanzas y los sinsentidos de toda persona que sufre.

Desde estas líneas, queremos dar las gracias a la Orden Hospitalaria, a los organizadores, por ofrecernos espacios de formación, de encuentro y convivencia. Queremos seguir trabajando al estilo de SAN JUAN DE DIOS, que es modelo para todos los voluntarios.

Rosa Quintano
Coordinadora de voluntarios
Hospital San Juan de Dios de León



la formación nos importa

Vivimos en una sociedad que está en constante cambio y evolución, y en la que es necesario adaptarse a las necesidades del mercado para mantenerse a flote. Por ello, y a pesar de la situación económica y social por la que estamos pasando, el Hospital San Juan de Dios de León está apostando por crear valor en su organización y en sus trabajadores a través de la formación.

Un centro sanitario no se debe dedicar únicamente a prestar asistencia sanitaria a sus pacientes. Su objeto debe ser también la formación y la docencia. En un hospital trabajan médicos y enfermeras, pero también ingenieros, economistas, abogados, licenciados en ciencias ambientales y en ciencias del trabajo, psicólogos, diplomados en trabajo social, farmacéuticos, etc. Es decir, un hospital es un nicho de conocimiento, de personal con una alta cualificación, cuyo derecho, pero también cuyo deber, consiste, por un lado, en recibir una formación continua que asegure el mantenimiento de su nivel profesional. Y por otro lado, en fomentar la docencia y la investigación, para transmitir todo ese conocimiento a otros profesionales, pacientes, usuarios, etc.

Por ello, en el Hospital San Juan de Dios de León, hemos invertido este año más de sesenta y cinco mil euros en formar a nuestros profesionales, una inversión que continuaremos realizando durante el año 2013, porque estamos convencidos de que la formación garantiza una mejor asistencia a nuestros pacientes.

Gracias al programa de bonificaciones de la Fundación Tripartita podemos organizar muchas acciones formativas que son importantes para el desarrollo profesional de nuestros trabajadores, y lo estamos aprovechando al máximo, porque sin ellas sólo seríamos un hospital más.

Además de impartir cursos para la adquisición de nuevos conocimientos técnicos, estamos haciendo hincapié en mejorar las relaciones humanas, fomentando el trabajo en equipo y reforzando nuestra comunicación interna y externa.

Muchos se preguntarán, **¿y para qué sirve este tipo de formación en un hospital?** Pues bien, creemos que es la clave para alcanzar el éxito y ahora veremos por qué.

Existe un concepto llamado "inteligencia emocional", que se refiere a la capacidad que todos tenemos para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas y para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios. Este concepto se exterioriza a través de la comunicación, ya sea verbal o no verbal. Una comunicación adecuada contribuye a reducir los errores, el estrés físico y mental y potencia la creación de buenas relaciones entre los compañeros. Consecuencia de esto, es un mayor grado de implicación de las personas, y eso se nota desde fuera y desde dentro.

La forma de expresarnos es importante, pues influye mucho en el grado de consecución de las tareas y la motivación de todos. Es por ello por lo que hemos dirigido el curso de comunicación eficaz a los directivos y mandos intermedios, y no ha quedado para nada desapercibido.

Por otro lado, estimamos que en nuestra organización es muy importante la cohesión entre todas las personas y sus correspondientes servicios, y por ello el curso de trabajo en equipo ha tratado de darnos una visión en este sentido; el espíritu de trabajo en equipo exige "indivisibilidad" y no deben existir fisuras. Por ejemplo, el quirófano está formado por un conjunto de especialistas, cada uno de los cuales hace una tarea muy distinta, e inútil por sí sola. Ninguno puede hacer bien su trabajo si no tiene en cuenta el trabajo que tienen que hacer los demás. El objetivo, sólo lo puede lograr el equipo. No es simplemente cuestión de consenso, tolerancia y buen ambiente, sino sobre todo de responsabilidad, humildad y compromiso con los resultados.

Otro aspecto destacable de la Orden de San Juan de Dios es la humanización del paciente. En nuestro hospital el cuidado de los pacientes va más allá de la cura de su enfermedad, por esta razón tratamos de dar una atención humana que incluye acompañamiento asistencial, educativo y de soporte a la familia. El curso de "humanización" se ha impartido con el objetivo de que el personal asistencial y de atención al paciente adquiera

competencias en esta materia y sepa cómo afrontar situaciones siguiendo la línea de la Orden de nuestro hospital.

Por último queremos destacar que las encuestas de satisfacción de los cursos impartidos este año han sido más que positivas, por lo que estamos orgullosos y contentos con la buena acogida que está teniendo este enfoque formativo. Ahora sólo queda poner en práctica los conocimientos adquiridos y seguir renovándose, porque es lo que marca la diferencia.

En el Hospital San Juan de Dios de León, hemos invertido este año más de sesenta y cinco mil euros en formar a nuestros profesionales, una inversión que continuaremos realizando durante el año 2013.

Kit de Primeros Auxilios Oxígeno Medicinal para Profesionales Sanitarios



Un botiquín de urgencias destinado a facilitar la labor de los profesionales sanitarios en situaciones de emergencia.

Además de contar con la garantía del Oxígeno Gas Medicamento le ofrecemos un servicio de mantenimiento de la botella: le avisaremos cuando ésta caduque y nos encargaremos de reponerla cuando lo necesite.

Para cualquier aclaración o para pedir el Kit de Primeros Auxilios, le atenderemos en el teléfono:



www.airliquidemedicinal.es

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. Alejandro Rabanal Guerrero
- Dr. Adolfo Gutiérrez Fernández
- Dr. Alberto Montes Armenteros
- Dra. Concepción Marín Blázquez

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 Egidio Romo
- Dra. Beatriz González Sixto

diagnóstico por imagen

- Dra. Carmen Fuertes Castellanos
- Dr. Stanley Hoff

digestivo

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

farmacia hospitalaria

- Dr. Javier José del Pozo Ruiz

geriatría

- 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

logopedia

- Dña. Irene Fuertes Sánchez

hematología

- Dr. José M. Vicente Vigal

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. José 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
- Dra. María Jesús Gómez Mora

preanestesia

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

psiquiatría

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

rehabilitación

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

traumatología y cirugía artroscópica

- Dr. Manuel Ramos Guallart
- Dr. José Antonio Cantero Blanco
- Dr. Jaime A. Sánchez Lázaro
- Dr. Luis Enrique Gamazo Caballero
- Dr. Luis Díaz Gallego
- 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
- Dra. Ana Cristina Martínez Tascón

+ info:
987 23 25 00
www.hospitalsanjuandedios.es



¿Te gustaría que te
adelantásemos los **gastos**
sanitarios?

¿**Confías en la aseguradora** que
te tiene que indemnizar?
¿Quieres que te traten los
mejores especialistas tanto
sanitarios como jurídicos?

AVATA[®]
H I S P A N I A
AYUDA A VÍCTIMAS DE ACCIDENTES
DE TRÁFICO Y ASEGURADOS
www.avatahispania.com
Teléfono: 90 22 41 800

¿Has sufrido un accidente?
en **AVATA Hispania**
sabemos cómo ayudarte

**SI TÚ
NO COBRAS,
NOSOTROS
TAMPOCO
COBRAMOS(*)**

¿Quieres crecer con nosotros?

Crea tu propia franquicia AVATA Hispania

Tu oficina Avata en **LEÓN**:
Avda. Ordoño II, 26 entreplanta
Teléfono: 987 09 46 86

987 179 739

franquicias@avatahispania.com



VALLADOLID: C/ Acera de Recoletos, 5 - 1º. Tel. 983 219 334
BILBAO: C/ Dr. Achucarro, 1, entreplanta. Tel. 944 015 337
PONFERRADA: Avda. España, 37, bajo. Tel. 987 410 411
BURGOS: Avda. Reyes Católicos, 42, entreplanta - Of. 2. Tel. 947 221 530
OVIEDO: C/ Uria, 76, 1º Of. 2. Tel. 985 031 685
SALAMANCA: C/ Del Arco, 2, entreplanta izq. Tel. 923 614 694
VITORIA: c/ Gorbea, nº 7 -bajo. Tel. 945 06 59 47
Próxima Apertura en ALCOBENDAS: C/ Pintor Rosales, 5. Tel. 916 561 699

PALENCIA: C/ Menéndez Pelayo, 1, bajo. Tel. 979 706 015
SANTANDER: Pasaje de Peña, 1, escalera izq - 1º Izq. Tel. 942 300 630
BARCELONA: C/ del Bruc, 7 - Ppal. 1º A. Tel. 932 690 954
MADRID (Oficina central): C/ Bravo Murillo, 377 - 3º Of. A. Tel. 915 705 695
MADRID (Leganés):
C/ Doctor Martín Vegue Jaudenes, nº 37 bajo. Tel. 916 851 560
MADRID (Distrito Salamanca): Avda. Felipe II, 13 - 1º Dcha. Tel. 915 436 460
MADRID (Torrejón de Ardoz): C/ Solana, 12. Tel. 916 561 699

(*) Sólo accidentes de tráfico