

Tu hospital

Núm. 62 | Noviembre - Diciembre | Año 2017

www.hmhospitales.com

**Vive tu embarazo en
HM Hospitales**

Pediatría

**Vacunas
no financiadas:
¿merece la pena
esta inversión?**

Prevención

**Cheques
personalizados,
la mejor manera de
garantizar tu salud**

Asistencial

**Avanzando
en el cáncer
de pulmón**



Síguenos en Twitter
@HMHospitales



hm hospitales

Somos tu Salud

índice

- 3 Editorial
- 4 Vive tu embarazo en HM Hospitales
- 8 Chequeos personalizados, la mejor manera de garantizar tu salud
- 10 Vacunas no financiadas: ¿merece la pena esta inversión?



- 12 La receta para 'sobrevivir' a estas fiestas
- 14 Avanzando en el cáncer de pulmón
- 16 No te acostumbres y actúa frente al dolor lumbar
- 18 Nace el Instituto de Investigación Sanitaria HM Hospitales



- 20 La biopsia líquida ya es una realidad en HM CIOCC
- 22 Saludízate, cumplir tus sueños con la mayor seguridad
- 24 Noticias HM Hospitales
- 26 Tecnología y salud
- 27 Contacta con nosotros

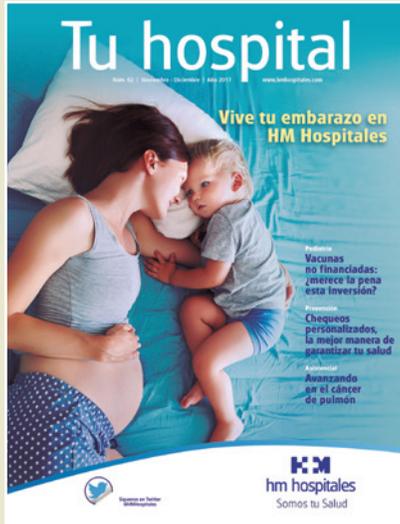


Tu hospital

Núm. 62 | Noviembre - Diciembre | Año 2017 www.hmhospitales.com



hm hospitales



N.º 62 | Nov. - Dic. | Año 2017

www.hmhospitales.com



Síguenos en Twitter: @HMHospitales

© 2017 Copyright HM HOSPITALES, todos los derechos reservados. Queda prohibida cualquier tipo de reproducción, distribución, transformación, comunicación pública y/o puesta a disposición, total o parcial de todo o parte de la presente publicación a través de cualquier medio presente o futuro, sin el previo consentimiento expreso y por escrito de HM Hospitales. La presente restricción se establece sin límite territorial y temporal, pudiendo incurrir en alguno de los delitos tipificados en los artículos 270 a 272 del actual Código Penal junto a la responsabilidad civil derivada de los mismos. HM Hospitales es una marca registrada de Hospital de Madrid, S.A.

Edita: Ediciones MAYO S.A.
C/. Aribau, 168-170, 5ª planta
08036 Barcelona

Imprime: Litofinter
Depósito Legal: M-14477-2010

editorial

Tecnología para una vida mejor

Llegamos al final del año 2017 y tras las incorporaciones realizadas en el primer trimestre de los hospitales de León, Santiago de Compostela y Vigo hemos estado todo el año preparando la integración de estos centros en la estructura y la organización del grupo HM Hospitales, a fin de que todos funcionen, con las particularidades propias de su entorno, como una **única estructura coordinada para dar la mejor oferta sanitaria posible**.

A nuestra oferta asistencial hay que sumar la Docencia y la Investigación como ejes fundamentales de nuestra manera de entender la medicina así como la constante renovación tecnológica. Hace años que acuñamos nuestro **'Somos I+D+T'** porque la Investigación, la Docencia y la Tecnología también son parte de nuestro ADN.

Bajo este principio muchas son las novedades que hemos incorporado en 2017. Valga como ejemplo el **nuevo TAC de 320 cortes, AQUILION ONE**, incorporado al arsenal tecnológico del Hospital Universitario HM Sanchinarro. La tecnología más avanzada del mundo en su gama, siendo uno de los primeros centros de España en tenerlo.

Fruto también de esta política de constante actualización tecnológica para acercar a nuestros pacientes las últimas tecnologías, hemos incorporado también un **segundo acelerador lineal** en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur, lo que ahonda en ofrecer un servicio oncológico aún más puntero, mientras que en el Hospital Universitario HM Montepríncipe acabamos de renovar y ampliar su **UCI Neonatal y su UCI General**, que sitúan a ambas entre las más completas del país.

Galicia no es ajena a la constante remodelación tecnológica y de instalaciones. En HM Modelo ya disponen de una **nueva resonancia magnética** que sitúa al Hospital en la vanguardia tecnológica de nuestro país. En HM La Esperanza estrenan Unidad de Diálisis y en HM Rosaleda hemos inaugurado unas nuevas Urgencias. Además, en HM Vigo ya empiezan a disfrutar de unas instalaciones renovadas que van a hacer de este hospital quirúrgico, un centro de referencia para la ciudad viguesa.

Los distintos centros de alta especialización de HM Hospitales también son punta de lanza en la incorporación de la última tecnología. En el campo de la oncología HM CIOCC acaba de poner en marcha un **programa de biopsias líquidas** pionero en España, mientras que en el área cardiovascular HM CIEC ha integrado un nuevo catéter de ablación para fibrilación auricular, una novedosa herramienta de mapeo computacional, además de ser el primer centro de **EUROPA** en ofrecer ecografía vascular 3D.

Toda esta renovación tecnológica y de instalaciones solo tiene un objetivo, ofrecer el mejor servicio asistencial año tras año y seguir contando con vuestra confianza para el cuidado de vuestra salud. Para el año 2018 tenemos muchos más planes que poner en marcha pero eso será otro editorial y ahora, una vez terminado el año, solo me queda **desearos unas felices fiestas y un año 2018 cargado de salud**.



Dr. Juan Abarca Cidón
Presidente HM Hospitales

Vive tu embarazo en HM Hospitales

El embarazo es una experiencia única y una etapa en la que los padres y sobre todo las madres suelen tener sentimientos encontrados. A la ilusión por la llegada del bebé, se suman la inquietud de la espera, la incertidumbre sobre si se estará lo suficientemente preparado y la preocupación porque, desde un punto de vista médico, salga todo bien. En HM Hospitales todo ha sido pensado para que si tu deseo es ser madre, tengas a tu alcance los mejores profesionales y técnicas más avanzadas para conseguirlo y, cuando llegue el momento o si ya estás embarazada, recibas los mejores cuidados, respondiendo a tus expectativas y con la garantía de una atención de excelencia.

Embarazo: en HM Fertility Center te ayudamos a conseguirlo

Actualmente, el retraso de la maternidad es una realidad. Muchas mujeres buscan su primer embarazo pasados los 30 años, a menudo, los 35 e incluso por encima de los 40. A esta realidad se suma otra, la capacidad de una mujer para concebir se reduce con el paso del tiempo. Como apunta el **Dr. Isidoro Bruna Catalán, director médico de HM Fertility Center**, la situación es "óptima hasta los 31 años, sin embargo, a los 35 años el potencial fértil se reduce a la mitad del que tenía a los 20 años y a partir de los 40 años las posibilidades de embarazo espontáneo son inferiores a un 6 por ciento". Y todo ello, añade este experto en salud reproductiva, "sin contar con otros posibles obstáculos que pueden dificultar el embarazo como problemas de ovulación, fallo ovárico precoz, obstrucciones tubáricas o endometriosis".

Siempre que la mujer no consiga el embarazo en el plazo de un año, si es menor de 35 años, o de seis meses, si supera esa edad, se recomienda que acuda a una unidad especializada en reproducción asistida. Si hablamos de mujeres a partir de los 40 años, lo mejor es consultar lo antes posible porque, como apunta el Dr. Bruna, a esta edad "los óvulos están ya contados".

HM Fertility Center pone a disposición de aquellas mujeres y parejas con problemas para concebir "todas las técnicas de reproducción asistida, desde la inseminación de la pareja (IAH), inseminación de donante (IAD), fecundación *in vitro* (FIV) y sus distintas variantes (ICSI, DGP...)".

Gracias a estas técnicas y al elevado nivel de especialización y compromiso de sus profesionales, en HM Fertility Center la tasa acumulada de embarazo con óvulos propios cuando la mujer tiene menos de 35 años supera el 87% y alcanza el 75% en el tramo que va desde esa edad a los 42 años. En donación de ovocitos, la tasa de embarazo está por encima del 90%.

A esto se añade la vitrificación de ovocitos, "un procedimiento fácil y muy seguro" que, en los últimos años, ha ido ganando peso ya que gracias a esta técnica "las mujeres jóvenes pueden preservar su fertilidad futura, incrementando las posibilidades de embarazo con sus propios óvulos". Lo importante, subraya, es ofrecer a cada pareja y a cada mujer "el tratamiento individualizado que se adapte a las características específicas de su problema y de su proyecto de vida".

En HM Hospitales todo ha sido pensado para que si tu deseo es ser madre, tengas a tu alcance los mejores profesionales y técnicas más avanzadas para conseguirlo





Disfruta tu embarazo con la exclusividad de las 'MotherCare'

En HM Hospitales el Protocolo MotherCare marca la diferencia en la atención personalizada a los futuros papás. Gracias a este único y exclusivo protocolo, la mujer embarazada cuenta con una persona de contacto en el hospital, la 'MotherCare', que le ayudará a gestionar todas sus citas con ginecólogos, anestesiastas, neonatólogos y matronas. Todos ellos forman parte de este protocolo para garantizar la excelencia en el cuidado de la mujer, ayudándola en todo el proceso desde el primer día.

La 'MotherCare' invitará a la embarazada a participar en las charlas orientativas impartidas por especialistas, será su guía para mostrarle las distintas áreas del hospital por las que pasará y quien le informe sobre los cursos pre parto. Además, la acompañará en sus visitas al hospital siempre que esta lo requiera y atenderá sus dudas tanto presencialmente, en el centro que corresponda, como por teléfono.

En HM Hospitales el Protocolo MotherCare marca la diferencia en la atención personalizada a los futuros papás

Como explica [Laura Paredes, 'MotherCare' de HM Hospitales en el Hospital Universitario HM Montepríncipe](#), "mi misión es la de asesorar a los futuros papás en esta nueva etapa de sus vidas y hacerlo lo mejor posible. Intento resolver todas sus dudas, siempre que no sean médicas. Estas pueden estar relacionadas con la gestión de citas, con la información sobre clases de pilates, de preparación al parto, de rehabilitación del suelo pélvico tras el parto e incluso con otro tipo de cuestiones tan diversas como bonificaciones en el parking del hospital".

El Protocolo MotherCare busca la máxima satisfacción de los futuros padres en un sentido amplio, por ello, contempla las distintas opciones a la hora de dar a luz, entre ellas, la del parto de baja intervención. Esta opción, una demanda al alza, está disponible en HM Hospitales y como explica Laura Paredes, "desde su puesta en marcha, las mujeres que han pasado por nuestras unidades de parto de baja intervención han estado encantadas ya que ofrecen un ambiente aún más íntimo, personal y humanizado, si cabe".

Asimismo, el Protocolo incluye la información a los padres sobre las opciones de extracción y conservación de las células madre de la sangre del cordón umbilical, otra opción que HM Hospitales pone a disposición de los futuros padres, y el ingreso preferente de las gestantes para que, llegado el momento, nada retrase la llegada del ansiado bebé.



Un parto a tu medida

En HM Hospitales, el objetivo es que cada pareja viva su embarazo y la llegada de su futuro bebé de una manera íntima, que cumpla en todo lo posible con sus expectativas. Para ello, cuenta con el Plan de Parto Personalizado que, explica la **Dra. Ana Suárez, jefa del equipo One to One del Hospital Universitario HM Nuevo Belén**, consiste en "la expresión formalizada por parte de la pareja de cuáles son sus deseos en cuanto al proceso del parto. Esto no quiere decir que sea un documento de deseos impracticables sino un acuerdo al que se llega con el equipo médico para respetar, dentro de los límites clínicos, este momento cada vez más único en la vida de una familia".

Asimismo, disponen de Unidades de Trabajo de Parto y Recuperación, las UTPR, también llamadas "habitaciones de parto natural". Estas, subraya la Dra. Suárez, "son habitaciones que ofrecen una serie de alternativas relacionadas con el parto natural y/o respetado". La mujer llega a esta habitación cuando se inicia la dilatación y permanece en ella durante el parto y su recuperación temprana.

Aquí, explica la Dra. Suárez, "se dispone de todos los medios necesarios para ofrecer la máxima seguridad a la paciente y al futuro bebé; al mismo tiempo, cuentan con todas las comodidades en un entorno amable e íntimo y equipos para ayudar al proceso natural del parto: lianas, bañera de dilatación y parto, silla de parto...". Todo pensado para respetar la experiencia del parto natural sin renunciar a la máxima seguridad asistencial.

Cada detalle en estas habitaciones ha sido especialmente diseñado para favorecer el momento de dar a luz. Es el caso de la bañera de parto natural y es que, como apunta la Dra. Suárez, "se ha demostrado que el agua caliente consigue aliviar y disminuir el dolor en un porcentaje elevado de casos, así como acortar el tiempo de dilatación y reducir los desgarros perineales al mejorar la elasticidad".

De esta forma, en HM Hospitales se incluyen todas las posibilidades asistenciales relacionadas con la obstetricia. En esta línea, recuerda la Dra. Suárez, cómo en HM Nuevo Belén, por ejemplo, se pueden asistir nacimientos prematuros desde la semana 28 de embarazo. "Esto nos pone al nivel de otros hospitales de gran calidad asistencial en el sistema sanitario público. Además, contamos con banco de sangre propio, lo que aumenta la seguridad para las madres y sus recién nacidos", concluye.

Preparados para atender cualquier situación

El nacimiento del bebé es un momento esperado e ilusionante, sin embargo, no está exento de una cierta inquietud y preocupación por que todo salga bien. Conscientes de la importancia que tiene la tranquilidad de los padres, HM Hospitales cuenta con Unidades de Neonatología de excelencia para asegurar la mejor asistencia tanto de la madre como del recién nacido en cualquier circunstancia.

Como explica la **Dra. Isabel Llana, responsable del Servicio de Neonatología del Hospital Universitario HM Puerta del Sur**, "lo habitual es que el parto sea normal, pero hay situaciones que requieren asistencia y pueden marcar el futuro a corto y largo plazo del recién nacido. Si ocurriese algo en un lugar sin UCI neonatal, habría que estabilizar al niño y organizar un traslado a otro centro, con los riesgos y dificultades que ello conlleva, separándolo además de su madre". Por ello, el Hospital Universitario HM Puerta del Sur cuenta con un servicio integral y es que en todos los partos está presente un neonatólogo. "En la mayoría de los casos, su intervención no es necesaria, pero siempre se encuentra presente en prevención de cualquier complicación".



Dispone de todas las comodidades en un entorno amable e íntimo para ayudar al proceso natural del parto



La UCI Neonatal cuenta con todos los recursos para atender a pacientes de alta complejidad

Estreno de la nueva UCI Neonatal de HM Montepríncipe

Precisamente en el afán de HM Hospitales por ofrecer una asistencia sanitaria de la más alta calidad y preparada para asistir con la última tecnología y los mejores cuidados profesionales cualquier contingencia, el Hospital Universitario HM Montepríncipe acaba de anunciar la finalización de la renovación de su Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) Neonatal y Pediátrica, lo que culmina la actualización del Área Materno Infantil del centro sanitario, que se ha convertido ya en una referencia nacional en el campo de la maternidad y de los cuidados neonatales. La UCI Neonatal cuenta con todos los recursos para atender a pacientes de alta complejidad, lo que equivale a la máxima calidad asistencial, nivel III y cuenta con todo el equipamiento médico para atender desde niños que solo requieren cuidados mínimos y observación, hasta la patología más compleja. La UCI Neonatal está pensada para hacer a los padres y a los recién nacidos su estancia un poco más fácil. Por eso está abierta 24 horas, cuenta con una sala aparte para padres y se favorece el contacto piel con piel. Además, se incorpora una consulta de Psicología Perinatal y otros servicios asistenciales como consultas prenatales de pediatras, cirujanos pediátricos o cardiólogos pediátricos y ecocardiografía fetal.

Raquel González Arias

UCI Neonatal

La Unidad de Cuidados Intensivos Neonatal, explica la Dra. Llana, cuenta con personal cualificado y unos medios técnicos específicos para el manejo de niños graves. "El equipo está compuesto por neonatólogos y personal de enfermería especializado en Neonatología, altamente cualificado, que atienden al recién nacido y a su familia las 24 horas del día", subraya.

"Nuestra Unidad —añade la Dra. Llana— no es solo una Unidad de asistencia médica. Estamos comprometidos con la filosofía de los cuidados centrados en el desarrollo y la familia, que favorecen la evolución y el desarrollo a largo plazo de los niños y ayudan a sus familias a pasar estos momentos difíciles. Procuramos que el niño se encuentre en un entorno lo más parecido posible al útero materno, controlando cuidadosamente el ruido y la luz, la postura del bebé y evitando el dolor. Tenemos en cuenta que los padres son muy importantes en el proceso de curación del recién nacido. Por eso, la nuestra es una unidad de puertas abiertas: los padres no tienen horarios restringidos de visitas, pueden permanecer el tiempo que deseen con el niño en brazos, poniendo en práctica el llamado 'método canguro': el contacto piel con piel entre el bebé y su madre o su padre, de probados efectos beneficiosos en muchos parámetros de salud del pequeño, como la respiración o el control de temperatura".

Además, tras el alta, se pone en marcha un programa de seguimiento en consultas externas en el que participan conjuntamente Neonatología y Pediatría General. HM Hospitales dispone de servicios de Ginecología en todos sus hospitales y maternidades en Madrid en los hospitales universitarios HM Montepríncipe, HM Puerta del Sur y HM Nuevo Belén, en Galicia en Maternidad HM Belén (A Coruña) y Hospital HM Rosaleda (Santiago de Compostela) y en Castilla y León en el Hospital HM San Francisco (León).





Chequeos personalizados, la mejor manera de garantizar tu salud

Bastan de tres a cuatro horas para hacerse un chequeo completo y apenas 48 horas para obtener los resultados, o incluso en el mismo día en caso de que fuera necesario. Este es el *modus operandi* de este servicio asistencial exclusivo de HM Hospitales denominado **Unidad de Prevención Precoz Personalizada (UPPP)**, ubicado en el **Hospital Universitario HM Sanchinarro** y cuyo **director es el Dr. Niko Mihic**. Este servicio cuenta con un equipo médico multidisciplinar y las herramientas diagnósticas más actuales y adecuadas para detectar precozmente patologías y prevenir las mismas.

"HM Hospitales cuenta con nuevos métodos diagnósticos de laboratorio y radiológicos que permiten detectar, prevenir y tratar la patología incipiente", señala el Dr. Mihic. Esta Unidad atiende a un máximo de tres pacientes al día y sus principales características residen en la inmediatez y la exclusividad al efectuar un completo y exhaustivo reconocimiento de salud con todas las garantías. De hecho, la clave de este servicio está en que permite concentrar en un corto espacio de tiempo revisiones de la salud con el objetivo de prevenir posibles patologías.

Las personas que solicitan estos servicios son ejecutivos y trabajadores de mediana edad con poco tiempo para realizar un chequeo convencional que requiera múltiples visitas y desplazamientos. Asimismo, cada día vemos con más frecuencia otro tipo de paciente que recurre a este servicio, el paciente internacional.



Útil para todos los perfiles

El tiempo es clave y una prioridad para la UPPP, es por ello que dentro de esta Unidad hay un equipo multidisciplinar formado por otorrinolaringólogo, cardiólogo, oftalmólogo y ginecólogo. En todo este proceso, subraya el Dr. Mihic, es clave el hecho de que "sea un solo médico quien se responsabilice de todas las áreas de salud", aunque luego intervengan distintos especialistas.

La Unidad ofrece tres tipos diferentes de chequeos de salud (*silver, gold y platinum*), diferenciados por el sexo y edad del paciente, que incluyen todas las pruebas médicas necesarias para descartar las patologías más prevalentes.

Aquí se realizan análisis de sangre, pruebas radiológicas, electrocardiograma, ergometría, ecocardiografía, ecografía abdominal, audiometría, etc.

Y es que este servicio está pensado tanto para quien, independientemente de su edad, tiene una buena percepción de su salud como para quien nota ya algún síntoma, a veces, inespecífico.

Optimizar la salud

La Unidad está orientada a lograr un conocimiento exhaustivo de la salud del paciente y para ello se analizan todos los campos que puedan ser susceptibles de control: analíticas de sangre y orina, espirometría, audiometría, revisión oftalmológica, estudios radiológico y cardiacos, incluso la posibilidad de un estudio genético. Todo para profundizar en la detección precoz, que permita establecer pautas de vida más saludables o tratamientos específicos que ayuden al paciente a restablecer su salud, mejorar su calidad de vida e incluso prevenir futuras consecuencias más graves. "En concreto, no buscamos solo la normalidad del paciente sino la optimización de su estado de salud", asegura el Dr. Mihic.

Lo último en técnicas diagnósticas

Todo esto es posible al contar con los medios diagnósticos más avanzados. Cuando se sospecha que un paciente puede padecer un cáncer, por ejemplo, gracias al Pet Tac se puede detectar, incluso en estadios muy precoces en los que con otras técnicas pasaría desapercibido. Con todo ello, "buscamos optimizar la salud de nuestros pacientes, contribuir a su longevidad con una buena calidad de vida o, como mediáticamente se conoce, aplicar un concepto *antiaging* de la medicina", señala el Dr. Mihic. Y es que, recuerda, "la prevención precoz es la mejor manera de asegurar nuestra salud ya que existen numerosas enfermedades en las que una detección a tiempo aumenta significativamente las posibilidades de curación".

La Unidad ofrece tres tipos diferentes de chequeos de salud (silver, gold y platinum), diferenciados por el sexo y edad del paciente, que incluyen todas las pruebas médicas necesarias para descartar las patologías más prevalentes



R. González

Seguros

Planes de Pensiones

Productos de Inversión



Hacemos normal lo
excepcional

En PSN trabajamos para alcanzar grandes objetivos. Por eso, nuestros planes de pensiones están entre los mejor clasificados en los rankings por rentabilidad. Ahora además, si traes tu plan a PSN obtienes hasta un 3% de bonificación extra. Para algunos esto es algo excepcional. Para nosotros es parte de nuestro día a día y de nuestro compromiso con nuestros mutualistas.

Hasta un

3%* de Bonificación Extra
* Ver condiciones de la promoción en psn.es



Vacunas no financiadas: ¿merece la pena esta inversión?

Si hay algo que desconcierta a los padres en los primeros años de vida de sus hijos son las vacunas. Las diferencias que tradicionalmente han existido entre los calendarios vacunales de unas comunidades autónomas con respecto a otras son, en gran parte, responsables de esta preocupación. La existencia de vacunas no incluidas en estos calendarios, pese la recomendación por parte de las sociedades científicas correspondientes, también contribuye a que los padres, a menudo, no sepan muy bien a qué atenerse. El **Prof. Alfonso Delgado Rubio, catedrático de Pediatría y Puericultura de la Universidad CEU San Pablo y director del Departamento de Pediatría de HM Hospitales**, defiende la aplicación de un calendario basado en criterios científicos.



La reciente unificación de los calendarios vacunales por parte del Ministerio de Sanidad ha supuesto un paso importante para dar coherencia a una situación que, según los expertos, no tenía mucho sentido y es que, como explica el Prof. Alfonso Delgado Rubio, "es absurdo establecer diferencias epidemiológicas entre La Rioja y Navarra o entre Madrid y Castilla La Mancha". Si bien es cierto que actualmente existe un calendario común para todo el territorio, también lo es que aún persisten ciertas peculiaridades. Ante el desconcierto de los últimos años, muchos expertos, entre los que se encuentra el Prof. Delgado Rubio, abogan por aplicar el calendario de la Asociación Española de Pediatría (AEP) ya que, como explica este catedrático, "sigue criterios científicos y no económicos".

Vacunas no incluidas: rotavirus

El calendario de la AEP incluye, por ejemplo, la vacunación frente al rotavirus, "clave en los primeros meses de vida para prevenir las diarreas graves que producen estos virus" y que suelen ir acompañadas de vómitos, fiebre, dolor abdominal y deshidratación. Los síntomas pueden durar entre tres y ocho días y en algunos casos se requiere incluso de hospitalización. De hecho, la infección por rotavirus es la primera causa de ingreso hospitalario por diarrea en niños menores de dos años.

Para prevenirla es fundamental adoptar medidas higiénicas, como el lavado frecuente de manos o la limpieza de aquellas superficies que puedan contaminarse por contacto, ya que se transmite vía fecal-oral. Sin embargo, se contagia con mucha facilidad tanto entre los propios niños como de estos a sus padres, por ello, la vacunación es, actualmente, la medida preventiva más eficaz. Se recomienda especialmente en aquellos niños que vayan a estar en contacto con otros a edades tempranas, por ejemplo, en guarderías, aunque desde la AEP, recuerda el Prof. Delgado Rubio, se aconseja la vacunación frente a rotavirus en todos los lactantes.

Actualmente existe un calendario común para todo el territorio, aunque persisten ciertas peculiaridades

Vacunas no incluidas: meningococo B

La vacuna frente al meningococo B es otra de las que se recomiendan desde la AEP y que no contempla el calendario oficial del Ministerio. En este caso, como apunta el Prof. Delgado Rubio, hablamos de una infección que, afortunadamente, no es muy frecuente, sin embargo, la gravedad de la misma ante una sepsis o una meningitis meningocócica justifica la inmunización de todos los niños.

"La infección por meningococo B puede dejar graves secuelas e incluso ser mortal", subraya. "Esta vacuna es segura, eficaz y protege frente a las formas más graves de infección sistémica por este germen. Es cierto que en este momento la incidencia de formas graves por meningitis B es muy baja, pero no es menos cierto que, cuando se producen, son terribles por su gravedad", añade. En su experiencia y dado que no está incluida en el calendario oficial, "aconsejaría a todos los padres que hicieran el esfuerzo y vacunaran a sus hijos porque, realmente, merece la pena".

Este mensaje, en el que numerosos expertos han hecho hincapié desde que se comercializara la vacuna en nuestro país, ha calado entre los padres y, de hecho, se ha llegado incluso a situaciones de desabastecimiento en las farmacias, lo que también ha contribuido a incrementar esa preocupación ya de por sí constante en torno a las vacunas. En este sentido, explica cómo "la demanda ha superado a la oferta y se ha producido un fenómeno curioso y es que como había pocas vacunas, de pronto, todos los padres querían ponerlas a sus hijos. Confío en que cuando la disponibilidad sea total, permanezca ese entusiasmo y se siga vacunando a los niños".

En cualquier caso, las ventajas de la aplicación de las vacunas superan con mucho los posibles aunque remotos inconvenientes

Seguridad

No es nuevo el hecho de que algunos colectivos intenten sembrar la duda sobre la vacunación y para ello, aún sin base científica que lo respalde, suelen cuestionar su seguridad. A esto, responde el Prof. Delgado Rubio, "los padres pueden estar muy tranquilos con respecto a la seguridad de las vacunas. Gracias a ellas, se salvan cada año millones de vidas en todo el mundo. Es cierto que, a veces, pueden producir efectos adversos, pero estos suelen ser mínimos y pasajeros". Entre los más frecuentes se encuentran la fiebre de mayor o menor intensidad y el dolor y/o enrojecimiento en la zona de inyección.

Por este motivo las vacunas deben administrarse siempre por personal experto y en un medio sanitario. Los niños deberían permanecer en el centro vacunal unos 30 minutos tras la administración de la vacuna de tal manera que si surgiera algún problema pudieran ser atendidos por personal entrenado a fin de minimizar los remotos riesgos que pudieran ocurrir. "Así lo aconsejamos en nuestros hospitales del Grupo HM Hospitales ya que tratamos de dar la máxima seguridad a los padres y de proteger a los niños, que es nuestro principal objetivo", señala el especialista.

"En cualquier caso, las ventajas de la aplicación de las vacunas superan con mucho los posibles aunque remotos inconvenientes. No olvidemos que gracias a las vacunas se han erradicado o disminuido extraordinariamente enfermedades muy graves y presentes hasta hace poco como la poliomielitis, difteria, tétanos, sarampión, rubeola, parotiditis o meningitis bacterianas, entre otras", concluye.

R. González



La receta para 'sobrevivir' a estas fiestas

Si eres de aquellos a los que las fiestas navideñas suelen pasar factura, que no te amarguen el dulce. 'Trescientos gramos' de planificación, 'dos cucharadas' de sentido común y 'una pizca' de esfuerzo son suficientes para que las celebraciones que están al caer no repercutan ni en tu báscula ni en tu salud. Nos lo cuenta el **Dr. José Ángel Díaz Pérez, especialista en Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario HM Puerta del Sur.**

A menudo, cuando hablamos de excesos en la mesa en Navidad, tememos que llegado enero no podamos subir la cremallera. Sin embargo, más allá de haber ganado unos cuantos kilos, puede ser nuestra salud la que se resienta. Como explica el Dr. Díaz Pérez, "los excesos no solo incluyen el aumento de peso sino el empeoramiento del perfil lipídico, el perfil hepático y la hiperuricemia". Todo ello puede incrementar el riesgo de sufrir un infarto de miocardio o un accidente cerebrovascular, advierte.

Alimentos ricos en grasas saturadas y habituales en esta época del año, como "el cordero, el cochinillo, los fiambres y los quesos curados empeoran los niveles de colesterol LDL, que aumentan la formación de la placa de ateroma". Por su parte, un elevado consumo de alcohol "produce un empeoramiento de la función hepática". Y exceso de proteínas y de alcohol, añade, "puede precipitar crisis gotosas".

R. González



La 'receta'

Ayunar con el objetivo de darse luego un 'homenaje' no solo no va a ayudarnos a controlar el peso sino que, además, puede tener efectos negativos en términos de salud, aumentando los niveles de ácido úrico y precipitando la hiperuricemia. "Lo más adecuado es permitirse pequeños excesos y compensar luego con ejercicio físico y un aumento del consumo de frutas y verduras en detrimento de otros alimentos más calóricos y ricos en grasas saturadas", señala el Dr. Díaz Pérez.

Estos son algunos consejos para cuidarse también en estos días:

- Modera el consumo de carnes ricas en grasas saturadas como el cordero, el cabrito o el cochinillo.
- Opta por fuentes de proteína más saludables como las carnes de pollo de corral, pavo, capón, codorniz y conejo.
- No tienes por qué renunciar al jamón ibérico, es una buena fuente de ácidos grasos monoinsaturados, hierro, calcio y vitamina B1. Por supuesto, siempre con moderación.
- Los mariscos son también una buena opción en la mesa por su contenido en ácidos grasos omega-3 y minerales como zinc, hierro y selenio. Para evitar problemas con el ácido úrico, hay que tomar pequeñas cantidades.
- Alterna el consumo de carnes con el de pescados. Una opción muy sabrosa y saludable por su contenido en ácidos grasos omega-3, sobre todo en el caso del pescado azul, que nos ayudará a cuidar nuestro corazón y prevenir enfermedades cardiovasculares.
- Deja a un lado las salsas y haz de las verduras tu guarnición.
- Limita el consumo de dulces. Lo mejor es comprar poco y pensando en los días señalados. De esa forma, evitarás picotear a diario o comer de más porque hay que 'limpiar' la despensa.
- Como el resto del año, cada día debemos incluir 2-3 raciones de fruta y otras tantas de verdura.
- Modera el consumo de alcohol, sobre todo, el de alta graduación.
- Haz ejercicio para compensar los excesos. Por ejemplo, camina a paso ligero 20 minutos tres días a la semana y sube y baja cuatro pisos dos veces al día.

Cea Bermúdez, 67 - Madrid
91 535 00 36



Islas Filipinas

C/ Arenal, 19
91 541 42 37



Ópera

Conde de Peñalver, 96
91 548 74 68



Diego de León

Monje's

Belle  Madame®

Sistemas de pelo y complementos oncológicos

para que
nada
cambie tu
vida



www.monjes.net

maquillaje para cejas

Avanzando en el cáncer de pulmón

Actualmente, no cabe duda del daño que el tabaco supone para nuestra salud. Nadie cuestiona su relación con el cáncer de pulmón, de hecho, como apunta el **Dr. Javier de Castro, director del Programa de Oncología Torácica del Centro Integral Oncológico Clara Campal (HM CIOCC)**, "el tabaco está detrás del 80% de los casos". Tanto es así, afirma, que sin el tabaco este tipo de cáncer, uno de los más frecuentes, sería un tumor raro. Dejar este hábito suele ser uno de los propósitos habituales de cara al Año Nuevo, sin embargo, conseguirlo por uno mismo no siempre da resultado. Los expertos recomiendan pedir ayuda.

Si has dejado de fumar recientemente y crees que te sientes peor que cuando fumabas, no desistas en el intento, esto suele ser habitual cuando intentamos romper con una sustancia adictiva como es el tabaco. Lamentablemente, esa percepción está detrás de muchas recaídas, al igual que el estrés y otros factores de tipo social. Tanto si es la primera vez que te planteas dejar el tabaco como si ya lo has intentado en otras ocasiones y has fracasado, lo importante, explica el Dr. De Castro, es dar el primer paso.

Pedir ayuda

Como apunta este experto, el fumador es un paciente que, independientemente de la afectación que el tabaco haya causado ya en su salud, presenta un problema de adicción y es él mismo quien debe dar el primer paso para dejar de fumar. Sin embargo, reconoce, "es difícil dejar de fumar solo. Por ello, es importante que pida consejo a un profesional". Este podrá asesorarle sobre las distintas opciones de tratamiento, tanto de tipo farmacológico como psicológico, y diseñar una estrategia a su medida.

El fumador presenta un problema de adicción y es él mismo quien debe dar el primer paso para dejar de fumar



Tabaco y cáncer de pulmón

Si nos remontamos a los principales tratados de Medicina de principios del siglo XX, cuenta este especialista, estos apenas dedicaban una página al cáncer de pulmón. Entonces, "se consideraba una enfermedad rara" a la que, desgraciadamente, "el tabaco ha hecho popular".

"Hoy en día sabemos que aproximadamente en el 80% de los cánceres de pulmón existe una historia previa de tabaquismo. En algunos tipos concretos, como en el carcinoma de células pequeñas o el carcinoma escamoso, esta relación entre tabaco y desarrollo del cáncer es absoluta, es decir, prácticamente en todos los casos hay un fumador importante detrás", afirma.

Hacia el diagnóstico precoz

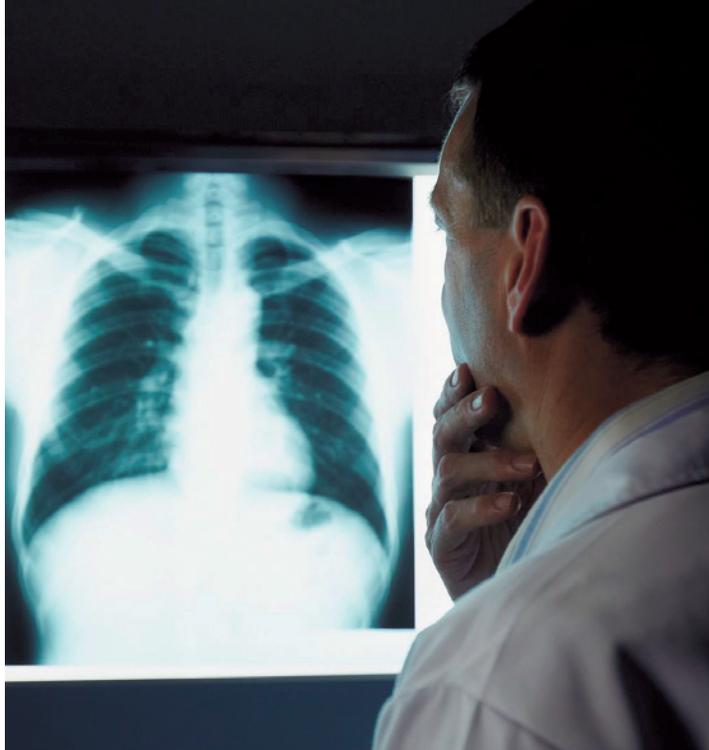
En nuestro país, el cáncer de pulmón es la principal causa de muerte por cáncer en varones y la segunda en mujeres, aunque, según el Dr. De Castro, "dentro de poco, también será la primera".

Uno de los principales retos en cáncer de pulmón es el diagnóstico precoz ya que en la mayoría de casos se presenta en fases avanzadas, cuando la curación no es posible. "A diferencia de otros tipos tumorales como el carcinoma de mama, intestino grueso, cuello de útero y próstata, donde se ha demostrado que programas de 'screening' específicos permiten una detección precoz y, por tanto, mejorar de forma significativa la supervivencia de estos tumores, desgraciadamente, no tenemos un programa así en el cáncer de pulmón. Por suerte, en los últimos años, estamos comprobando cómo el seguimiento de pacientes de riesgo, es decir, fumadores importantes entre los 50 y 70 años, muchos de ellos con historia de bronquitis crónica más o menos desarrollada, puede llevar a un aumento significativo de la detección del cáncer de pulmón en una etapa más precoz, donde las posibilidades de aplicar un tratamiento curativo son mayores y, por tanto, aumentar la supervivencia", explica.

En HM Hospitales, apunta, ya se están realizando controles de este tipo que consisten en un seguimiento de estos pacientes de riesgo mediante "controles clínicos y radiológicos periódicos, utilizando un TAC de baja tasa de radiación". Un paso adelante hacia el diagnóstico precoz con el que, asegura, "estamos muy ilusionados".

Avances terapéuticos

Otro de los grandes retos es el de conseguir fármacos cada vez más eficaces. En esto, también se ha avanzado en los últimos años. "Hasta hace apenas quince años, la quimioterapia con un fin meramente paliativo era la única opción terapéutica para los casos de cáncer de pulmón avanzado.



Hoy en día sabemos que aproximadamente en el 80% de los cánceres de pulmón existe una historia previa de tabaquismo

Afortunadamente, hemos conseguido desarrollar dos estrategias terapéuticas muy útiles que están revolucionando la historia de esta enfermedad", subraya.

De un lado, explica, "en un grupo de pacientes, que puede suponer el 15%, estamos identificando alteraciones moleculares que son fundamentales para el desarrollo biológico del cáncer y, lo que es mejor, que pueden ser tratadas con enorme éxito con inhibidores específicos de esas alteraciones, que además suelen ser fármacos orales".

De otro, añade, "la inmunoterapia también está suponiendo una revolución absoluta ya que puede ser superior a la quimioterapia en un 20% de pacientes, por lo que ya debe ser la primera opción a considerar y, lo que es todavía más espectacular, estamos viendo un 20% de supervivientes a los cinco años, cuando con la quimioterapia no se superaba ni el 5%".

A todo esto se suma el incesante avance de la tecnología hacia técnicas diagnósticas, de radioterapia y cirugía más eficaces, mejorando así el pronóstico de los pacientes.

No te acostumbres y actúa frente al dolor lumbar

El dolor lumbar afecta aproximadamente a una de cada diez personas en edad adulta en algún momento de su vida. En general, no suele presentarse de forma aislada sino en episodios repetitivos. Su elevada prevalencia, impacto en la calidad de vida y coste económico lo convierten en un problema de salud pública. Sin embargo, se trata de un dolor a menudo infravalorado y eso que, en algunos casos, llega incluso a cronificarse. Actuar a tiempo, elegir el tratamiento adecuado y contar con Unidades del Dolor cuando sea preciso son clave para atajar el problema. Lo cuenta el **Dr. Juan Pérez-Cajaraville, director de la Unidad del Dolor de HM Hospitales, presidente de la Comisión de Educación de la Federación Europea de Dolor (EFIC) y vocal de la junta directiva de la Sociedad Española de Dolor.**

Aunque se trata de un dolor muy frecuente, no por ello hay que quitarle importancia, de hecho, en los episodios de dolor agudo o crisis, subraya el Dr. Pérez-Cajaraville, el dolor lumbar puede llegar a "provocar intolerancia a la actividad cotidiana".

Está considerado un problema de salud pública, describe, "tanto por su elevada prevalencia como por su coste económico y social". Está relacionado con el envejecimiento de la población y afecta más a las mujeres que a los hombres, con un 29% entre ellas frente a un 19% entre los varones.

En el caso del dolor lumbar crónico y, más concretamente, en pacientes complejos como los pluripatológicos o los que se encuentran en cuidados paliativos, se recomienda el manejo en Unidades de Dolor. HM Hospitales cuenta con unidades de este tipo en todos los centros hospitalarios de la Comunidad de Madrid, en HM Belén (A Coruña), en HM San Francisco (León) y en HM IMI Toledo.

Un dolor complejo

Como explica el Dr. Pérez-Cajaraville, "el abordaje de esta patología es complejo" ya que en la respuesta al tratamiento y en el pronóstico intervienen "factores físicos, psicológicos, sociales y laborales difíciles de valorar. El primer problema al que nos enfrentamos –subraya el experto– surge desde el diagnóstico y es que son numerosas las entidades que pueden producir dolor lumbar; algunas de ellas graves".

Otro de los problemas es el riesgo de que se cronifique. Esto, apunta, "depende no solo de las características del proceso sino también de la idiosincrasia del paciente y del manejo que hagamos".

El tercer inconveniente es la elección del tratamiento más adecuado en cada caso para conseguir un buen pronóstico.

Manejo

El correcto manejo del dolor lumbar, explica el Dr. Pérez-Cajaraville, "se integra dentro de un modelo biopsicosocial en el que se combinan medidas farmacológicas y no farmacológicas, siendo la combinación de ambas lo más habitual".



En el éxito del tratamiento influye el que este se inicie lo antes posible. No obstante, hay que tener en cuenta, advierte el Dr. Pérez-Cajaraville, que en ocasiones no se obtiene la respuesta esperada o el fármaco es mal tolerado. Además, si el dolor lumbar se cronifica, la percepción del dolor es aún mayor. En estos casos, como en aquellos que no responden a los fármacos, se recurre a procedimientos intervencionistas. "Estos deben ser realizados por personal adecuadamente cualificado y requieren de un seguimiento con una infraestructura especializada de la que se dispone en las Unidades de Dolor", subraya.

Estrategias intervencionistas

"Las estrategias intervencionistas están dirigidas normalmente hacia estructuras nerviosas que, supuestamente, actúan de mediadoras en la experiencia del dolor", explica. "Los mecanismos de acción son sumamente variables, desde bloqueos reversibles con anestésicos locales hasta la inducción con estimulación medular o la ablación con energía de radiofrecuencia. Otras técnicas de administración de medicación por vía intratecal mejoran el índice terapéutico eficaz de los fármacos", añade.

En estos casos más complejos, se utiliza un enfoque terapéutico escalonado que permite obtener la mayor eficacia con el menor riesgo y a un coste razonable. "Estas estrategias tienen como objetivo mejorar la calidad de vida de nuestros pacientes y evitar el consumo de medicación de manera crónica", apunta. En cuanto a quién puede beneficiarse de ellas, aclara que "la edad no supone ningún factor limitante para su realización, ni desde un punto de vista técnico ni de eficacia".

Manejo multidisciplinar

En las Unidades de Dolor de HM Hospitales se encuentran médicos especialistas, psicólogos, enfermeras, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales y asistentes sociales, todos ellos expertos en el diagnóstico y tratamiento del dolor crónico. Precisamente, concluye, "la formación de estos profesionales, su coordinación y capacidad de trabajo en equipo hacen que en HM Hospitales estemos obteniendo unos resultados espectaculares en el manejo de nuestros pacientes".

Tres claves para prevenir y aliviar el dolor cervical y de espalda

Analgésicos, antiinflamatorios o relajantes musculares combinados con sesiones de rehabilitación son el tratamiento más habitual frente al dolor de espalda y cervical. Sin embargo, "cuando el paciente no mejora o hablamos ya de casos muy graves e invalidantes, estos tienen que ser remitidos a la Unidad de Dolor", apunta el **Dr. Martín Del Avellanal, especialista de la Unidad de Dolor del Hospital Universitario HM Madrid**. "Aquí planteamos tratamientos con intervenciones menores, pero muy eficaces, como los bloqueos epidurales o facetarios y las técnicas de radiofrecuencia", añade. "Estos –explica– se suelen hacer de forma ambulatoria, en quirófano o sala de rayos X, con anestesia local o sedación".

Con respecto al pronóstico, señala, "en la patología discal este es casi siempre bueno, aunque en algunos casos pueda reaparecer el dolor y obligue a repetir el tratamiento. En los casos de artrosis degenerativa, depende de cómo evolucione la enfermedad, estrechando progresivamente el canal espinal. Lo que sí sabemos es que los ejercicios dirigidos de estiramiento y fortalecimiento de la musculatura de la espalda han demostrado una muy alta eficacia a la hora de mejorar la evolución del paciente y prevenir la recaída".

Y si hablamos de prevenir su aparición, explica el Dr. Martín Del Avellanal que el principal factor de riesgo en el dolor de espalda y cervical no depende de nosotros ya que es la herencia genética, sin embargo, sí hay algo que podemos hacer: "estiramientos, higiene postural y ejercicio físico dirigido a fortalecer la musculatura de la zona".

R. González

Que la **limpieza del hogar** no sea una de tus preocupaciones

www.velvethut.com

Velvethut presta servicios de limpieza en todo el territorio nacional. Descuento no acumulable a otras ofertas y promociones.


velvethut

10%
Descuento
con el código
GHM10

Nace el Instituto de Investigación Sanitaria HM Hospitales

HM Hospitales acaba de dar un gran paso adelante en el campo del fomento de la investigación biomédica y el desarrollo de la Tecnología de la Salud con la creación del Instituto de Investigación Sanitaria HM Hospitales (IIS-HM), que nació como institución el pasado 12 de septiembre.

Este nuevo organismo ve la luz con una clara vocación de convertirse en un referente nacional e internacional de excelencia científica y tiene entre sus objetivos fundacionales la coordinación de grupos de investigación. Está constituido por HM Hospitales, la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) y la Universidad CEU San Pablo, mientras que la personalidad jurídica será cedida por la Fundación de Investigación HM Hospitales.

El Dr. Juan Abarca Cidón, presidente de HM Hospitales, también ostentará el cargo de presidente del Consejo Rector del IIS-HM, y asegura que "el Instituto supone un fantástico ejemplo de colaboración público-privada que va a demostrar que juntos podemos ser mejores y con el objetivo compartido del fomento de la investigación en el campo de la biomedicina y, sobre todo, del desarrollo tecnológico aplicado a la salud".

El objetivo primordial del IIS-HM es convertirse en una herramienta útil para optimizar la gestión de la investigación dentro de los distintos hospitales y centros integrales que conforman el Grupo. De esta forma, HM Hospitales se dota de una estructura que mejorará las relaciones de colaboración que ya existen desde hace años con la UPM que recientemente se han consolidado en el Centro de Simulación Computacional de la UPM, así como con la Universidad San Pablo CEU.

¿Quieres colaborar con nosotros?

Puedes llamar al teléfono: 912 670 661
o mandar un e-mail a esta dirección:
secretaria@fundacionhm.com

¡MUCHAS GRACIAS!



fundaciónhm
investigación

Cerrar el círculo de la salud

El área de conocimiento más importante al que se orientará el IIS-HM es la tecnología aplicada a la salud y el análisis masivo de datos biomédicos. Ambos campos buscan mejorar la calidad de vida de las personas garantizando la igualdad de oportunidades para individuos y poblaciones, sin olvidar la investigación en biología de sistemas aplicada a la protección de la salud. "Nuestro objetivo es cerrar el círculo de la salud iniciado en el siglo XVIII. Hasta la fecha los datos de los individuos mejoran la salud de las poblaciones, y ahora hemos de avanzar en conseguir que los datos de las poblaciones mejoren la salud de un individuo de forma predecible y con una precisión ya alcanzada en otras áreas de conocimiento", destacó el Dr. Cristóbal Belda, director científico del IIS-HM.





HM Fertility Center: Donde Nacen las Madres

En HM Hospitales, fieles a nuestra manera de entender la Medicina y tras más de 15 años de experiencia, ponemos a tu servicio el mejor equipo médico y las más avanzadas técnicas para ayudarte a cumplir tu sueño, ser madre.

- + Tratamiento personalizado y con seguimiento las 24 horas del día a través del protocolo FIVCARE.
- + Todas las alternativas de tratamientos necesarias para lograr los resultados esperados.
- + El 90% de nuestras pacientes se quedan embarazadas.
- + Con la seguridad que te ofrece HM Hospitales.

**PRIMERA
CONSULTA
¡GRATUITA!**

900 11 10 10
hmfertilitycenter.com
FINANCIACIÓN A TU MEDIDA

HM
MEDICINA DE LA REPRODUCCIÓN
hm fertility center

Donde Nacen las Madres

Hay un HM Fertility Center muy cerca de ti:

Madrid : HM Montepíncipe HM Puerta del Sur HM Vallés Galicia : Maternidad HM Belén Castilla la Mancha : HM IMI Toledo

La **biopsia líquida** ya es una realidad en HM CIOCC

El Centro Integral Oncológico Clara Campal (HM CIOCC), ubicado en el Hospital Universitario HM Sanchinarro, ha puesto a disposición de los pacientes oncológicos un novedoso Programa Avanzado de Biopsia Líquida pionero en España, que mantiene a la compañía en la vanguardia de la detección molecular. El [jefe de Servicio de Oncología Médica y director Asistencial y de Docencia de HM CIOCC, Dr. Antonio Cubillo](#), explica los pormenores de este nuevo servicio asistencial, que es un paso adelante en la medicina personalizada y que abre la puerta a ofrecer un mejor tratamiento en algunos procesos tumorales de los pacientes oncológicos.



La biopsia líquida es un simple análisis de sangre pero al mismo tiempo es una de las técnicas más avanzadas y que mejores resultados ofrece para el diagnóstico y tratamiento de algunos tipos de tumores, y que en esos casos puede servir para conocer la evolución de la enfermedad en cada paciente. De esta forma, se evitan técnicas más invasivas, molestas e incluso, en algunos casos, peligrosas. Así HM Hospitales avanza en su objetivo de fomentar una intervención médica lo más alejada del dolor.

En HM CIOCC la biopsia líquida es ya una realidad, que según el Dr. Antonio Cubillo "es capaz de identificar algunas de las alteraciones moleculares de ciertos tipos tumorales. La posibilidad de aplicarla en la rutina asistencial podría evitar la necesidad de segundas biopsias en algunos casos y mejorará el rendimiento diagnóstico de los procedimientos poco invasivos para, al fin y al cabo, individualizar más y mejor cada tratamiento".

Qué nos dice la biopsia líquida

La biopsia líquida permite, entre otras aplicaciones, identificar en sangre una mutación que habitualmente se encuentra en un tejido por lo que, en muchos casos, se podrán conocer algunas características moleculares de ciertos tipos tumorales. Con este nuevo servicio asistencial HM Hospitales mantiene su compromiso de incorporar a sus pacientes oncológicos las últimas novedades tecnológicas con el fin de mejorar los tratamientos de los pacientes y hacerlos cada vez más personalizados.

Además, al implementar este servicio asistencial HM Hospitales, pese a que inicialmente se circunscriba a una serie determinada de procesos oncológicos, da un impulso para la progresión de la investigación y que en un futuro no lejano el abanico de patologías a las que pueda ser orientada la biopsia líquida sea mayor. El Dr. Antonio Cubillo explica que este programa "refuerza el papel del centro como primer 'Cancer Center' privado de España gracias a los más de 3.000 nuevos pacientes que recurren a sus servicios al año".

La irrupción de la biopsia líquida en términos de diagnóstico supone una nueva ventana para el conocimiento específico del tipo de tumor

Oncología de precisión

La irrupción de la biopsia líquida en términos de diagnóstico supone una nueva ventana para el conocimiento específico del tipo de tumor, y sobre todo, abre la puerta a descubrir las distintas alteraciones que experimenta a lo largo del tiempo. "Es sin duda un avance sustancial en la denominada oncología de precisión, lo que se revela fundamental para aplicar la mejor alternativa terapéutica o para evaluar la respuesta a la terapia", señala el Dr. Cubillo.

De esta forma, el análisis de alteraciones moleculares mediante biopsia líquida que se instaura en HM Hospitales, a través de HM CIOCC, es complementario al estudio del tejido tumoral y permite alcanzar un diagnóstico de manera más precoz y personalizada para cada uno de nuestros pacientes. Esto implica una mejora sustancial en el conocimiento previo de los procesos oncológicos por lo que se inicia un camino que hace más preciso el conocimiento de algunos tipos tumorales. Estamos quizás ante el inicio de una nueva era en el conocimiento y abordaje del cáncer y HM Hospitales se convierte en pionero al incorporarlo a su cartera de servicios en HM CIOCC.

Saludízate, cumplir tus sueños con la mayor seguridad

HM Hospitales acaba de presentar el nuevo programa Saludízate, un conjunto de servicios asistenciales complementarios basados en el concepto de medicina satisfactiva, que ofrece al paciente diferentes tratamientos con la última tecnología y el mejor equipo médico, orientados a un único objetivo: mejorar la calidad de vida y bienestar de las personas con la tranquilidad de estar siendo atendido con los mayores niveles de seguridad.



Saludízate nace de las peticiones de nuestros pacientes por encontrar en su hospital de confianza estos servicios pero con la garantía de excelencia, innovación y eficacia marca de la casa. En concreto, Saludízate ha iniciado este camino con tratamientos de áreas terapéuticas como Cirugía Refractiva, Obesidad, Cirugía Plástica y Fertilidad. Todos ellos dirigidos por equipos médicos de referencia a nivel nacional e internacional y que comparten una serie de argumentos como la primera consulta gratuita, servicio personalizado y seguimiento, información almacenada en una historia clínica única y una atención integral.

Al elegir los servicios de Saludízate los pacientes disfrutarán de médicos especialistas que realizarán un primer examen y aconsejarán el tratamiento que mejor se adapta a las necesidades de cada paciente. Todos los servicios asistenciales que ofrece Saludízate se centralizan en el portal web específico:

www.saludizate.com

Atención personalizada

Una de las señas de identidad de Saludízate reside en la atención personalizada del paciente que se consigue con un cuadro médico profesional con más de 15 años de experiencia. Una de nuestras metas es la excelencia en la atención a los pacientes, lo que implica disponibilidad para resolver dudas y preguntas y **financiación a tu medida**.

Di adiós a gafas y lentillas con la Cirugía Refractiva

La Cirugía Refractiva forma parte de Saludízate. Especialmente indicada para personas que sufren miopía, hipermetropía o astigmatismo y que quieren dejar de usar gafas o lentillas. Al frente del equipo está el Dr. Gonzalo Bernabéu, uno de los máximos especialistas a nivel mundial en esta materia y está disponible en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur y en el Hospital HM Vallés. Estas cirugías no necesitan hospitalización, son indoloras y consiguen resultados inmediatos. De esta forma, dejar atrás las gafas está al alcance de la mano. Previamente y mediante un estudio personalizado el equipo de profesionales de HM Hospitales indicará cuál es la técnica de cirugía ocular avanzada más apropiada para cada paciente y cada caso. Para ello, Saludízate dispone de los últimos métodos como cirugía LASIK, cirugía de Superficie Corneal (PRK-LASEK), cirugía RELEX SMILE, cirugía con implante de lentes intraoculares fáquicas o cirugía faco-refractiva. Toda la información sobre este servicio se puede encontrar en el teléfono **900 104 841**.

Endoscopia Bariátrica para combatir la obesidad

Con el objetivo de tratar los problemas de obesidad y sobrepeso Saludízate incluye tratamientos como el Balón Intragástrico y el Método Apollo, exponentes de las nuevas tecnologías endoscópicas, que de un modo menos invasivo y más seguro que la cirugía tradicional, obtienen resultados como que el 80% de los pacientes solucionen la obesidad. Al frente de estas técnicas está la Unidad de Endoscopia Bariátrica del Hospital Universitario HM Sanchinarro, dirigida por el Dr. Gontrand López-Nava, que en la actualidad suma más de 3.000 intervenciones, lo que le sitúa como uno de los equipos que más balones ha implantado en todo el mundo. Terminar con la obesidad no es sólo una cuestión de autoestima, sino que evita enfermedades como la hipertensión, infertilidad, diabetes o problemas cardiovasculares. En el teléfono **900 104 839** se encuentra la información de este servicio.



Tu mejor versión

Además, Saludízate pone a disposición de sus pacientes una serie de intervenciones ambulatorias y de rápida recuperación en el campo de la Cirugía Plástica, orientados a la corrección estética, facial y corporal, en el que el aumento y reducción de pecho, blefaroplastia, rinoplastia y abdominoplastia son algunos de los tratamientos más demandados.

Bajo la dirección del Dr. Xavier Santos Heredero un equipo de cirujanos plásticos de reconocido prestigio internacional en las últimas técnicas de reparación corporal ayuda a pacientes a recuperar los estándares estéticos acordes con la personalidad de una forma natural. Todos estos servicios están disponibles en los hospitales universitarios HM Montepríncipe, HM Torrelodones y HM Puerta del Sur y en el teléfono **900 104 840**.

El sueño de la maternidad

En el área de Fertilidad, y de la mano de HM Fertility Center que dirige el Dr. Isidoro Bruna, se reúne la última tecnología y la experiencia de más de 15 años para cumplir el sueño de la maternidad con una alta tasa de éxito, ya que el 90 por ciento de las pacientes consiguen su embarazo. Técnicas como la fecundación *in vitro*, ovodonación, inseminación artificial y preservación de la fertilidad son algunos de los tratamientos más usados para alcanzar el objetivo deseado de la maternidad. Este servicio se encuentra disponible en Madrid en los hospitales universitarios HM Montepríncipe, HM Sanchinarro y HM Puerta del Sur y en el Hospital HM Vallés. En Galicia en la Maternidad HM Belén y en Castilla La Mancha en HM IMI Toledo. Se puede solicitar primera cita gratuita en el **900 111 010**.

Beatriz Sánchez-Infantes

Quizá no sepas qué es, pero seguro que **lo notas**

Eso es la calidad asistencial



Ya existen 115 centros que han sido reconocidos para ti



Noticias HM Hospitales

HM Vigo estrena nombre, imagen y REA/UCI

HM Hospitales ha anunciado que el Hospital HM Vigo ha iniciado un proceso de renovación de instalaciones y equipos médicos cuya inversión asciende a 2,2 millones de euros. Una de las primeras intervenciones ha sido la renovación de la Unidad de Reanimación Post Quirúrgica (REA/UCI), lo que permitirá que los pacientes dispongan de un entorno de máxima seguridad y de una alta calidad asistencial. Este paso concuerda con uno de los objetivos proyectados para este centro hospitalario, que es ofrecer a la sociedad una 'boutique quirúrgica' a través de la cual los pacientes podrán disponer de todas las especialidades de cirugía. También se ha llevado a cabo un cambio para adaptar la imagen del hospital vigués a la de los demás centros de HM Hospitales. De hecho, ha abandonado su anterior denominación de Hospital Nuestra Señora del Perpetuo Socorro Centro Médico El Castro, para pasar a llamarse HM Vigo. De esta forma, a través de ese cambio, el grupo da un paso más para unificar las estructuras asistenciales en Galicia para que todas ellas funcionen como un complejo integrado y coordinado.



Nuevas instalaciones de Urgencias y Diálisis en Santiago de Compostela



El Hospital HM Rosaleda acaba de inaugurar sus nuevas instalaciones de Urgencias en las que HM Hospitales ha realizado una inversión cercana al millón de euros para llevar a cabo una reforma integral del servicio. La remodelación de las Urgencias ha consistido en el aumento en la dotación de equipos y se ha apostado por incorporar tecnología de vanguardia. Además, se ha acondicionado un espacio para atender las urgencias ginecológicas. Fruto de esta renovación en las Urgencias de HM Rosaleda se ha ampliado la cartera de servicios para poder ofrecer a los pacientes una atención más completa y, asimismo, reducir los tiempos de espera. Por otra parte, el Hospital HM La Esperanza estrena Unidad de Diálisis. La Unidad, que ha realizado el servicio durante los últimos años en HM Rosaleda, se ha desplazado a un nuevo asentamiento en el otro centro compostelano de HM Hospitales. Los pacientes dispondrán de un equipo médico que cuenta con una reconocida trayectoria, unas instalaciones con tecnología de última generación, un espacio de máximo confort para los pacientes y una mejoría en términos de accesibilidad. Todo ello sitúa a HM La Esperanza en la vanguardia asistencial en este campo en Galicia. Además, se ha ampliado la capacidad de la Unidad, que pasa de los 24 puestos con los que contaba en HM Rosaleda a los 28 de los que dispondrá en su nuevo emplazamiento.

HM Hospitales se vuelca con el deporte escolar gallego

Los hospitales HM Modelo, HM Rosaleda y HM Vigo están acreditados como centros de atención sanitaria en el programa de deporte escolar Xogade, una iniciativa de la Xunta de Galicia cuyo objetivo es fomentar y extender el deporte educativo y saludable a toda la sociedad desde las edades más tempranas. Miles de niños de la comunidad gallega participan en el programa a través de actividades promovidas por las AMPA, clubes, escuelas deportivas municipales, agrupaciones deportivas, asociaciones, etc. Además, el programa cubre las incidencias médicas que puedan surgir en el transcurso de la práctica deportiva a través de un seguro suscrito, en este caso, por la Xunta de Galicia con los centros gallegos de HM Hospitales. HM Modelo, HM Rosaleda y HM Vigo ofrecen las máximas garantías asistenciales y cuentan con profesionales de reconocido prestigio en Traumatología, Cardiología, Neumología, así como en cualquier otra especialidad clínica o quirúrgica. Además, disponen de servicios de Urgencias 24 horas con capacidad de respuesta ante cualquier emergencia sanitaria y de tecnología de última generación para ofrecer unos servicios asistenciales de máxima calidad y seguridad.



Culmina la remodelación del Policlínico HM Moraleja

Desde el pasado 1 de septiembre el Policlínico HM Moraleja cuenta con unas instalaciones remodeladas. HM Hospitales ha invertido 375.000 euros en material sanitario y, sobre todo, en equipos tecnológicos orientados al campo diagnóstico, para convertir a este centro de especialidades en un referente asistencial en el área de Alcobendas. De esta forma, se ha incorporado material de última tecnología como ecocardiografía, ergometría y mamografía digital (anteriormente era analógica). Todo para enriquecer la intensa oferta asistencial, que a los servicios anteriormente nombrados incorpora Cirugía General, Traumatología, Oftalmología, Dermatología, ORL, Endocrinología, Nutrición y Dietética, Cardiología, Podología, Gastroenterología, Alergología y Urología. Además, complementa los servicios ofrecidos la posibilidad de efectuar extracciones, contar con sala de curas e inyectables y batería de pruebas radiodiagnósticas como: resonancia magnética, ecografía, mamografía digital y radiología convencional. Esta nueva tecnología permite al Policlínico HM Moraleja añadir servicios de Cirugía Plástica y Estética y Fisioterapia, que se incorporan como nuevas actividades y complementan a áreas terapéuticas en las que ya destacaba como Medicina General, Pediatría y Ginecología.



HM Torrelodones pone en marcha el Mostrador Único

El Hospital Universitario HM Torrelodones acaba de poner en marcha el denominado Mostrador Único. Se trata de un avance asistencial que, tras haber sido implantado con éxito en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur de Móstoles como proyecto piloto, se instaura en este centro hospitalario. Este programa está destinado a mejorar la atención de los pacientes en los diferentes puestos de citación del hospital y consiste en que los usuarios pueden gestionar sus citas en un único punto de atención sin necesidad de desplazarse por el hospital para ello. Es decir, que se puede solicitar una consulta, prueba radiológica o recoger los resultados de sus analíticas en cualquiera de los mostradores de consultas o radiología del centro. Con este servicio se aumenta la celeridad en las gestiones y se ahorra tiempo y esperas a los usuarios. Además, de este modo HM Hospitales avanza en su objetivo de ofrecer una mejor calidad asistencial y la compañía ya estudia la manera de instaurar el Mostrador Único en todos sus centros hospitalarios.

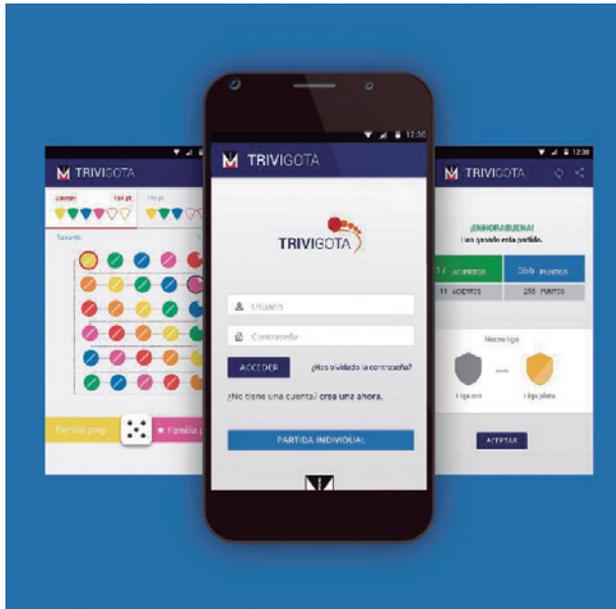
HM Montepíncipe renueva la UCI Neonatal y Pediátrica

El Hospital Universitario HM Montepíncipe acaba de renovar su Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) Neonatal y Pediátrica, lo que culmina la actualización del Área Materno Infantil de este hospital que es una referencia nacional en el campo de la maternidad y de los cuidados neonatales. En concreto, se ha acometido la renovación y modernización del equipamiento necesario para atender a todo tipo de pacientes, desde niños que solo requieren cuidados mínimos y observación, hasta la patología más compleja. El equipamiento más destacable de esta UCI Neonatal y Pediátrica es la monitorización centralizada, respiradores convencionales y de alta frecuencia, equipo para administración de óxido nítrico, equipo para canalización vascular guiada por eco y tecnología para patologías menos frecuentes o de alta complejidad como pueden ser los equipos para hipotermia neonatal y de ECMO (Equipo de Circulación Extracorpórea). A la postre esta instalación es un referente en el campo de la neonatología, ya que estas instalaciones mantienen la calificación nacional nivel III, la más alta existente. Por esa razón la Unidad de Neonatología recibe anualmente a unos 500 pacientes de los cuales unos 150 son recién nacidos prematuros.



Trivigota: la gammificación llega a la gota

Con el objetivo de ayudar a las personas con gota a conocer más sobre la enfermedad, la compañía farmacéutica Menarini acaba de lanzar la aplicación Trivigota. Esta herramienta, de carácter divulgativo, aúna rigor científico y contenido lúdico para ayudar al paciente a entender mejor su enfermedad y promover hábitos de vida saludables que le ayuden a controlarla.

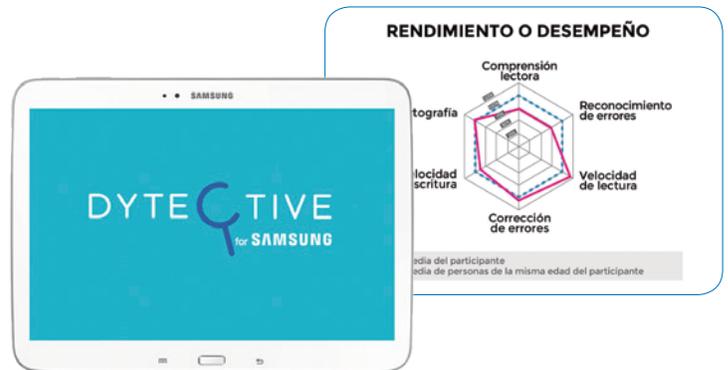


Ya está aquí la tercera generación de gafas para discapacidad visual

eSight 3 es la nueva generación de unas gafas que permiten a las personas con visión baja o muy baja moverse y ganar independencia. Se trata de un dispositivo parecido a las gafas de realidad virtual, pero han sido diseñadas para mejorar la vista de las personas con visión muy baja o casi nula. Son menos aparatosas e intrusivas que las gafas telelupa o telescópicas convencionales y a diferencia de estas, no se basan en lentes sino en una cámara de alta resolución y gran luminosidad que captura el entorno y todo aquello hacia lo que el usuario dirige la vista. La imagen captada se proyecta directamente a los ojos desde dos pantallas OLED situadas en el interior de las gafas. Previamente, esa imagen ha sido procesada con un algoritmo informático que ajusta y modifica cada una de las imágenes por separado según el grado de afeción.

Diagnóstico precoz de la dislexia en tu móvil

DyTECTive for Samsung es una aplicación que mediante juegos lingüísticos permite detectar la dislexia en fases tempranas y en apenas 15 minutos. Su objetivo: hacer visible el problema y favorecer la actuación temprana para evitar el fracaso escolar de estos niños. La app, gratuita y disponible para Android e iOS, es capaz de analizar más de 200 variables y detectar el riesgo de dislexia con casi un 90% de precisión. En menos de un año, se han realizado más de 80.000 descargas y ha detectado más de 7.000 casos de riesgo.



Hospitales

Madrid

hm madrid

Pza. del Conde del Valle de Suchil, 16. 28015 Madrid

hm montepríncipe

Avda. de Montepríncipe, 25.
28660 Boadilla del Monte. Madrid

hm torrelodones

Avda. Castillo de Olivares, s/n. 28250 Torrelodones.
Madrid

hm sanchinarro

C/ Oña, 10. 28050 Madrid

hm nuevo belén

C/ José Silva, 7. 28043 Madrid

hm puerta del sur

Avda. Carlos V, 70. 28938 Móstoles. Madrid

hm vallés

C/ Santiago, 14. 28801 Alcalá de Henares. Madrid

Galicia

hm modelo

C/ Virrey Osorio, 30. 15011 A Coruña

hm belén

C/ Filantropía, 3. 15011 A Coruña

hm rosaleda

C/ Rúa de Santiago León de Caracas, 1.
15701 Santiago de Compostela

hm la esperanza

Avda. Das Burgas, 2. 15705 Santiago de Compostela

hm vigo

C/ Manuel Olivé, 11. 36203 Vigo

Castilla y León

hm regla

C/ Cardenal Landázuri, 2. 24003 León

hm san francisco

C/ Marqués de San Isidro, 11. 24004 León

Centros integrales

Madrid

hm CIOCC

C/ Oña, 10. 28050 Madrid

hm CINAC

Avda. Carlos V, 70. 28938 Móstoles. Madrid

hm CIEC

Avda. de Montepríncipe, 25.
28660 Boadilla del Monte. Madrid

International Patient / División de Paciente Internacional

international@hmhospitales.com

+34 91 445 21 26

Emergency medical assistance 24/7

Madrid y Toledo: +34 629 823 493

Galicia: +34 639 139 295

León: +34 660 171 363

Policlínicos

Madrid

hm arapiles

Calle Arapiles, 8. 28015 Madrid

hm odontología

Calle Arapiles, 8. 28015 Madrid

hm suchil

Pza. del Conde del Valle de Suchil, 3. 28015 Madrid

hm gabinete velázquez

C/ Velázquez, 25. 28001 Madrid

hm cruz verde

Plaza de Cruz Verde, 1-3. 28807 Alcalá de Henares.
Madrid

hm los belgas

Calle Pereda, 3. 28400 Collado Villalba. Madrid

hm sanchinarro

Avda. Manoterías, 10. 28050 Madrid

hm las tablas

Calle Sierra de Atapuerca, 5 - 8. 28050 Las Tablas.
Madrid

hm distrito telefónica

Complejo Empresarial Telefónica
Ronda de la Comunicación, s/n. 28050 Madrid

hm la paloma

C/ Virgen de la Paloma, 15. 28850 Torrejón de Ardoz.
Madrid

hm santander

Avenida de Cantabria, s/n. 28660 Boadilla del Monte.
Madrid

hm virgen del val

C/ Zaragoza, 6. 28804 Alcalá de Henares. Madrid

hm moraleja

Paseo de Alcobendas, 10. 28109 Alcobendas. Madrid

hm torrelodones

Avda. Castillo de Olivares, s/n. 28250 Torrelodones.
Madrid

Castilla-La Mancha

hm IMI toledo

Avda. Irlanda, 21. 45005 Toledo

Galicia

hm belén

C/ Filantropía, 3. 15011 A Coruña

hm los puentes

Paseo de los Puentes, 7. 15004 A Coruña

hm matogrande

C/ Enrique Mariñas, 32-G. 15009 A Coruña

hm rosaleda-lalín

Avda. Buenos Aires, 102. 36500 Lalín (Pontevedra)

hm vigo

C/ Zamora, 10. 36203 Vigo

Castilla y León

hm san francisco

C/ Bernardino Sahagún, 2. 24004 León

Citación de consultas

Madrid

- Citación de Consultas HM Hospitales: **902 089 800**
- Citación de Radiología HM Hospitales: **902 089 700**
- Citación Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC: **902 107 469**
- Citación Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares HM CIEC: **902 089 880**
- Citación Centro Integral en Neurociencias A.C. HM CINAC: **912 673 201**
- Clínica Universitaria Odontológica CEU-HM: **902 089 600**
- Citación de Consultas HM Gabinete Velázquez: **915 777 773**
- Citación de Consultas HM La Paloma: **902 998 585**

Galicia

- Citación de Consultas Hospital HM Modelo: **981 147 320**
- Citación de Consultas Maternidad HM Belén: **981 251 600**
- Citación de Consultas Hospital HM Rosaleda: **981 551 225**
- Citación de Consultas Hospital HM La Esperanza: **981 578 250**
- Citación de Consultas Policlínico HM Rosaleda-Lalín: **986 787 464**
- Citación de Consultas Hospital HM Vigo: **986 411 466**

Castilla y León

- Citación de Consultas HM San Francisco: **987 256 008**
- Citación de Consultas HM Regla: **987 236 900**

Castilla-La Mancha

- Citación de Consultas Policlínico HM IMI Toledo: **925 254 515**

Unidades y consultas específicas

- Unidad de Atención Integral para las personas con diabetes. Tel. **637 726 704**
e-mail: unidaddiabetes@hmhospitales.com
- HM Fertility Center. Tel. **900 111 010**
Web: www.hmfertilitycenter.com
- Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales.
Tel. **661 438 464 / 617 916 624**

Para tu financiación

Préstamo **Nómina**

5'95¹
TIN
TAE
DESDE 7,88%²

- ▶ Hasta 30.000 €
- ▶ Hasta 5 años
- ▶ Sin gastos de estudio
- ▶ Comisión de apertura: 1%

 bancopopular.es
 @PopularResponde

Y además con **Tenemos un Plan** disfruta de las ventajas del **Plan Cero**, **Plan Descuentos** y **Plan Para Mí**

Popular

Empresa colaboradora:

 **TEATRO REAL**
200 AÑOS

¹ 5,95% tipo de interés nominal aplicable a clientes que domicilien la nómina y contraten el seguro Protección de Pagos.

² TAE mínima para operaciones de 30.000 € a 5 años, importe total adeudado 35.919,46 € cuota 579,29 €. TAE máxima 11,35% para operaciones de 3.000 € a 1 año, importe total adeudado 3.173,85 € cuota 258,13 €. TAEs calculadas con seguro de Protección de Pagos; para préstamos de 5 años de plazo prima única de 862,25 € para un importe de 30.000 €, para préstamos de 1 año de plazo prima única de 46,29 € para un importe de 3.000 €. Protección de Pagos: Compañía Aseguradora: Allianz Cia. de Seguros y Reaseguros. Mediador: Popular de Mediación, S.A., operador de banca seguros vinculado. Inscrito en el Registro de la D.G.S.F.P. con clave OV-0005.

La concesión del riesgo estará sujeta a los habituales análisis de riesgo de la entidad. Condiciones de financiación ofrecidas por Banco Popular Español.