PRIMAVERA / VERANO 2017 / nº14

Publicación editada por viamed

via

Alergias, ¿conviene vacunarse?

Viamed Novo Sancti Petri, referencia en sanidad turística

Depresión: cómo luchar contra la enfermedad invisible

Método Apollo, reducción de estómago sin cirugía

Con expertos
PROFESIONALES
que le ofrecerán el mejor trato médico y humano posible.

Con la última
TECNOLOGÍA
para el diagnóstico y la cirugía.

Con una moderna
DOTACIÓN
7.000 m², distribuidos en cuatro plantas. Disponemos además de una zona de jardín y parking.

UCI

SERVICIO urgencias 24 HORAS

Hospital viamed Los Manzanos

Hermanos Maristas s/n | 26140 Lardero - La Rioja | 941 499 490

www.viamedlosmanzanos.com

viamed

Nuevos retos. Nueva organización. **El mismo compromiso**

Marcial López-Diéguez
consejero delegado de Viamed Salud

Nuestro Grupo Viamed Salud, ha cumplido ya 15 años en el mercado, desde su fundación con la adquisición de la Clínica Nuestra Señora de Valvanera en Logroño. En este tiempo hemos consolidado un proyecto, en constante desarrollo y crecimiento, que hoy reúne diez hospitales, un centro sociosanitario y ocho clínicas ambulatorias, y generando un número muy importante de puestos de trabajo directos. En este tiempo nos hemos convertido en uno de los Grupos Hospitalarios españoles de referencia, operando en seis Comunidades Autónomas: Andalucía, Aragón, Cataluña, La Rioja, Madrid y Murcia.

Han sido años de mucho esfuerzo y de trabajo muy duro. Y años en los que hemos adquirido una enorme experiencia en esta actividad tan apasionante, pero a la vez tan compleja, como es la gestión de la salud. Pero esto no debe impedir nuestra constante autocrítica y nuestro proceso de mejora permanente.

Los accionistas del Grupo Viamed iniciaron el proyecto comprometidos con una misión al servicio de las personas, con una visión a largo plazo y fieles a unos valores que hoy se mantienen como el primer día, lejos de prácticas cortoplacistas y especulativas.

Nuestro compromiso y nuestra vocación de seguir creciendo y de consolidar lo que hemos conseguido nos lleva a contar con un magnífico equipo de profesionales con talento y a reforzar nuestra organización para seguir afrontando los apasionantes retos que se nos van a presentar.

Trabajamos en un entorno cambiante donde estos procesos de cambio son cada vez más rápidos y exigen en nuestra organización una capacidad de respuesta cada vez más ágil, anticipándonos a estos cambios.

El paciente se constituye como el centro de nuestro desempeño diario, pero este paciente es cada vez más exigente y solicita a su operador de referencia respuestas rápidas y seguras. Nuestro paciente está cada vez más informado y quiere asegurarse y participar en las decisiones que le afectan.

Al rápido desarrollo de la tecnología sanitaria que cada vez proporciona mejores medios diagnósticos y de tratamiento, hay que sumar la revolución que estamos viviendo en los sistemas de comunicación e información, que están haciendo posible que el paciente pueda tomar decisiones que antes no tomaba y que todo el proceso asistencial, desde el diagnóstico hasta el final del tratamiento, pueda llevarse a cabo con mayor comodidad y rapidez.

Para dar respuesta a estos nuevos retos hemos renovado nuestra estructura, creando dos nuevas Direcciones Generales. Este natural cambio de estructura tiene un doble objetivo: seguir creciendo y consolidar el proyecto Viamed en un entorno con nuevas exigencias, manteniéndonos fieles a nuestra misión, a nuestros valores y a nuestra vocación de servicio.

Por último quiero aprovechar para dar la bienvenida al Hospital Viamed Novo Sancti Petri, a su equipo directivo, a su cuadro médico, a su personal y a sus pacientes, que fruto de nuestro constante proceso de expansión, recientemente se ha incorporado a nuestro Grupo Empresarial. Con esta incorporación nos constituimos como un Grupo Líder en Cádiz y en Andalucía.

Gracias a todos por vuestro compromiso, vuestra generosidad y vuestro acompañamiento en el crecimiento y en la consolidación de nuestro Grupo Empresarial.

Sumario

04 Noticias
Grupo Viamed Salud

06 Novo Santi Petri
referencia en sanidad turística

08 Alergias
¿conviene vacunarse?

12 Depresión: cómo luchar contra la enfermedad invisible

14 El autismo, una forma especial de ver el mundo

16 Endometrosis, silenciosa y desconocida

18 Atención especializada
a lesiones de tráfico

20 Reducción de estómago
sin cirugía

22 "La migraña se puede evitar"
Dr. Fernando Salgado

24 Revisiones periódicas: la clave contra el cancer de colon

27 Viamed Salud potencia su estrategia de expansión

viamed via | nº 14 Primavera Verano 2017

Edita
Grupo Viamed | Cantabria, 2- bajo A2
28010 Alcobendas - Madrid | T 902 02 69 31
www.viamedsalud.com

Tirada 5.530 ejemplares

Dirección y Coordinación
Gabinete de Comunicación Grupo Viamed

Depósito Legal
SS-791-2010

Publicación cuatrimestral

Publicación gratuita. Se autoriza la reproducción total o parcial siempre que se cite la fuente.

Viamed Monegal
realiza por primera vez una artroplastia total de cadera simultánea

El **Hospital Viamed Monegal** de Tarragona ha implantado por primera vez una prótesis total de cadera de manera simultánea en un mismo paciente. El dolor invalidante secundario a la artrosis en las dos caderas, junto con la necesidad del paciente de minimizar el tiempo postoperatorio, empujó a éste a solicitar un único tiempo quirúrgico para resolver su patología de caderas. Nueve días después de la intervención fue dado de alta hospitalaria caminando con ayuda de dos muletas.

Visita oficial del grupo Thomas Cook

Por otro lado, el centro tarraconense ha recibido la visita oficial de una delegación del touroperador británico **Thomas Cook**, uno de los más importantes de mundo. El acto estuvo presidido por **Steffi Berthold**, responsable de Unidad Médica Internacional (U.M.I.) de Viamed Salud. Con esta presentación se da el "pistoletazo" de salida al nuevo proyecto del Hospital Viamed Monegal para la atención médica sanitaria de los turistas desplazados a la zona de la Costa Dorada.

El Hospital Viamed Santiago
estrena nueva consulta de pediatría

El **doctor Joaquín Carrasco** se ha incorporado al cuadro médico del **Hospital Viamed Santiago de Huesca** con una nueva consulta de pediatría. Las patologías que se atienden en pediatría en el ámbito hospitalario son muy variadas y abarcan todos los órganos y sistemas: desde la neonatología hasta las enfermedades infecciosas pasando por las patologías crónicas.

"Nuestra especialidad es muy estacional dependiendo en gran medida de los picos epidémicos virales, por lo que la presión asistencial se suele concentrar más bien en la temporada escolar que es cuando la transmisión de virasis es más frecuente", explica el doctor. La nueva consulta de pediatría está a disposición tanto de pacientes particulares como de todo tipo de compañías de seguros.

El Hospital Santa Ángela de la Cruz
realiza una intervención pionera para el tratamiento del Parkinson

El Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz de Sevilla ha realizado con éxito la primera cirugía de Parkinson desarrollada mediante Estimulación Cerebral Profunda con guía Esterotáxica (ECP). El novedoso tratamiento, que se realiza a través de electrodos que se implantan en el paciente y que estimulan un área determinada del cerebro a través de señales eléctricas, ha sido posible gracias al equipo multidisciplinar de cirugía de la epilepsia y de los trastornos del movimiento del centro: l**os neurocirujanos María Oliver y Yamin Chocrón, del Grupo de Especialidades Neuroquirúrgicas, y los doctores Hernando Pérez, Javier Abril y Juan R. Uranga, neurólogos del Centro de Neurología Avanzada**.

El Hospital Viamed Montecanal
cumple 10 años

El **Hospital Viamed Montecanal** de Zaragoza cumple una década. Han pasado 10 años desde que se pusiera en marcha, un 24 de mayo de 2007, con el objetivo de ofrecer un servicio sanitario de calidad y convertirse en un centro de referencia para los zaragozanos.

Hoy, los profesionales del hospital y cargos directivos pueden estar satisfechos del trabajo realizado. En este tiempo, el centro se ha convertido en el primer hospital de la sanidad privada aragonesa en número de partos, con casi 1.000 nacimientos en 2016; además de ser el centro de referencia para las federaciones y clubes deportivos o hacer récord de consultas en el Servicio de Urgencias, entre otros aspectos. Desde el hospital ya anuncian que seguirán trabajando por ofrecer, al menos, otra década más de salud cercana y de calidad para los aragoneses.

Nueva Unidad de Ginecoestética

Coincidiendo con su décimo aniversario, el centro ha incorporado a su cartera de servicios una nueva Unidad de Ginecoestética y Medicina regenerativa vulvovaginal, pionera en Aragón y dirigida por los doctores **Juan Salinas y Pedro J. González**. Esta especialidad supone un paso más en la evolución de la ginecología, motivada por los cambios de hábitos en la sociedad actual y el aumento de la esperanza de vida.

"La mujer actual busca una respuesta a la problemática relacionada con la anatomía y la función del aparato genial que le causa incomodidad o molestias y es la ginecoestética la disciplina que puede mejorar esos problemas", explican los doctores.

Viamed Los Manzanos
La Clínica del Dolor cumple su primer año

La Clínica del Dolor de La Rioja, ubicada en el Hospital Viamed Los Manzanos de Lardero, acaba de cumplir su primer año de vida. Durante este tiempo la unidad integrada por el médico rehabilitador **Alfredo Rodríguez Pérez** y por los anestesiólogos **José Antonio Sáenz López** y **Andrés García Londoño** ha brindado tratamientos eficaces a las patologías dolorosas de difícil resolución mediante las técnicas terapéuticas más avanzadas.

La unidad ha ampliado su oferta para ofrecer a la población las últimas técnicas en el tratamiento del dolor crónico. "Ofrecemos una amplia cartera de servicios, desde los procedimientos más sencillos y frecuentes hasta técnicas muy avanzadas de neuromodulación periférica y espinal" explica el doctor Rodríguez Pérez.

Novo Sancti Petri, referencia en sanidad turística

Viamed Salud refuerza su posición como grupo sanitario líder en Andalucía con la adquisición del **Hospital Novo Sancti Petri en Chiclana de la Frontera (Cádiz)**.

Viamed Salud ha dado un nuevo paso en su estrategia de expansión nacional con la adquisición del **Hospital Novo Sancti Petri** en Chiclana de la Frontera (Cádiz). Con la incorporación de este nuevo centro, Viamed refuerza su posición como grupo hospitalario líder en España y Andalucía, comunidad donde cuenta ya con tres hospitales así como otros tres centros sanitarios, y se posiciona como referencia en sanidad turística.

El hospital, cuya nueva denominación será Hospital Viamed Novo Sancti Petri, cuenta con más de 100 profesionales entre médicos especialistas, personal de enfermería y servicio de atención al cliente. Todos ellos altamente cualificados y con una dilatada experiencia y formación. Este personal está reforzado por varios especialistas que prestan atención permanente como son los traumatólogos, pediatras, ginecólogos, cirujanos generales, otorrinolaringólogos, anestesistas e intensivistas. “Esto nos permite posicionarnos como un hospital de primera línea y de referencia en el ámbito regional” explica **Marcial López-Diéguez**, consejero delegado de Viamed.

El Hospital Viamed Novo Sancti Petri cuenta con todas las especialidades médico-quirúrgicas, así como con un bloque quirúrgico formado por tres quirófanos, TAC, Resonancia y todos los medios diagnósticos necesarios para poder atender casi cualquier tipo de necesidad médica, contando con el certificado de calidad ISO-9001. “Pero por lo que quizá más destaca es por su excelente ubicación en la playa de la Barrosa y por el excelente equipo dedicado a la atención del paciente internacional”, señala López-Diéguez.

Unidad de Atención al Paciente Internacional

El Equipo de Atención al Paciente Internacional es una unidad que proporciona una asistencia sanitaria integral al paciente extranjero con múltiples servicios a disposición de los turistas durante su estancia en España. Este departamento lo componen un equipo de expertos que se encargan de tratar directamente a los turistas que vienen a pasar sus vacaciones y que, por cualquier motivo, necesitan atención sanitaria. El personal a cargo está altamente formado y especializado y ofrece un servicio continuo los 7 días de la semana, durante 24 horas.

“Nuestros profesionales de Atención al Paciente Internacional se encargan de gestionar la atención sanitaria con los seguros privados extranjeros, así como de guiar al paciente por el centro, informándoles de todo el procedimiento sanitario a seguir en las gestiones administrativas o sanitarias que tengan que realizar dentro del hospital”, explica el consejero delegado de Viamed. “También disponemos de un servicio de traducción en tres idiomas: inglés, alemán y francés; de este modo nos aseguramos que la atención a nuestros pacientes sea lo más cómoda y fácil posible”.

Dentro de las especialidades del centro también destaca el Servicio de Urgencias 24 horas, en el que se atienden tanto urgencias externas de toda el área de influencia como las urgencias derivadas de pacientes ingresados por procesos médicos o quirúrgico, y la Unidad de Accidentes de Tráfico, adherida al convenio con Unespa para el tratamiento de accidentados lesionados de tráfico a nivel nacional.

López-Diéguez señala asimismo la importancia de esta adquisición en el contexto actual de crecimiento del turismo en España. “En el pasado era notable el incremento de la demanda asistencial por parte del paciente internacional en determinadas épocas del año, pero a lo largo del último periodo no ha hecho más que aumentar, y se ha convertido en una demanda permanente a la que debemos prestar atención”.

En este sentido, de todos los hospitales Viamed, los de Cádiz son los que mayor volumen de pacientes internacionales tienen, pues el turismo en esa zona en concreto es muy importante. “En este momento nuestro centro da soporte sanitario a pacientes procedentes en su gran mayoría de Alemania, Reino Unido y Francia”, afirma el consejero delegado de Viamed, que señala como uno de los principales objetivos “el de convertirnos en un hospital de referencia en el marco de la sanidad turística internacional en los años venideros”.

Beneficios para pacientes y profesionales

La incorporación del Novo Sancti Petri a la familia Viamed supone un paso más en la consolidación del grupo como uno de los grupos líderes en el mercado hospitalario español. “Para el Hospital Novo Sancti Petri unirse al grupo hospitalario Viamed supone un mayor reconocimiento, seguridad y fuerza ya que somos el cuarto grupo hospitalario del país con 20 centros distribuidos por todo el territorio nacional. Formar parte de Viamed, es pertenecer a unos de los grupos con más solidez y proyección dentro del panorama médico internacional”, destaca López-Diéguez.

Los beneficios de esta adquisición repercutirán tanto en los pacientes, que contarán con profesionales y centros de apoyo, así como recursos complementarios que les permitirán acceder a una atención médica de mayor calidad, como en los profesionales, ya que la adhesión “a un grupo hospitalario en expansión y que ya se posiciona como uno de los primeros dentro del sector hospitalario nacional, les brinda la oportunidad de crecer amparados por el marco de innovación y excelencia del Grupo Viamed”, concluye el consejero delegado del grupo.

Hospital Viamed Novo Sancti Petri

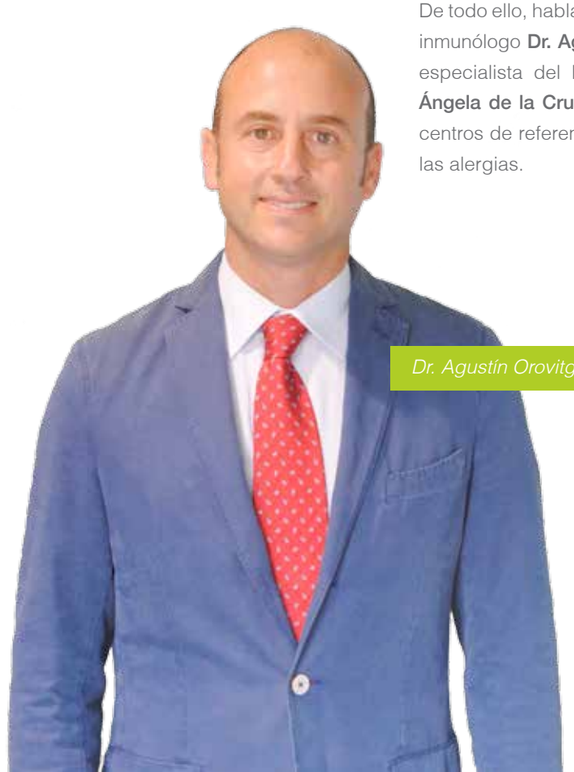
Alergias, ¿conviene vacunarse?

Hoy por hoy, la inmunoterapia o vacunación es el único tratamiento que puede modificar la evolución natural de la enfermedad alérgica.

Las enfermedades alérgicas afectan a un 33% de la población española. Es decir, sobre una población de 48 millones, afectan a unos 16 millones de personas. Entre los alérgicos, aproximadamente la mitad lo son a pólenes de plantas. Para estos 8 millones, la llegada de la primavera puede convertirse en una pesadilla si no toman las medidas adecuadas.

La buena noticia es que, según la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC), los alérgicos al polen se enfrentan a una primavera menos intensa que en 2016. Y mejor aún, cada vez los tratamientos contra las alergias son más efectivos.

De todo ello, hablamos con el alergólogo e inmunólogo **Dr. Agustín Orovitg Cardona**, especialista del **Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz** de Sevilla, uno de los centros de referencia en el tratamiento de las alergias.



Dr. Agustín Orovitg Cardona

Muchos alérgicos al polen tiemblan ante la llegada de la primavera. ¿Es recomendable la vacunación?

La inmunoterapia con extractos alergénicos o vacunación antialérgica debe considerarse siempre como tratamiento de primer orden en el manejo de los pacientes alérgicos. Es el único tratamiento que puede modificar la evolución natural de la enfermedad alérgica. La inmunoterapia proporciona una disminución significativa de los síntomas que sufre el paciente, tanto en intensidad como en duración, una disminución del consumo de fármacos para el control de los mismos, y una mejora significativa de la calidad de vida.

¿Qué pruebas hay que realizar antes de vacunarse?

Previamente hay que efectuar un diagnóstico etiológico, es decir, qué alérgenos son los responsables de los síntomas, para elegir una composición y extracto terapéutico adecuado e individualizado a cada paciente.

Además de la vacunación, ¿qué más puede hacer un alérgico para controlar su alergia?

Las enfermedades alérgicas precisan de un manejo integral para su control, lo que incluye una serie de medidas preventivas que ayuden a disminuir el grado de exposición ambiental, un tratamiento específico con inmunoterapia, en aquellos casos en los que esté indicado, para reducir la respuesta inflamatoria ante la exposición al polen, y una serie de medicamentos orientados a controlar los síntomas cuando estos aparezcan. Los de primer orden serían los antihistamínicos, tanto tomados por vía oral como de forma tópica sobre las mucosas, junto a los glucocorticoides por vía tópica (sprays nasales e inhaladores bronquiales) y los broncodilatadores. Teniendo en cuenta estos tres pilares básicos de tratamiento, se puede controlar la enfermedad en un alto porcentaje de casos.

¿Cómo han evolucionado los fármacos contra la alergia hasta la actualidad?

En los últimos años han aparecido nuevas moléculas con menores efectos secundarios, que afectan menos al rendimiento diario del paciente y a su calidad de vida. La dosis y la duración del tratamiento van a depender de la severidad y del agente, o agentes, causantes de la enfermedad alérgica de cada persona en concreto, de ahí la importancia del estudio alergológico. Por otra parte, la toma de medidas ambientales por parte del paciente y el tratamiento con inmunoterapia favorecerán la disminución de su consumo de fármacos.

Inmunoterapia con Extractos Alergénicos. ¿Qué es y para qué se aplica?

La Inmunoterapia con Extractos Alergénicos como tratamiento de las enfermedades alérgicas se lleva utilizando desde hace más de 100 años. Su objetivo es inducir una tolerancia inmunológica mantenida a los alérgenos a los que el paciente es alérgico, para disminuir la respuesta inflamatoria y los síntomas derivados de ella. Es el único tratamiento en la actualidad capaz de cambiar la evolución natural de la enfermedad, y existe una amplia y consistente evidencia científica de su eficacia en las enfermedades alérgicas respiratorias y en las causadas por las picaduras de himenópteros (avispas y abejas). En los últimos años se ha experimentado una importante mejora en la producción y estandarización de los extractos terapéuticos utilizados, lo que ha conducido a una mayor eficacia y seguridad de este tipo de tratamientos, con pautas de inicio más rápidas y aparición de nuevas indicaciones prometedoras, como la alergia a alimentos.

Dr. Ernesto Martín Stutz Somma

Terapia natural con ozono

El ozono medicinal, por sus efectos como inmunomodulador, antibacteriano-antivírico, estimulador de la circulación y antinflamario se emplea en el tratamiento de diversas afecciones en la infancia y en la adolescencia.

Desde la **Unidad de Ozonoterapia y Medicina Regenerativa del Hospital Viamed San José** de Murcia, especializada en el tratamiento de niños con asma y alergia, el **Dr. Ernesto Martín Stutz Somma** explica que el tratamiento con ozono estimula el sistema inmunológico por lo que resulta ideal para la prevención de enfermedades en los niños bajos en defensas, en los trastornos respiratorios infantiles, catarros a repetición, asma y alergias.

Produce además un aumento del flujo arterial cerebral estimulado, mejorando notablemente los problemas relacionados con el bajo rendimiento físico y psíquico en la infancia y adolescencia. “Se trata de una terapia natural que carece de efectos adversos y es muy económica. Su administración se realiza en forma ambulatoria y es totalmente indolora”, afirma.

¿Cómo se realiza un diagnóstico de una alergia?

La historia clínica es el primer paso para orientarnos. Síntomas de nariz y/o de ojos como picor, lagrimeo, estornudos, congestión y mucosidad acuosa, acompañados a veces de tos, ruidos o dificultad al respirar, en ausencia de fiebre, nos debe hacer sospechar al menos en la posibilidad de un proceso alérgico. Posteriormente, las pruebas alérgicas, tanto en prick cutáneo como en ocasiones con ayuda de una analítica, son las que nos darán el diagnóstico definitivo y específico.

¿Cuáles son las alergias más padecidas por los españoles?

Las que afectan a una mayor parte son la alergia a los ácaros y a los pólenes de plantas, fundamentalmente de las gramíneas y del olivo, aunque otros como los pólenes de las cupresáceas, plátanos de sombra o de la salsola están teniendo cada vez un papel más relevante en determinadas áreas geográficas. No podemos olvidar tampoco la alergia a hongos atmosféricos y a animales domésticos. También en los últimos años se está produciendo un incremento considerable de alergia a alimentos como la leche de vaca, huevo o vegetales.

¿Hay más alergias que antes y a edades más tempranas? ¿O es que ahora se ven más?

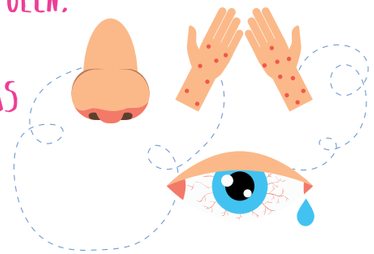
Yo diría que ambas. Por un lado, la comunidad médica y el conjunto de la sociedad en general están tomando cada vez más conciencia del impacto que las enfermedades alérgicas tienen sobre la salud, la calidad de vida y sobre otros factores como la productividad laboral y escolar de un alto porcentaje de la población general. Por otro lado, factores como el cambio climático, la contaminación ambiental, cambio en nuestros hábitos de vida y la genética, entre otros, están favoreciendo una mayor incidencia de las enfermedades alérgicas en general.

¿Qué se puede hacer para evitar este aumento?

Qué duda cabe de que las medidas orientadas a la reducción y regulación de la contaminación atmosférica y la desaceleración del cambio climático beneficiarían a la población alérgica. Pero también otras medidas a nivel local, como la gestión del arbolado urbano, evitando la plantación de aquellas especies que han demostrado ser más alergénicas, o realizando podas controladas de árboles ya plantados, previas a su polinización, favorecerían que los niveles de pólenes alergénicos a los que estamos expuestos disminuyeran significativamente.

CONSEJOS PARA TRATAR LAS ALERGIAS

TIPS PARA LOS ALÉRGICOS AL POLEN. DI ADIÓS A LOS ESTORNUDOS, PICORES, IRRITACIÓN Y MOLESTIAS EN NARIZ Y OJOS



CONSULTA CON TU MÉDICO O ESPECIALISTA PARA CONOCER EL AGENTE AL QUE ERES SENSIBLE.

PON BARRERAS

USA FILTROS ANTIPOLEN EN EL AIRE ACONDICIONADO DE VEHÍCULOS Y VIVIENDAS

NO VENTILAR LA CASA DURANTE DEMASIADO TIEMPO Y HACERLO POR LA NOCHE A SER POSIBLE.

EN DÍAS DE ALTA CONCENTRACIÓN, LAVAR LA ROPA AL LLEGAR A CASA Y NO SECARLA EN EL EXTERIOR.

EVITA SALIR CUANDO HAY MÁS POLEN EN EL AMBIENTE

DE 5:00 A 10:00, Y DE 19:00 A 22:00 H.

SE ACUMULA UNA MAYOR CONCENTRACIÓN DE POLEN.

EN DÍAS DE VIENTO LAS PARTÍCULAS DE POLEN SE DISPERSAN CON MÁS FACILIDAD EN EL AIRE.

UTILIZA GAFAS DE SOL EN LA CALLE.

USA MASCARILLAS EN ZONAS DE ELEVADA INTENSIDAD DE POLEN. DEBEN ESTAR HOMOLOGADAS PARA ESE USO, CON UN ELEVADO PODER FILTRANTE.

MANTENERSE INFORMADO DE LAS CONCENTRACIONES DE LOS TIPOS POLÍNICOS MÁS ALERGÉNICOS PARA PROGRAMAR LAS ACTIVIDADES EN EL EXTERIOR O COMENZAR A TOMAR MEDICACIÓN PREVENTIVA. LA SEAIC HA CREADO UNA WEB (WWW.POLENES.COM) Y UNA APLICACIÓN GRATUITA PARA MÓVILES, MUY ÚTIL PARA ESTE FIN.

Depresión: cómo luchar contra la **enfermedad invisible**

Bajo el lema "Hablemos de la depresión", la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha dedicado el Día Mundial de la Salud a esta enfermedad invisible y silenciosa que afecta al 5% de la población de España y es la primera causa de discapacidad en el mundo.

La depresión es una enfermedad 'invisible' y 'silenciosa' cada vez más presente en nuestra sociedad pero que se puede prevenir y combatir de manera eficaz gracias a un diagnóstico precoz y un tratamiento especializado. La OMS estima que ha aumentado un 18,4% entre 2005 y 2015 y actualmente afecta a 320 millones de personas, lo que la convierte en la principal causa de problemas de salud y discapacidad del mundo. En España afecta al 5,2% de la población y aproximadamente 2,4 millones de españoles la sufrieron en 2015.

"La depresión es una enfermedad que afecta a personas de todas las edades y condiciones sociales. Provoca, en los afectados, angustia vital y afecta a su capacidad para desempeñar, incluso, las tareas cotidianas más simples, lo que impacta negativamente en las relaciones sociales, familiares y laborales", explica el **Dr. Víctor Romero Garcés**, psiquiatra del **Hospital Viamed Los Manzanos** (Lardero, La Rioja).

DECÁLOGO CONTRA LA DEPRESIÓN

El origen de la depresión se encuentra tanto en factores genéticos como en ambientales y es imposible precisar con certeza la incidencia de uno u otro en cada caso concreto. Para prevenir la depresión se puede actuar sobre los factores ambientales que actúan como elementos precipitantes. Entre ellos están:

1. EVITAR SITUACIONES DE ESTRÉS.
2. MANTENER EL CONTACTO CON FAMILIARES Y AMIGOS.
3. REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR.
4. NO ABANDONAR LAS ACTIVIDADES QUE LE GUSTAN.
5. FIJARSE UN OBJETIVO O CONSTRUIR UN PROYECTO DE VIDA.
6. ENCONTRAR NUEVOS RETOS LABORALES O SOCIALES.
7. EXPRESAR LOS SENTIMIENTOS CON ALGUIEN DE CONFIANZA
8. MANTENER HÁBITOS REGULARES DE ALIMENTACIÓN Y SUEÑO.
9. EVITAR LA INGESTA DE ALCOHOL.
10. RECURRIR A LA AYUDA DE UN PROFESIONAL CUANDO SEA NECESARIO.

Síntomas de la depresión

Los síntomas más comunes de un cuadro depresivo son apatía, tristeza, irritabilidad, insomnio o excesivo sueño, pérdida de energía, disminución de la concentración, sentimientos de inutilidad o culpabilidad. En los casos más graves también pueden darse pensamientos de autolesión o suicidio -la OMS señala que cerca de 800.000 suicidios están asociados a esta enfermedad y actualmente es la segunda causa de muerte entre las personas de 15 a 29 años-.

El entorno del paciente es clave para detectar lo antes posible esta patología. "En los casos de depresión grave el cambio de comportamiento es muy notorio. Pero en los casos más leves, puede ser más difícil notarlos. En general están más apagados, dejan de realizar actividades placenteras que antes les gustaban, los vemos más ansiosos y son frecuentes los cambios de humor", señala el especialista de Los Manzanos.

> La depresión se caracteriza por una tristeza persistente y la apatía ante actividades con las que normalmente se disfruta

Es un trastorno que afecta casi al doble de mujeres que a hombres. "Las estadísticas reflejan que las mujeres la padecen más, pero hay que tener en cuenta que son menos reticentes a la hora de buscar ayuda", explica el Dr. Victor Romero Garcés. El hombre es más proclive a ver la depresión como una "debilidad" y se suele enmascarar con la adicción a drogas o una dedicación excesiva al trabajo.

"Es una actitud bastante común no reconocer que tienen un problema que necesita ser tratado. Las familias y entorno deben convencer, pero sin presionar; motivarle con ejemplos de conocidos que han superado el episodio depresivo y aprovechar los momentos en los que expresan su sufrimiento emocional para hacerles ver la necesidad de ayuda", apunta el doctor.

Un tratamiento cercano y empático

Para tratar la depresión, el Hospital Viamed Los Manzanos establece un protocolo de atención basado en la cercanía. En primer lugar, se realiza una entrevista clínica completa y empática al paciente, lo que favorece la exploración sobre su estado de ánimo, actividades cotidianas y pensamientos. "Asimismo, se descarta que los síntomas no se deban a una enfermedad médica, al consumo de sustancias o que puedan ser justificadas por la presencia de un duelo", explica el especialista.

Una vez diagnosticado, es muy importante determinar si el episodio depresivo es leve, moderado o grave. "De una forma individualizada se orientará al paciente y dependiendo del tipo se indicarán los pasos a seguir, que puede ser psicoterapia sola o terapia combinada de fármacos antidepresivos y psicoterapia. El tratamiento farmacológico se suele limitar a los casos moderados y graves", apunta el doctor.

Otros tratamientos eficaces incluyen la autoayuda guiada, el ejercicio físico y, en casos puntuales con un cuadro de depresión muy resistente o grave, están indicada la terapia electroconvulsiva. Los pacientes suele responder de forma muy positiva al tratamiento. "Para conseguir una mejoría significativa pueden necesitarse de 4 a 6 semanas, por lo que es importante el mantenimiento del tratamiento, aún cuando el paciente todavía no ha percibido la mejoría", explica.

Según apuntan varios estudios, cerca del 40% de los pacientes abandonan el tratamiento o no lo sigue el tiempo previsto. "Es muy importante informar al paciente del tratamiento, duración, los objetivos y los posibles efectos secundarios. Son estos efectos, así como las creencias que existen sobre esta enfermedad, lo que influye en este abandono. Una buena relación médico-paciente es la mejor estrategia para evitarlo".

Dr. Víctor Romero Garcés

El autismo, una forma especial de ver el mundo

El Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz de Sevilla cuenta con un nuevo proyecto de referencia en la atención integral a las personas con trastorno del espectro autista (TEA), que afecta a 450.000 personas en España.

"Rompamos juntos barreras por el autismo. Hagamos una sociedad accesible" es el lema escogido este año para conmemorar el Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, celebrado el pasado 2 de abril. Es la fecha más visible para la sociedad en general de una labor que llevan a cabo cada día diferentes asociaciones nacionales e internacionales: dar a conocer este trastorno y las necesidades que tienen las personas con TEA y sus familias.

Hablamos de un colectivo de 450.000 personas (más de un millón si incluimos a los familiares) que requiere una atención especial tanto social como sanitaria. Esa es la razón de ser del nuevo proyecto de atención integral a las personas con trastorno del espectro autista (TEA) del **Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz** de Sevilla, dirigido por la psiquiatra **Mónica Miñano** y el neuropediatra **Andrés Rodríguez-Sacristán**, que cuenta con la colaboración de la **Asociación Autismo Sevilla**. Se trata de un espacio de colaboración institucional y científica entre dos instituciones muy importantes en Sevilla, que permite realizar una labor social pendiente a favor de la humanización de la asistencia sanitaria a las personas con trastorno del espectro autista.

Los profesionales del hospital Santa Ángela de la Cruz se han formado y adaptado en su conjunto para poder atender con la máxima calidad a las personas con TEA y convertir al centro en un referente sanitario para las personas con trastorno del espectro autista y sus familias. El objetivo es, en definitiva, que este colectivo encuentre en el Viamed Santa Ángela de la Cruz "un lugar amable donde mejorar su salud", explica el **doctor Rodríguez-Sacristán**. Quien mejor que él para hablar sobre este trastorno y las necesidades que conlleva.

¿Cuál es el origen del trastorno del espectro autista (TEA) y cómo se manifiesta?

El TEA se incluye dentro de los trastornos del neurodesarrollo y hace distinción entre subtipos, según tres niveles de gravedad y nivel de apoyo necesario. Puede tener un origen biológico con causas genéticas, metabólicas, bioquímicas y/o estructurales, entre otras. La definición diagnóstica del autismo recoge dos categorías de síntomas principales, a saber: deficiencias en la comunicación social y comportamientos restringidos y repetitivos. Hay que tener en cuenta que la discapacidad intelectual no es una categoría propia del autismo, sino un rasgo asociado que agrava los déficits específicos que, de por sí, son incapacitantes. Según los estudios internacionales sobre los TEA, la prevalencia de este tipo de trastornos ha aumentado significativamente en los últimos años.

¿La detección precoz es importante?

En el caso concreto de los TEA y otros trastornos del neurodesarrollo, es deseable y necesaria la detección temprana que, sin embargo, se ve dificultada en la práctica, ya que actualmente no existe ningún marcador biológico. Por eso, la detección debe centrar su atención en la conducta, especialmente en dos niveles: vigilancia del desarrollo y detección específica tanto en los servicios sanitarios, como educativos y sociales.

¿A qué edad se manifiestan los primeros síntomas?

Los síntomas se presentan entre los 18 y 36 meses de edad, aunque pueden no manifestarse plenamente hasta que la limitación de las capacidades impide la respuesta a las exigencias sociales. Los últimos datos apuntan a que la edad promedio en la que un niño recibe el diagnóstico de TEA es aún superior a los tres años.

¿Cómo se diagnostica?

Intervenir con un niño es conocer sus capacidades, necesidades, su entorno, etc. Todavía no existe ninguna prueba biológica que permita identificar este tipo de trastornos, por lo que, en la actualidad, el diagnóstico del TEA se basa en la observación, recogida de información y aplicación de test y escalas que ayudan a la sistematización y organización de los datos recogidos. Además, se realizan las pruebas complementarias que, en cada caso, de manera individualizada, se estimen oportunas. Existen también cuestionarios que pueden utilizar profesionales sin experiencia en el trastorno que ayuda a la detección precoz de los TEA.

¿Cuáles son las principales necesidades médicas que tienen los pacientes con TEA?

Debido a la propia complejidad y diversidad del trastorno y al desconocimiento general sobre el TEA que existe actualmente, resulta difícil practicar algunas pruebas o realizar revisiones a estas personas, lo que influye en un deterioro de su salud. Las personas con TEA pueden padecer los mismos problemas de salud que el resto de la población, aunque es cierto que presentan mayor vulnerabilidad a enfermedades que afectan al cerebro, entre ellas epilepsia, síndrome X frágil, esclerosis tuberosa, neurofibromatosis, alteraciones sensoriales, etc. Además, es importante destacar las necesidades que presentan de adaptación a un entorno hostil y que en ocasiones no comprenden, lo que da lugar a cuadros de ansiedad, depresión, trastornos del sueño, entre otros.

¿Cómo se prepara al personal médico para que atiendan a unas personas con dificultades de adaptación a los cambios y a lo desconocido?

En primer lugar, deben conocer bien el problema médico y psicológico, y estar sensibilizados sobre los aspectos emocionales y sociales asociados al TEA. Posteriormente, familiarizarlos con los pictogramas y sistemas de comunicación alternativos que existen hoy en día.

Dr. Andrés Rodríguez-Sacristán

Endometriosis, **silenciosa y desconocida**

El pasado mes de marzo se celebró el mes de la endometriosis, una enfermedad compleja y de origen desconocido que padece entre el 10 y el 15% de la población femenina y que está relacionada, en gran medida, con problemas de fertilidad.

Su síntoma más común es el dolor pélvico crónico asociado a la menstruación, su método para el diagnóstico es la exploración física, aunque el definitivo es la laparoscopia, y no existe un tratamiento infalible para tratarla. Hablamos de la endometriosis, una enfermedad que afecta a más de dos millones de mujeres en España según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y que continúa siendo desconocida por gran parte de la sociedad.

La endometriosis afecta a algunas mujeres durante su vida reproductiva y consiste en la implantación y crecimiento de tejido intrauterino fuera del útero. "El endometrio es una mucosa que se forma dentro del útero para favorecer la anidación en el embarazo. Ese tejido cuando tiene presencia fuera de su sitio genera un sangrado que supone la endometriosis" explica el ginecólogo del **Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz** de Sevilla, **Guillermo Espinosa.**

Origen desconocido

Se trata de una enfermedad crónica, cuya causa se desconoce. "Hay varias teorías, pero lo que más fundamento tiene es que se produce como una especie de menstruación retrógrada y a través de las trompas, refluye este material hacia el exterior. Porque aunque la endometriosis se produce sobre la superficie del ovario, realmente se ha descrito tejido endometriósico en todos los sitios del organismo. Aunque es mucho más frecuente en los ovarios que en el resto", define Espinosa.

A pesar de la dificultad para conocer la prevalencia de la enfermedad, se estima que afecta entre el 10 y el 15% de las mujeres en edad fértil, aunque no se manifiesta en todas las mujeres por igual. "Dependiendo del órgano al que afecte o la zona, puede crear un síntoma u otro: dolor o infertilidad", afirma el especialista. Incluso, es asintomática entre el 15 y el 30% de pacientes, tal y como afirma la Guía de atención a las mujeres con endometriosis en el Sistema Nacional de Salud (2013).

Causa de infertilidad en la mujer

Esta patología, sin cura a día de hoy, es una de las principales causas de infertilidad en la mujer. Se calcula que 1 de cada 2 mujeres afectadas por endometriosis tiene dificultades para conseguir un embarazo de forma natural. En estos casos, el doctor Espinosa recomienda un tratamiento de fecundación in vitro, con el que se pueden obtener buenos resultados.

Dr. Guillermo Espinosa

Generalmente la paciente acude cuando está embarazada o porque tiene dolor y "la regla cada vez le duele más", asegura el ginecólogo. En otros casos, se detecta en una exploración rutinaria. "Muchas veces, los profesionales nos la encontramos como un hallazgo propio de las revisiones, ya que la paciente no tiene dolor, pero identificamos un quiste mayor de 1 cm en plena consulta. Los denominamos "de chocolate" porque su contenido es como sangre antigua y su aspecto es espeso", explica el doctor.

¿Cómo tratarla?

Actualmente el único tratamiento definitivo que existe es la cirugía, "bien por laparoscopia (menos invasivo) o cirugía abierta. Tratamiento como tal, no tiene esta enfermedad. Se suelen extirpar los quistes endometriosos e incluso a veces, hay tal inflamación que hay que extirpar el ovario afectado o trompa", concluye el especialista.

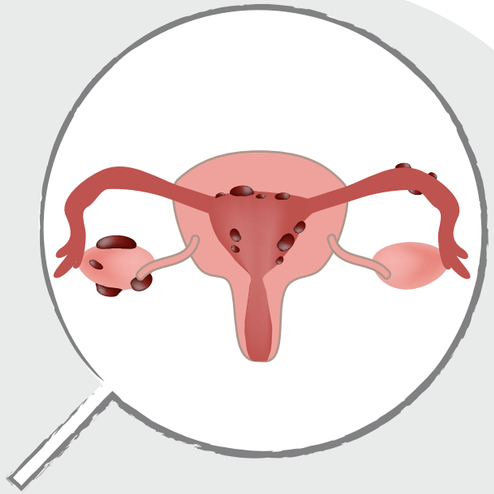
En el Hospital Santa Ángela de la Cruz se trata a muchas mujeres afectadas por endometriosis. "Se atienden a centenares de pacientes durante el año y se realizan decenas de cirugías. Tan sólo operamos la endometriosis cuando le causa mucho dolor a la paciente. Si no hay dolor y se controla con analgésicos, a esa paciente no hay que operarla porque a veces la cirugía sobre el aparato genital puede causar daños. Tan sólo se opera cuando hay síntomas fuertes y evidentes", puntualiza el doctor Espinosa.

SÍNTOMAS DE LA ENDOMETRIOSIS

Aunque varían dependiendo de la persona, en la mayoría de los casos la enfermedad hace que la calidad de vida se resienta. Los síntomas son más intensos durante el periodo menstrual y mejoran tras la menopausia y durante la gestación.

Éstos son los más comunes:

- **DOLOR MENSTRUAL (DISMENORREA).** Aumenta progresivamente con el paso del tiempo y se debe a la formación de prostaglandinas (causantes de fuertes contracciones uterinas).
- **DOLOR EN LAS RELACIONES SEXUALES (DISPAREUNIA):** Puede presionar algunas zonas afectadas por la endometriosis, como los ovarios, el techo vaginal o los ligamentos uterosacros.
- **SANGRADO UTERINO.** Sangrado que se produce fuera de los periodos.



- **PROBLEMAS REPRODUCTIVOS.** Puede producir esterilidad o infertilidad en algunas mujeres. Una posible inflamación en el abdomen puede ser la causa que impida la unión del óvulo con el espermatozoide.
- **OTROS SÍNTOMAS NO GINECOLÓGICOS:** dolor abdominal o de espalda, dolor al orinar o hemorragias.

Atención especializada a **lesionados de tráfico**

Todos los Hospitales Viamed disponen de una Unidad de Atención a Lesionados de Tráfico en la que ofrecen un servicio integral, ágil y sin coste para los pacientes.

En 2015 un total de 90.386 personas se vieron implicadas en un accidente de tráfico, hubo 54.028 víctimas, 1.248 fallecidos, 4.744 heridos hospitalizados y 48.036 no hospitalizados. Las cifras de la Dirección General de Tráfico (DGT) nos ofrecen una idea de la magnitud del problema que suponen los accidentes de tráfico en España.

Aun así, las estadísticas dicen que España sigue siendo uno de los países del mundo con mejor seguridad vial, con 36 muertos por millón de habitantes, por debajo de la media de la Unión Europea, que está en 52. Detrás de estos fríos datos hay personas que circulan en sus coches, bicis, motos y en los vehículos de transporte público, o que atraviesan pasos de cebra o carreteras, o caminan por el arcén... Y que, en un momento dado, pueden ser víctimas de un accidente y requerir cuidados, tratamientos y rehabilitación especializada.

En este sentido hay que puntualizar que son las aseguradoras las que cubren los gastos derivados de la atención sanitaria a los lesionados en accidentes de tráfico (y del resto de los daños sufridos). Por otro lado, es importante recordar que la elección de centro y médico es un derecho esencial de los lesionados en accidentes de tráfico.

Unidad de Lesionados de Tráfico de Hospital Viamed San José

Todos los Hospitales Viamed disponen de una Unidad de Atención a Lesionados de Tráfico en las que ofrecen a las víctimas de un accidente de tráfico una atención integral, especializada, ágil y gratuita para el paciente. Una de las creadas recientemente es la del **Hospital Viamed San José** de Alcantarilla, en Murcia, que dispone de una nueva área de tratamiento que se encarga específicamente del cuidado y atención de personas que han sufrido un accidente de tráfico.

En esta Unidad, cerca de una decena de personas, entre ellos médicos especialistas, enfermeros, administrativos, etc. se dedican en exclusiva a los lesionados de tráfico. Todos ellos cuentan con una amplia experiencia en tratar a lesionados de tráfico. En este sentido, destacar que se encargan de gestionar todos los trámites burocráticos en nombre del lesionado con su compañía de seguros en cuanto a su asistencia sanitaria se refiere, para que el paciente solo tenga que preocuparse de recuperarse de sus lesiones.

Cualquier víctima de un accidente de tráfico puede recibir tratamiento en el hospital, tan solo tiene que acudir al centro y se le atenderá inmediatamente. Posteriormente se le indicará la documentación a aportar. Si la víctima ya ha sido atendida de urgencia, deberá aportar el informe correspondiente.

Tratamientos más demandados

El área de lesionados de tráfico de San José cuenta con todas las instalaciones y servicios del hospital para asistir a estos pacientes como el servicio de urgencias 24 horas, quirófanos, interconsultas, curas, pruebas diagnósticas de radiología convencional, de imagen avanzada, RMN, TAC, de neurofisiología EMC, habitaciones individuales, servicios de rehabilitación, fisioterapeutas, además de cualquier otro tipo de servicio que el lesionado requiera y se preste normalmente en este hospital, como el tratamiento psicológico, por ejemplo.

Los tratamientos especializados más demandados en esta Unidad son las consultas con los traumatólogos especialistas y con los fisioterapeutas, tanto para el diagnóstico como para la rehabilitación de los pacientes. Por su parte, las lesiones más comunes a tratar suelen ser las cervicales, dorsales y lumbares.

Recibir un tratamiento y una atención especializada en los accidentes de tráfico es muy importante. Por ejemplo, cierto tipo de contracturas producidas por una colisión por alcance pueden producir unas fuertes cefaleas que, de no ser debidamente identificadas, pueden prolongar su remisión.

¿Qué hacer en caso de **sufrir un accidente de tráfico?**

DURANTE EL ACCIDENTE

Si hay heridos, llama al servicio de emergencias: **112**.

Abandona el vehículo cumpliendo todas las medidas de seguridad: chaleco reflectante y triángulos de señalización.

Recuerda la **técnica PAS**: Proteger, Avisar y Socorrer en la medida de lo posible.

Si es necesario el traslado a un centro sanitario, recuerda que puedes **elegir el centro médico** al que quieres que te trasladen.

Solamente el conductor del vehículo, en el caso de ser culpable, debe escoger dentro de los incluidos en su póliza de seguros, ya sea público o privado.

TRAS EL ACCIDENTE

Solicita un **parte de asistencia médica** en el que figuren los daños producidos como consecuencia del accidente.

Si eres el conductor, informa a tu compañía de seguros en los **7 días** posteriores al hecho.

El resto de los heridos tienen **un año de plazo** para reclamar los daños.

En el caso de heridos graves, es recomendable **contactar con alguna asociación de ayuda** a víctimas de accidentes de tráfico o con la Unidad de atención a las Víctimas de Accidentes de Tráfico de la DGT de su región.

*Recuerda: Los responsables de asumir los costes del tratamiento médico tras un accidente de tráfico son los seguros obligatorios de automóvil.

Fuente: Alianza de la Sanidad Privada Española (ASPE)

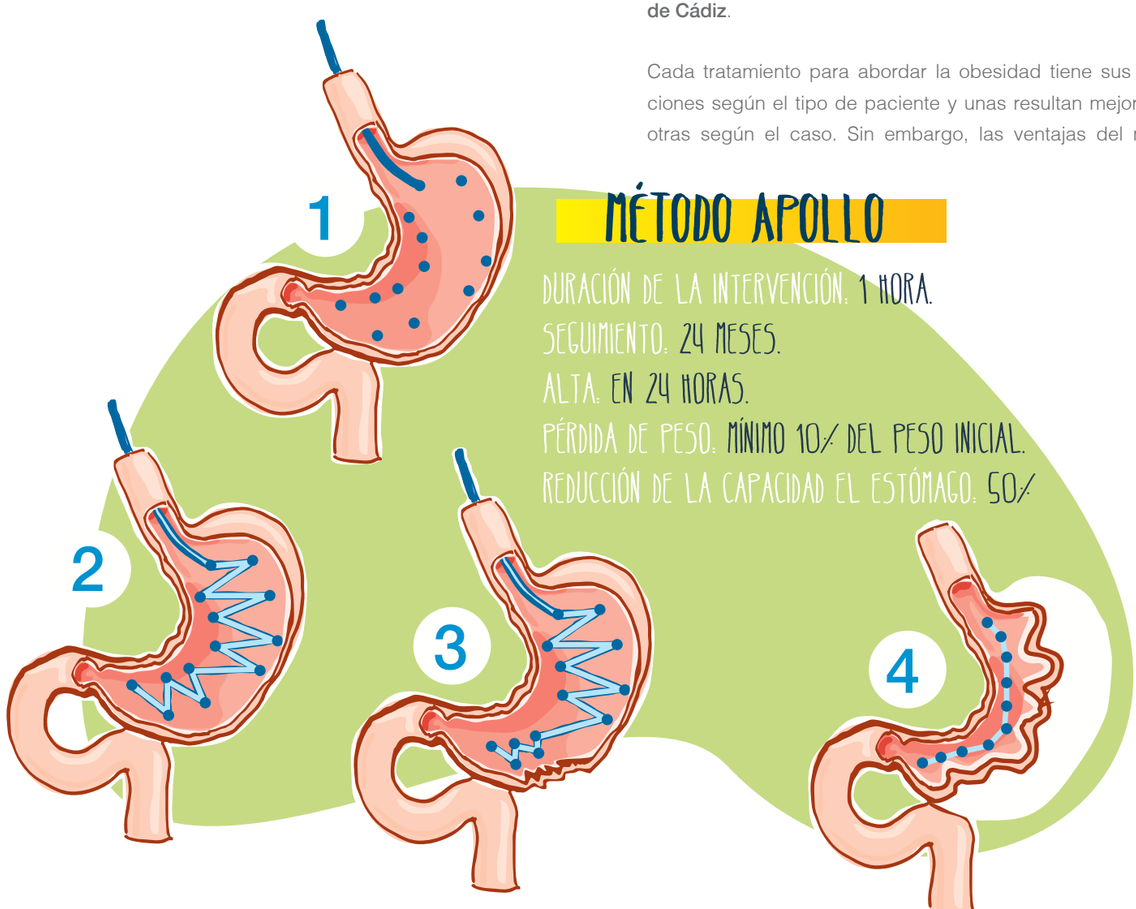
Reducción de estómago **sin cirugía**

El método Apollo permite reducir el estómago en casos de obesidad mediante un procedimiento puramente endoscópico.

En aquellos casos de obesidad moderada en los que han fracasado las medidas higiénico-dietéticas o farmacológicas, la reducción de estómago a través del método Apollo se presenta como alternativa eficaz a la cirugía tradicional. Esta novedosa técnica permite realizar una reducción de estómago mediante un procedimiento puramente endoscópico que evita los clásicos métodos quirúrgicos.

"A través de un dispositivo que se incorpora al endoscopio, se realizan una serie de suturas intragástricas que permiten reducir la cavidad gástrica, obteniendo una sensación de saciedad y plenitud postprandial precoz, con la consiguiente limitación de la ingesta", explica el doctor **José María Rodríguez Guerrero**, especialista del aparato digestivo del **Hospital Viamed Bahía de Cádiz**.

Cada tratamiento para abordar la obesidad tiene sus indicaciones según el tipo de paciente y unas resultan mejores que otras según el caso. Sin embargo, las ventajas del método Apollo respecto a las medidas quirúrgicas son muchas. En primer lugar, es una intervención menos invasiva y menos agresiva, "ya que se trata de una técnica endoscópica más fisiológica, sin apertura de la pared abdominal, con escasas complicaciones, con un postoperatorio mejor tolerado, más rápido y con un coste más reducido" afirma el doctor.



"La intervención dura aproximadamente 1 hora, requiere anestesia general y el paciente es dado de alta tras 24 horas de observación hospitalaria", apunta Rodríguez Guerrero. Tras la intervención, en el 98% de los casos las molestias son leves y fácilmente controlables. "Se puede decir que es una técnica muy segura con muy buenos resultados. Las complicaciones son muy raras y en manos experimentadas, no deben de existir más que las molestias propias como dolor abdominal leve, náuseas o vómitos en las primeras 12 horas y que responden con tratamientos médicos".

SEGUIMIENTO DE DOS AÑOS

Además, al tratarse de una reducción gástrica mediante suturas persistentes —al contrario que el balón intragástrico, que se retira tras 6 meses— sus efectos son más duraderos y se consigue una mayor pérdida de peso siempre que los pacientes sigan las medidas establecidas por los profesionales. "Deben mantener unos hábitos dietéticos adecuados y realizar ejercicio regularmente. Es preciso contar con pacientes serios y comprometidos con los objetivos, que acudan a sus controles dietéticos regularmente".

> Cada tratamiento para abordar la obesidad tiene sus indicaciones según el tipo de paciente y unos resultan mejores que otros según el caso.

En este sentido, el éxito del Apollo radica en que el paciente cumpla una serie de requisitos favorables. "No basta con ser obeso: debe de tratarse de un paciente psicológicamente estable, muy comprometido con los objetivos a alcanzar, muy consciente de que la obesidad es una enfermedad crónica. El camino no está exento de esfuerzo y de sacrificio personal" puntualiza.

Para ello, se realiza un seguimiento durante al menos 24 meses por parte de la Unidad de Obesidad del hospital, compuesto por personal sanitario especializado en medidas dietéticas y en el apoyo psicológico. "El objetivo es conseguir que el paciente modifique su hábitos dietéticos y por tanto que cambie su mentalidad respecto a su alimentación. El ejercicio físico también es fundamental. Por tanto, es preciso tener a los pacientes controlados y motivados".

Dr. José María Rodríguez Guerrero

Tras la operación, se considera satisfactorio obtener una pérdida de peso mayor del 10% del peso inicial del paciente tras un seguimiento de dos años. "Que una persona de 100 kilos obtenga una pérdida ponderal de 20 se consideraría un fantástico resultado. El objetivo que alcance cada paciente dependerá de la restricción gástrica obtenida pero en una gran parte, del esfuerzo dietético persistente que realice el paciente y de la actividad física".

La técnica Apollo lleva unos cuatro años funcionando en España, si bien durante los últimos dos años, en función de la experiencia que se ha ido desarrollando y adquiriendo, se han realizado una serie de modificaciones a la hora de realizar las suturas. "En el caso del Hospital Viamed Bahía de Cádiz —explica el doctor José María Rodríguez Guerrero— contamos con especialistas y colaboradores que ya han adquirido gran experiencia y que están aplicando los modos de suturas que mejor resultado han dado. Algunos de ellos han realizado en distintos centros más de un centenar de casos y los resultados son prometedores".

“Bien tratada, la migraña **se puede evitar**”

El especialista en Neurología del **Hospital Viamed Montecanal** de Zaragoza, **Fernando Salgado**, nos habla de los síntomas y tratamientos para los diferentes tipos de migrañas, un “dolor de cabeza” intenso y repetido que padece un 15% de la población.

Dr. Fernando Salgado

Doctor, ¿qué es exactamente una migraña?

Una migraña, también llamada jaqueca o hemicránea, es un ataque de dolor de cabeza, generalmente de gran intensidad, de inicio gradual, a menudo pulsátil con intensificaciones con los latidos del corazón y con frecuencia con más intensidad en un lado de la cabeza de donde deriva su nombre (media cabeza). Está acompañado por diversas manifestaciones que ayudan a identificarlo: náuseas y vómitos, fotofobia o hipersensibilidad a la luz; sonofobia o hipersensibilidad al ruido y sensación de malestar general. Este estado puede durar horas y, en la mayoría de los casos y sin tratamiento, suele ceder al sobrevenir el sueño. En su mayoría, no tratados o cuando no responden a tratamiento, son muy penosos e invalidantes para el paciente.

¿Qué incidencia tiene la migraña en la población?

Un 15% de la población general presenta ataques repetidos de migraña. Es dos veces más frecuente en mujeres que en hombres y la primera crisis suele aparecer entre la adolescencia y los 30 años, en más del 80% de los casos. No obstante se han descrito crisis en lactantes y en edades avanzadas, aunque a menudo se aprecia una mejoría en la cantidad y severidad de los ataques después de los 50 años.

¿Es hereditaria?

La susceptibilidad a sufrir crisis de migraña tiene una fuerte predisposición familiar de modo que es común encontrar otros parientes próximos que la padecen. Se sabe que hay unos factores primarios que son genéticos, aunque esta herencia no es monogénica (un solo gen afectado) y, por tanto, no presentan una determinación como las enfermedades con herencia mendeliana como la fibrosis quística, hemofilia o la enfermedad de Huntington si exceptuamos una forma muy rara de migraña que se conoce como migraña hemipléjica familiar que sí tiene esta forma de herencia monogénica.

¿Qué factores la ocasionan?

Se conocen múltiples factores ambientales o circunstanciales que pueden contribuir a desencadenar una crisis. Entre ellos destaca sobre todo cualquier forma de perturbación psicológica como intensificación y/o mal manejo del estrés, las situaciones provocadoras de tensión psíquica con sus acompañamientos de insomnio, cambios de hábitos diarios o cambios hormonales, sobre todo en la mujer (migrañas catameniales). En segundo lugar, la ingesta de alcohol o de fármacos que son conocidos provocadores de migraña como los nitritos o favorecedores de su aparición como los anticonceptivos orales. Existe asimismo una larga lista de factores a los que sólo son sensibles algunas personas, como determinados alimentos o situaciones.

“Sólo el 75% de los pacientes recurren al neurólogo para el tratamiento de la migraña”

¿Con qué frecuencia se suele presentar?

La frecuencia varía muy ampliamente. La mayoría de casos presentan 2 o 3 episodios al año, pudiendo atravesar períodos de años en los que no sufren ninguno. Pero por el contrario, un paciente puede experimentar una alta frecuencia de migrañas en corto tiempo, con la consiguiente repercusión en su vida, a veces invalidante.

TRATAMIENTO

¿Las personas que sufren migrañas suelen acudir a tratarse?

La relación entre migrañosos y el tratamiento de la migraña experimenta muchas variantes. Se calcula que sólo el 75% de los pacientes han recurrido al neurólogo para su tratamiento, de los que un 50%, presentan poca adherencia, y tienden a la automedicación. Además, una parte importante de estos casos, pasa anualmente a una migraña de alta frecuencia, más laboriosa de tratar con requerimientos de acción temporal mucho más amplios.

¿Cómo se tratan las migrañas?

Para el tratamiento habitual de la migraña existen dos procedimientos. El primero es el tratamiento abortivo de la crisis aguda, que busca aminorar lo máximo posible la intensidad y duración de las manifestaciones dolorosas. En muchos casos, es suficiente, y se lleva a cabo con tres grupos de fármacos: analgésicos y antinflamatorios (paracetamol, aspirina, naproxeno, ibuprofeno, etc.), triptanes (familia de fármacos más moderna y específica de la migraña) y ergotamina (poco usada actualmente por la frecuencia con que provoca una cefalea por fármacos). También se utilizan medicamentos coadyuvantes como los antieméticos para combatir los vómitos en los casos en que son profusos y dificultan el tratamiento oral.

¿Y cuál sería el otro procedimiento?

El tratamiento preventivo. Se emplea en los casos de alta frecuencia con medicamentos de diferentes grupos farmacológicos sin efecto analgésico, pero que tienen la propiedad de que administrados a diario a dosis específicas, pueden inducir una remisión total o parcial de los ataques de dolor. En este grupo se incluyen antiepilépticos como topiramato, valproato o zonisamida; bloqueantes de los canales del calcio como la flunarizina; beta-bloqueantes adrenérgicos como el propanolol y otros. Se administran durante un período de tiempo, generalmente entre 3 y 6 meses, y se retiran después. Para el tratamiento de la migraña crónica, cuando han fallado los anteriores tratamientos, se puede recurrir a procedimientos diferentes. Desde hace unos dos años, la infiltración con toxina botulínica de músculos pericraneales es el más popular.

¿Qué peligros tiene la automedicación?

Puede transformar una migraña en cefalea crónica diaria en la que a la migraña inicial se sobrepone una cefalea que aparece por descenso de los niveles del calmante del que se está abusando, por lo que debe realizarse un tratamiento diferente. Esto puede producirse sobre todo si se toma ergotamina, pero cualquiera puede producir esta evolución cuando se abusa sin control. La condición de migrañoso es para toda la vida, pero bien tratada, con constancia y adherencia, se puede cambiar una patología que puede ser invalidante o muy empobrecedora de la calidad de vida, a una situación muy tolerable y compatible con una vida normal.

Revisiones periódicas: la clave contra el cáncer de colon

Las campañas de detección precoz pueden elevar hasta un 90% las posibilidades de curación del cáncer de colon, el más común en España.

Cada año se diagnostican en España alrededor de 25.000 nuevos casos de cáncer de colon, la segunda causa de muerte por cáncer en nuestro país por detrás del cáncer de pulmón. Además, representa la segunda causa más frecuente de cáncer en hombres y mujeres detrás del cáncer de pulmón y de mama.

Según el informe anual 'Las Cifras del Cáncer en España', publicado por la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM) el pasado Día Mundial de la lucha contra el Cáncer (4 de febrero), el cáncer colorrectal fue el que más incidencia tuvo en nuestro país en 2015, con 41.441 nuevos casos de los 247.771 tumores diagnosticados ese año.

"El aumento poblacional, la instauración de técnicas de detección precoz y el aumento de la esperanza de vida justifican en parte el aumento de incidencia del cáncer de colon en nuestro país", explica la **Dra. María Teresa Moyano**, especialista en aparato digestivo y endoscopias digestivas del **Hospital Viamed Los Manzanos** (Lardero, La Rioja).

Conocer los factores que influyen en la aparición de este tipo de cáncer, interiorizar hábitos de vida saludables para prevenir su aparición y concienciar a la población sobre la eficacia de los protocolos de detección precoz son las principales armas para combatir el cáncer del colon. "El sobrepeso y la obesidad, favorecidos por unos malos hábitos dietéticos y el sedentarismo, así como el consumo de tabaco y alcohol, son los principales factores de riesgo para el desarrollo de cáncer de colon", señala la Dra. Moyano.

Para reducirlo conviene seguir una dieta sana rica en frutas, verduras, fibra y calcio, reduciendo todo lo posible las ingesta de carnes rojas y grasas. También el ejercicio regular moderado y, sobre todo, someterse a revisiones periódicas a partir de los 50 años, cuando la probabilidad de padecer cáncer se duplica (entre un 10-20% en la franja de 55 a 65 años según datos de la SEOM).

"Los principales factores no modificables para el desarrollo de cáncer de colon son la edad y los antecedentes familiares. Debemos instar al paciente a consultar con su especialista en caso de tener más de 50 años o antes en caso de tener familiares afectos", insta la Dra. Moyano. Se estima que entre un 5-8% de los cánceres de colon aparecen en un contexto de enfermedad hereditaria.

Cómo diagnosticar el cáncer de colon

Las pruebas que podemos realizar para el diagnóstico precoz son la determinación de sangre oculta en heces con una periodicidad anual o bienal, una rectosigmoidoscopia cada 5 años o una colonoscopia cada 10 años.

Ante la sospecha de existencia de un cáncer de colon se debe realizar una historia clínica completa y exploración física para valorar el estado general del paciente. Asimismo, se indica la extracción de una analítica, para detectar posibles complicaciones derivadas del tumor, y la realización de una colonoscopia.

Dra. María Teresa Moyano

El cáncer de colon es el segundo con el mayor índice de mortalidad en España. Cada año mueren 15.449 personas a causa de esta enfermedad.

La colonoscopia es un procedimiento exploratorio del interior del colon y recto por medio de un tubo flexible. Suele realizarse con sedación para evitar molestias y no requiere ingreso, por lo que el paciente puede marcharse tras recuperarse de la sedación.

Previamente hay que hacer una preparación laxante para eliminar las heces del interior del intestino. Esta prueba además de explorar nos permite extirpar pólipos y tomar biopsias. "La colonoscopia nos permite la toma de biopsias que confirmarán o descartarán el diagnóstico. Posteriormente puede ser necesaria la realización de alguna prueba de imagen (TAC/RM) para valorar el grado de diseminación del cáncer", explica la especialista del Hospital Viamed Los Manzanos.

El principal inconveniente en este tipo de tumores es que, en muchos casos, el paciente no presenta síntomas hasta que el cáncer está avanzado, por lo que se retrasa el diagnóstico limitando la supervivencia. "El cáncer de colon en España tiene una tasa de supervivencia del 64% a los 5 años, ligeramente superior a la media de otros países europeos, pero si se detecta de manera precoz la supervivencia podría ascender al 90%", explica la Dra. Moyano.

El tratamiento del cáncer de colon requiere una valoración individualizada y multidisciplinar de cada caso teniendo en cuenta el estadio del tumor, la localización y el estado general del paciente. Entre las indicaciones están la cirugía, quimioterapia, radioterapia o una combinación de todas ellas.

Los hospitales Viamed disponen de la tecnología de cirugía laparoscópica más avanzada, que incluyen varias torres de trabajo con cámaras y ópticas de última generación. Se trata de una cirugía de mínima invasión con incisiones milimétricas que minimizan los riesgos y aceleran la recuperación postoperatoria del paciente.

¿SABÍAS QUE...?

EL 31 DE MARZO SE CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE COLON, CUYA LUCHA SE SIMBOLIZA CON UN LAZO AZUL OSCURO.

EL CÁNCER COLORRECTAL ES LA APARICIÓN DE UN TUMOR O NEOPLASIA EN LA ÚLTIMA PARTE DEL INTESTINO: EL INTESTINO GRUESO.

EL INTESTINO GRUESO MIDE UNOS 1,5 METROS Y SE DIVIDE EN: CIEGO, COLON ASCENDENTE, COLON TRANSVERSO, DESCENDENTE SIGMA Y RECTO.

SE ESTIMA QUE AFECTARÁ A 1 DE CADA 20 HOMBRES Y A 1 DE CADA 30 MUJERES ANTES DE CUMPLIR LOS 74 AÑOS.

EN ESPAÑA LA SUPERVIVENCIA A LOS 5 AÑOS SE SITÚA EN UN 64% (LA MEDIA EUROPEA ES UN 57%).

EN EL AÑO 2015 SE DETECTARON 41.441 CASOS DE CÁNCER COLORECTAL (24.764 CASOS EN VARONES Y 16.677 EN MUJERES).

Campaña de prevención de
CÁNCER DE COLON

Hospital viamed Los Manzanos

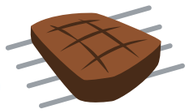
¿Cómo prevenirlo?

25.000 NUEVOS CASOS de **cáncer de colon** en España detectados cada año.

DIETA SANA

Sigue una dieta rica en fibra, frutas, vegetales, leche, productos lácteos, calcio, vitamina D y **baja en grasas.**

MODERA EL CONSUMO



Modera la ingesta de carne roja, carnes procesadas, muy hechas o en contacto directo con el fuego.

Realiza **ejercicio moderado** frecuente. Puedes caminar diariamente 1 hora

Modera el consumo de alcohol y evita el tabaco

Participa en las campañas de prevención de Cáncer de Colon, mediante análisis de sangre oculta en heces para la detección de posibles lesiones de colon.

90% DE CASOS de **cáncer de colon** se puede curar con una **DETECCIÓN TEMPRANA**

Recuerda, **a partir de los 50 años**, comienza con tus revisiones periódicas

viamed

Viamed Salud potencia su estrategia de expansión

Antonio Solans y **José Amilibia** se incorporan en los cargos de director general de Hospitales y director general de Gestión respectivamente para liderar el plan de crecimiento de la compañía.

Antonio Solans

José Amilibia

Viamed Salud ha reforzado su estructura directiva con el fin de potenciar su estrategia de expansión nacional. De este modo, en dependencia del consejero delegado del grupo, **Marcial López-Diéguez**, se sitúan dos nuevas Direcciones Generales, la Dirección General de Hospitales, para la que se nombra a **Antonio Solans**, y la Dirección General de Gestión, a la que se incorpora **Juan José Amilibia**.

Con este cambio de estructura se pretende, además del fortalecimiento del equipo directivo para iniciar una nueva fase de crecimiento en cuanto a centros hospitalarios y facturación, el refuerzo de la orientación del grupo al mercado, tanto desde un punto de vista de calidad asistencial y bienestar de los pacientes como de la mejora de la gestión de la eficiencia de los procesos. “Nuestro Grupo es referencia a nivel nacional y por ello esta nueva estructura nos ayudará a consolidar nuestra fortaleza como grupo referente y nuestra política de expansión en el futuro, así como el camino emprendido hacia la excelencia sanitaria”, explica Marcial López-Diéguez.

Grupo hospitalario de referencia

En la actualidad, **Grupo Viamed** cuenta con 17 centros en toda España, de los cuales diez son hospitales médico-quirúrgicos repartidos por las principales comunidades autónomas: Andalucía, Aragón, Cataluña, La Rioja, Madrid y Murcia. Además cuenta con un centro con 170 camas sociosanitarias de alta complejidad en la enfermedad del Alzheimer, siete policlínicas y un centro de diagnóstico. A nivel de facturación, Grupo Viamed cerró 2016 en 114 millones de euros y como uno de los grupos hospitalarios de referencia a nivel nacional.

Antonio Solans es Doctor en Medicina y Cirugía y Master en Economía y Dirección de Empresas por el IESE y posee una dilatada experiencia en nuestro sector, con más de 25 años en compañías de primer orden del sector asegurador y hospitalario español, los últimos seis en el Grupo Viamed Salud.

Por su parte, Juan José Amilibia es Licenciado en Ciencias Económicas y Empresariales, MBA por la Escuela de Organización Industrial y Master en Administración y Dirección de Servicios Sanitarios por la Universidad Pompeu Fabra. Juan José Amilibia ha desarrollado toda su carrera en empresas del sector sanitario.

viamed

El Grupo Viamed desarrolla, promueve y gestiona proyectos de salud como primer valor de vida.

Hospital Viamed Novo Sancti Petri

Av. Octavio Augusto, s/n - 11139 Chiclana de la Frontera – Cádiz
T 956 495 000

Centro Sociosanitario Viamed Los Jazmines

C/ Severo Ochoa, s/n - 26200 Haro - La Rioja
T 941 303 650 F 941 304 485
info@viamedlosjazmines.com

Centro Viamed Los Manzanos

Avda. Lope de Vega, 33-35 - 26006 Logroño - La Rioja
T 941 501 126
info@viamedlosmanzanos.com

Hospital Viamed Bahía de Cádiz

C/ Arroyuelo, 7 - 11130 Chiclana de la Frontera - Cádiz
T 956 533 333 F 956 409 057
comercial@viamedbahiadecadiz.com

Hospital Viamed Monegal

C/ Lopez de Peláez, 15 - 17- 43002 Tarragona
T 977 225 012
consultas@viamedmonegal.com

Hospital Viamed Virgen del Carmen

C/ Severo Ochoa, s/n - 26500 Calahorra - La Rioja
T 941 010 001
info@viamedvirgendelcarmen.com

Hospital Viamed Santiago

C/ Sariñena, 12 - 22004 Huesca
T 974 220 600 F 974 245 282
mbayona@viamedsantiago.com

Hospital Viamed Los Manzanos

C/ Hermanos Maristas, s/n - 26140 Lardero - La Rioja
T 941 499 490 F 941 499 491
info@viamedlosmanzanos.com

Hospital Viamed Montecanal

C/ Franz Schubert, 2 - 50012 Zaragoza
T 876 241 818 F 876 241 819
admi@viamedmontecanal.com

Hospital Viamed San José

C/ Maestra Lola Meseguer, 999 - 30820 Alcantarilla - Murcia
T 968 800 600 F 968 800 347
sanjose@viamedsanjose.com

Hospital Viamed Valvanera

C/ Ramón y Cajal, s/n - Logroño - La Rioja
T 941 211 900
valvanera@viamedvalvanera.co

Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz

Avda. de Jeréz, 53 - 41013 Sevilla
T 954 032 000 F 954 032 001
a.paciente@viamedsantaangeladelacruz.com