

Tu hospital



hm hospitales

A FONDO

Gracias por 30 años de vida

PEDIATRÍA

HM Nens, a la
vanguardia
en Pediatría

FERTILIDAD

¡Quiero ser
madre!

ONCOLOGÍA

Comunidad
de Pacientes,
iniciativa a exportar





Ene./Feb.
2020

Edita y distribuye

Grupo Zeta.
Pedro Muñoz Seca, 4,
28001 Madrid.

Imprime

Litografía Rosés.
08850 Gavà
(Barcelona).
Depósito Legal:
B 2162-2020
HM Hospitales

hmhospitales.com



© 2020 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 toda 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 HM Hospitales 1989, S.A.



No 75

4. A fondo

HM Hospitales,
30 años de salud
y de vida

8. Asistencial

Valdeluz Leganés,
cuidando de
nuestros mayores

10. Pediatría

HM Nens, a la
vanguardia en
Pediatría

12. Prevención

¡No te arriesgues,
corazón!

14. Pediatría

Obesidad y
actividad física en
la adolescencia

15. Pediatría

La Doctora HM
cuida de ti

16. Fertilidad

¡Quiero ser madre!

18. Fundación

HM CIOCC abre
sus puertas

20. Estética

Recupérate tras
el parto

22. Oncología

Comunidad
de Pacientes,
iniciativa a
exportar

24. Noticias

Noticias
HM Hospitales

26. Sostenibilidad

Reduciendo
nuestro impacto
ambiental

27. Directorio

Direcciones
y teléfonos
de interés



30 AÑOS CUIDANDO DE LA SALUD

Cuando hace 30 años nuestros padres, el **Dr. Abarca Campal** y la **Dra. Cidón Talmargo**, firmaron el arrendamiento del antiguo Hospital San Pedro, hoy HM Madrid, comenzó, tras años de pelea por conseguirlo, el sueño de **poner en marcha un proyecto sanitario que priorizara la atención a los pacientes** y que tuviera como cimientos el que los profesionales pudieran desarrollar su vocación en libertad, con las herramientas de la asistencia, la docencia y la investigación muy por delante de la pura alternativa hostelera.

Idearon, diseñaron y promovieron un proyecto sanitario en el que los pacientes son la piedra angular sobre la que pivota un modelo sanitario de atención individualizada **basado en ofrecer las máximas cotas de calidad asistencial** que se puedan alcanzar con la más amplia cartera de servicios y la última tecnología sanitaria.

Hoy, 30 años después, podemos afirmar que somos esa realidad imaginada por mis padres, un **grupo hospitalario con 42 centros sanitarios, implantación nacional, con casi 10 mil profesionales** dedicados a atender las necesidades de salud de cientos de miles de personas. Una referencia a seguir para la sanidad privada española al ofrecer una red asistencial interconectada que garantiza el acceso y oportunidad a todos los pacientes, sin importar donde se encuentren, de una oferta sanitaria unificada.

DR. JUAN ABARCA CIDÓN
PRESIDENTE DE
HM HOSPITALES

Pero ante todo, HM Hospitales es una empresa que conserva el mismo espíritu que irradiaba con sus pacientes el Dr. Abarca Campal cuando, como cirujano de a pie, caminaba por el antiguo hospital de San Pedro. HM Hospitales es una empresa constituida por profesionales que mantienen su vocación intacta y que combinan la devoción por su trabajo y el sufrimiento que a veces ocasiona. **Porque si uno no disfruta con lo que hace pierde la ambición** y si no sufre por los enfermos, banaliza la enfermedad y se deja invadir por la apatía y el aburrimiento.

Esperamos que el sueño dure al menos otros 30 años. Muchas gracias por la confianza. ●●





AÑOS

HM

hm hospitales

30 AÑOS DE SALUD
Y DE VIDA

HM Hospitales está de celebración gracias a que el Grupo acaba de cumplir 30 años de existencia.

Marcos García Rodríguez



En 1989 se anunció que el antiguo Hospital de San Pedro pasaba a ser gestionado por los doctores Abarca Campal y Cidón Tamargo. Ese fue el germen de lo que hoy es HM Hospitales, que nació con el objetivo de transformar la sanidad privada en España bajo una premisa que se ha mantenido inamovible en el acervo colectivo de la compañía, ser ‘los mejores para las personas’.

Con este objetivo se empezó a dar forma a un Grupo hospitalario que hoy cuenta con 42 centros asistenciales, 17 hospitales, cuatro centros integrales y 21 policlínicos repartidos entre Madrid, Barcelona, Galicia, León y Toledo, y casi 5.000 trabajadores.

De vuelta a los orígenes, ya en 1990 el antiguo Hospital San Pedro, se empezó a denominar Hospital Madrid y desde el primer día se concibió para poner en marcha una idea revolucionaria que alumbró una nueva manera de hacer sanidad privada en España, alejada de lo que era habitual en la época en la que un hospital privado era poco más que un servicio hostelero donde pasar las convalecencias.

Los Dres. Abarca Campal y Cidón Tamargo pusieron en marcha este nuevo modelo en el que el paciente podría elegir la mejor opción para cuidar su salud y el

médico desarrollaría su carrera con absoluta libertad para ofrecer al paciente siempre lo que necesitaba. Además, apostaron por hacer Medicina con mayúsculas en la que conceptos como humanidad, comprensión, respeto y empatía formarían parte del día a día asistencial. Todos estos principios y valores se incluyen en el ‘Decálogo de un Hospital’, que creó el Dr. Abarca Campal, y que preside la entrada en todos los centros hospitalarios. En ese documento el Grupo HM se compromete a ser un verdadero aliado en el cuidado de la salud física y espiritual de los pacientes y sus familias.

Punta de lanza

Para poner en marcha ese modelo exclusivo e individualizado de sanidad privada era necesaria una masa crítica lo suficientemente amplia como para ofrecer complejidad. De esta forma, en 1998, se inauguró HM Montepíncipe, un hospital general médico-quirúrgico y materno-infantil que se convirtió en la punta de lanza de este proyecto sanitario. Sin duda, este centro representó una verdadera revolución que encarna el espíritu del Grupo HM Hospitales, ya que fue el primer hospital privado en ser universitario (en 2005), que logró certificados ISO de

Cronología





calidad, incorporó tecnología sanitaria de última generación y se dotó con las mejores instalaciones, como es su UCI de neonatos.

Con el objetivo de ampliar su oferta asistencial a más y más pacientes a lo largo de estos 30 años, HM Hospitales ha pivotado sobre tres ejes fundamentales: garantizar la máxima calidad asistencial al dotarse de la última tecnología receptora de la más alta complejidad sanitaria; apostar por reunir a los mejores profesionales en un ecosistema donde puedan desarrollar sus carreras asistenciales y docentes; y fomentar la investigación como activo esencial para trasladar a los pacientes los últimos descubrimientos científicos. Para cubrir este último objetivo se creó, en 2003, la Fundación de Investigación HM Hospitales. Una institución que ya es referente de la sanidad privada en España en el marco de la investigación traslacional y aspira a seguir avanzando en este camino hasta convertirse en uno de los centros con mayor índice de impacto a nivel nacional e internacional en los próximos años.

Es en ese punto temporal, a principios de este siglo, cuando HM Hospitales

inició el intenso camino de expansión ordenada y capilarización con la puesta en marcha de los hospitales generales médicos quirúrgicos HM Torreldones en 2004 y HM Sanchinarro en 2007; y de los primeros policlínicos, en donde los pacientes reciben atención ambulatoria y de consultas externas, sin tener que desplazarse obligatoriamente a un hospital.

Especialización

Ya en 2008 se inició otro de los procesos que han marcado el carácter de HM Hospitales, que no es otro que su apuesta por la especialización. Es decir, poner el acento en las áreas terapéuticas con mayor impacto social para ser de más ayuda a los pacientes. En aquel año se puso en marcha el Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC. Ya en 2012, se creó el Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares HM CIEC. La apuesta por la especialización se completó en 2014 con el Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC. Todos ellos, y sus diferentes réplicas en otros puntos de la geografía española, se han convertido en referencias asistenciales, terapéuticas y de investigación.

En 2003 se creó la Fundación de Investigación HM Hospitales, un referente de la sanidad privada

HM Hospitales cobró en 2018 una nueva dimensión nacional al pasar a estar presentes en Barcelona

30 años de vida

Así, a lo largo de estos 30 años de existencia, HM Hospitales se ha convertido en una realidad asistencial en la que el profesional ejerce una Medicina de excelencia en total libertad, con la máxima responsabilidad hacia el paciente y la empresa, tal y como idearon los fundadores del Grupo. Libertad, Responsabilidad, Medicina y Empresa son conceptos que definen la esencia de HM Hospitales. ●●



Se crea el Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC

2008



El Hospital Universitario HM Nuevo Belén en Madrid se integra en el Grupo

2011



Nace el Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares HM CIEC

2012



Se adquiere el Hospital HM Modelo y la Maternidad HM Belén en A Coruña

2014



El Hospital Universitario HM Puerta del Sur se inaugura en Mostoles

2014



Se crea el Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC

2014



El Hospital HM Vallés de Alcalá de Henares pasa a formar parte de la red de HM Hospitales

2015



Se integran en el Grupo los hospitales HM Rosaleda y HM La Esperanza en Santiago de Compostela

2016



Los hospitales HM San Francisco y HM Regla de León se incorporan a la red del Grupo

2017



El Hospital HM Vigo se integra en HM Hospitales

2017



El Grupo adquiere el Hospital HM Delfos de Barcelona

2018



El Hospital HM Sant Jordi y el Hospital HM Nens de Barcelona se integran en la compañía

2019

VALDELUZ LEGANÉS, CUIDANDO DE NUESTROS MAYORES

El pasado 12 de noviembre abrió sus puertas Valdeluz Leganés, la primera de una serie de residencias de última generación de Valdeluz Mayores que cuentan con un servicio médico especializado y en contacto permanente con los profesionales de HM Hospitales.

Raquel González Arias

El número de personas no ha dejado de crecer desde que llegaron sus dos primeros residentes a Valdeluz Leganés y es que este centro parte de un concepto totalmente diferente al que estamos acostumbrados cuando hablamos de residencias. En primer lugar, por la asistencia sanitaria que ofrece. Una asistencia especializada que cuenta con el apoyo de los especialistas de HM Hospitales. Como explica el

Dr. Santiago Ruiz de Aguiar, director médico del Hospital HM Puerta del Sur, “la residencia dispone de personal sanitario experto y servicio médico, imprescindible cuando hablamos de la atención y el cuidado de personas mayores. Además, en colaboración con HM Hospitales y, en concreto, con el Hospital Universitario HM Puerta del Sur, ofrecemos la posibilidad de que los residentes puedan acudir presencial-

mente a nuestro centro o, gracias a las nuevas tecnologías, acceder mediante videoconsulta a especialidades clave como son la Neurología o la Medicina de Urgencias, entre otras”.

Este es precisamente uno de los valores añadidos de Valdeluz Leganés, ya que garantiza el cuidado de las personas mayores atendiendo a sus necesidades específicas. “Está dirigido tanto a personas sanas como con patologías crónicas o que necesiten cuidados paliativos”, explica el Dr. Ruiz de Aguiar. De hecho, cuenta con una planta diseñada específicamente para el cuidado de las personas con enfermedades neurodegenerativas. En dicha planta, destaca **Natividad González Gomera, directora de organización y procesos de Valdeluz,** “disponemos de una Sala Snoezelen o sala de estimulación sensorial, donde realizamos terapias con resultados sorprendentes en los mayores con demencias moderadas y avanzadas”.



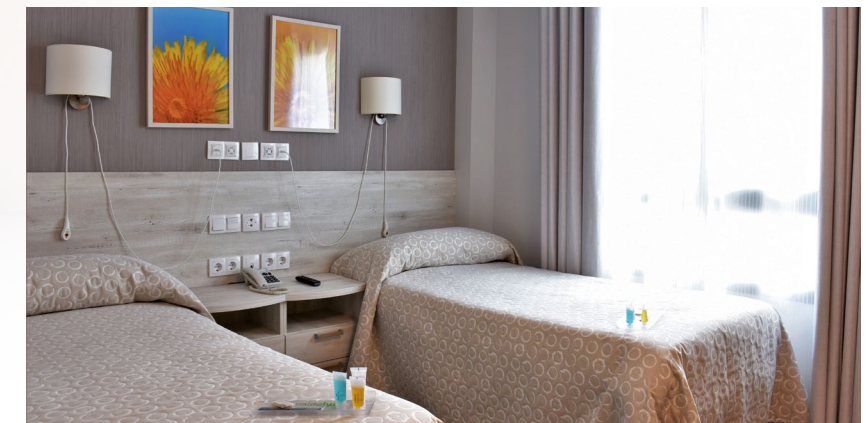
Las tres plantas restantes han sido pensadas para adaptarse a los diferentes grados de dependencia que pueda presentar la persona y para que aquellos que sean autónomos disfruten también de su estancia en un ambiente moderno y confortable. De hecho, subraya Natividad González, “hemos elaborado un programa de actividades de animación sociocultural que incluye propuestas tan diversas como excursiones, actuaciones y visitas culturales, entre otras, para que todos puedan participar”. A esto se añaden otro tipo de actividades, individuales o grupales y de carácter terapéutico, cuyo objetivo, apunta, es el de “fomentar las relaciones entre nuestros mayores, con el municipio y con los servicios del entorno”.

Como en casa

Valdeluz Leganés difiere del concepto tradicional de residencia en su sentido más amplio y es que, como explica Natividad González, “incluso la imagen del centro se aleja mucho de lo que estamos acostumbrados a ver. Nues-

tra decoración difiere de la decoración habitual en un entorno sanitario, pero, al mismo tiempo, contamos con la tecnología más avanzada en sistemas de trazabilidad de la ropa, equipamiento de alta cocina, suelo radiante calefactado y refrigerado, sistema de control de estancias por RFID, sistema de control de errantes para personas con demencias”, entre otros ejemplos.

El centro cuenta con 176 plazas que se distribuyen en habitaciones individuales, dobles y suites, para adaptarse



a las necesidades y exigencias de cada persona. Disponen de camas articuladas y de Smart TV, así como de un sistema de registro de cuidados a través de tablets. Todo ello ha contribuido a que Valdeluz Leganés cuente con la máxima calificación de accesibilidad en sus instalaciones: las cinco estrellas AIS.

Menús ricos y saludables

En cuanto a los menús, han sido elaborados por nutricionistas expertos en personas mayores, pensando en sus necesidades nutricionales, sin descuidar ni la presentación, ni el sabor. Todos los platos, explica Natividad González, “se elaboran siguiendo recetas tradicionales y de cocina casera con productos de primera calidad. Queremos que la comida se convierta en el mejor momento del día”, asegura. ●●

PRÓXIMOS CENTROS
Arroyomolinos, Canillejas
San Blas (Madrid) y Rivas
Vaciamadrid.



PSN Maxivida

Seguridad para los tuyos,
pase lo que pase

¿Has pensado qué pasaría con tu familia si tú no estuvieras? Para evitar que esta preocupación te quite el sueño, te ofrecemos la mejor solución: PSN Maxivida, **el seguro de Vida que cuida de los que más quieres.**



HM NENS, A LA VANGUARDIA EN PEDIATRÍA

El Hospital HM Nens se integra en la estructura de HM Hospitales y exportará su filosofía de atención pediátrica a todos los centros del Grupo.

Raquel González Arias

El de Nens fue el primer hospital monográfico en Pediatría de Cataluña, el segundo en toda España y está muy arraigado entre los ciudadanos de Barcelona. Es un hospital que ha sabido dar un paso más allá en la humanización de los cuidados y la cercanía con el paciente y sus familiares. La **Dra. Amalia Arce, pediatra de HM Nens**, nos explica este modelo exclusivo.

El Hospital de Nens que, desde noviembre, es ya el nuevo Hospital HM Nens, cuenta con más de 130 años de historia y en él se realizan unos 400.000 actos médicos anuales de diferente grado de complejidad, entre la actividad de Urgencias, de consultas externas, hospitalización y quirófano.

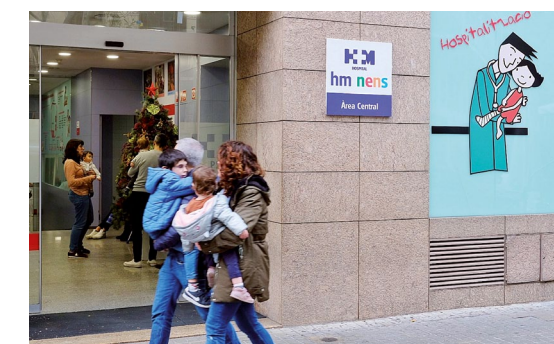
Entre los puntos fuertes de la apuesta por HM Nens, destaca el modelo de atención personalizada. “Intentamos cubrir todas las necesidades de salud infantil que tienen las familias y, para ello, contamos con todas las especialidades pediátricas. Somos ágiles en dar asistencia en los diferentes niveles, de forma que las familias no necesiten recursos fuera de nuestro hospital”, destaca la Dra. Arce.

Centrados en el niño y en su familia

El hecho de ser un hospital centrado exclusivamente en la atención pediátrica representa un valor añadido para las familias y es que, como explica la

Dra. Arce, “siempre hemos sido muy conscientes de la necesidad de dar una atención especial a las familias. Desde hace unos años, hemos desarrollado un Plan de Humanización que, precisamente, intenta potenciar todos estos aspectos adyacentes a la atención sanitaria, aspectos que consideramos fundamentales y que marcan la experiencia de las familias cuando tienen que recibir asistencia”.

Por todo ello, añade, “la atención suele ser especialmente cálida y sensible a la vulnerabilidad que sabemos que supone tener a un hijo o a una hija enfermos”. En ese sentido, apunta, “nuestros profesionales han sido seleccionados para entender este hecho



diferencial que conlleva trabajar con los niños y niñas, así como con sus familias”.

Ahora, gracias a su integración en HM Hospitales, afirma la Dra. Arce, “podemos mejorar aún más la oferta pediátrica en la ciudad y las familias de Barcelona van a poder beneficiarse de la red de HM Hospitales”.

Con la integración de este hospital, el tercero en Barcelona, HM Hospitales da un paso más, ya que adoptará el modelo de Pediatría de su nuevo centro, basado en una profunda humanización y cercanía con los pacientes y sus familias, y lo hará extensivo, paulatinamente, a los servicios de Pediatría de sus hospitales en toda España. ●●

¡NO TE ARRIESGUES, CORAZÓN!

Las enfermedades cardiovasculares, causantes ya de la tercera parte de todas las muertes, se producen por una serie de factores de riesgo. Algunos no se pueden modificar, caso de la edad o la herencia, pero otros sí. El Dr. Fernando Pérez Martínez, jefe de Cardiología del Hospital HM Modelo de A Coruña, nos cuenta cómo.

Teresa Rocamonde

Eres joven

- ✓ Haz una dieta sana y equilibrada. Reduce la ingesta de sal y de grasa y haz ejercicio.
- ✓ Si tienes el colesterol alto, toma medidas higiénico-dietéticas.
- ✓ Si en el embarazo sufriste hipertensión o glucosa elevada, estate atenta porque los niveles podrían volver a alterarse.
- ✓ No fumes.
- ✓ Si un familiar de primer grado joven o de edad media falleció súbitamente, comunícaselo a tu médico. ●●

Has cumplido 50 años

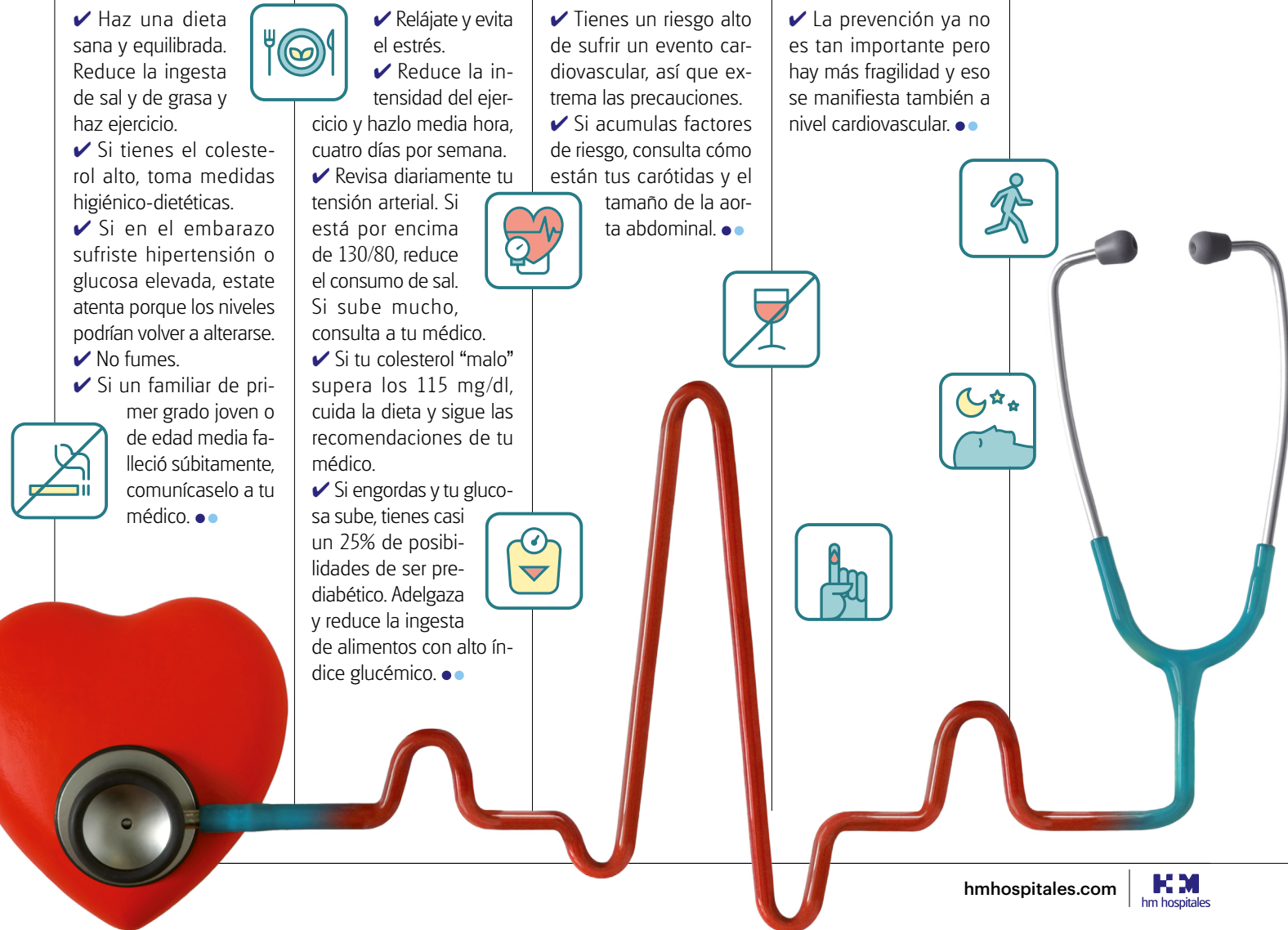
- ✓ Relájate y evita el estrés.
- ✓ Reduce la intensidad del ejercicio y hazlo media hora, cuatro días por semana.
- ✓ Revisa diariamente tu tensión arterial. Si está por encima de 130/80, reduce el consumo de sal. Si sube mucho, consulta a tu médico.
- ✓ Si tu colesterol "malo" supera los 115 mg/dl, cuida la dieta y sigue las recomendaciones de tu médico.
- ✓ Si engordas y tu glucosa sube, tienes casi un 25% de posibilidades de ser diabético. Adelgaza y reduce la ingesta de alimentos con alto índice glucémico. ●●

A partir de los 70

- ✓ Tienes un riesgo alto de sufrir un evento cardiovascular, así que extrema las precauciones.
- ✓ Si acumulas factores de riesgo, consulta cómo están tus carótidas y el tamaño de la aorta abdominal. ●●

Ya estás en los 80

- ✓ La prevención ya no es tan importante pero hay más fragilidad y eso se manifiesta también a nivel cardiovascular. ●●



#quierosermadre

Porque lo has decidido, porque es el momento, tu momento. En HM Fertility Center vas a poder cumplir tu proyecto de vida porque aquí, es Donde Nacen las Madres.

HM Hospitales te ofrece:

- + Tratamiento integral, personalizado y con las técnicas más avanzadas.
- + El mismo ginecólogo te acompañará durante todo el proceso.
- + Con toda la seguridad de ser cuidada en un entorno hospitalario con más de 15 años de experiencia en reproducción asistida.

Pide tu primera cita gratuita en:

900 11 10 10

Hay un HM Fertility Center cerca de ti:

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

HM
MEDICINA DE LA REPRODUCCIÓN
hm fertility center
Donde Nacen las Madres

OBESIDAD Y ACTIVIDAD FÍSICA EN LA ADOLESCENCIA



La Dra. Silvina Rafia, pediatra de HM Hospitales, nos explica el impacto positivo que tienen la actividad física y una alimentación equilibrada.

La actividad física y el control del peso durante la adolescencia producen importantes beneficios para la salud a nivel bio-psico-social. Muchos de estos beneficios se mantienen hasta la vida adulta. En la adolescencia, la práctica de ejercicio y una vida activa actúan mejorando la resistencia muscular y cardiorespiratoria, la salud cardiometabólica y esquelética, y el mantenimiento de un peso adecuado. Además, la actividad física tiene un impacto positivo en el desarrollo de la inteligencia y la conducta social.

Según la OMS, los adolescentes deberían dedicar como mínimo una hora al día a realizar ejercicios de moderados a intensos. Esto no es lo que está sucediendo, y afecta a adolescentes de todo el mundo. Según los últimos estudios publicados, no se cumple en el 81% de los casos de niños escolarizados de entre 11 y 17 años de 146 países estudiados, siendo algo peor el dato en mujeres que en varones.

La revolución electrónica ha producido una profunda transformación de la manera en que vivimos, modificando cómo aprendemos, trabajamos, jugamos y viajamos, aislándonos progresivamente

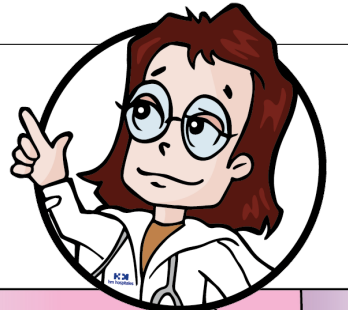
en nuestros hogares, más frecuentemente en una silla, lo que tiene grandes efectos en nuestra salud. El problema para los adolescentes ya no solo es no hacer deporte, sino no dejar de realizar actividades básicas como caminar hasta el colegio. Si a esto sumamos la falta de promoción del deporte a nivel nacional, que las ciudades no son diseñadas pensando en espacios seguros o que permitan el desplazamiento independiente -en bicicleta, por ejemplo-, y que cada vez se come peor, llegando a tasas de obesidad del 30%; la conclusión es que se está comprometiendo la salud actual y futura de los adolescentes.

Es muy importante recalcar que los hábitos adquiridos en la adolescencia suelen mantenerse en la vida adulta, por lo que es fundamental incorporar la actividad física a la rutina de nuestros hijos de la misma forma que la costumbre de ir al colegio, además de mantener un peso adecuado siguiendo una dieta sana. La preocupación creciente por el sedentarismo y la obesidad infantil debe llevar a tomar medidas urgentes desde el punto de vista sanitario, educativo y de planificación urbana. ●●



La Doctora HM

Cuida de ti



Unas semanas después...

¡Ay! No me entra mi vestido favorito, con lo que me gusta. ¿Cómo voy a ir a la fiesta de Nerea?

En la consulta de la doctora.

Mamá, no me siento bien.
Cariña vamos al médico.

No te preocupes, María. Veremos qué tal está tu cuerpo por el sobrepeso con una analítica. Y habrá que cambiar la alimentación.

El sobrepeso y la obesidad, son un problema muy serio entre nuestros jóvenes y niños, que más allá de la cuestión estética, pueden crear enfermedades como la diabetes o problemas cardiovasculares en un futuro.

Hay que empezar a comer sano, siguiendo una dieta mediterránea en la que primen las frutas y las verduras...

Hábitos saludables en los que el deporte es esencial.

Al cabo de un tiempo...

Llevo una vida más saludable. Y, además mi vestido favorito me queda mejor que nunca.

¡QUIERO SER MADRE!

Las barreras que se alzan entre las mujeres y su deseo de ser madres nunca han sido tan altas. Nuestro país tiene la tasa de natalidad más baja de Europa y la edad media más elevada cuando hablamos de mujeres que buscan su primer hijo.

Raquel González Arias

Nada tiene que ver la maternidad de hoy con la de nuestras abuelas y a las posibles patologías que pueden interponerse en la búsqueda de los hijos se añaden otros condicionantes de tipo sociolaboral. Afortunadamente, gracias al desarrollo de la Medicina Reproductiva, ya es posible ofrecer soluciones, tanto a aquellas mujeres jóvenes que quieren preservar su fertilidad, como a las que rondan los cuarenta o presentan una patología de base.

Las mujeres españolas tienen muy pocos hijos", afirma el **Dr. Isidoro Bruna Catalán, director médico de HM Fertility Center**, que califica esta si-

tuación de "dramática" y es que las cifras hablan por sí solas. La tasa de natalidad en nuestro país es de 1,2 hijos por mujer, la más baja de Europa, y la búsqueda del primer hijo se produce, en la mayoría de los casos, cumplidos los 32 años, la media de edad más alta entre los países de nuestro entorno. "Desde 2016, el número de defunciones supera al número de niños que nacen. España se está convirtiendo en un país de gente mayor...", lamenta el Dr. Bruna. La buena noticia, añade, es que "está en nuestras manos revertir la situación". Para ello, hay que actuar y, entre las medidas que se pueden adoptar, se encuen-

tra la de concienciar a las mujeres jóvenes de que, "si no pueden ser madres a corto o medio plazo, vitrifiquen sus ovocitos. Esta es la medida preventiva más eficaz contra la infertilidad asociada a la edad".

Nuevos perfiles

Si hace años quienes acudían a los centros de fertilidad eran sobre todo parejas que no conseguían el embarazo, hoy esta situación está cambiando y, como explica el Dr. Bruna, "en el momento actual, el 5% de los tratamientos que realizamos en nuestros HM Fertility Center los hacemos en mujeres que

quieren acceder a la maternidad sin tener una pareja". "En general -apunta- existen dos tipos de mujeres que acuden solas. Las más jóvenes, que son conscientes de la necesidad de vitrificar sus óvulos para poder ser madres cuando hayan conseguido una cierta estabilidad profesional y familiar, y las de más edad que no tienen pareja y no quieren renunciar a tener hijos".

Lo cierto es que, por distintos motivos, la maternidad se ha ido posponiendo y se ha convertido en un auténtico reto para muchas mujeres que encuentran en la Medicina Reproductiva la solución para salvar los obstáculos que se interponen al deseo de ser madres.

Hoy, los ciclos de vitrificación de ovocitos son una opción para las mujeres que prefieren posponer su maternidad, pero también para aquellas que, siendo jóvenes, han sido diagnosticadas de cáncer y "para su curación, necesitan tratamientos coadyuvantes gonadotóxicos que pueden conducir a un

fallo ovárico prematuro". Una situación que también atraviesan muchos varones y en cuyo caso, apunta el Dr. Bruna, la solución pasa por "congelar un par de muestras de semen antes del tratamiento oncológico para que puedan ser padres cuando éste finalice". Ambos procedimientos, asegura, "son sencillos y seguros".

Un valor añadido

Hoy, los tratamientos de fertilidad se aceptan con la misma normalidad que una operación de apendicitis, y es que son ya miles y miles de españolas las que han conseguido su embarazo gracias a estas técnicas. Una de las claves del éxito, hace hincapié el Dr. Bruna, reside en "llegar a un diagnóstico certero de la causa o causas que están motivando la disfunción reproductiva". "Esa es la llave para poder aplicar un tratamiento personalizado", añade.

En HM Fertility Center, además de contar con todas las técnicas de reproducción asistida actualmente disponibles: inseminación con semen de la pareja (IAH), inseminación con semen de donante (IAD), fecundación in vitro (FIV) y sus distintas variantes (ICSI,

DGP, PGT-A...), destaca el elevado nivel de desarrollo técnico de sus laboratorios de embriología.

Otro de sus valores añadidos, reside en el hecho de estar integrados dentro de HM Hospitales. "Eso se traduce en seguridad y comodidad para las pacientes. Seguridad, porque cualquier cuestión que pueda surgir en un tratamiento se ampara dentro de un hospital. Y comodidad, porque nuestros diagnósticos requieren muchas veces del concurso interdisciplinar de otras especialidades (Endocrinología, Genética, Urología, Hematología...) y las pacientes no tienen que desplazarse a otros lugares para ser valoradas, ya que todo está dentro del hospital". Esto incluye, cuando sea preciso, el apoyo psicológico y es que, en algunos casos, por ejemplo, las dos semanas de espera hasta conocer el resultado del tratamiento, pueden generar una cierta ansiedad que es preciso manejar.

En suma, concluye el Dr. Bruna, "cada pareja y cada mujer necesitan un tratamiento individualizado que se adapte a las características específicas de su problema de fertilidad y a su proyecto de vida". ●●

hmfertilitycenter.com
900 111 010

HM CIOCC ABRE SUS PUERTAS

Desde hace una docena de años, el Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC dedica una jornada a mostrar a pacientes y familiares los entresijos de la actividad asistencial que se desarrolla en el primer 'Cancer Center' privado de España por número de nuevos pacientes.

Se trata de una jornada de puertas abiertas que se denomina 'Leción Conmemorativa Clara Campal' y que es, ante todo, un ejercicio de transparencia en el que se desgana el modelo asistencial propio de HM CIOCC, basado en el abordaje multidisciplinar, el tratamiento individualizado e innovador, la investigación traslacional y el acompañamiento psicológico de los pacientes y sus familiares.

Además, esta jornada es la primera en la que participan los tres HM CIOCC con los que cuenta HM Hospitales: el de Madrid, ubicado en el Hospital

Universitario HM Sanchinarro; el de Barcelona, en el Hospital HM Delfos, y el HM CIOCC Galicia, que se ubica en el Hospital HM La Esperanza de Santiago de Compostela. Una muestra del funcionamiento en red del Grupo HM Hospitales, que a su vez garantiza que los pacientes reciben la misma calidad asistencial y tienen las mismas oportunidades, estén donde estén.

La jornada consta de dos partes diferenciadas. La primera, en la que los pacientes conocen de mano de sus propios oncólogos el funcionamiento y metodología de trabajo en el abordaje

Los pacientes conocen de mano de sus propios oncólogos el funcionamiento y la metodología de trabajo

terapéutico de cada tipo de patología tumoral. En la segunda, se exponen los datos más relevantes de la actividad asistencial de los HM CIOCC en sus distintas ubicaciones y la participación de la Fundación de Investigación HM Hospitales en los diversos ensayos clínicos relacionados con la Oncología. También es tradicional ofrecer una charla inspiradora, que en esta edición corrió a cargo de la paciente Dña. Marta Ramos Sanchís, quien desgana su experiencia vital como paciente y familiar que convive con la enfermedad. Por último, la jornada concluyó con una charla magistral del Dr. Jordi Remón, responsable de la Unidad de Tumores Torácicos del HM CIOCC Barcelona, quien expuso el revolucionario impacto que están teniendo la inmunoterapia y la medicina personalizada como enfoques novedosos en la lucha contra el cáncer. ●●

PROMOCIONES

ene./feb. 20

ONCOESTÉTICA & PARAFARMACIA

Tu peluca en el momento sin salir del hospital

Incluye un servicio de preparación para su colocación (corte o rasurado que asegure el posterior crecimiento homogéneo)

**APLAZA
TU COMPRA**

3,5 o 10 meses SIN INTERESES

-10%

**10% DESCUENTO
EN PELUCAS Y TURBANTES
PARA PACIENTES HM HOSPITALES**

presentando documento acreditativo y/o informe médico. No acumulable.

Ven a visitarnos:

Oncoestética

PELUCAS DE CABELLO NATURAL Y FIBRA FUTURA
TURBANTES Y PAÑUELOS · PRÓTESIS MASTECTOMÍA
LENCERÍA ESPECIALIZADA · PRENDAS POSTOPERATORIO
MEDIAS ANTITROMBÓTICAS Y DE COMPRESIÓN

Hospital Universitario HM Puerta del Sur

Planta Baja. JUNTO A LA CAFETERÍA
91 765 31 01 extensión 7056

Hospital Universitario HM Sanchinarro

Planta S - Parking. FRENTE A URGENCIAS
91 767 87 91

Parafarmacia

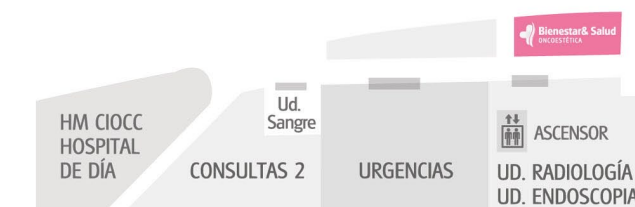
PRODUCTOS ANTIESCARAS · ARTÍCULOS REHABILITACIÓN
PRODUCTOS DE CUIDADO Y NUTRICIÓN INFANTIL
COSMÉTICA & BELLEZA · DIETÉTICA · HIGIENE Y SALUD

Hospital Universitario HM Puerta del Sur

Planta Baja. JUNTO A LA CAFETERÍA
91 765 31 01 extensión 7056

Hospital Universitario HM Sanchinarro

Planta B. JUNTO A LA CAFETERÍA
91 750 14 72



RECUPERÁTE TRAS EL PARTO

La pérdida del cabello, la incontinencia urinaria o el exceso de peso son algunos de los cambios físicos que puede provocar la maternidad. Recuperarse no siempre es fácil y no son pocas las que acaban por rendirse a un cuerpo en el que no se reconocen.

Raquel González Arias



Ser madre es una de las experiencias más bonitas que puede brindarnos la vida. Sin embargo, conlleva también una serie de cambios físicos y emocionales muy alejados de esa imagen idílica tan presente en publicidad y medios de comunicación.

Para ayudarte a conseguir unos resultados óptimos y en menos tiempo, la **Unidad de Medicina Estética del Hospital HM San Francisco de León**, dirigida por la **Dra. Ana Revuelta Alonso**, pone a disposición de sus pacientes soluciones exclusivas que se adaptan a las necesidades de cada mujer.

Un cuerpo 'diferente'

De un lado, están los cambios que afectan al cuerpo. Uno de los más evidentes es el que se produce en el pecho, que pierde la turgencia y el volumen que había adquirido durante el embarazo. A éste, explica la Dra. Revuelta, se pueden sumar otros, como "pérdida de cabello, flacidez del abdomen -con la aparición de estrías e incluso variaciones en el color de la piel-, incontinencia urinaria y

laxitud vulvovaginal, estreñimiento, dolor vaginal, inflamación de piernas y venas, exceso de sudoración y, por supuesto, kilos de más".

Una 'explosión' de sensaciones

Al hecho de no reconocer nuestro propio cuerpo, apunta la Dra. Revuelta, se añade "la explosión de sensaciones negativas" que puede producirse debido a los cambios hormonales propios de esta etapa. Esta "explosión" llega a sumir a no pocas mujeres en la llamada "depresión post-parto", un trastorno del estado de ánimo que se traduce en tristeza, ansiedad y cansancio. Este estado afecta a su bienestar, dificultando tanto la realización de tareas diarias, como el cuidado del recién nacido y, por supuesto, el suyo propio.

No tirar la toalla

Para muchas mujeres, resulta complicado recuperarse física y emocionalmente tras el parto. Como mínimo, estima la Dra. Revuelta, se requiere un año. Sin embargo, explica, "si se hace con la ayuda de un equipo multidisciplinar, conseguiremos no sólo reducir el tiempo de recuperación, sino potenciar los efectos positivos de los tratamientos y su duración en el tiempo".

Lo ideal es no dejarlo para otro momento: "Nosotros aconsejamos que acuda al mes de haber dado a luz para realizarle un plan personalizado y adaptarnos a sus tiempos y necesidades, sin descuidar su recuperación". Si hemos esperado, nos dice, podremos también actuar, pero nos costará más adquirir esas rutinas que nos ayudarán en el proceso.

La mujer recibe un asesoramiento global en la Unidad de Medicina Estética: "Hacemos una valoración psicológica, un estudio antropométrico y un estudio de su salud íntima. A partir de ahí, elaboramos un plan nutricional al que añadimos nuestros tratamientos exclusivos de remodelación corporal". Tratamientos que difieren de una mujer a otra, pues las necesidades, insiste la Dra. Revuelta, no son siempre las mismas.

Entre las opciones que se ofrecen destaca la combinación de "tratamientos con equipos de radiofrecuencia monopolar, bipolar, vacumterapia, mesoterapia y eliminación de la grasa localizada". En el caso de la salud íntima vaginal, por ejemplo, "ayudamos a la mujer a recuperar su funcionalidad con radiofrecuencia bipolar íntima a nivel externo e interno y a la recuperación del periné en las mujeres que han sufrido una episiotomía".

Paso a paso

En este proceso intervienen distintas especialidades, como Medicina Estética, Nutrición, Fisioterapia o Medicina Deportiva. Todas ellas, de forma coor-

dinada, trabajan para ofrecer a la mujer un plan de recuperación paso a paso. El objetivo, nos dice la directora de esta Unidad, es "que la mujer, tras ser madre y ver el cambio físico que ha sufrido su cuerpo, no piense que nada va a volver ya a su sitio".

Antes y después

Los resultados son visibles a corto plazo y eso contribuye "al bienestar de nuestras pacientes, que recuperan la confianza y vuelven a sentirse ellas mismas".

Los tratamientos están pensados para todo tipo de mujeres que, independientemente de su edad, hayan dado a luz y quieran recuperarse de la mejor manera posible, gracias al apoyo de profesionales que, en cada una de sus especialidades y de forma coordinada, diseñarán un plan a medida y pondrán a su disposición los tratamientos más innovadores con lo último en tecnología. ●●



#queremoslamejorsanidad

¿Hay algo más importante que la sanidad?

Es hora de tomar medidas que hagan que el sistema sanitario sea accesible a todos por igual.

COMUNIDAD DE PACIENTES, INICIATIVA A EXPORTAR

Puesta en marcha hace tres años en el Hospital Universitario HM Torrelodones, la Comunidad de Pacientes se extiende ahora al Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC.

Raquel González Arias

La razón de ser de los profesionales sanitarios son sus pacientes. En los últimos años, hemos asistido a una cierta deshumanización del proceso asistencial, desplazando el foco hacia parámetros científicos y tecnológicos muy eficientes y necesarios, pero que no siempre han sabido dar respuesta a las prioridades o demandas del paciente a lo largo de su enfermedad.

Con el objetivo de recuperar la esencia de la atención y el cuidado, desde HM Hospitales se han puesto en marcha iniciativas como la Comunidad de Pacientes, que tiene como objetivo aprender de su experiencia en los distintos procesos asistenciales, para mejorar la calidad de su atención y reducir el sufrimiento que acompaña a la enfermedad. **El impulsor y director de la Comunidad de Pacientes, el Dr. Eduardo García-Rico, y Áurea Esparza, coordinadora del programa,** nos explican cómo nace este proyecto como experiencia piloto en la Unidad de Oncología del

Hospital Universitario HM Torrelodones y que, después de tres años, se extiende ahora al Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC como un programa con la misma entidad, estructura, funciones y actividades que cualquier otro programa asistencial.

El siguiente paso, nos dice el Dr. García-Rico, coordinador de Oncología de los hospitales universitarios HM Torrelodones y HM Montepíncipe, será llevarlo a otras especialidades dentro de HM Hospitales. Y es que el modelo, asegura, “es exportable a cualquier patología crónica que genere sufrimiento en los pacientes y sus familias”.

“Con este programa -apunta- se amplía el concepto de asistencia médica centrada en el paciente, que ya veníamos desarrollando en HM Hospitales, a la consecución de su bienestar físico, social y psicológico, y lo hacemos extensivo a sus familias”. Y para ello, una de las claves reside en el acercamiento al hospital y a sus profesionales, para

que estos no sean percibidos como algo extraño y hostil, sino próximo y cálido.

Por y para los pacientes

El programa va dirigido a los pacientes y es en ellos en quienes se apoya, concretamente en los ‘Pacientes Guía’, seleccionados y formados específicamente por profesionales de HM Hospitales para que sirvan de acompañamiento a otros pacientes y a sus familias en los diferentes procesos asistenciales.

La Comunidad de Pacientes va aún más allá y persigue aprender del análisis de estas experiencias, conocer cuáles son los problemas o dificultades a los que puede enfrentarse el paciente y, a partir de ahí, diseñar estrategias y proyectos de investigación que redunden en una mejora de todos los procesos.

Aunque existen otras experiencias que buscan también dar un mayor protagonismo al paciente, lo cierto es que en su gran mayoría “se quedan en la teoría, sin llegar a articularse de



una manera concreta”, señala Áurea Esparza, que además de coordinadora del programa, es psicooncóloga del Hospital Universitario HM Torrelodones. “Ninguna de ellas -afirma- alcanza las dimensiones de la Comunidad”.

Esta, insiste su director, permite que los pacientes participen de una forma estructurada en la gestión de los procesos y ayuda a reorientar los recursos asistenciales, la docencia, incluso la investigación hacia el propio

paciente y, por tanto, hacia la Medicina individualizada.

Asistencia, gestión e investigación

Su actividad se basa en tres pilares: el asistencial, de gestión de procesos e investigador. En el asistencial, denominado ‘Gestión de Cuidados’, los Pacientes Guía acompañan a otros pacientes y a sus familiares en los ‘Encuentros Personales’ para, de manera individualizada, conocer cuáles son sus necesidades. Dentro de

éste se enmarcan la realización de talleres y actividades tanto de ocio como de formación.

El segundo, el de la ‘Gestión de Procesos’, apunta el Dr. García-Rico, permite “que los pacientes participen en el análisis y mejora de procesos asistenciales, así como la docencia de futuros profesionales sanitarios en lo que se ha denominado como ‘Seminarios aprendiendo a escuchar’. En un contexto de clase magistral, los pacientes exponen sus experiencias y perspectiva a los futuros profesionales, aportando un aprendizaje narrativo y vivencial”.

El tercer pilar, el de la investigación, se conoce como ‘Gestión de ideas’ y aquí los pacientes proponen las que para ellos deberían ser futuras líneas de investigación.

Hoy, la Comunidad está integrada por 18 Pacientes Guía que ya han acompañado a más de 40 pacientes y familiares, tanto en encuentros personales como en talleres y otras actividades.

La Comunidad, asegura Esparza, supone un beneficio para todos ellos porque se reduce el sufrimiento, se da respuesta a sus necesidades reales y se mejora su calidad de vida. Y de ella se benefician también los profesionales que, como explica el Dr. García Rico, “reciben una información más precisa de la realidad del paciente y de su entorno, lo que facilita su labor de cuidado y hace más eficaces sus actuaciones”. Asimismo, supone un valor añadido para la dirección del hospital y sus gestores, ya que pueden “realizar una correcta racionalización y adecuación de procesos”. ●●

DESCUBRE EN LEGANÉS UN NUEVO CONCEPTO DE RESIDENCIA DE MAYORES

valdeluz
Leganés

Ven a conocerla

900 90 90 89 info@valdeluz.com

HM Hospitales colabora en el homenaje a Sara Baras

HM Hospitales, a través del Hospital HM Nens de Barcelona, colabora en el evento denominado 'El más difícil todavía', que pretende ser un homenaje a la bailaora Sara Baras y la gastronomía catalana y andaluza. Para fusionar estos conceptos, nueve prestigiosos chefs internacionales, cada uno de ellos al frente de restaurantes con estrella Michelin, se embarcarán junto a la bailaora en un viaje en AVE desde Barcelona a Sevilla, Jerez de la Frontera y Cádiz los próximos 27, 28 y 29 de abril. El objetivo es mezclar espectáculos artísticos y gastronómicos que se celebrarán en las ciudades andaluzas. HM Hospitales colabora como Grupo hospitalario aportando personal sanitario para asegurar que no existe ningún contratiempo de salud entre los organizadores y participantes. Toda la información sobre este evento en: www.elmasdifícil.com ●●

HM Hospitales, el Grupo con más acreditación QH

HM Hospitales ha logrado primera vez que siete de sus centros hospitalarios hayan recibido la acreditación QH (Quality Healthcare) con tres estrellas, la máxima calificación que otorga el Instituto para el Desarrollo e Integración de la Sanidad (Fundación IDIS). En concreto, los hospitales universitarios HM Madrid, HM Montepíncipe, HM Sanchinarro, HM Puerta del Sur, HM Torreloz y HM Nuevo Belén -todos en la Comunidad de Madrid- y la Maternidad HM Belén -Hospital HM Modelo (A Coruña)- se sitúan en lo más alto de esta clasificación, que

valora la calidad de las entidades sanitarias. Del mismo modo, los hospitales HM Vallés (Alcalá de Henares), HM Vigo, HM Rosaleda y HM La Esperanza (ambos en Santiago de Compostela) y HM San Francisco (León) mejoraron sustancialmente su valoración al lograr dos estrellas QH. Por lo tanto, los centros hospitalarios de HM Hospitales en Madrid, Galicia y León han recibido la certificación QH, lo que consolida a la compañía como el Grupo hospitalario de referencia en este sello, ya que cuenta con el mayor número de hospitales acreditados. ●●



HM Nuevo Belén, referente en lactancia materna

El Hospital Universitario HM Nuevo Belén acaba de recibir la certificación del Comité Ejecutivo de la Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia (IHAN) como centro acreditado en la Fase 3D. Esta acción, lanzada por el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) en 1992, reconoce que HM Nuevo Belén cuenta con una de las

calificaciones más elevadas para promover la difusión de la lactancia materna. Se da la circunstancia de que en la fase 3D de la IHAN se encuentran otros 14 hospitales, entre públicos y privados, en España, y solo 18 tienen la certificación completa en esta materia. Además, la iniciativa cuenta con el beneplácito del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. ●●



Éxito de CREA 2019

Más de 300 especialistas se inscribieron en la tercera edición del Congreso de Cirugía Refractiva y Cataratas 'CREA', el evento oftalmológico organizado por la Fundación de Investigación HM Hospitales, que se celebró los pasados 29 y 30 de noviembre en el Auditorio Reina Sofía del Hospital Universitario HM Sanchinarro (Madrid). La elevada asistencia de profesionales del sector oftalmológico es la mejor prueba de la creciente relevancia de la cita. Bajo

la organización del Dr. Gonzalo Bernabéu, jefe de Servicio de Oftalmología del Hospital Universitario HM Montepíncipe y del Hospital HM Vallés y director de la Unidad de Cirugía Refractiva del Hospital Universitario HM Puerta del Sur, este congreso se centra en aportar conocimientos claros y concisos sobre los últimos avances en Oftalmología, Cirugía de Cataratas y Refractiva, técnicas quirúrgicas y lentes intraoculares de última generación. ●●

HM CIOCC Galicia amplía su actividad en HM Modelo

El Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC Galicia ha aumentado los servicios que presta en A Coruña con la incorporación de nuevos profesionales que encabezarán el equipo de Oncología de HM Hospitales en el Hospital HM Modelo. La directora de HM CIOCC Galicia, Dra. Teresa Curiel, junto al Dr. Manuel Fernández Bruno, complementarán la actividad que hasta este momento se llevaba a cabo. De este modo, HM CIOCC Galicia pone a disposición de sus pacientes en A Coruña más consultas, interconsultas, tratamientos y equipos multidisciplinares interconectados con los otros HM CIOCC, ubicados en Madrid y Barcelona. ●●



HM Hospitales, primer Grupo adherido a la campaña 'Nursing Now'

HM Hospitales se ha convertido en el primer Grupo hospitalario en adherirse a la campaña 'Nursing Now', que promueve el compromiso con la profesión enfermera. En concreto, esta adhesión se ha realizado dentro de la campaña 'Nursing Now' Comunidad de Madrid, liderada por el Colegio Oficial de Enfermería de Madrid, aunque tiene validez

nacional e internacional. El Consejo Internacional de Enfermeras y la Organización Mundial de la Salud impulsan este programa que pretende reconocer el papel que la profesión enfermera realiza en la mayoría de los equipos sanitarios, desempeñando un papel crucial en la promoción de la salud, así como en la prevención y el tratamiento de enfermedades. ●●





HM Hospitales está tomando un amplio abanico de medidas orientadas a reducir el impacto de la huella de carbono en todos sus centros

Con motivo de la campaña 'Por una buena causa, nos cambiamos de color', HM Hospitales está tomando un amplio abanico de medidas orientadas a reducir el impacto de la huella de carbono en todos sus centros hospitalarios y policlínicos. Una de las medidas estrella de esta iniciativa consiste en disminuir al máximo el número de impresiones de pruebas diagnósticas. En 2018, en HM Hospitales se realizaron

más de 900.000 estudios radiológicos, por lo que ir progresivamente reduciendo la impresión de los mismos supone un impacto positivo muy importante en el medio ambiente.

De esta forma, desde julio de 2019 se tomó la decisión de, paulatinamente, empezar a eliminar el papel, los CDs con la información de las pruebas diagnósticas y otros elementos contaminantes.

Eso sí, HM Hospitales se compromete a guardar los resultados con total seguridad y confidencialidad, y garantizar el acceso total de los pacientes a su información médica a través de la web y la app de HM Hospitales.

Por último, los informes estarán disponibles en el formato que mejor convenga a los pacientes para que puedan compartir esa información con quienes deseen.

DIRECCIONES Y TELÉFONOS DE INTERÉS

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/ Marqueses de San Isidro, 11. 24004 León

Cataluña

hm delfos

Avda. Vallcarca, 151. 08023 Barcelona

hm sant jordi

Plaza de la Estación, 12. 08030 Barcelona

hm nens

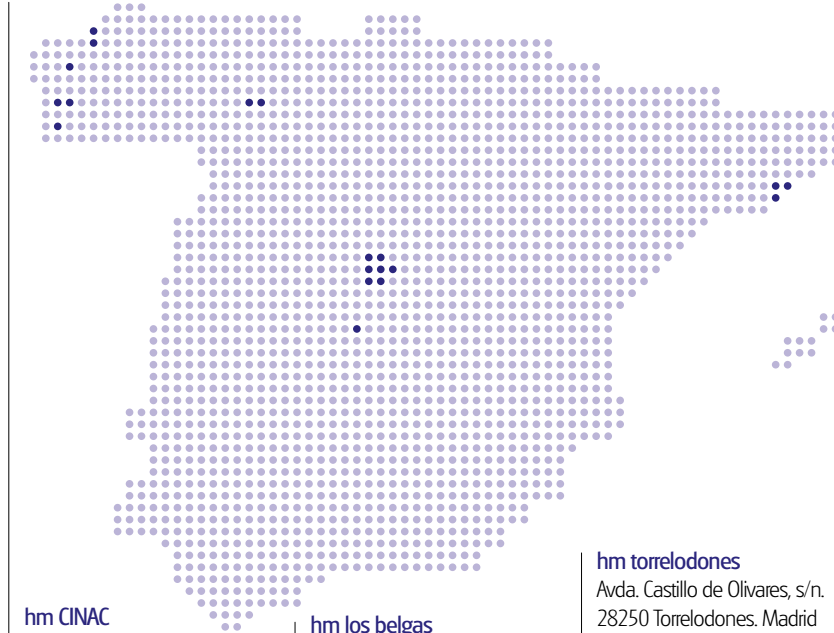
C/ Consell de Cent, 437. 08009 Barcelona

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

hm Fertility Center

Web: www.hmfertilitycenter.com
Tel. 900 111 010

Galicia

hm CIOCC Galicia

Avda. das Burgas, 2. 15705 Santiago de Compostela

Cataluña

hm CIOCC Barcelona

Avda. Vallcarca, 151. 08023 Barcelona

hm CINAC Barcelona

Avda. Vallcarca, 151. 08023 Barcelona

hm CIEC Barcelona

Avda. Vallcarca, 151. 08023 Barcelona

POLICLÍNICOS

Madrid

hm arapiles

C/ Arapiles, 8. 28015 Madrid

hm odontología

C/ 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

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

hm los belgas

C/ Pereda, 3. 28400 Collado Villalba. Madrid

hm sanchinarro

Avda. Manoteras, 10. 28050 Madrid

hm las tablas

C/ 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

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

hm virgen del val

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

hm moraleja

Pº de Alcobendas, 10. 28109 Alcobendas. Madrid

HM HOSPITALES INTERNACIONAL

internacional@hmhospitales.com

+34 914 452 126

Emergency medical assistance 24/7

Madrid y Toledo: +34 629 823 493

Galicia: +34 639 139 295

León: +34 660 171 363

Cataluña: +34 636 727 580

hm torrelodones

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

hm getafe

C/ José María Peridis, 2. 28902 Getafe. Madrid

Castilla-La Mancha

hm IMI toledo

Avda. Irlanda, 21. 45005 Toledo

Galicia

hm belén

Paseo de los Puentes, 18. 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 AC. 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 Hospital HM Vigo: 986 411 466

• Citación de Consultas Policlínico HM Rosaleda-Lalín: 986 787 464

Castilla y León

• Citación de Consultas HM San Francisco: 987 256 008

• Citación de Consultas HM Regla: 987 236 900

• Citación de Consultas Policlínico HM IMI Toledo: 925 254 515

Cataluña

• Citación de Consultas HM Delfos: 932 545 000

• Citación de Consultas HM Sant Jordi: 935 047 200

Unidades y consultas específicas

• Unidad de Atención Integral para las personas con diabetes. Tel. 637 726 704;

e-mail: unidaddiabetes@hmhospitales.com

• Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales. Tel. 623 199 383 (de lunes a viernes de 9:00 a 18:00)



Sumamos, crecemos... Más fuertes.

Seguimos estando igual de cerca, pero con la **fortaleza, solidez y ventajas de pertenecer a Grupo Santander**. Además, ahora contará con más de **7.500 cajeros** en España.

Y esto, es sólo el principio.

Popular


 Grupo Santander

Sumamos,
crecemos...

Más fuertes.

Popular

 Grupo Santander

 Sucursales
 bancopopular.es
 902 301 000
 @PopularResponde