

# Tu hospital

Núm. 64 | Marzo - Abril | Año 2018

[www.hmhospitales.com](http://www.hmhospitales.com)

## Vivir en la ciudad

### Prevención

**Unidad de la Memoria.  
¿Algo más que un despiste?**

### Patología

**Endourología:  
la 'revolución' en el manejo de las piedras en el riñón**

### Asistencial

**La personalización de la radioterapia amplía horizontes en la cura del cáncer**



Síguenos en Twitter  
@HMHospitales

**HM**  
hm hospitales  
Somos tu Salud

## índice

- 3 Editorial
- 4 Vivir en la ciudad: un reto para la salud
- 8 Criopreservación de ovocitos porque ahora, sí puedes esperar
- 10 Unidad de la Memoria. ¿Algo más que un despiste?



- 12 ¿Alergia primaveral o catarro? Sal de dudas
- 14 Endourología: la 'revolución' en el manejo de las piedras en el riñón
- 16 Cuidar la salud bucal durante el embarazo
- 18 Ensayos clínicos, más allá de 1.000 pacientes en 2017

- 20 La personalización de la radioterapia amplía horizontes en la cura del cáncer
- 22 Atención a las cervicales tras un accidente de tráfico
- 24 Noticias HM Hospitales
- 26 Tecnología y salud
- 27 Contacta con nosotros



# Tu hospital

Núm. 64 | Marzo - Abril | Año 2018 [www.hmhospitales.com](http://www.hmhospitales.com)



hm hospitales



N.º 64 | Marzo - Abril | Año 2018

[www.hmhospitales.com](http://www.hmhospitales.com)



Síguenos en Twitter: @HMHospitales

© 2018 Copyright HM HOSPITALES, todos los derechos reservados. Queda prohibida cualquier tipo de reproducción, distribución, transformación, comunicación pública y/o puesta a disposición, total o parcial de todo o parte de la presente publicación a través de cualquier medio presente o futuro, sin el previo consentimiento expreso y por escrito de HM Hospitales. La presente restricción se establece sin límite territorial y temporal, pudiendo incurrir en alguno de los delitos tipificados en los artículos 270 a 272 del actual Código Penal junto a la responsabilidad civil derivada de los mismos. HM Hospitales es una marca registrada de Hospital de Madrid, S.A.

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

Imprime: Litofinter  
Depósito Legal: M-14477-2010

## editorial

# Reconocimiento 'Real' al esfuerzo investigador de HM Hospitales

El pasado 2 de febrero *Su Majestad la Reina Doña Sofía* visitó nuestro centro de Neurociencias del Hospital Universitario HM Puerta del Sur (HM CINAC) para poder observar de primera mano la evolución de los avances de nuestra investigación en el tratamiento de la enfermedad de Parkinson. ***Es todo un reconocimiento general al trabajo de la Fundación de Investigación HM Hospitales*** dado que es sabido que Su Majestad elige muy selectivamente qué iniciativas apoya con su presencia. Supone además un espaldarazo particular al proyecto que el Dr. Obeso dirige y que acaba de publicar un artículo en 'The Lancet Neurology', la revista más prestigiosa del mundo en su campo por sus avances en el tratamiento de los síntomas de la enfermedad del Parkinson.

Pero esto, las publicaciones o todos nuestros proyectos de investigación y ensayos clínicos, es la punta del iceberg de lo que hay detrás para conseguirlo. En 2017 ***nuestra Fundación ha puesto en marcha 223 ensayos clínicos*** en todas las especialidades, incluyendo en los mismos 1.001 pacientes a los que se les ha podido dar una alternativa más innovadora en su tratamiento. Hemos publicado más de 230 artículos y hemos liderado 80 proyectos de investigación, de los cuales 51 son patrocinados con ayudas externas y 29 por nuestra propia organización.

La investigación y la innovación en una institución sanitaria es un síntoma directo de la calidad en la asistencia. Calidad entendida tanto, por la cantidad en la actividad de un proceso determinado como en la eficiencia en los resultados sanitarios que se obtienen. Si hay ensayos clínicos quiere decir que tienes pacientes suficientes y los tratas adecuadamente para que la industria confíe en que vas a desarrollar bien esos ensayos clínicos. Así por ejemplo, ***somos líderes en nuestro país en Oncología*** porque hemos sido capaces en HM Hospitales en Madrid de atender más de 3.300 pacientes nuevos de cáncer bajo la misma organización multidisciplinar, lo que nos ha permitido acceder a más de 150 ensayos clínicos nuevos, muchos de ellos en las fases más preliminares del estudio de los fármacos.

De esta forma, ***la investigación se convierte en uno de los puntales de HM Hospitales***. Nuestro último artículo ha aparecido publicado en la influyente 'New England Journal of Medicine' y puede resultar paradigmático en la forma de abordar los procesos oncológicos, siendo HM Hospitales el único grupo no estadounidense de los 26 que han desarrollado el ensayo clínico. Cada vez con más frecuencia contamos en nuestro haber con investigaciones de este tipo cuyo impacto científico nos coloca a la vanguardia continental.

Esta investigación es un paso más hacia la excelencia con la que queremos impregnar cada uno de los ámbitos de actuación de HM Hospitales, ya que es la única manera de ofrecer la mejor atención a nuestro valor más preciado, vosotros, nuestros pacientes.

Dr. Juan Abarca Cidón  
Presidente HM Hospitales



# Vivir en la ciudad: un reto para la salud

Más de 400.000 europeos mueren cada año prematuramente como consecuencia de la contaminación del aire. En las grandes ciudades, las alertas ambientales que obligan a la restricción del tráfico empiezan a ser algo habitual y desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) se advierte que el 92% de la población mundial está sometida a niveles de contaminación atmosférica considerados peligrosos. A esto hay que añadir el estrés, el sedentarismo y unos hábitos alimenticios ligados a una comida, digamos, no siempre saludable. Todos estos factores tienen un impacto muy negativo en nuestra salud. [Cuatro expertos en Cardiología, Neumología, Psicología y Alergología de HM Hospitales](#) nos hablan de estos riesgos y de cómo minimizarlos.

## Corazón y polución

La contaminación ambiental afecta especialmente a nuestra salud cardiovascular, de hecho, como explica la Dra. Cristina Llanos Guerrero, cardióloga del Hospital HM Vallés, este factor incrementa en casi un 70% el riesgo de muerte prematura por enfermedades cardíacas entre las que se encuentran el infarto agudo de miocardio, la angina de pecho, el ictus y la insuficiencia cardíaca. Actualmente, solo la enfermedad coronaria y el ictus son responsables del 80% de todas las muertes en países como el nuestro.



## Estrés

Más allá de la polución ambiental, el estilo de vida de las ciudades se asocia con mayores niveles de estrés y este, a su vez, incide negativamente en nuestra salud cardiovascular. "El estrés crónico no es beneficioso desde el punto de vista cardiovascular y a la larga puede provocar hipertensión, insuficiencia cardíaca, diabetes, obesidad, depresión, ansiedad, afecciones de la piel –como acné o eczema– y problemas menstruales", subraya la Dra. Llanos Guerrero. Algunos estudios muestran además que el impacto es aún más negativo en la mujer.

Para la Dra. Laura Carballeira Carrera, psicóloga clínica del Servicio de Psiquiatría y Psicología Clínica del Hospital Universitario HM Puerta del Sur, el impacto sobre la salud no depende de si se vive en la ciudad o en el campo. Por el contrario, sí se encuentran diferencias dentro de una misma ciudad, en función del barrio y de las condiciones de vida en el mismo. Tanto es así, añade, que "los salubristas aseguran que el código postal tiene más peso sobre la salud que el código genético".

## *En las ciudades se dan una serie de problemas relacionados con las condiciones laborales, la habitabilidad, el nivel de ruido, la alimentación, las distancias y, por supuesto, la contaminación que afectan a la salud de las personas*

De forma general, apunta, en las ciudades se dan una serie de problemas relacionados con las condiciones laborales, la habitabilidad, el nivel de ruido, la alimentación, las distancias y, por supuesto, la contaminación que afectan a la salud de las personas. Una de las consecuencias de este cúmulo de factores puede ser el estrés. No quiere decir que en el campo las personas no lo sufran, explica, pero quizás se enfrentan a él de otra forma. "En las ciudades nos encontramos ante el problema de la pérdida de la red social y la soledad. Por el contrario, en las zonas rurales se mantienen mayores vínculos sociales, que crean una malla de seguridad que protege la salud y amortigua los efectos del estrés", pone como ejemplo la Dra. Caballeira.

Asimismo, añade, "no hay duda de que estar constantemente conectado al trabajo genera estrés".



## Pulmón

Vivir en la ciudad también es más perjudicial desde un punto de vista respiratorio, sobre todo, explica la Dra. Laura Álvarez Santín, neumóloga de los hospitales universitarios HM Montepríncipe, HM Torreledones y HM Sanchinarro, "para aquellas personas que ya sufren enfermedades de este tipo, ya que van a tener peor control de síntomas, más necesidad de medicación y aumento de ingresos hospitalarios". En este sentido, añade, "estudios llevados a cabo en Europa y Estados Unidos han demostrado un incremento de la mortalidad por enfermedades respiratorias crónicas y cáncer de pulmón en pacientes expuestos a altos niveles de contaminación atmosférica".

Entre las enfermedades respiratorias más frecuentes que se asocian a la contaminación, se encuentran el asma, la EPOC y los problemas alérgicos. El cáncer de pulmón, añade esta especialista, también se relaciona directamente con la contaminación ambiental.

Además de aquellos que padecen enfermedades respiratorias, explica la Dra. Álvarez Santín, niños y ancianos son también más vulnerables a la polución atmosférica.

*En las ciudades,  
con la contaminación,  
hay una mayor agresión  
de las vías respiratorias,  
lo que facilita el paso  
de los alérgenos*

## Alergia

En los últimos años, se ha producido un incremento de las enfermedades alérgicas. Detrás, comenta la Dra. María Muñoz Pereira, responsable de Alergología de los hospitales universitarios HM Montepríncipe y HM Puerta del Sur, se encuentra también la contaminación ambiental. Tanto es así, explica, que si bien la concentración de pólenes es mayor en el campo, es en los países desarrollados y concretamente en sus zonas urbanas donde más alergias provocan. Esto es así porque "en las ciudades, con la contaminación, hay una mayor agresión de las vías respiratorias, lo que facilita el paso de los alérgenos".

Por otro lado, añade, "se ha visto que los pólenes de las plantas que están sometidas a la contaminación, en especial a las partículas diésel, son más agresivos que los de aquellas que crecen en un entorno rural".





## Qué hacer

Son muchos quienes viven en la ciudad que, de vez en cuando, dejan volar su imaginación y sueñan con vivir en el campo. Sin embargo, la mayoría permanece en la ciudad. Esto no significa resignarse, pues es posible reducir el impacto de la contaminación y del estilo de vida urbano en nuestra salud incorporando sencillos hábitos, entre los que destacan ejercicio físico y dieta sana. En esta línea, la Dra. Llanos Guerrero aconseja "utilizar medios de transporte público o compartidos, eléctricos y, si es posible, la bicicleta". De esta forma, contribuimos a mejorar la calidad del aire y, si utilizamos el autobús, el metro o la bicicleta, nos mantenemos físicamente más activos. Si al ejercicio le sumamos técnicas de relajación podemos además mantener lejos la ansiedad y los posibles trastornos emocionales.

Con respecto a la alimentación, en la ciudad se tiende a consumir más alimentos procesados que en el medio rural y de ahí, subraya esta cardióloga, también deberíamos aprender, recuperando los productos frescos de nuestra dieta mediterránea.

Para nuestros pulmones, aconseja la Dra. Álvarez Santín, "deberíamos evitar salir a la calle y practicar deporte al aire libre cuando los niveles de polución sean muy elevados". Además, en el caso de pacientes con problemas respiratorios crónicos el empleo de mascarillas puede ayudar a minimizar los síntomas y el daño a largo plazo.

El tabaco, lógicamente, es un factor que contribuye a agravar el problema. "Al final –señala esta neumóloga– la persona que fuma está aumentando la carga de partículas dañinas que inhala en su día a día".

Por último y siempre que sea posible, añade la Dra. Llanos Guerrero, deberíamos optar por vivir lejos de los núcleos urbanos con altos índices de contaminación y planificar escapadas periódicas al campo beneficiosas para nuestro corazón, pulmones y mente.

**Raquel González Arias**



*Entre las enfermedades respiratorias más frecuentes que se asocian a la contaminación, se encuentran el asma, la EPOC y los problemas alérgicos*

# Criopreservación de ovocitos porque ahora, **sí puedes esperar**



Es un hecho que las mujeres españolas buscan su primer embarazo cada vez más tarde. Esta es una de las principales causas por las que, llegado el momento, tienen problemas para concebir. Afortunadamente, la criopreservación de ovocitos permite ya adelantarse y prevenir la infertilidad asociada a la edad. Esta técnica hace tiempo que dejó de ser experimental y es hoy un procedimiento rutinario, sencillo, seguro y eficaz, como explica el [Dr. Isidoro Bruna Catalán](#), director médico de [HM Fertility Center](#).



## Vitrificar los ovocitos a una edad joven "permite conseguir el embarazo a edades más tardías con los óvulos de la propia mujer"

PRIMERA CONSULTA  
¡GRATUITA!  
900 11 10 10

A partir de los 40, las posibilidades de ser madre con óvulos propios se reducen significativamente, incluso con tratamientos de reproducción asistida. "Mediante Fecundación In Vitro (FIV) con óvulos propios, a los 42 años, no logramos más de un 22% de embarazos. Ese es el motivo de que casi el 2% de los niños que nacen en España sea gracias a la donación de óvulos", subraya el Dr. Isidoro Bruna. Vitrificar los ovocitos a una edad joven, apunta, "permite conseguir el embarazo a edades más tardías con los óvulos de la propia mujer". De hecho, "los ovocitos, cuando se desvitrifican, tienen la misma 'edad' que tenía la mujer cuando fueron criopreservados" y por ello se reduce el riesgo de alteraciones cromosómicas. Menor es el riesgo cuanto más joven sea la mujer en el momento de la vitrificación".

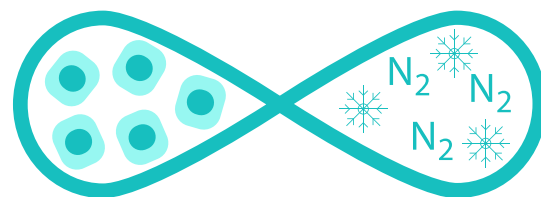
### El procedimiento

"La criopreservación de ovocitos consiste en la congelación ultra-rápida de los mismos mediante un método que evita la formación de cristales de hielo y es, actualmente, la acción de medicina preventiva más eficaz frente a la infertilidad femenina asociada a la edad", explica el Dr. Isidoro Bruna.

Hoy, "es una técnica rutinaria dentro de los centros de reproducción, sencilla, muy segura y con una muy marcada eficacia", gracias a la cual "ya han nacido miles de niños sanos en todo el mundo".

### Cuándo está indicada

La vitrificación de ovocitos está indicada en dos tipos de casos. Por un lado, en aquellas mujeres que, efectivamente, desean posponer su maternidad, bien por motivos profesionales bien porque no tienen una pareja estable o, simplemente, porque no es el momento. De otro, señala el Dr. Isidoro Bruna, también está indicada "en la mujer joven que acaba de ser diagnosticada de un proceso oncológico y que, probablemente, va a tener que ser sometida a un tratamiento gonadotóxico para poder curarse".



R. González

El mejor seguro de ahorro garantizado

PSN Ahorro Flexible

PSN

Interés técnico garantizado

mínimo del

1,3%

Total disponibilidad del capital en cualquier momento y sin penalización

Indicador de riesgo del producto

1 / 6

Este número es indicativo del riesgo del producto, siendo 1/6 indicativo de menor riesgo y 6/6 de mayor riesgo.

# Unidad de la Memoria. ¿Algo más que un despiste?

Todos podemos tener algún despiste de vez en cuando. En ocasiones, la razón puede ser algo tan frecuente como el estrés al que estemos sometidos en nuestro día a día. Sin embargo, cuando el despiste va más allá y olvidamos información o experiencias recientes por completo, debemos consultar. También si disminuye nuestra riqueza de vocabulario habitual o notamos que las palabras no fluyen como solían. Nos lo cuenta el **Dr. Javier Olazarán**, jefe de la Unidad de Investigación y Tratamiento de la Memoria de HM Hospitales.



La razón de los despistes puede ser muy diversa, desde el ya citado estrés a un déficit de vitaminas o procesos neurológicos como enfermedad vascular cerebral o problemas neurodegenerativos. Por ello, es fundamental que, ante los primeros síntomas, sea el propio paciente o un familiar quien los perciba, se consulte con los especialistas adecuados.

En esta línea, explica el Dr. Olazarán, surge la Unidad de Investigación y Tratamiento de la Memoria de HM Hospitales (UITM). Su objetivo, apunta, reside en "ofrecer soluciones a las personas que experimentan alguna merma en las capacidades cognitivas o notan cambios en la personalidad que no se explican por sus circunstancias vitales". Aquí, neurólogos, psiquiatras y psicólogos conforman un equipo multidisciplinar que trabaja en perfecta coordinación con los servicios centrales de HM Hospitales (Radiología, Laboratorio...) para ofrecer un diagnóstico y tratamiento precisos. Son muchos los pacientes que encuentran en la UITM una solución definitiva, sin embargo, hay procesos para los que en la actualidad no se dispone de un tratamiento curativo. En estas situaciones, señala el Dr. Olazarán, "ponemos al servicio del paciente los mejores tratamientos sintomáticos disponibles, siempre de forma individualizada, e incluso les brindamos la posibilidad de recibir tratamientos en investigación, por supuesto, con las máximas garantías de seguridad".

## Opciones terapéuticas

Dependiendo de cuál sea el origen de esa pérdida de memoria o deterioro cognitivo, se optará por uno u otro tratamiento. "En ocasiones –apunta el Dr. Olazarán– bastará con modificar alguna de las medicaciones que esté tomando el paciente. Otras, habrá que tratar los factores de riesgo vascular, como la hipertensión o la diabetes, y administrar fármacos para mejorar la circulación sanguínea cerebral. Hay situaciones en las que optaremos por suplementos nutricionales y, en el caso de la enfermedad de Alzheimer u otros procesos neurodegenerativos, recurriremos a medicaciones sintomáticas capaces de estabilizar el curso de la enfermedad".

*El diagnóstico temprano es fundamental, para revertir o detener el proceso y para evitar la aparición de otros problemas asociados*



## Actuar a tiempo

Aunque la pérdida de memoria se suele relacionar rápidamente con el envejecimiento y la causa más frecuente tiende a ser el Alzheimer, a esta Unidad llegan también pacientes jóvenes que, de alguna forma, perciben cómo sus capacidades cognitivas se están viendo afectadas.

Sea cual sea la causa, advierte, "el diagnóstico temprano es siempre fundamental, ya sea para revertir o detener el proceso y para evitar la aparición de otros problemas asociados como accidentes, caídas o trastornos de tipo afectivo".

Con la puesta en marcha de esta Unidad, perteneciente al Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC y que estará ubicada en el Hospital Universitario HM Madrid, se cierra el círculo del abordaje de las enfermedades neurodegenerativas ideado por HM Hospitales que, bajo el lema 'Memoria y Movimiento', apuesta por poner el foco en este tipo de patologías.

# ¿Alergia primaveral o catarro?

## Sal de dudas

Los niños de entre diez y catorce años suelen ser los que, con más frecuencia, sufren alergia al polen en la infancia. Sin embargo, advierten los especialistas, empieza a ser habitual encontrarse con este problema en niños de apenas dos años. Los síntomas, a menudo, pueden confundirse con los de un catarro, por eso, la **Dra. María Muñoz Pereira, responsable de Alergología de los hospitales universitarios HM Montepríncipe y HM Puerta del Sur**, aconseja consultar siempre con el pediatra.

Año tras año, la primavera trae consigo las temidas alergias a distintos pólenes. Entre los síntomas más frecuentes, explica la Dra. María Muñoz, se encuentran el picor de ojos, nariz y oídos, el lagrimeo y la tos. "Estos síntomas pueden hacer que, en el inicio, se confunda con un cuadro respiratorio viral, con un catarro". La diferencia, añade, radica en que el niño alérgico no presenta ni fiebre ni dolor de garganta o malestar general y, en ocasiones, "la tos se produce, sobre todo, cuando practica deporte al aire libre".

Aunque mucho menos frecuentes, durante los meses de primavera, hay casos en los que el simple contacto con la planta puede dar lugar a ese picor de ojos o lagrimeo e incluso a la aparición de dermatitis atópica. Es la alergia por contacto.

La alergia no desaparece de forma espontánea, por ello, es importante consultar con el especialista para diagnosticarla de manera temprana e instaurar el tratamiento más adecuado a cada niño. "Hoy contamos con numerosos tratamientos para evitar el contacto con los alérgenos como mascarillas e incluso colirios y sprays nasales que, por su composición lipídica, ejercen un efecto barrera. Asimismo, para tratar los síntomas disponemos de jarabes antihistamínicos, colirios, sprays nasales e inhaladores bronquiales.

Actualmente, además, se pueden también prevenir los síntomas aumentando la tolerancia, gracias al empleo de vacunas específicas", subraya la Dra. Muñoz.

*Es importante consultar con el especialista para diagnosticar la alergia e instaurar el tratamiento más adecuado a cada niño*

R. González



alergia



## HM Fertility Center: Donde Nacen las Madres

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

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

PRIMERA  
CONSULTA  
¡GRATUITA!

900 11 10 10  
hmfertilitycenter.com  
FINANCIACIÓN A TU MEDIDA

**HM**  
MEDICINA DE LA REPRODUCCIÓN  
hm fertility center

Donde Nacen las Madres

Hay un HM Fertility Center muy cerca de ti:

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

# Endourología: la 'revolución' en el manejo de las piedras en el riñón



Hablar de piedras en el riñón suele hacernos pensar inmediatamente en el cólico nefrítico, temido por el intenso dolor que produce. Sin embargo, estas piedras, también llamadas cálculos, no siempre se asocian a procesos dolorosos e incluso hay ocasiones en las que el paciente permanece asintomático. El **Dr. Juan Francisco Hermida Gutiérrez**, jefe del Servicio de Urología del Hospital Universitario HM Torrelodones, nos habla de la litiasis urinaria y de cómo la Endourología ha 'revolucionado' su tratamiento en los últimos años.

## ¿En qué consiste la litiasis urinaria?

La litiasis urinaria consiste en la aparición de cuerpos sólidos, denominados cálculos, en el aparato urinario superior, esto es, riñones o uréter. Estos cálculos, explica el Dr. Juan Francisco Hermida Gutiérrez, "se forman por una cuestión puramente física debido a la cristalización de algunos componentes excretados en la orina que se encuentran en una concentración suficiente para no disolverse y formar el cálculo". Estos pueden quedarse en el riñón o desprenderse y descender por los conductos urinarios. Si el tamaño de la piedra es muy pequeño, se puede eliminar con la orina, sin causar síntomas, pero si alcanza ya un cierto tamaño, puede quedar en los uréteres, en la vejiga o en la uretra.

### Síntomas

La sintomatología depende de la localización del cálculo, tamaño, migración y grado de obstrucción que esté provocando. Cuando hablamos de piedras, enseguida solemos asociarlas a un intenso dolor, sin embargo, comenta el Dr. Hermida, "pueden existir litiasis asintomáticas o con síntomas mínimos que en ocasiones se manifiestan más por sus complicaciones -infecciones, fiebre, etc.- que por la litiasis en sí". Es más, puede ser que el hallazgo del cálculo sea casual y se descubra durante la realización de un estudio llevado a cabo por otro motivo. De todos los cuadros, el más temido es el cólico nefrítico, debido al repentino e intenso dolor que produce.

### Tratamientos

En el manejo de la litiasis urinaria, explica el Dr. Hermida, "el descubrimiento y desarrollo de la Litotricia Extracorpórea por Ondas de Choque (LEOCH) supuso un gran avance y su desarrollo fue paralelo al de las técnicas endoscópicas (Endourología). En los últimos 15 años, la LEOCH ha sido relegada, en gran parte por el desarrollo de material de Endourología de última generación, como el láser de Holmium: YAG, y por la menor tasa de eficacia de la LEOCH en determinadas situaciones", por ejemplo, en piedras mayores de 2 centímetros o en condiciones anatómicas o estados en los que, bien no es efectiva, bien está contraindicada como el riñón ectópico pélvico o el embarazo.

En este sentido, afirma, "los procedimientos endourológicos han 'revolucionado' el tratamiento de los cálculos urinarios".

Actualmente, el Servicio de Urología del Hospital Universitario HM Torrelodones cuenta con un equipo de profesionales multidisciplinar y con experiencia en el manejo de estos pacientes. Asimismo, explica este especialista, disponen de los últimos avances técnicos en este campo, tales como "el nefroscopio para cirugía percutánea con calibres pequeños, ureteroscopia flexible, vainas y láser". Todo ello, añade, "para ofrecer un tratamiento óptimo y de excelencia en la patología litiasica, sobre todo desde el campo de la Endourología".

R. González

## ¿Por qué se forman?

La causa más importante es una ingesta de agua insuficiente. Asimismo, dependiendo de su composición, existen varias razones por las cuales estas sustancias pueden encontrarse en la orina en una concentración mayor como trastornos del metabolismo, un exceso de ácido úrico, enfermedades infecciosas o algunas malformaciones congénitas.

*La litiasis urinaria consiste en la aparición de cuerpos sólidos, denominados cálculos, en el aparato urinario superior*

# Cuidar la salud bucal durante el embarazo



El embarazo es un estado que produce cambios hormonales en el cuerpo de la mujer, que pueden favorecer la aparición de problemas de salud oral. Además, se produce una alteración de la flora bacteriana presente naturalmente en la cavidad oral, asociada a posibles alteraciones en la dieta, que provocan la aparición de distintas patologías. El **Dr. Gonzalo Gómez, odontólogo de HM IMI Toledo** nos habla de los problemas más comunes y nos da las claves para tratarlos en los meses de embarazo.

*Uno de los inconvenientes en el embarazo es la mayor predisposición a sufrir enfermedad de las encías*

Uno de los inconvenientes más comunes en el embarazo es la mayor predisposición a sufrir enfermedad de las encías, el Dr. Gómez subraya que "generalmente cursando con inflamación con presencia de sangrado, conocido como gingivitis. En ocasiones aparece una inflamación localizada de mayor tamaño llamada éplulis o granuloma del embarazo, que sangra con facilidad y desaparece tras el parto. También es común la aparición de caries, por el cambio en la flora bacteriana y la aparición de vómitos, que produce un pH ácido en la boca y favorece a las bacterias productoras de caries".





## El segundo trimestre suele ser el momento ideal para realizar cualquier tratamiento dental

Una de las primeras señales de problemas en la salud dental es el sangrado de las encías y la sensación de mal aliento. El Dr. Gómez destaca que, "este es un hecho importante para que la mujer mejore sus técnicas de higiene y las realice de manera exhaustiva, con cepillo y seda dental, ya que un descuido en los hábitos higiénicos aumentará la presencia de placa bacteriana y sarro, aumentando los riesgos de enfermedad de las encías y caries".

En el caso de detectar algún problema que requiere tratamiento el Dr. Gómez apunta que "en el segundo trimestre suele ser el momento ideal para realizar cualquier tratamiento dental, así como el control de las posibles alteraciones que hayan podido aparecer durante el primer trimestre. No existe ningún problema en cuanto a utilización de anestésicos locales para asegurar la analgesia durante el tratamiento, ni con los antibióticos o analgésicos adecuados, si fueran necesarios. Una vez cumplido el tercer trimestre puede resultar molesto el permanecer sentada en el sillón dental durante un período prolongado de tiempo y es por ello que se evita la realización de tratamientos largos. En estos casos se opta por colocar a la paciente en posición semi-incorporada para no dificultar el retorno venoso de las piernas".

### La prevención es importante

A la hora de cuidar nuestra salud bucal en el embarazo es importante seguir los consejos de los odontólogos:

**Visita al odontólogo al menos una vez.** Es posible someterse a un tratamiento dental en cualquier momento del embarazo. Sin embargo resultará más cómodo hacerlo en el segundo trimestre.

**Cepillar los dientes y encías cuidadosamente** al menos tres veces al día con dentífrico fluorado y enjuagar con un colutorio adecuado, usar un cepillo suave y pequeño para evitar las náuseas y utilizar seda dental o cepillos interproximales al menos dos veces al día.

**Mantén una dieta sana:** consumir alimentos saludables y evitar los alimentos azucarados entre horas. Es recomendable fruta fresca y chicles sin azúcar y con xilitol y evitar zumos industriales y bebidas carbonatadas.

**En caso de náuseas y vómitos frecuentes** es recomendable tomar pequeñas cantidades de frutas, vegetales o yogures, usar colutorio fluorado diariamente y enjuagarse después de cada vómito.

Beatriz Sánchez-Infantes

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

[www.velvethut.com](http://www.velvethut.com)

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

  
velvethut

**10%**  
Descuento  
con el código  
**GHM10**

# Ensayos clínicos, más allá de 1.000 pacientes en 2017

Los ensayos clínicos son la herramienta que permite que la investigación de más alto nivel y con las más altas garantías de seguridad pueda llegar a los pacientes y sus familias. Así, estos son parte de la forma de entender la Medicina de HM Hospitales: excelencia y seguridad. Para lograrlo y aglutinar todo el esfuerzo investigador del Grupo se creó la Fundación de Investigación de HM Hospitales y, a la vista de los datos cosechados, se está consiguiendo. De hecho, año a año, los índices que se registran señalan que el crecimiento es sostenido, continuo y muy significativo. Tanto es así que en el pasado 2017 casi se duplicaron el número de ensayos clínicos y el número de pacientes que eligieron la Fundación HM Hospitales para la búsqueda de un nuevo tratamiento. En concreto, se abrieron a la participación 223 ensayos clínicos nuevos junto a los cientos que ya estaban activados desde años anteriores, frente a los 118 ensayos clínicos del año 2016. En 2017, dentro de todos los ensayos clínicos, 1.001 pacientes aceptaron colaborar en alguno de ellos, cifra muy significativa cuando se compara con los 542 pacientes que se implicaron en 2016. Este hecho, más allá del significado emocional de la superación del umbral de los mil pacientes anuales, supone situar a HM Hospitales entre los cinco centros de investigación clínica más importantes de España y el más relevante de la sanidad privada.

Sin duda este éxito de nuestros pacientes y sus familias va acompasado con el crecimiento de HM Hospitales, que se expande en el campo de la investigación. En ese sentido, la Fundación HM Hospitales aboga por una investigación clínica no mercantilista, transparente, y centrada en ofrecer información precisa y honesta a pacientes y familiares. El director de la Fundación de Investigación HM Hospitales, Dr. Cristóbal Belda, destaca que, "la razón más importante del crecimiento en pacientes y ensayos clínicos es el grado de información que tienen los pacientes y las familias que nos eligen. Así, más allá de referencias engañosas sobre lo que significa la investigación clínica, muy utilizadas por otros, desde nuestra organización ofrecemos una información transparente sobre lo que se puede esperar de un ensayo clínico o de un producto en investigación".

## ¿Quieres colaborar con nosotros?

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

¡MUCHAS GRACIAS!



**fundaciónhm**  
investigación

Además, "nuestros centros son independientes del poder político y aconfesionales lo cual nos permite tener un profundísimo respeto por las creencias de nuestros pacientes y sus familias y, por tanto, no negar el acceso a tratamientos eficaces al amparo de una ideología. Más allá, nuestro compromiso por la igualdad de oportunidades en el acceso a los puestos de trabajo nos permite seleccionar a nuestros profesionales e investigadores por su valía científica y profesional huyendo de ciertas prácticas de discriminación por la orientación sexual, política, religiosa o incluso relacionadas con el estado civil de investigadores e investigadoras, propias de un periodo muy oscuro dentro de la pseudociencia española que, en estos momentos, amenaza con volver de sus cavernas".

Especial hincapié tiene para HM Hospitales el carácter solidario de la investigación clínica. En ese sentido, la búsqueda de fármacos disruptivos y tratamientos que acerquen la curación a enfermedades reales es suficiente motivo para que el Grupo forme parte de las redes internacionales y nacionales de colaboración entre instituciones y agentes de carácter público y privado para compartir avances científicos. "Estamos muy orgullosos de que esas colaboraciones hayan permitido que otros profesionales de otros centros ajenos a nosotros hayan conseguido ayudar también a sus pacientes", señala el Dr. Belda.



# BIENESTAR & SALUD

*Paloma Carrera*



En nuestro centro Bienestar & Salud Paloma Carrera contamos con espacios acogedores e íntimos, donde podrás probarte diferentes pelucas y recibir en compañía de los tuyos un asesoramiento personalizado.

## NUESTROS SERVICIOS

PELUCAS DE CABELLO NATURAL EUROPEO

PELUCAS DE FIBRA FUTURA

TURBANTES Y PAÑUELOS

EXTENSIONES DE CABELLO NATURAL

PRÓTESIS CAPILAR

PRENDAS POSTOPERATORIO

PRENDAS DE PRESOTERAPIA PARA CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

CORSETERÍA ESPECIALIZADA

PRÓTESIS DE MAMA EXTERNA\*

**\*INFÓRMATE SOBRE LAS SUBVENCIONES**

**MEDIAS ANTITROMBÓTICA**



**MEDIAS DE COMPRESIÓN**



Atención al Paciente Hospitalizado en Planta

Hospital Universitario HM Sanchinarro

Planta -1 Local Comercial - Saliendo al parking, frente a Radiología.

Tel: 91 767 8791

[www.bienestarsalud.es](http://www.bienestarsalud.es)

# La personalización de la radioterapia amplía horizontes en la cura del cáncer

La radioterapia es, tras la cirugía, la opción terapéutica más eficaz para curar el cáncer. Actualmente, el 70% de los pacientes oncológicos se benefician de este tratamiento y el 40% de los que la reciben se cura gracias a ella. La **Dra. Carmen Rubio Rodríguez**, jefe de equipo de Oncología Radioterápica de HM Hospitales en los hospitales universitarios HM Sanchinarro y HM Puerta del Sur, nos habla de cómo, gracias a la radioterapia, se ha incrementado el número de casos en los que hoy se consigue la curación.



## Vídeo documental sobre la labor de Oncología Radioterápica de HM Hospitales

Detrás de cada proceso oncológico hay una historia que cada vez con más frecuencia se transforma en una experiencia de éxito y superación. Agradecimiento, incorporación de tecnología puntera y el buen hacer de los profesionales sanitarios son los ingredientes que han servido para la creación de un vídeo documental que recoge la experiencia personal de una paciente en el Servicio de Oncología Radioterápica de HM Hospitales. Dicho documental se encuentra alojado en las siguientes direcciones:

[www.hmciocc.com](http://www.hmciocc.com)

<http://bit.ly/2EblRx>



En el manejo del cáncer la radioterapia se ha convertido en un tratamiento fundamental, ya sea en combinación con cirugía y/o tratamientos farmacológicos, ya sea de manera aislada. En ambos casos, el objetivo principal es el de alcanzar la curación, sin embargo, como explica esta oncóloga, "también tiene un papel determinante en los cuidados paliativos del paciente con cáncer avanzado e incurable para mejorar sus síntomas y calidad de vida".

### Avances en radioterapia

Para la Dra. Carmen Rubio, "la radioterapia representa uno de los mejores ejemplos de la medicina personalizada y de precisión en la actualidad" y es que "gracias a los avances experimentados en las últimas décadas en el campo de la radiobiología" hoy es posible la individualización de este tratamiento atendiendo a las características específicas del tumor de cada paciente. De esta forma, se elige uno u otro tipo de radioterapia, la dosis, la combinación o no con distintas terapias y la pauta de administración.

Además, "la reciente irrupción de la inmunoterapia —explica esta oncóloga— supone el complemento ideal para la radioterapia" y su combinación "representa uno de los avances más prometedores de las últimas décadas contra el cáncer".

## *La radioterapia representa uno de los mejores ejemplos de la medicina personalizada y de precisión en la actualidad*

Entre las ventajas de la radioterapia destaca el que, por decirlo de alguna forma, apunta la Dra. Rubio, es "la gran 'conservadora de órganos', ya que permite eliminar tumores en estadios avanzados minimizando el efecto sobre los tejidos sanos circundantes, evitando en muchas ocasiones cirugías muy agresivas y permitiendo conservar el órgano afectado y su funcionalidad".

De otro lado, son varios los tumores que, siempre que estén localizados y confinados en su órgano de origen, pueden curarse exclusivamente con radioterapia. Esto es así, señala, "en el paciente con cáncer de próstata, en tumores precoces de cabeza y cuello, distintos linfomas, tumores cutáneos o cánceres de pulmón en estadios iniciales". En otros casos, "su potenciación con algunos fármacos antineoplásicos —añade— permite también la curación en pacientes con tumores más avanzados como el cáncer de esófago, cabeza y cuello, cérvix uterino o vejiga y siempre con el añadido de conservar el órgano y su funcionalidad".

Además, en los últimos años, la intención curativa de la radioterapia se ha extendido incluso a determinados pacientes que presentan metástasis muy localizadas.



# Atención a las cervicales tras un accidente de tráfico

Al hablar de accidentes de tráfico, existen miles de casos en los que se producen lesiones que suponen un trastorno importante para las personas que los sufren. El **Dr. Antonio Durán**, traumatólogo de la Unidad de Lesionados de Tráfico del Hospital HM Modelo de A Coruña, nos acerca esta realidad.



"La mayor parte de los pacientes con lesiones de tráfico entran por Urgencias, aunque es frecuente que acudan a la consulta algunos días más tarde", explica el Dr. Durán. También advierte que las lesiones más comunes se producen en la columna cervical y los hombros, generalmente provocadas por un golpe seco en la parte trasera del coche. La Unidad de Lesionados de Tráfico de HM Hospitales trata toda la patología derivada como lesiones de muñeca, tobillo, fracturas... Estas últimas pueden ser más recurrentes en accidentes de moto, en la medida en que la persona viaja más desprotegida que en un coche y el golpe suele ser mucho más fuerte.

*Las lesiones más comunes se producen en la columna cervical y los hombros, generalmente provocadas por un golpe seco en la parte trasera del coche*

Centrándose en las lesiones de tráfico más habituales, el Dr. Durán advierte que "en el caso de las de tipo cervical, hay que estar atentos a los síntomas: dolor de cuello, mareos, dolor de cabeza, manos dormidas...". A veces, estos no aparecen al momento, sino que se manifiestan al cabo de varias horas o incluso días. Si esto ocurre, no hay que perder de vista que podrían ser a consecuencia del accidente y, aunque hayan transcurrido unos días después de sufrirlo, conviene acudir al médico y dar parte al seguro.



*En el caso de las de tipo cervical, hay que estar atentos a los síntomas: dolor de cuello, mareos, dolor de cabeza, manos dormidas...*

El especialista estima que este tipo de lesiones requieren un período de recuperación aproximado de un mes, dependiendo de la severidad de las mismas, y pueden llevar aparejados muchos trastornos en el día a día de los pacientes. Por suerte, la mayoría de ellos se curan totalmente. "No soy partidario de poner collarín, porque puede debilitar la musculatura, salvo en los casos de contracturas muy grandes. Por lo general, en el 90% de los casos, el tratamiento incluye antiinflamatorios, relajantes musculares y, por supuesto, fisioterapia. A veces, puede ser necesario intervenir quirúrgicamente, aunque no es lo más frecuente", indica el Dr. Durán.

### Con todas las garantías

Para abordar este tipo de lesiones con todas las garantías, la red gallega de HM Hospitales cuenta con un equipo multidisciplinar y todos los medios diagnósticos en HM Rosaleda de Santiago, HM Modelo de A Coruña y HM Vigo, donde existen protocolos que permiten proporcionar al paciente una atención integral que cubre desde la asistencia en Urgencias a la cita directa con el especialista, pasando por pruebas diagnósticas, hospitalización, tratamientos o fisioterapia. Todo ello, sin coste alguno para el paciente, ya que los gastos se incluyen en las coberturas contratadas por la póliza.

**Teléfonos HM Hospitales  
Lesionados en accidentes  
de tráfico**

Madrid: **626 420 377**

A Coruña: **981 147 330**

Santiago de Compostela: **628 323 898**

Vigo: **986 411 466**

León: **619 771 576**



# Noticias HM Hospitales



## Su Majestad la Reina Doña Sofía visita el Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC

Su Majestad la Reina Doña Sofía realizó el pasado 2 de febrero una visita privada al Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC, ubicado en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur de Móstoles. La intensa labor investigadora en el campo de las enfermedades neurodegenerativas y en especial en la enfermedad de Parkinson fue motivo de la curiosidad de Su Majestad, que mostró un gran interés en conocer los proyectos de investigación básica y clínica que se desarrollan en HM CINAC. En particular, SM la Reina Doña Sofía preguntó por el grupo multidisciplinar dirigido a detener la evolución progresiva de la enfermedad de Parkinson.

Este grupo de investigadores de HM Hospitales ha logrado, de manera pionera, impactar sobre las manifestaciones motoras producidas por la enfermedad de Parkinson, mediante una técnica denominada subtalamotomía realizada por ultrasonido focal de alta intensidad (HIFU). El presidente de HM Hospitales, Dr. Juan Abarca Cidón, y el director de HM CINAC, Profesor José A. Obeso, recibieron a SM la Reina Doña Sofía y encabezaron la comitiva de directivos, personal médico e investigadores que acompañaron a Su Majestad durante su visita, en la que recorrió las instalaciones del Hospital Universitario HM Puerta del Sur y recibió el cariño y admiración de pacientes y trabajadores.



## Apuesta por combatir las alergias alimentarias y las intolerancias

El Hospital Universitario HM Madrid ha puesto en marcha una consulta de nutrición orientada a solventar los problemas de aquellos pacientes con sobrepeso y relacionados con la importancia de una alimentación adecuada para el correcto mantenimiento de la salud. Este servicio asistencial está orientado especialmente a solventar y abordar las alergias alimentarias y las intolerancias a algún alimento, problema sanitario que es un motivo de consulta en ascenso en los últimos tiempos, y que sucede cada vez con más frecuencia. Este incremento en las consultas relacionadas con estas problemáticas exigen un abordaje especialista y multidisciplinar en el que es crucial la colaboración y participación de nutricionistas y equipos médicos como medicina interna, alergología, endocrinología, etc. De hecho, este es el espíritu con el que esta consulta se pone en marcha y cuya citación en HM Madrid se puede realizar siguiendo los cauces habituales.





## El Dr. Diego García-Germán de HM Torrelodones, médico del Equipo Olímpico Español en los Juegos Olímpicos de Invierno de Pyeongchang 2018

El Dr. Diego García-Germán Vázquez, miembro del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología del Hospital Universitario HM Torrelodones, acaba de regresar a España tras haber participado en los Juegos Olímpicos de Invierno 2018, celebrados en la localidad surcoreana de Pyeongchang. El papel que ha desarrollado el facultativo ha sido el de médico del Equipo Olímpico Español, ya que colabora desde hace años como Traumatólogo de la Real Federación Española de Deportes de Invierno (RFEDI). El Dr. García-Germán Vázquez es un reconocido especialista en Cirugía Ortopédica, Cirugía Artroscópica y Traumatología General y Deportiva. Este profesional sanitario de HM Hospitales ha acompañado a la delegación española, compuesta por 12 deportistas, que ha cosechado éxitos históricos y ha roto una sequía olímpica que duraba 26 años para los deportes de invierno de España, materializada en las dos medallas de bronce, logradas por Javier Fernández en patinaje artístico y Regino Hernández en snowboard cross, respectivamente.

## La celebración de las 'Jornadas Nacionales HM Gabinete Velázquez' vuelven a batir su récord

Los pasados 22 y 23 de febrero tuvieron lugar las 'XV Jornadas Nacionales HM Gabinete Velázquez', que se han convertido, por derecho propio, en el evento de actualización en Ginecología y Obstetricia más relevante del panorama sanitario español. De hecho, este congreso ha vuelto a romper sus barreras cuantitativas al registrar 650 inscritos lo que lo consolida como el referente español en este campo. Las razones de este éxito residen en la cuidada organización del evento que junto a ponentes de primer nivel y la numerosa asistencia de profesionales sanitarios y miembros de la industria hace de este congreso una cita ineludible en la Ginecología y la Obstetricia española. Como en anteriores ediciones se informó sobre los últimos avances y novedades en todo lo que rodea a la salud de la mujer. Para ello, a lo largo de sesiones distribuidas en seis mesas diferenciadas, se abordaron aspectos de la patología mamaria benigna y maligna, Ginecología general, ecografía en la práctica clínica, actualidad en Obstetricia, debates sobre osteoporosis y menopausia y cuestiones candentes en patología del tracto genital inferior.



## HM Nuevo Belén ofrece un método de preparación al parto en el agua



El Hospital Universitario HM Nuevo Belén pone a disposición de sus pacientes embarazadas un método que, de forma divertida y eficaz y mediante ejercicios en la piscina, ayuda a preparar el momento del parto. Se trata de un programa de ejercicios en el agua, específico para el embarazo, que trabaja todos los músculos, ligamentos y tendones que intervienen en los movimientos y posturas que facilitan el parto. Este método consiste en 2 sesiones semanales de 50 minutos en piscina donde se entrena la capacidad aeróbica y se mejora la fuerza, la elasticidad y la coordinación respiratoria de la embarazada. Se recomienda iniciar este método alrededor de la semana 34-36 y continuar hasta el momento del parto, con el objetivo de llegar en las mejores condiciones físicas posibles y con una alta probabilidad de conseguir un parto normal. Este curso de preparación física en el agua está impartido por matronas tituladas en el método AIPAP. Toda la información y las posibles reservas se gestionan a través del correo electrónico: [preparacionenelagua@hmhospitales.com](mailto:preparacionenelagua@hmhospitales.com)



## Innovación en visión artificial

Este gadget va destinado a aquellas personas ciegas o con discapacidad visual. OrCam MyEye es un dispositivo basado en inteligencia artificial que se acopla a la patilla de las gafas y es capaz de convertir la información visual en información de audio casi en tiempo real. Consta de una unidad portátil y de una cámara que se coloca en las gafas. Basta que el usuario señale con el dedo o pulse un botón para que el sistema le lea cualquier texto impreso o digital en todo tipo de superficies, incluyendo periódicos, libros, pantallas de ordenador, menús de restaurantes, etc. También reconoce objetos y rostros de personas que hayan sido previamente almacenados en el dispositivo.



## Sueño reparador

¿Cuántas veces hemos llegado a la cama derrotados, después de un día agotador, y no hemos podido conciliar el sueño? Más allá de una pésima noche, lo peor comienza a la mañana siguiente. A caballo entre un casco y una cinta para el pelo, la holandesa Phillips nos trae SmartSleep, un dispositivo pensado no para dormir más pero sí mejor. Sus sensores detectan cuando entramos en la fase más profunda del sueño y emiten señales sonoras para que este resulte más reparador. Además, cuenta con una aplicación complementaria capaz de analizar nuestro sueño durante varios días y darnos consejos personalizados que nos ayuden a dormir mejor.

## Gafas de 'acero' para niños deportistas

Por supuesto, no son de acero, pero son tan resistentes como si lo fueran. Se trata de la propuesta de Bollé, dentro de su colección Sport Protective, pensada para los más pequeños de la casa. El objetivo no es tanto evitar que las gafas se rompan como proteger sus ojos de posibles lesiones mientras practican su deporte favorito. Se pueden graduar, no se rayan ni se empañan, incorporan un sistema de absorción de golpes y están fabricadas con materiales hipoalergénicos muy ligeros.



## Hospitales

### Madrid

#### hm madrid

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

#### hm montepríncipe

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

#### hm torrelodones

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

#### hm sanchinarro

C/ Oña, 10. 28050 Madrid

#### hm nuevo belén

C/ José Silva, 7. 28043 Madrid

#### hm puerta del sur

Avda. Carlos V, 70. 28938 Móstoles. Madrid

#### hm vallés

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

### Galicia

#### hm modelo

C/ Virrey Osorio, 30. 15011 A Coruña

#### hm belén

C/ Filantropía, 3. 15011 A Coruña

#### hm rosaleda

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

#### hm la esperanza

Avda. Das Burgas, 2. 15705 Santiago de Compostela

#### hm vigo

C/ Manuel Olivé, 11. 36203 Vigo

### Castilla y León

#### hm regla

C/ Cardenal Landázuri, 2. 24003 León

#### hm san francisco

C/ Marqués de San Isidro, 11. 24004 León

## Centros integrales

### Madrid

#### hm CIOCC

C/ Oña, 10. 28050 Madrid

#### hm CINAC

Avda. Carlos V, 70. 28938 Móstoles. Madrid

#### hm CIEC

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

### HM Hospitales International

international@hmhospitales.com

+34 91 445 21 26

Emergency medical assistance 24/7

Madrid y Toledo: +34 629 823 493

Galicia: +34 639 139 295

León: +34 660 171 363

## Policlínicos

### Madrid

#### hm arapiles

Calle Arapiles, 8. 28015 Madrid

#### hm odontología

Calle Arapiles, 8. 28015 Madrid

#### hm suchil

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

#### hm gabinete velázquez

C/ Velázquez, 25. 28001 Madrid

#### hm cruz verde

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

#### hm los belgas

Calle Pereda, 3. 28400 Collado Villalba. Madrid

#### hm sanchinarro

Avda. Manoterías, 10. 28050 Madrid

#### hm las tablas

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

#### hm distrito telefónica

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

#### hm la paloma

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

#### hm santander

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

#### hm virgen del val

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

#### hm moraleja

Paseo de Alcobendas, 10. 28109 Alcobendas. Madrid

#### hm torrelodones

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

### Castilla-La Mancha

#### hm IMI toledo

Avda. Irlanda, 21. 45005 Toledo

### Galicia

#### hm belén

C/ Filantropía, 3. 15011 A Coruña

#### hm los puentes

Paseo de los Puentes, 7. 15004 A Coruña

#### hm matogrande

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

#### hm rosaleda-lalín

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

#### hm vigo

C/ Zamora, 10. 36203 Vigo

### Castilla y León

#### hm san francisco

C/ Bernardino Sahagún, 2. 24004 León

## Citación de consultas

### Madrid

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

### Galicia

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

### Castilla y León

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

### Castilla-La Mancha

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

### Unidades y consultas específicas

- Unidad de Atención Integral para las personas con diabetes. Tel. **637 726 704**  
e-mail: [unidaddiabetes@hmhospitales.com](mailto:unidaddiabetes@hmhospitales.com)
- HM Fertility Center. Tel. **900 111 010**  
Web: [www.hmfertilitycenter.com](http://www.hmfertilitycenter.com)
- Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales.  
Tel. **634 535 933 / 617 916 624**

# 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](http://bancopopular.es)  
 902 301 000  
 @PopularResponde