

Tu hospital

Núm. 67 | Septiembre - Octubre | Año 2018

www.hmhospital.es

Cáncer de Mama. Juntas contra el cáncer

Asistencial
Cirugía robótica
Pediatría
La vuelta al cole
Prevención
Reumatología



Síguenos en las redes sociales

HM
hm hospitales
Somos tu Salud

índice

- 3 Editorial
- 4 Comprometidos con el diagnóstico precoz del cáncer de mama
- 8 La gran aventura de empezar el 'cole'
- 10 Cirugía robótica: cuando hombre y máquina van de la mano



- 12 Claves para combatir el insomnio
- 14 ¿Malentendidos frecuentes? Quizás deberías revisar tu audición
- 16 Protege tus huesos frente a la osteoporosis
- 18 La Fundación de Investigación HM Hospitales entrega sus premios anuales

- 20 La subespecialización y la innovación en Reumatología permiten ofrecer una solución para cada paciente
- 22 Mayor precisión y seguridad en la resección de tumores cerebrales gracias a la resonancia magnética intraoperatoria
- 24 Noticias HM Hospitales
- 26 APP HM Hospitales
- 27 Contacta con nosotros



Tu hospital

Núm. 67 | Septiembre - Octubre | Año 2018 www.hmhospitales.com



N.º 67 | Septiembre - Octubre | Año 2018



Síguenos en las redes sociales
www.hmhospitales.com

© 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

Salud, Barcelona

Tras más de 25 años de andadura en nuestro sistema sanitario privado, siendo líderes y referencia por nuestro proyecto asistencial, docente e investigador en la Comunidad de Madrid, en Galicia y en León, el pasado mes de enero **hemos “puesto un pie” en el mercado sanitario de Barcelona** a través de nuestra entrada en el accionariado del Hospital Delfos, en las próximas semanas HM Delfos.

Desde nuestros inicios hemos situado siempre a los pacientes en el centro de nuestros propósitos y por eso hemos apostado desde nuestros comienzos por un proyecto que combinara proporcionar la mayor oferta sanitaria posible a nuestros pacientes —lo que implica, a veces, contar con servicios que no son rentables económicamente, pero son necesarios para la atención correcta y completa—, junto con una propuesta docente e investigadora lo suficientemente atractiva para que nuestros profesionales dedicaran la mayor de sus atenciones y esfuerzos a nuestro grupo hospitalario.

Pero siempre en este orden, **primero los pacientes y luego los profesionales**, que desde el conocimiento de lo que implica el sacrificio y el compromiso de nuestra profesión renuncian a parte de su protagonismo individual para formar parte de una estructura integral que tiene como misión el atender lo mejor que se pueda a los pacientes que se decantan por nuestros servicios.

HM Hospitales además lleva este modelo y este proyecto como una unidad indivisible —con las características propias de cada entorno social o demográfico— allá por donde vamos, tratando simplemente de extender un Modelo sanitario que entendemos desde la Dirección del Grupo que no sólo cura o alivia a los pacientes, sino que aporta valor a la sociedad. Dice mi padre, el Dr. Juan Abarca Campal, que **“un hospital no es una empresa cualquiera, sino que es un instrumento para mejorar la Sanidad y la Sociedad** porque si en algún momento los números no salen, el beneficio se lo llevan los enfermos”.

Iniciamos nuestro proyecto en Cataluña con la misma ilusión, motivación y empuje con el que seguimos peleando en el resto de las plazas. Entendemos que nuestro aterrizaje en Barcelona no sólo favorecerá la mejora de la Sanidad Privada en Barcelona, sino que con ello contribuiremos con nuestro granito de arena a mejorar la Sociedad. Nosotros eso esperamos.

Dr. Juan Abarca Cidón
Presidente HM Hospitales



Comprometidos con el diagnóstico precoz del **cáncer de mama**


El cáncer de mama es el tumor más frecuente en la mujer en los países occidentales. Si bien el mayor número de casos se detecta entre los 50 y los 65 años, cada vez más, se diagnostican tumores de este tipo antes y después de esos años. La edad es precisamente uno de los factores que influyen en el pronóstico de la enfermedad e incluso en la elección del tratamiento. De estos y otros factores de riesgo, así como del manejo actual del cáncer de mama nos habla la **Dra. Eva Ciruelos, de la Unidad de Cáncer de Mama del Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC**, en la antesala del Día Mundial frente a esta enfermedad, un día para el que HM Hospitales ha previsto una jornada muy especial pensada para familiares, pacientes y amigos.

De los 25.000 nuevos casos de cáncer de mama que cada año se diagnostican en España, la mitad se detectan entre los 50 y los 65 años y la otra mitad antes o después de esta etapa. De hecho, el número de diagnósticos que escapa a la mediana edad es creciente. El motivo podría residir en diagnósticos cada vez más tempranos, con lo que ello representa en cuanto al pronóstico: mejor cuanto antes se llegue. Y es que, actualmente, explica la Dra. Ciruelos "las pruebas diagnósticas son capaces de detectar tumores muy pequeños, incluso en la fase asintomática".

El de mama es el tumor más frecuente entre las españolas, tanto es así que se estima que una de cada nueve podría desarrollarlo a lo largo de su vida y, de hecho, casi el 30% de los casos de cáncer en la mujer son de mama. Al año, nos dice la Dra. Ciruelos, "produce unas 6.000 muertes en nuestro país" y entre los factores pronósticos se encuentran la edad, cuanto más joven sea la paciente, peor pronóstico. "La edad es un factor de peor pronóstico en cáncer. En general, las mujeres jóvenes poseen tumores de fenotipos más agresivos, como el triple negativo o el HER2+", subraya esta oncóloga.

Si bien no es determinante, la edad es un parámetro que también se tiene en cuenta en el manejo de estas pacientes: "En general, el tratamiento se adapta al fenotipo y a la extensión inicial del tumor, aunque la edad y comorbilidades del paciente deben tenerse en cuenta. En mujeres jóvenes se apuesta por los regímenes en ocasiones más tóxicos, pero a su vez más activos en términos de reducción del riesgo de recaída".





En los últimos años, la supervivencia en cáncer de mama ha ido incrementándose y en el momento actual esta ronda el 90% a 5 años, llegando casi al 100% cuando este se diagnostica en estadios precoces



Llegar a tiempo

En los últimos años, la supervivencia en cáncer de mama ha ido incrementándose y en el momento actual esta ronda el 90% a 5 años, llegando casi al 100% cuando este se diagnostica en estadios precoces y descendiendo hasta un 25% si hablamos de un estadio IV. De ahí que llegar a tiempo se convierta en una prioridad y es en este punto donde las revisiones periódicas de la mujer a lo largo de su vida son fundamentales, adquiriendo una especial relevancia la realización de mamografías a esas edades en las que se ha visto que hay un mayor riesgo. En este sentido, apunta la Dra. Ciruelos como "las recomendaciones en el programa de cribado de la Comunidad de Madrid son de mamografía bianual en mujeres entre los 50 y los 65 años de edad, aunque esto puede variar en diferentes áreas o sistemas de salud. Se recomienda este rango de edad por ser el pico de mayor incidencia de esta enfermedad y, por tanto, donde mayor rentabilidad hay en estos programas".

Comprometidos con el diagnóstico precoz del cáncer de mama, en HM Hospitales, añade, "contamos con equipos específicos de radiólogos y clínicos involucrados en campañas de prevención. Su utilidad es clara: más del 80% de los tumores de mama detectados en nuestros hospitales son tumores en estadios muy precoces, lo que significa una menor necesidad de tratamientos agresivos y un muy alto porcentaje de curaciones".



Más allá de las revisiones periódicas, la mujer debe acudir a su médico o ginecólogo ante la aparición de determinados síntomas



Signos de alerta

Más allá de las revisiones periódicas, la mujer debe acudir a su médico o ginecólogo ante la aparición de determinados síntomas. Estos son, "principalmente, asimetría de una mama respecto a la otra; aparición de lesiones cutáneas en el pecho tales como enrojecimiento o retracción de la piel que no ceden en unos días o tras el empleo de antibióticos o antiinflamatorios; palpación de durezas o nódulos en los senos -en mujeres premenopáusicas, sobre todo, los días posteriores a la menstruación-; secreción por el pezón o inversión del mismo; nódulos en la axila... y, en resumen, cualquier cambio en la mama de nueva aparición", detalla la Dra. Ciruelos.

Día Mundial frente al Cáncer de Mama

Con motivo del Día Mundial frente al Cáncer de Mama, HM Hospitales celebrará un encuentro muy especial, nos dice la Dra. Ciruelos: "Será una jornada con y para pacientes, familiares y amigos. Creemos que nuestras protagonistas tienen que saber en qué consiste su enfermedad, cómo se trata, qué es un estudio clínico y qué posibilidades ofrece y, sobre todo, cómo trabajamos en HM Hospitales por ellas. El equipo médico multidisciplinar que participará en la Jornada estará a su entera disposición para resolver dudas y transmitir el cariño con el que trabaja día a día". Tendrá lugar el 17 de octubre en el Auditorio Reina Sofía del Hospital Universitario HM Sanchinarro y bajo el título I Jornada 'Juntas contra el cáncer. Trabajando juntas en cáncer de mama', oncólogos, pacientes y familiares se reunirán para entender las causas de esta patología, los distintos tratamientos existentes y las diferencias básicas entre los diferentes tipos de tumor. También se abordará la importancia de la investigación clínica y la relevancia social, psicológica y laboral de este proceso oncológico.



Ser madre más allá del cáncer

En la mujer joven que acaba de ser diagnosticada de un proceso oncológico y que, posiblemente, va a requerir un tratamiento gonadotóxico como la quimio o la radioterapia, es posible preservar su fertilidad gracias a la criopreservación de ovocitos. De esta forma, en un futuro, podrá ser madre si así lo desea. En estos casos, es habitual que la mujer tenga dudas acerca del tiempo del que dispone para recurrir a esta técnica antes de iniciar su tratamiento oncológico. Afortunadamente, explica el Dr. Isidoro Bruna Catalán, Director Médico de HM Fertility Center, "hoy es excepcional que no tengamos tiempo de criopreservar óvulos en estas pacientes. El desarrollo de la medicina de la reproducción ya permite poder empezar el tratamiento de vitrificación ovocitaria en cualquier momento del ciclo de la mujer, sin tener que esperar a que le baje una nueva regla. De este modo, desde el momento en que acude a HM Fertility Center hasta la vitrificación propiamente dicha, no transcurren más de 12 ó 14 días".



El peso de los factores de riesgo

De todos los casos de cáncer de mama, apenas un 5% se debe a una predisposición genética. En el resto se desconocen las causas por las que este tumor aparece, aunque sí se han identificado numerosos factores que aumentan el riesgo, siendo la edad el más importante. Otros, como la obesidad, el uso de anticonceptivos, el no haber tenido hijos o haberlos tenido tarde también se han relacionado con la aparición de la enfermedad, aunque, como explica la Dra. Ciruelos, "cada uno de estos factores multiplica por entre 1,5 y 2 el riesgo de padecer un cáncer de mama, lo que es una relación etiológica débil y es la confluencia de varios factores en la misma persona lo que puede hacer que este riesgo relativo sea mayor".

El consumo frecuente de alcohol es otro de los factores que incrementa el riesgo de padecer la enfermedad. ¿Existe un consumo seguro? Ante esta pregunta impera el sentido común, "como todo, un consumo ocasional o moderado puede considerarse seguro", nos dice.

Ejercicio

Un estilo de vida saludable, dieta sana y ejercicio físico es actualmente la mejor forma de prevenir la aparición del cáncer de mama. Esta pauta se aplica también a las pacientes y es que "el ejercicio físico mejora el pronóstico de las pacientes de una forma clara, además de ayudar a minimizar los efectos secundarios derivados de fármacos —hormonoterapia y quimioterapia— y mejorar la sensación de bienestar, entre otros beneficios. Los oncólogos recomendamos siempre seguir una dieta sana, como la Dieta Mediterránea, y realizar ejercicio físico un mínimo de 150 minutos semanales, combinando ejercicio aeróbico y anaeróbico".

Raquel González Arias

Un estilo de vida saludable, dieta sana y ejercicio físico, es actualmente la mejor forma de prevenir la aparición del cáncer de mama





La gran aventura de empezar el 'cole'

Miles de niños se incorporan cada mes de septiembre al mundo escolar, al 'cole'. A los tres años de edad (en algunos casos a los dos), realizan su primer contacto con el que será su hábitat académico durante lustros. El Dr. Manuel Pumarega Vergara, de la Unidad de Pediatría del Hospital HM La Esperanza de Santiago de Compostela, da las claves para que la adaptación de los pequeños a las aulas sea óptima.

Procedentes bien de guarderías o bien de un ambiente familiar, los niños y niñas afrontan a los tres años de edad su primer contacto con un nuevo hábitat: el colegio. El proceso de adaptación puede llegar a durar varias semanas. El Dr. Manuel Pumarega recuerda que "es importante que los niños tengan el calendario de vacunación actualizado para disminuir los riesgos de enfermedad y que, a los tres o cuatro años, lo completen con la tetravírica (varicela, sarampión, paperas y rubeola)".

El Dr. Pumarega resalta las excelentes coberturas vacunales de las que disponen las comunidades autónomas, que, en el caso de los menores de 3 años, superan el 95%. "Las consecuencias de no vacunar a un niño pueden ser dramáticas. El año pasado, falleció un niño de tres años en Cataluña; sus padres pertenecían a grupos de medicinas alternativas. El derecho a la vacunación es de los niños, no de los padres", asevera.

Es importante que los niños tengan el calendario de vacunación actualizado y que lo completen con la tetravírica (varicela, sarampión, paperas y rubeola)

El especialista de HM Hospitales explica que "los niños que han ido a la guardería apenas tendrán un choque emocional en el colegio, ya que pueden estar más acostumbrados a la socialización, al lenguaje y al juego. Pero también cabe destacar que la guardería, pese a ser un lugar perfecto para ponerse enfermo, no inmuniza. Por suerte, en la escuela disminuye el riesgo de sufrir infecciones para todos los pequeños".

Una de las estampas que deja el inicio del curso es la de niños que portan mochilas a sus espaldas. No obstante, el Dr. Pumarega advierte que la carga de los macutos no debe superar el 10% o el 15% del peso corporal. Además, es recomendable que los padres informen en el centro educativo acerca de las alergias o patologías de fondo que sufran sus hijos para que, de esta manera, los responsables del colegio puedan permanecer alerta.

Los primeros días en el colegio conllevan un alto peaje para los niños, que deben aclimatarse a un ambiente desconocido

El proceso de adaptación al colegio no solo requiere una aclimatación a nuevas rutinas y horarios, sino también abandonar algunas costumbres que los niños han podido tener desde sus primeros días de vida. "La escolarización es un buen momento para tirar el biberón y el chupete si no se ha hecho antes, ya que estos favorecen la formación de caries y pueden provocar deformidades en la arcada dental (mordida abierta)", manifiesta el especialista de HM Hospitales. Asimismo, es más que recomendable que los nuevos alumnos posean un control diurno de los esfínteres y hayan prescindido del uso del pañal.

El Dr. Pumarega indica que "los accidentes están a la orden del día y las caídas son la causa más común de lesiones. Por suerte, pocas de ellas tienen consecuencias. Y cabe recordar que los varones suelen padecer más percances que las mujeres".

Los primeros días en el colegio conllevan un alto peaje para los niños, que deben aclimatarse a un ambiente desconocido. Por ello, hay que tener una dosis de paciencia con ellos. "Pueden quedarse dormidos en clase debido al cansancio", expresa el especialista del Hospital HM La Esperanza. Al fin y al cabo, el cambio de hábitos también es de alta exigencia para ellos.



Miguel Álvarez

Un seguro de vida con el que crecen tus ahorros

PSN Ahorro Flexible

PSN

Interés técnico garantizado

mínimo del

1,3%

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.

Total disponibilidad del capital en cualquier momento y sin penalización

Cirugía robótica: cuando hombre y máquina van de la mano



La precisión que confiere la cirugía robótica a las intervenciones se traduce en mayor seguridad para el paciente, una característica que la sitúa por delante de la cirugía convencional e incluso de la laparoscópica y la hace especialmente atractiva en cirugías muy complejas. Entre las indicaciones de esta técnica, destacan los tumores del Aparato Digestivo, de hecho, desde que HM Hospitales adquiriera en 2010 el robot quirúrgico Da Vinci, ya se han realizado más de 300 intervenciones de este tipo. Los **Dres. Emilio Vicente, director del Servicio de Cirugía General y Digestiva del Hospital Universitario HM Sanchinarro, y Yolanda Quijano, co-directora del mismo Servicio**, son dos de los ocho expertos que lideran el desarrollo de la cirugía robótica en HM Hospitales.

La cirugía robótica ha llegado, como suele decirse, para quedarse. La experiencia con el robot quirúrgico Da Vinci arroja excelentes resultados y el futuro, aseguran el Dr. Vicente y la Dra. Quijano, "es prometedor". De hecho, coinciden, los únicos motivos por los que su extensión no es mayor son de tipo económico. Las ventajas son evidentes y básicamente se resumen en dos: "precisión y seguridad; ambas son esenciales en cualquier tipo de cirugía, pero lo son aún más en aquellos pacientes en los que, debido a la localización del tumor, el acceso quirúrgico es más complejo, por ejemplo, la pelvis o el mediastino".

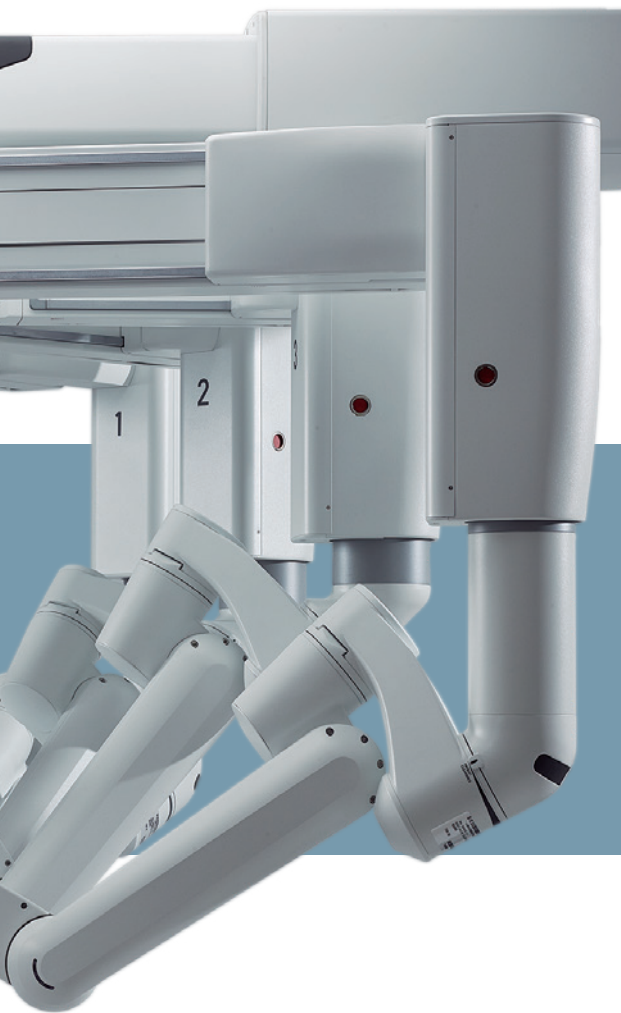
Además, aunque las intervenciones mediante cirugía robótica requieren más tiempo que las convencionales, la recuperación del paciente es más rápida y menos dolorosa, "lo que le permite reanudar su actividad habitual con mayor prontitud o iniciar el tratamiento adyuvante si por las características o la extensión del proceso tumoral fuera necesario".

Tumores del Aparato Digestivo

La cirugía oncológica en general y la de los tumores digestivos en particular suele revestir una especial complejidad por lo que, en estos casos, es fundamental intervenir con las máximas garantías de precisión. De ahí que, actualmente, señalan los Dres. Emilio Vicente y Yolanda Quijano, "la cirugía robótica es trascendental en nuestro Servicio". En estos ocho años, desde que HM Hospitales incorporara el Da Vinci, ya se han intervenido más de 300 pacientes, el 95%, explican, por distintos procesos tumorales localizados en recto, colon, páncreas, hígado, estómago, esófago y retroperitoneo. Todos ellos, procedimientos de gran complejidad dentro de la Cirugía General y de Aparato Digestivo y en los que los resultados han sido "muy satisfactorios".



La precisión que confiere la cirugía robótica a las intervenciones se traduce en mayor seguridad para el paciente



Cirugía robótica en Urología

Desde que se realizara la primera prostatectomía robótica en el Hospital Universitario HM Sanchinarro, apenas habían pasado unos meses desde la llegada del Da Vinci al centro, ya son casi 200 el número de intervenciones realizadas con esta técnica por el Servicio de Urología que dirige y lidera el Dr. Carlos Escalera. Para este experto, "cualquier tipo de intervención urológica podría ser realizada mediante la tecnología robótica, pero es en la cirugía oncológica donde encontramos mejores resultados".

Entre los procedimientos urológicos en los que se obtienen mayores beneficios funcionales, el Dr. Escalera destaca "la prostatectomía radical en pacientes con cáncer de próstata, cuya recuperación de la continencia urinaria y la función sexual es más rápida". Asimismo, la cirugía robótica permite minimizar las dificultades técnicas en intervenciones muy complejas como son la cistectomía radical y derivación urinaria intracorpórea en tumores de vejiga infiltrantes y la nefrectomía radical y parcial en tumores renales.

Para este experto, "hablar de cirugía robótica ya no es hablar de futuro sino de presente" y es que, actualmente, está de sobra demostrado que no sólo permite abordajes más complejos sino que reduce la tasa de complicaciones, reduce los tiempos de ingreso hospitalario y favorece la recuperación del paciente, más rápida y menos dolorosa.

Además de en el Hospital Universitario HM Sanchinarro, HM Hospitales cuenta con otra unidad del robot Da Vinci en el Hospital HM Modelo de A Coruña, que se engloba dentro del Programa de Cirugía Robótica. Su principal utilidad se circunscribe a la cirugía oncológica del paciente urológico.

Cirugía robótica frente a laparoscópica

En comparación con la cirugía laparoscópica, explican, "tecnológicamente, la robótica es sensiblemente mejor y es que gracias a la visión 3D y a la instrumentación articulada, que simula los movimientos de la muñeca humana y evita el temblor, podemos superar las limitaciones de la laparoscopia", afirman. El criterio de selección de los pacientes "depende del proceso que aqueja al enfermo, la localización y la extensión del tumor. Todo enfermo candidato a cirugía mínimamente invasiva lo es preferiblemente a cirugía robótica".

Experiencia

Si bien la incorporación de robots quirúrgicos ha supuesto un antes y un después en la cirugía, estos no desplazan en absoluto al cirujano, pues es él quien los maneja y su experiencia, habilidad y destreza siguen siendo determinantes. "El requisito indispensable para realizar con éxito la cirugía robótica es poseer una amplia experiencia en el procedimiento que se va a realizar. De esta forma, no solo se conoce perfectamente la técnica sino también lo que podemos denominar como 'trucos quirúrgicos', basados en la experiencia personal y cuyo conocimiento es imprescindible", concluyen.

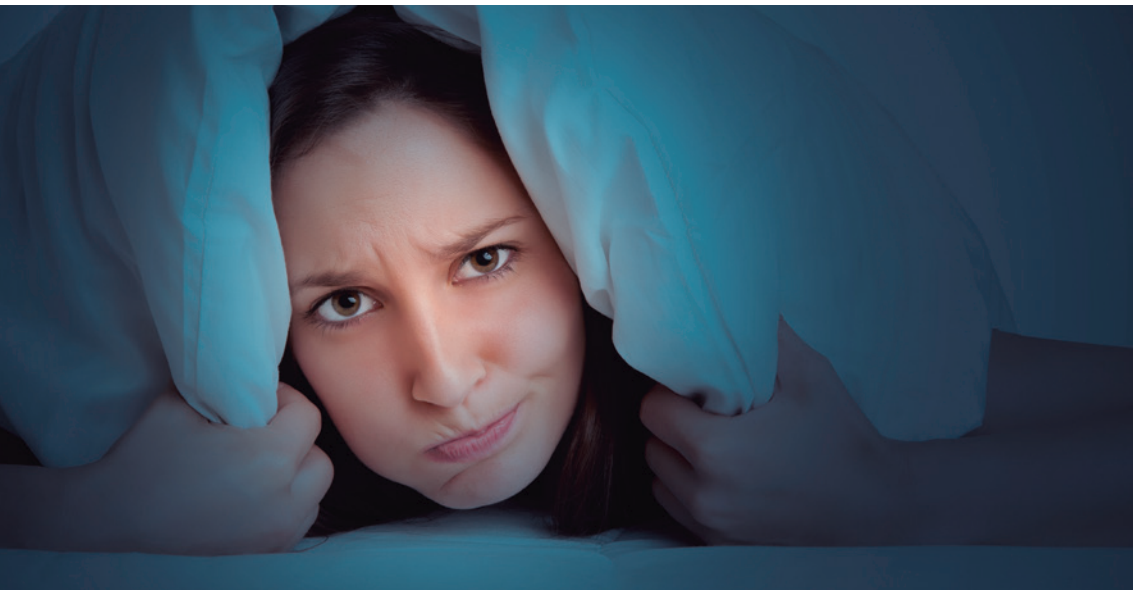


Claves para combatir el insomnio

Entre el 20% y el 48% de la población adulta sufre algún tipo de trastorno del sueño y el insomnio es el desorden más común según la Sociedad Española de Neurología. Tradicionalmente los periodos tras las vacaciones y la vuelta a la rutina suelen ser un desencadenante de este desorden. Por esa razón, la **Dra. Adela Fraile**, coordinadora de la Unidad del Sueño del Hospital Universitario HM Puerta del Sur, ofrece las claves para combatirlo.

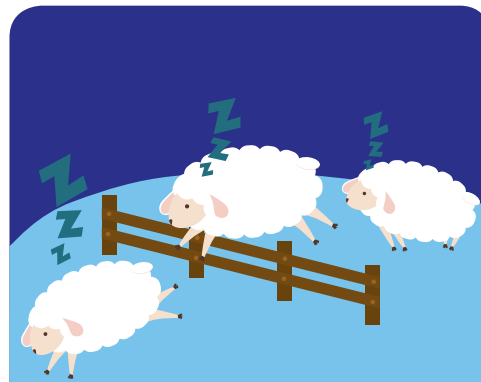
Se considera insomnio a la dificultad para conciliar o mantener el sueño así como padecer despertares precoces por la mañana, asociada a que este estado provoque molestia o discapacidad y ocurra con una frecuencia de al menos 3 noches por semana y tenga una duración mínima de 3 meses. Ante esta circunstancia y si se reproducen síntomas que nos alertan como la fatiga, la falta de atención y concentración o trastorno de la memoria, es necesario acudir a un especialista del sueño.

"La disminución en el rendimiento laboral, académico social o familiar, la irritabilidad o trastorno del ánimo, somnolencia diurna, problemas de comportamientos como la hiperactividad, o la agresividad, la falta de motivación e iniciativa, predisposición a errores y accidentes o una creciente preocupación por la insatisfacción respecto al sueño son signos habituales entre las personas que padecen insomnio", señala la Dra. Adela Fraile.



Depende de cada individuo

La Dra. Fraile alude a que cada persona tiene una necesidad individual, "aunque la media estadística sea de 7 u 8 horas diarias, hay personas que necesitan dormir más y otras menos sin que padezcan alteración alguna del sueño". Del mismo modo, la necesidad de dormir disminuye conforme aumenta la edad y el hecho de padecer insomnio no tiene consecuencias irreversibles para la salud. En ese sentido, la Dra. Fraile señala que "dormir no es una actividad uniforme y durante el sueño aparecen fases con distintos grados de profundidad. El objetivo en todos estos pacientes es regular su reloj biológico interno y sincronizar el ritmo de sueño y vigilia mediante el control de estímulos y de la respiración".



Decálogo para tener una buena higiene de sueño

1. Mantener un horario fijo para acostarse y levantarse, incluidos fines de semana y vacaciones.
2. Permanecer en la cama el tiempo suficiente, adaptándolo a las necesidades reales de sueño.
3. Evitar la siesta. En casos concretos, se puede permitir una siesta después de comer, con una duración no mayor de 30 minutos.
4. Evitar las bebidas que contienen cafeína y teína. Tomadas por la tarde alteran el sueño incluso en personas que no lo perciben.
5. El alcohol y el tabaco, además de perjudicar la salud, perjudican el sueño y se debe evitar su consumo varias horas antes de dormir.
6. Realizar ejercicio regularmente al menos una hora al día, con luz solar y preferentemente por la tarde y siempre al menos 3 horas antes de ir a dormir.
7. En la medida de lo posible mantenga el dormitorio a una temperatura agradable y con unos niveles mínimos de luz y ruido.
8. El hambre y las comidas copiosas pueden alterar el sueño. Evitar acostarse hasta que hayan pasado dos horas después de la cena.
9. Evitar realizar en la cama actividades tales como ver la televisión, leer o escuchar la radio.
10. Evitar realizar ejercicios intensos o utilizar dispositivos electrónicos en las dos horas previas al sueño nocturno.



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



¿Malentendidos frecuentes?

Quizás deberías revisar tu audición

Los problemas de audición van más allá de ser una cuestión relacionada con el volumen de lo que escuchamos, ya que estos afectan también a su calidad, alterando nuestra percepción del lugar del que proceden los sonidos e incluso dificultando la comprensión de lo que nos dicen. La hipoacusia o disminución de la capacidad auditiva no es, por tanto, una cuestión menor, ya que puede generar malentendidos con consecuencias graves incluso en nuestra salud, relacionadas por ejemplo, con la dosis de medicamento que nos han prescrito o con nuestra respuesta ante un sonido que nos alerta de que algo está sucediendo y que no podemos ubicar correctamente. El **Dr. Alejandro Harguindey Antolí-Candela, especialista en Otorrinolaringología de HM Hospitales**, nos habla de aquellos casos en los que no comprender se debe a una pérdida de audición y no a un problema de entendimiento.

Los motivos que pueden dar lugar a una pérdida de audición pueden ser de lo más variados, aunque básicamente como distingue el Dr. Harguindey, "podríamos diferenciar aquellas pérdidas secundarias a un traumatismo o a una enfermedad y, por tanto, evitables y aquellas dependientes de problemas congénitos, hereditarios o de la edad y que, antes o después, afectarán al paciente".

No sólo adultos

La hipoacusia afecta al 5% de la población mundial y al 15% si sólo hablamos de adultos, y los porcentajes continúan en ascenso a medida que vamos subiendo en el tramo de edad. Así, a partir de los 65, se estima que un tercio de las personas padece algún tipo de problema auditivo y entre quienes ya han cumplido los 80 años, nueve de cada diez viven con esta capacidad mermada.

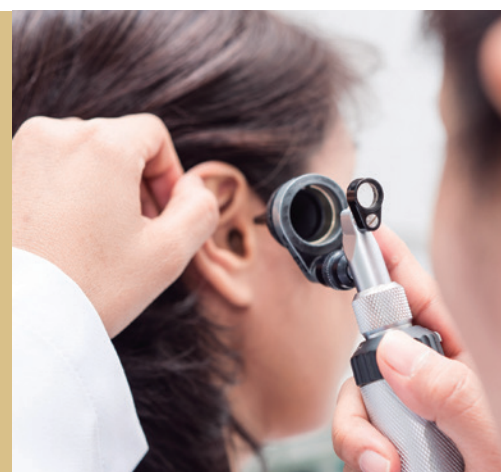
En el caso de los niños, explica el Dr. Harguindey, "se considera que uno de cada mil nacidos presenta una hipoacusia severa". Para detectarlos y actuar a tiempo, añade, "España cuenta con un sistema de cribado auditivo neonatal universal mediante Potenciales Evocados Auditivos, implantado en HM Hospitales y por el que todos los recién nacidos con hipoacusia severa deben ser identificados y entrar en un protocolo para su confirmación. De esta forma, podemos adoptar las medidas más adecuadas en cada caso ya desde el primer año de vida". Su detección en la infancia es esencial de cara al pronóstico ya que "incluso las hipoacusias profundas pueden ser revertidas con un implante coclear a edad temprana".



Tipos

Existen distintos tipos de hipoacusias: transmisivas, neurosensoriales y mixtas. Las primeras, explica el Dr. Harguindey, son aquellas que "se producen porque algo impide la transmisión del sonido", por ejemplo, un tapón de cera, el moco derivado de una otitis, alteraciones del tímpano o de la cadena por una perforación timpánica o una otosclerosis que fija el estribo y no le deja moverse adecuadamente. Las neurosensoriales, continúa, "se deben a una lesión del oído interno como el trauma acústico, las hipoacusias hereditarias, por fármacos ototóxicos o la presbiacusia debida a la edad". Y en las mixtas se combinan ambos tipos.

Incluso las hipoacusias profundas pueden ser revertidas con un implante coclear a edad temprana



Manejo

Su manejo depende del motivo de la pérdida auditiva. Así, las de tipo transmisivo suelen tratarse quirúrgicamente, pudiendo incluso realizarse reconstrucciones tímpano-osciculares. Cuando el resultado no es el esperado, puede recurrirse a las prótesis, que según el Dr. Harguindey, "han mejorado tanto su calidad como su diseño en los últimos años". Y cuando, por algún motivo, no sea posible su empleo, por ejemplo, porque puedan producir infecciones locales o no se adapten bien, "contamos con innumerables tipos de implantes —de transmisión ósea, de oído medio y cocleares para los casos más severos— que cubren prácticamente cualquier pérdida". Aun así, apunta, "algunas malformaciones cocleares, neurales o secuelas tumorales centrales no son candidatas a estos implantes, quedándoles la opción del implante de tronco cerebral o el lenguaje de signos".



Señales de alerta

Si contestamos repetidamente "¿Qué?" a lo que nos dicen, respondemos a lo que no nos han preguntado o elevamos por sistema el volumen de la televisión, nos dice el Dr. Harguindey, es el momento de acudir al especialista. A menudo, son los familiares los que perciben que algo está pasando, antes incluso que el propio paciente.

Protege tus huesos frente a la osteoporosis

La prevalencia de la osteoporosis aumenta a medida que vamos cumpliendo años, sobre todo en el caso de las mujeres ya que, a partir de los 50, afecta a una de cada cuatro, tres veces más que en el varón. La consecuencia directa de la osteoporosis es un mayor riesgo de fracturas ante pequeños traumatismos e incluso, a veces, de forma espontánea. Al ser una enfermedad que no da síntomas, es fundamental conocer los factores de riesgo para prevenir su aparición o diagnosticarla a tiempo, con el fin de evitar las tan temidas fracturas y el impacto que estas pueden tener en nuestra calidad de vida. Lo cuenta el **Dr. Ángel Oteo Álvaro**, coordinador de la Unidad de Fragilidad Ósea y Osteoporosis del Hospital Universitario HM Madrid.



La osteoporosis es una enfermedad sistémica que afecta a todo el esqueleto, si bien las fracturas en vértebras, cadera, muñeca, costillas y hombro son las más frecuentes cuando hablamos de esta enfermedad. La aparición de una de ellas, subraya el Dr. Ángel Oteo, "se asocia a un mayor riesgo de presentar nuevas fracturas osteoporóticas, así como a un aumento de la morbilidad y a una disminución de la calidad de vida del paciente".

Se recomiendan evaluaciones que nos permitan descartar la enfermedad a todas las mujeres y varones entre los 50 y 70 años

Aunque uno de los principales problemas cuando hablamos de osteoporosis es la ausencia de síntomas hasta que se produce la fractura, es posible llegar a tiempo mediante un diagnóstico precoz. Para ello, subraya el Dr. Oteo, "se recomiendan evaluaciones que nos permitan descartar la enfermedad a todas las mujeres y varones entre los 50 y 70 años, según tengan o no factores de riesgo, y también a todos aquellos que, por encima de esa edad, hayan padecido una fractura". La prueba por excelencia es la densitometría ósea, no obstante, matiza, la osteoporosis puede aparecer como consecuencia de otras situaciones clínicas que deben tenerse en cuenta y para ello, apunta, "realizaremos exploraciones complementarias como pruebas de imagen o tests de laboratorio".

Esta evaluación es fundamental porque permite actuar antes de que aparezca la primera fractura o, si ya se ha producido, prevenir la aparición de otras posteriores, con el impacto que estas tienen en términos de morbilidad, sobre todo cuando hablamos de las que afectan a vértebras y cadera.

Factores de riesgo

Más allá de la edad, el Dr. Oteo destaca también otros factores de riesgo asociados al estilo de vida. "Es importante destacar la necesidad de mantener una dieta que nos aporte la cantidad recomendada de calcio. Debemos controlar los niveles de vitamina D y, en caso necesario, tomar suplementos. Una vida sedentaria favorece la aparición de osteoporosis y aumenta el riesgo de caídas, por lo que recomendamos realizar ejercicio físico". Mantenernos activos físicamente nos permite estar más ágiles y evitar caídas, para lo que también es importante, añade, "corregir problemas visuales y de audición, evaluar los tratamientos que puedan provocar sueño y eliminar barreras que supongan un obstáculo dentro del domicilio".

Asimismo, en cada paciente hay que evaluar de manera individualizada una serie de factores de riesgo de fractura como son, obviamente, la edad, pero también el peso, la presencia de fracturas previas, la edad de la menopausia en el caso de la mujer, el consumo de sustancias tóxicas como alcohol o tabaco, enfermedades como la artritis reumatoide o el tratamiento con corticoides.

Manejo

Una vez se ha diagnosticado la osteoporosis, explica el Dr. Oteo, "es necesario determinar qué paciente necesita tratamiento. Según las Guías Clínicas internacionales, deben recibir tratamiento aquellos pacientes que hayan sufrido una fractura de cadera o vertebral y aquellos con diagnóstico de osteoporosis en la densitometría". En caso de osteopenia, pérdida ósea menos severa que la que se experimenta en la osteoporosis, "se deben evaluar sus factores de riesgo para determinar la necesidad o no de tratamiento".

Actualmente, existen medicamentos que permiten prevenir y tratar la osteoporosis de forma óptima. Asimismo, destaca, "tenemos a nuestra disposición herramientas clínicas que nos permiten calcular el riesgo de presentar una fractura si no recibieran tratamiento. Hay que tener en cuenta que el tratamiento debe ser individualizado y que ninguno de estos medicamentos es para toda la vida".

R. González

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

www.velvethut.com

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


velvethut

10%
Descuento
con el código
GHM10

La Fundación de Investigación HM Hospitales entrega sus premios anuales

El Patronato de la Fundación de Investigación HM Hospitales hizo público el resultado de sus deliberaciones para la concesión de la XIV edición de sus premios anuales, que reconocen la labor científica e investigadora desarrollada en los distintos ámbitos de la Medicina Traslacional realizada por profesionales sanitarios y estudiantes.

El Auditorio Reina Sofía, situado en el Hospital Universitario HM Sanchinarro, acogió la entrega de estos galardones, que fue dirigida por el Prof. Dr. Alfonso Moreno González, presidente de la Fundación HM, y el Dr. Juan Abarca Cidón, presidente de HM Hospitales. El acto estuvo conducido por el Dr. Cristóbal Belda, director ejecutivo de la Fundación HM, mientras que la clausura corrió a cargo del consejero de sanidad de la Comunidad de Madrid, D. Enrique Ruiz Escudero. La mesa presidencial se completó con el vicerrector de Profesorado e Investigación de la Universidad CEU San Pablo y la Dra. Pilar Fernández Fernández, vicepresidenta primera del Consejo General de Enfermería de España.

El Prof. Ramón López de Mántaras, director del Instituto de Investigación de Inteligencia Artificial del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), ofreció una conferencia magistral que se centró en la inteligencia artificial y en cómo ésta contribuye a la investigación y la medicina actual aportando modelos predictivos para el diagnóstico o la prevención. Puso ejemplos de su aportación relevante en la detección, control, vigilancia y seguimiento epidemiológico de enfermedades infecciosas como la neumonía, el Zika o el Ébola, su papel en el pronóstico de infartos, en la cirugía robótica o en su aplicación a la farmacología.

Tras la conferencia, el Dr. Cristóbal Belda presentó la entrega de premios y becas. El principal galardón recayó sobre el Dr. Raúl Martínez Fernández, neurólogo del Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC, que obtuvo el Premio 'Juan Letona' al Mejor Trabajo Publicado en 2017 en Medicina Traslacional, por

¿Quieres colaborar con nosotros?

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

¡MUCHAS GRACIAS!



un estudio publicado en 'The Lancet Neurology' sobre cómo la subtalantomía realizada por ultrasonido focal de alta intensidad (HIFU) logra impactar sobre las manifestaciones motoras de la enfermedad de Parkinson.

Los estudiantes del Grado de Medicina de la Universidad CEU San Pablo y HM Hospitales, Javier García Martínez, Javier Garrido Gallego y Lucía Costafreda Hernández, recibieron el Premio al Mejor Trabajo de Investigación. Mientras que los también estudiantes, Uxue Maitane Álvarez, del Grado de Enfermería, y Sofía Ramallo Castillo, del Grado de Odontología, recibieron similar reconocimiento.

La concesión del Proyecto Intramural I+D+i para Grupos Emergentes recayó en el Dr. Jaime Martí Asenjo, del Servicio de Radiofísica y Protección Radiológica del Hospital Universitario HM Sanchinarro por el proyecto 'Segmentación de órganos en imagen de tomografía computarizada y resonancia magnética mediante redes neuronales convolucionales'. El Dr. Edisson Armando Cala Zuluaga fue premiado con una Beca para una Estancia Clínica en el Servicio de Medicina Nuclear del Hospital Universitario HM Puerta del Sur. Por último, Silvia Jiménez y Rubén Ortega lograron becas de estudios para el Grado de Enfermería en la Universidad CEU San Pablo y HM Hospitales.



BIENESTAR & SALUD

Paloma Carrera

Ortésica



Medias de Compresión Antitrombótica para cirugía



Diseñado con una compresión graduada correcta desde el tobillo hasta la parte superior del muslo, ayuda a garantizar una velocidad óptima del flujo sanguíneo

Pelucas Cabello Natural Europeo



Pelucas de Pelo Fibra Futura



Nuestros Servicios

Prendas Presoterapia Post-Operatoria
Corsetería Protésica Y Baño Protésico
Prótesis Mama Exógena
Extensiones de Cabello Natural
Turbantes y Pañuelos
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

La subespecialización y la innovación en **Reumatología** permiten ofrecer una solución para cada paciente

El Servicio de Reumatología de HM Hospitales constituye un referente de la sanidad privada en nuestro país. Aunque nació en el seno del Hospital Universitario HM Sanchinarro, hace ya once años, este Servicio se ha ido ampliando y hoy se extiende a cinco hospitales de su red asistencial en Madrid. Al frente, se encuentra la [Dra. Paloma García de la Peña Lefebvre, jefa de Servicio](#), que desde el principio ha apostado por la subespecialización, la investigación y la docencia. Su objetivo, crear un Servicio ágil capaz de ofrecer una solución para cada paciente, incluidas las patologías más complejas.

Más de 23.000 pacientes acudieron el año pasado al Servicio de Reumatología de HM Hospitales, de ellos, 5.000 lo hacían por primera vez. A la actividad asistencial en consultas externas, se suma la atención de pacientes en hospital de día, que superó los 200, y la de pacientes hospitalizados, con más de 100, todos ellos con un perfil de complejidad elevado. Las cifras ponen de manifiesto que este Servicio, presente en los Hospitales Universitarios HM Sanchinarro, HM Madrid, HM Montepíncipe, HM Torreldones y HM Puerta del Sur, se ha convertido ya en un referente de la sanidad privada en nuestro país. Y es que, como explica la Dra. García de la Peña Lefebvre, "en el ámbito de la sanidad privada, somos uno de los pocos servicios, incluso me atrevería a decir que el único, que desde el principio fue concebido como un servicio, no como un conjunto de especialistas independientes que pasan consulta. Desde el inicio tuvimos claro que queríamos dar atención a toda la patología reumática, tener sesiones, líneas de investigación propias y docencia. Hasta entonces, la patología compleja era derivada en su mayoría al sistema público, ya que no interesaba manejarla al tener que dedicarle más tiempo y no por ello estar remunerado".



Subespecialización y abordaje integral

Para la Dra. García de la Peña Lefebvre, la evolución de la Reumatología, al igual que ha sucedido en otras especialidades, ha dado un giro espectacular en los últimos años, haciendo obligada la subespecialización. "Esto no debe extrañarnos ya que es la tendencia de la medicina moderna. Al igual que en Cardiología se requieren subespecialistas, en Reumatología, que es una especialidad muy extensa, progresivamente se va requiriendo un mayor nivel de especialización, con médicos cada vez más preparados para atender los distintos tipos de pacientes, por ejemplo, aquellos con afectación pulmonar, con alteraciones del metabolismo mineral y óseo, pacientes pediátricos, etc."

Con el objetivo de ofrecer una atención integral, este Servicio dispone de ecógrafos y de microscopios de luz polarizada y capilaroscopia para el estudio del Fenómeno de Ryanaud y cuenta además con cuatro consultas monográficas: Uveítis con Oftalmología, Psoriasis con Dermatología, Osteoporosis Oncológica y Esclerodermia.

El Servicio de Reumatología de HM Hospitales constituye un referente de la sanidad privada en nuestro país



Un problema creciente

Las enfermedades del aparato locomotor son muy frecuentes en todo el mundo, afectan a personas de todas las edades y tienen un grave impacto en términos de calidad de vida. De hecho, según datos del estudio EPISER 2016, presentados durante el último congreso nacional de la Sociedad Española de Reumatología, "los trastornos musculoesqueléticos crónicos, con la artrosis a la cabeza, afectan al 17% de nuestra población y en 2020 serán la cuarta causa de incapacidad", indica la Dra. García de la Peña Lefebvre.

Radioterapia y artrosis

Actualmente, explica la Dra. García de la Peña Lefebvre, este Servicio trabaja en colaboración con el Servicio de Oncología Radioterápica de HM Hospitales en Madrid para evaluar los beneficios del tratamiento con radioterapia a dosis bajas en la artrosis y en patologías de partes blandas. "Los resultados obtenidos hasta el momento –subraya– son buenos y, de hecho, cada vez son más las evidencias publicadas que ponen de manifiesto la utilidad de la irradiación a dosis bajas para el alivio sintomático de la artrosis de rodillas, manos, trocanteritis, epicondilitis, rizartrrosis, fascitis plantar y otras muchas patologías. Es un recurso a tener en cuenta antes de recurrir a un recambio protésico de la articulación dañada, sobre todo en pacientes pluripatológicos y polimedcados".

Mayor precisión y seguridad en la resección de tumores cerebrales gracias a la resonancia magnética intraoperatoria

Gracias a la Resonancia Magnética Nuclear Intraoperatoria (RMN) el cirujano es capaz de orientarse con mayor precisión y en tiempo real durante la intervención. Las ventajas de esta técnica se aplican sobre todo al campo de la Neurocirugía ya que durante la resección de tumores cerebrales, estos pueden verse desplazados por distintos motivos. Desde su introducción por HM Hospitales en 2012, explica el [Dr. Jorge Diamantopoulos](#), jefe del Servicio de Neurocirugía del Hospital Universitario HM Sanchinarro, más de 250 pacientes se han beneficiado ya de esta tecnología capaz de localizar en todo momento dónde está la lesión y permitir al cirujano la comprobación inmediata del éxito de la cirugía.

La planificación y navegación en neurocirugía ha permitido llevar a cabo intervenciones cada vez más complejas con técnicas menos invasivas



"La planificación y navegación en Neurocirugía ha permitido llevar a cabo intervenciones cada vez más complejas con técnicas menos invasivas", sin embargo, "esta navegación puede verse afectada por eventos ocurridos durante el registro inicial o por las modificaciones de los tejidos y fluidos intracraneales durante la intervención", explica el Dr. Diamantopoulos. "El desplazamiento cerebral o 'brain shift' puede hacer que los datos preoperatorios registrados no sean exactos. De hecho, después de abrir la duramadre, se estiman desplazamientos de hasta un centímetro en una hora en más de la mitad de los pacientes estudiados. Este desplazamiento es mayor en casos de resección de un elevado volumen tumoral o hidrocefalia, haciendo disminuir drásticamente la utilidad de la navegación durante el procedimiento", añade.

Y es precisamente ahí donde residen las grandes ventajas de la RMN intraoperatoria, ya que permite al neurocirujano orientarse en tiempo real durante la cirugía, es decir, saber exactamente dónde se localiza el tumor y visualizar las zonas más sensibles del cerebro, lo que le ayuda en la toma de decisiones. Además, gracias a esta tecnología, explica el Dr. Diamantopoulos, "sabemos si hemos conseguido nuestro objetivo mientras estamos realizando la intervención".



Indicaciones

La RMN intraoperatoria es en realidad, subraya el Dr. Diamantopoulos, "un sistema de imagen portátil instalado en quirófano". Efectivamente, se aplica sobre todo en la resección de tumores cerebrales siendo "una técnica especialmente útil en los tumores cerebrales primarios, donde el grado de resección obtenida es el elemento con mayor impacto sobre la supervivencia del paciente".

En su experiencia, "los pacientes en los que se obtienen mayores beneficios son aquellos que presentan tumores cerebrales con un volumen superior a 32 cm³". No obstante, debido a las ventajas que representa en cuanto a seguridad y eficacia, "se puede utilizar en cualquier tipo de tumor cerebral, a excepción de aquellos pacientes que posean dispositivos implantados incompatibles con la RMN".

Además, en cuanto a las complicaciones que han registrado con esta técnica desde su introducción, asegura, "no sólo no han aumentado sino que ha ayudado a disminuirlas". Tanto es así que hoy, afirma, "esta técnica forma parte de nuestro día a día".

La RMN nos ha permitido mantener un elevado grado de resección tumoral minimizando el índice de complicaciones y mejorando la supervivencia de los pacientes

Experiencia

El Hospital Universitario HM Sanchinarro y el Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC han sido pioneros en la adquisición de esta tecnología en nuestro país, siendo en 2012 los primeros en la Comunidad de Madrid y segundos en el ámbito nacional. Este hecho, apunta el Dr. Diamantopoulos, ha hecho que "la curva de aprendizaje necesaria para optimizar su uso haya sido ampliamente superada por nuestro equipo, no suponiendo en la actualidad su uso un incremento en el tiempo quirúrgico medio mayor de 35 minutos".

"En general —concluye— la RMN nos ha permitido mantener un elevado grado de resección tumoral minimizando el índice de complicaciones y mejorando, por tanto, la supervivencia de los pacientes y su recuperación postoperatoria".

Noticias HM Hospitales

HM Delfos entra a formar parte de la red de HM Hospitales



Desde este septiembre el Hospital HM Delfos de Barcelona entra a formar parte de la red asistencial de HM Hospitales. De esta forma este histórico centro de la Ciudad Condal se convierte en la primera piedra de la estructura que el Grupo va a construir en Cataluña. HM Delfos es un centro integral médico quirúrgico dotado con la última tecnología y que cuenta con una amplia cartera de servicios que le convierten en uno de los hospitales privado de referencia de Barcelona y Cataluña. En concreto, cuenta con 24.000 m² construidos, área de hospitalización con más de 160 camas, 11 salas de urgencias, 11 camas de UCI, 7 quirófanos, sala de hemodinámica y vascular. Asimismo, el Hospital HM Delfos dispone de una Plataforma de Radiología, Ecografía y Diagnóstico por la Imagen del máximo nivel tecnológico: TAC, Resonancia Magnética, Unidad de Medicina Nuclear y Gammagrafía, PET-TC, Sala de Procedimientos de Hemodinámica Cardiovascular, entre otros servicios. Recientemente HM Delfos ha cumplido 50 años de existencia y cuenta con excelentes profesionales sanitarios de primera línea que forman parte de los más de 350 trabajadores. Además, están previstas nuevas incorporaciones y nuevos equipos médicos, que vendrán a reforzar la calidad asistencial de HM Delfos. A partir de ahora, HM Delfos se integra en HM Hospitales y forma parte de la estructura que funciona como un complejo sanitario integrado y en coordinación con el resto de los 14 hospitales, 3 centros integrales de alta especialización en Oncología, Cardiología y Neurociencias y los 21 policlínicos que conforman HM Hospitales.

Fundación Mapfre y Fundación HM apuestan por investigar la enfermedad de Parkinson

Fundación Mapfre y Fundación de Investigación HM Hospitales han firmado un acuerdo de colaboración para desarrollar una investigación sobre el proceso neurodegenerativo de la enfermedad de Parkinson con el objetivo de contribuir a la detección y detención precoz del proceso neurodegenerativo de la enfermedad de Parkinson, así como ahondar en las causas que provocan la degeneración neuronal que está detrás de esta patología. Se llevará a cabo entre 2018 y 2021 y el proyecto contará para su desarrollo con una inversión de cerca de 3 millones de euros.



La enfermedad de Parkinson es la segunda patología neurodegenerativa más frecuente después de la enfermedad de Alzheimer, que en España afecta a alrededor de 160.000 personas. Las investigaciones se desarrollarán en el Centro Integral de Neurociencias AC HM CINAC, situado en el Hospital Universitario HM Puerta del Sur de Móstoles (Madrid) y cuyo equipo de investigadores está liderado por el Dr. José A. Obeso, director de HM CINAC.



HM Hospitales prolonga su relación con el Deportivo de La Coruña

La relación entre HM Hospitales y el Deportivo de La Coruña se ha extendido a la temporada 2018-2019. Ambas entidades colaboran desde el año 2014, cuando firmaron un convenio para que el Hospital HM Modelo se convirtiese en el centro médico oficial del club de fútbol. Como cada verano, las nuevas incorporaciones realizadas por el primer equipo del club coruñés han pasado el pertinente reconocimiento en el centro de HM Hospitales. Asimismo, los futbolistas que esta temporada dirige el técnico Natxo González realizaron en el mes de julio unas pruebas de esfuerzo en el Policlínico HM Matogrande, centro especializado en Medicina Deportiva, antes de empezar las sesiones de entrenamiento. Esas pruebas han permitido, entre otros aspectos, identificar zonas e intensidades de entrenamiento idóneas para optimizar el rendimiento deportivo.

El Hospital Universitario HM Nuevo Belén moderniza sus instalaciones

Con el fin de mejorar la experiencia de los pacientes, el Hospital Universitario HM Nuevo Belén ha modernizado sus instalaciones durante el verano. Los aseos de la planta baja han sido sometidos a una reforma total y se han adaptado para personas con movilidad reducida. El centro también ha mejorado en el apartado de seguridad merced a las acciones llevadas a cabo en la escalera de emergencias ubicada en el exterior y en la ruta de evacuación. También se ha modificado el sistema de aire acondicionado y se ha implantado un sistema de gestión de climatización que permite el acceso a los equipos de manera remota y cuyos objetivos son la optimización del sistema y el ahorro de energía. Por último, también se ha reformado el laboratorio con el fin de dotarlo de una mejor estructura, con instalaciones más modernas y funcionales.



El Hospital HM Vigo pone en marcha la Unidad de la Mujer

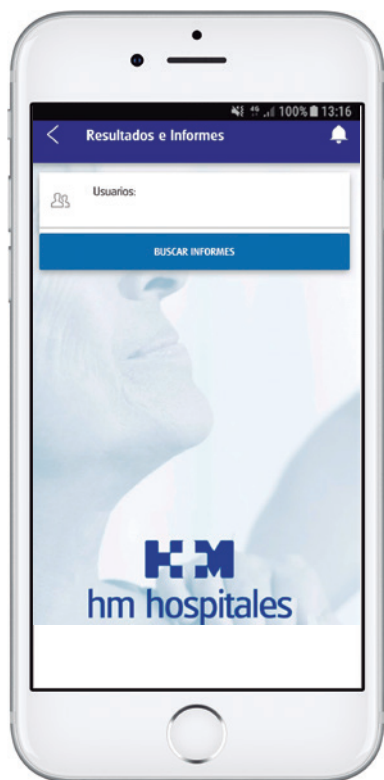
El Hospital HM Vigo cuenta desde este verano con una Unidad de la Mujer especializada en el diagnóstico precoz de las patologías de la mama y sus tratamientos. HM Hospitales ha acondicionado los espacios en su centro vigués para dar cabida a una Unidad que ha sido dotada de equipos de última generación de mamografía, flujometría y ecografía. De esta manera, se brinda a las pacientes la oportunidad de obtener diagnósticos de patologías ginecológicas y urológicas, así como de todo lo relacionado con el suelo pélvico. La utilización del mamógrafo y las ecografías permitirá, asimismo, el uso de las técnicas PAAF (punción aspirativa con aguja fina) y BAG (biopsia por aspiración con aguja gruesa) para la obtención de tejido tumoral. El estudio histopatológico de este tejido posibilita el diagnóstico precoz de las patologías mamarias con el fin de acelerar los procesos terapéuticos y mejorar los resultados clínicos. Además, el Hospital HM Vigo ha reforzado su plantilla para ofrecer en la Unidad de la Mujer unos servicios asistenciales de la más alta calidad. Se ha incorporado la Dra. María Jesús Díaz Veiga, especialista en radiodiagnóstico e intervencionismo de patologías de la mama, cuya dilatada experiencia y alta cualificación permitirán garantizar el diagnóstico precoz, imprescindible en este campo.

HM Hospitales refuerza su compromiso con el Obradoiro

HM Hospitales y el Monbus Obradoiro han extendido su vinculación por una temporada más, la 2018-2019, mediante la ampliación del convenio que ambas entidades han suscrito durante los últimos años. De esta manera, el Hospital HM Rosaleda seguirá siendo el centro médico oficial del club compostelano, que milita en la Liga ACB, la máxima categoría del baloncesto nacional. Como cada verano, los integrantes de la primera plantilla del Monbus Obradoiro han pasado el pertinente reconocimiento médico en el Hospital HM Rosaleda antes de iniciar la pretemporada. Un año más, el Dr. Santiago Ángel Arboleda, especialista del centro compostelano de HM Hospitales, será el médico del primer equipo.



La APP de HM Hospitales permite consultar informes médicos y pruebas diagnósticas

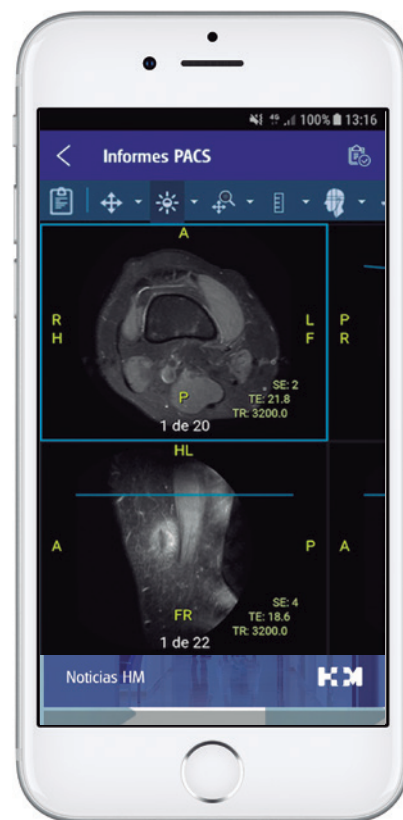


La APP de HM Hospitales se revela como una herramienta de gran utilidad y buena prueba de ello reside en las decenas de miles de descargas que se han realizado desde su puesta en funcionamiento. Una de las claves de la buena acogida de esta APP corporativa reside en que permite a los usuarios acceder de manera directa e intuitiva a sus informes médicos y las pruebas diagnósticas.

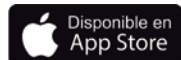
De esta forma, los usuarios de HM Hospitales disponen en la palma de su mano de los resultados de todas sus pruebas médicas y diagnósticas por lo que la APP se convierte en un órgano de consulta inmediato y permanente. Así se produce un ahorro sustancial en papel y permite al usuario tener en un mismo lugar todos los informes relativos a su salud, posibilitando una mayor agilidad en los procesos internos de consulta.

Esta actualización ya está disponible en IOS Apple Store y Google Play Store y con ella se da un paso más en la estrategia de digitalizar sus procesos de comunicación con los pacientes. Además de esta funcionalidad la APP de HM Hospitales permite la solicitud de citas online, identificación por huella digital, generación automática de ticket de turno, agenda, avisos, geolocalización GPS, información sobre tiempos de espera en consulta y Urgencias, etc.

Todas estas funciones se integran dentro una estrategia de HM Hospitales denominada 'Ciclo de Vida de Paciente, CVP', y más concretamente en la iniciativa 'Hospital Digital', cuyo objetivo es mejorar la satisfacción de los usuarios haciendo que los hospitales y policlínicos del Grupo sean centros más cercanos y eficientes gracias al uso de las nuevas tecnologías.



Ya puedes descargar esta aplicación en IOS Apple Store y Android Play Store bajo el nombre 'HM Hospitales' o a través de estos códigos BIDI:



*La APP de HM Hospitales sólo está disponible para los centros de Madrid



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 Olivie, 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

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

Galicia

hm CIOCC Galicia

Avda. das Burgas, 2. 15705 Santiago de Compostela

HM Hospitales International

internacional@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

Cataluña: +34 636 727 580

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. Manoterías, 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

P.º 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

Paseo de los Puentes, 18. 15004 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 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**

Castilla-La Mancha

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

Cataluña

- Citación de Consultas HM Delfos: **932 545 000**

Unidades y consultas específicas

- Unidad de Atención Integral para las personas con diabetes. Tel. **637 726 704**
e-mail: unidaddiabetes@hmhospitales.com
- HM Fertility Center. Tel. **900 111 010**
Web: www.hmfertilitycenter.com
- Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales.
Tel. **634 535 933 / 902 089 800**

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