

tu hospital

Boletín del Clínico San Carlos para los pacientes

Número 3 Abril 2014

 Hospital Clínico San Carlos
SaludMadrid  Comunidad de Madrid

Urgencias

Más de 188.000 pacientes
atendidos cada año

Urgencias



La actuación
del hospital
ante el maltrato

Consejos de higiene
dirigidos a pacientes
hospitalizados e
instrucciones para realizar
la *higiene de manos*

*Gestión
sostenible* de
los residuos
sanitarios

Sumario

- 3 Editorial**
¿Qué es una urgencia?
- 4 Novedades** Arco quirúrgico para cirugía menor en Oftalmología. Acelerador lineal de partículas. Telemando multifuncional directo.
- 6 Urgencias**
Historia del servicio, actividad, recursos, etc...
- 9 Seguridad del Paciente**
Consejos de higiene dirigidos a pacientes hospitalizados e instrucciones para realizar la higiene de manos.
- 10 Normativa**
La actuación del Hospital ante el maltrato.
- 11 Consejos de Salud**
Primeros auxilios. Decálogo de atención en una urgencia.
- 12 Medioambiente**
Gestión sostenible de residuos sanitarios
- 13 Agenda Aula Social Dr. Zarco**
Agenda para abril-junio.
- 14 Aula Social Dr. Zarco.**
Enfermedad y Literatura
- 15 Premios y reconocimientos**
Reconocimientos a nuestros profesionales
- 16 Política de Calidad**



Boletín Informativo del Hospital Clínico San Carlos
Número 3 Abril 2014

Edita
Hospital Clínico San Carlos

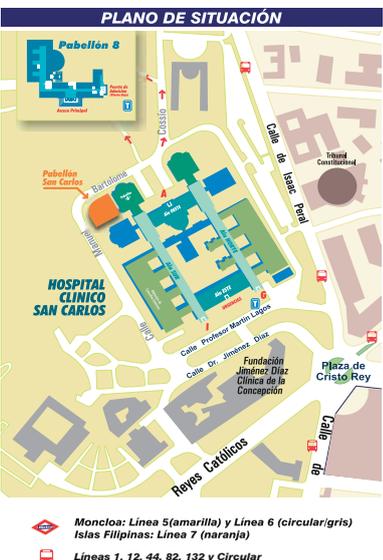
Coordinación
Unidad de Calidad

Comité Editorial del Boletín
Aula Social Dr. Zarco
Gabinete de Prensa
Unidad de Comunicación Interna y RRH
Unidad de Gestión de Riesgos Sanitarios
Unidad de Gestión Medioambiental

De utilidad

Hospital Clínico San Carlos

Teléfonos de uso frecuente	
Centralita del Hospital	91 330 30 00
Unidad de Atención Telefónica	91 330 36 35
Información de Atención al paciente	91 330 32 28
Información de Urgencias	91 330 36 63 (24h)
Centro de Esp. Modesto Lafuente	91 330 18 08
Centro de Esp. Avenida de Portugal	91 330 19 52



Moncloa: Línea 5 (amarilla) y Línea 6 (circular/gris)
Islas Filipinas: Línea 7 (naranja)
Líneas 1, 12, 44, 82, 132 y Circular

¿Qué es una urgencia?

La Organización Mundial de la Salud la define como la aparición imprevista o inesperada, en cualquier lugar o actividad, de un problema de salud de causa diversa y gravedad variable que, a cualquier persona o su familia, le genera la necesidad inminente de atención médica. Y cualquier persona en cualquier momento puede experimentar un problema de este tipo que le motive acudir a un Servicio de Urgencias.

Es a estas organizaciones de profesionales sanitarios que ofrecen asistencia multidisciplinar en áreas específicas del hospital garantizando condiciones de seguridad, calidad y eficiencia, a lo que hemos querido dedicar este número del boletín informativo para pacientes "tu hospital".

El Servicio de Urgencias es ese lugar por el que muchos de nosotros acudimos cuando algo importante está fallando en nuestro cuerpo, porque hay ocasiones en las que nos sentimos, lamentablemente "ebrios de nuestra enfermedad" como escribía Anatole Broyard, el autor de esta desconocida joya literaria que le recomendamos y de la que hablaremos más extensamente en las páginas interiores de esta publicación.

El escritor Anatole Broyard muere de un cáncer de próstata diagnosticado apenas 14 meses antes y en este tiempo decide escribir sobre su padecimiento, aconsejando que "cualquier persona seriamente enferma debe desarrollar un estilo propio de cara a su enfermedad, sólo así podrá salvarse del momento en el que se desenamora de sí mismo cuando la enfermedad pretenda disminuirlo o desfigurarlo (...). A veces, la vanidad es lo único que nos mantiene vivos. Tal vez no sea la muerte, sino la disminución del propio yo lo que tememos".

El paciente que se expresa a través de las páginas de su libro, nos muestra el médico que desea tener en el momento final de su vida, "no le pido que me ame (...) lo que más deseo es un entumecimiento de la situación (...) que examine mi alma además de mi carne".

Y es precisamente esto lo que hacen los profesionales de Urgencias: enfrentarse diariamente al dolor, la gravedad, la angustia de la pérdida, el miedo a la enfermedad y a sus secuelas, y al mismo tiempo capacitarse, para informar y transmitir seguridad.

Ese es el diario de viaje de los profesionales que cada día en el Servicio de Urgencias del Hospital Clínico San Carlos atienden, cuidan y tratan a cientos de pacientes como usted.

Por ello nuestro reconocimiento y agradecimiento. A los profesionales y a los pacientes que acuden a este Servicio buscando alivio a su enfermedad.

editorial



Novedades

El Servicio de Oftalmología incorpora un arco quirúrgico para cirugía menor

Desde principios de este año, el Servicio de Oftalmología, que dirige el Dr. Julián García Feijóo, cuenta con un arco quirúrgico plegable y portátil en una sala adaptada situada en el área de Consultas Externas, destinado a la realización de cirugías 'menores' de los pacientes con patología ocular.

El Clínico San Carlos se convierte así en el segundo hospital de España en contar con esta tecnología que aporta importantes ventajas tanto para los pacientes como para el propio centro, ya que reduce tiempos de esperas y citas y permite una mejor racionalización de los recursos, reduciendo la ocupación de los quirófanos que se destinan a intervenciones de más complejidad y ahorrando costes.

Se trata de un espacio que recrea las condiciones seguridad y asepsia de un quirófano tradicional en el que se realizan intervenciones de cirugía mayor ambulatoria, incluyendo inyecciones intraoculares para el tratamiento de la degeneración macular y otras afecciones retinianas, cirugías de lesiones palpebrales menores como verrugas, curas postquirúrgicas como retiradas de suturas y otras cirugías menores de superficie ocular.

Este tipo de intervenciones supuso en 2013 casi el 30% de la actividad quirúrgica total del Servicio de Oftalmología que superó las 10.000 cirugías. En total, más de 3.000 cirugías menores realizadas el año pasado en el quirófano "convencional" podrán realizarse ahora en el nuevo arco quirúrgico plegable "ArcSterile".

El arco quirúrgico portátil, instalado en la zona de Consultas Externas del Servicio de Oftalmología



Nuevo acelerador lineal de partículas para el tratamiento del cáncer

Por otra parte, el Clínico San Carlos cuenta con un nuevo acelerador lineal de partículas con posibilidad de tratamiento volumétrico e imagen guiada, que le permitirá duplicar los tratamientos de radioterapia que administra a los enfermos oncológicos. Se trata de un equipo dotado con las últimas tecnologías que permite al Servicio de Oncología Radioterápica que dirige el Dr. Manuel de las Heras, disponer de una excelente dotación tecnológica con la que tratará a más de 1.000 pacientes al año.

Este nuevo equipo, instalado en una sala bunkerizada de alta protección construida para ello, representa un importante avance tecnológico al permitir realizar técnicas mucho más precisas y menos tóxicas, haciendo posible que se pueda administrar radioterapia de intensidad modulada y volumétrica, lo que permite aplicar dosis mayores de radiación en menos fracciones (tratamiento hipofraccionado), con una menor dosis en tejidos sanos adyacentes al tumor. Asimismo facilita el tratamiento en muchas localizaciones tumorales, como en carcinomas de cabeza y cuello, de pulmón, tumores de próstata, ginecológicos, etc., representando una buena alternativa para tratamiento de tumores pequeños que, por razones médicas, no pueden ser operados, y también para el tratamiento radical de metástasis únicas.



El primer paciente tratado con el nuevo equipo de Oncología Radioterápica.

Equipo radiológico de telemando multifuncional digital directo

Equipo de telemando multifuncional digital, instalado en el Servicio de Radiodiagnóstico.



El Servicio de Radiodiagnóstico que dirige el Dr. Juan Arrazola, cuenta desde principios de año con un telemando digital con detector plano dinámico que gracias a su tecnología permite realizar tanto exploraciones de fluoroscopia, como procedimientos de radiología general. Además este detector es extraíble y portátil pudiendo realizar proyecciones radiográficas directas, obteniendo imágenes de alta calidad y mejorando de esta forma la precisión de los diagnósticos realizados por los especialistas. Por otra parte, el sistema de posicionamiento del paciente por videocámara y los diferentes programas de ejecución que incorpora, permiten disminuir las dosis de radiación.

Su diseño está centrado en la comodidad del paciente. Así, el tablero flotante tiene la altura motorizada facilitando de esta forma el acceso a personas con problemas de movilidad. Por otra parte la robustez de la mesa de carga, preparada para soportar un peso de hasta 230 kilos, la hace especialmente indicada para pacientes con sobrepeso u obesidad mórbida.

URGENCIAS:

un Servicio con más de 200 profesionales que atienden a más de 188.000 pacientes al año



El Servicio de Urgencias del Hospital Clínico San Carlos ofrece a sus pacientes y usuarios unas modernas instalaciones de algo más de 3.000 metros cuadrados, distribuidos en dos plantas dotadas con equipamiento moderno y más de 200 profesionales altamente cualificados que realizan su trabajo los 365 días del año durante las 24 horas del día, con el objetivo de ofrecerles la mejor atención de sus patologías urgentes que requieran una atención inmediata.

Estos profesionales atendieron el pasado año 2013 a más de 118.000 pacientes, lo que supone una media de 323 urgencias diarias. Por unidades, las que más enfermos recibieron fueron la Unidad de Pronta Asistencia, Traumatología, Oftalmología y Pediatría.

Un diseño a medida de las necesidades de los pacientes

La primera planta de este Servicio está dedicada a los pacientes más graves, es decir que requieren algún tipo de estancia, bien en el propio Servicio ó en las plantas de hospitalización del centro. Aquí se encuentra la sala de agudos que cuenta con 36 boxes y amplios espacios de trabajo para los profesionales sanitarios. Tiene asimismo una zona de triaje ó clasificación de pacientes con 3 consultas, una amplia sala de espera para acompañantes con 3 despachos destinados para facilitar la infor-

mación a los familiares de los enfermos, así como un despacho para los trabajadores sociales, además de la zona de Admisión e Información y salas de trabajo específicas para los profesionales.

Por su parte, la planta baja está destinada a pacientes con patologías que en principio no requieren ingreso y en ella se ubican las consultas de: Pediatría, Ginecología, Traumatología, Oftalmología y Otorrinolaringología.

El Servicio de Pediatría dispone de 8 boxes, uno de ellos de aislamiento, y sala de espera propia; por su parte Traumatología cuenta con 4 camas, 2 despachos de consultas y 2 salas destinadas a yesos y curas. Ginecología tiene 1 consulta y sala de espera independiente, y Otorrinolaringología y Oftalmología disponen cada uno de su propia consulta y zonas de espera para acompañantes.

En esta misma planta, que tiene su propia zona de Admisión de enfermos e Información, se encuentra ubicada la Unidad de Radiodiagnóstico de Urgencias, que cuenta con dos salas dotadas de equipamiento totalmente digitalizado y una sala de ecografías.

Información al instante

Si usted necesita acudir a Urgencias, debe dirigirse con su tarjeta sanitaria y DNI o Pasaporte al mostrador de Admisión donde se registra su entrada. Si carece en ese momento de alguno de estos documentos será igualmente atendido y se le dará una correcta asistencia personalizada.

En los puntos de Información, anteriormente citados y ubicados al lado de Admisión se facilita a los familiares y usuarios la información que requieran. Los profesionales que prestan este servicio están cualificados para atender y servir de ayuda durante las 24 horas del día y si lo desea puede contactar con ellos a través del número de teléfono 913 303 663.

En la Unidad de Pronta Atención (UPA) y en las áreas de Ginecología, Otorrinolaringología, Oftalmología, Psiquiatría y Pediatría se permite la entrada de un acompañante por paciente siempre que las circunstancias lo hagan posible. En el resto de unidades por sus características, peculiaridades, e infraestructura no está indicada la permanencia de acompañantes, salvo que el paciente lo requiera.

Para los pacientes que requieren un breve ingreso, el Servicio de Urgencias cuenta con dos Unidades de Corta Estancia, donde existen unos horarios de información médica de 13 a 14 horas y de visitas de 19 a 19:30 horas.

Es importante reseñar que cada paciente necesita un tiempo de atención indeterminado para su diagnóstico, pronóstico y alternativas de tratamiento. En todo caso la información facultativa al respecto se estima entre 2-3 horas. A partir de ese momento, el personal que atiende al paciente (siempre con el consentimiento de éste) se dirigirá a sus familiares o acompañantes siendo avisados por megafonía.

Antes de abandonar el Servicio el paciente recibe un informe de alta, que tiene que sellar en el mostrador de Admisión.



Aumenta la oferta asistencial de tarde, con más consultas médicas y de enfermería y también pruebas diagnósticas

En su apuesta por ofrecer una mayor accesibilidad, tanto horaria como geográfica a los pacientes, el Clínico ha ampliado la oferta asistencial en el horario de tarde, tanto de las consultas externas médicas y de enfermería, como de pruebas diagnósticas. También dispone de más quirófanos funcionantes en horario vespertino para intervenciones de enfermos ingresados y ambulantes.

La ampliación del horario de consultas externas y de pruebas diagnósticas se ha extendido a los Centros de Especialidades de Modesto Lafuente y de Avenida de Portugal. En este último además se han puesto en marcha dos nuevas consultas, en horario de mañana y tarde.

Las consultas que ofrecen atención asistencial de tarde corresponden a 24 servicios que en total ofrecen 263 consultas, de las que 154 pertenecen al propio Hospital, 60 al Centro de especialidades de Avenida de Portugal y 49 en el de Modesto Lafuente.

Asimismo, se han abierto por la tarde las consultas de Psiquiatría en 4 Centros de Salud Mental – Galiana, Centro, Las Águilas y Chamberí- que ofrecen en total 40 consultas de especialistas, tanto psiquiatras, como psicólogos, enfermería especializada y trabajadores sociales.

En cuanto a intervenciones quirúrgicas, el pasado año 2013 nuestro centro programó un 55 % más de intervenciones en el turno de tarde, tanto de enfermos ingresados como de ambulantes.

Informadores en la Urgencia Buenos días!, buenas tardes!, buenas noches! ¿En que puedo ayudarle?



Nuestra misión está dirigida a establecer un vínculo entre los familiares-acompañantes y el paciente que acude a nuestro servicio de Urgencias.

Nuestros objetivos son:

- Mediar entre los profesionales, los pacientes y sus familiares o acompañantes.
- Orientar al usuario sobre todas aquellas cuestiones que nos requieran, facilitando además la resolución de trámites administrativos.
- Localizar y avisar a los familiares cuando nos sea solicitado.
- Atender las llamadas telefónicas e informar, en la medida que permite la ley de protección de datos, sobre aquellas cuestiones que contribuyan a paliar el desasosiego de los familiares y allegados.

Todos los integrantes de este equipo hemos recibido la formación adecuada para poder atenderles con un trato personalizado y humano y siempre atento a proporcionarles la información requerida, porque somos conscientes de la situación de angustia que se produce el acceder a un Servicio de Urgencias.

El acompañamiento de profesionales formados específicamente para llevar a cabo tareas de información no clínica y acogida durante su permanencia en Urgencias, minimiza la ansiedad que se produce en los usuarios que acuden a este Servicio, disminuyendo tanto la tensión como la incertidumbre de familiares y allegados por el lógico desconocimiento de la situación en la que se encuentran sus personas queridas.

Estas actuaciones se llevan a cabo siempre que las circunstancias clínicas lo permiten, sin mermar los derechos a la intimidad, confidencialidad y seguridad del paciente, como tampoco el descanso y confort del resto de los pacientes, facilitando con ello a su vez la labor de los profesionales del centro.

Para el equipo de "Información y Acogida" del Hospital Clínico San Carlos lo importante son las personas que se dirigen a nosotros, a quienes atendemos con entusiasmo, respeto y profesionalidad. Nuestra tarjeta de presentación es:

¡Buenos días!, ¡buenas tardes!, ¡buenas noches!
¿En que puedo ayudarle?

Unidad de Información y Acogida



Seguridad del paciente

La buena o mala Higiene incide directamente en la salud de las personas

Desde pequeños, a todos nos han enseñado hábitos de higiene como lavarnos los dientes, la ducha, lavado de manos, pero cuando estamos en el Hospital somos más vulnerables ante el ataque de los microorganismos que viven en él y se han hecho fuertes. Por ello, debemos seguir unas recomendaciones básicas para prevenir infecciones:

- La cama es de uso exclusivo para el paciente y debe estar libre de objetos para evitar la transmisión de infecciones. El sillón también es de uso preferente para el paciente mientras éste lo necesite.
- No traer comida a los pacientes. El Hospital proporciona la dieta adecuada para sus necesidades y en las mejores condiciones higiénicas.
- La piel debe mantenerse limpia, seca e hidratada. Una vez realizada la higiene diaria debe secar cuidadosamente los pliegues y los espacios entre los dedos, sobre todo en los pies.
- Es recomendable utilizar siempre pijama o camión limpios después del aseo.
- En cuanto a las uñas deben estar bien cortadas, las de los pies en recto, y mientras esté en el hospital no se debe usar laca de uñas. Es conveniente hidratar solamente los talones.
- Los dientes se deberán limpiar después de cada comida, sea dentadura propia o postiza. En este caso antes de acostarse se limpiará y se sumergirá en un recipiente con agua limpia.
- Y por supuesto: **LAVARSE LAS MANOS** porque es la medida más eficaz para prevenir infecciones.

¿Cuándo hay que lavarse las manos?

- Cualquier persona que entre en la habitación del paciente deberá realizar la higiene de manos, con agua y jabón o con la solución hidroalcohólica que se encuentra en los dispensadores de la habitación.
- En las habitaciones de aislamiento en las que está permitido el pase de familiares, el personal sanitario les indicará el tipo de jabón que deben usar.

Técnica para una correcta higiene de manos

Con agua y jabón:
40-60 segundos

Con solución alcohólica:
20-30 segundos

1

2

Palma contra palma.

3

Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados y viceversa.

4

Palma contra palma con los dedos entrelazados.

5

Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos recogidos.

6

Fricción en rotación del pulgar derecho dentro de la palma de la mano izquierda y viceversa.

7

Fricción en rotación con movimientos de vaivén. Los dedos juntos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda y viceversa.

8

Ajustar y secar con toalla de un solo uso.
Sécase de la toalla para cerrar el grifo.

8

Dejar secar al aire.

Recuerda No dejes de hacer lo que está en tus manos

SIEMPRE ANTES DE:

- Tocar al paciente o cualquier superficie de la habitación.
- Tocar alimentos, comer o dar de comer.
- Tocar o tocarse los ojos.
- Abandonar la habitación (cualquier persona).

Y POR SUPUESTO DESPUES DE:

- Ir al baño.
- Sonarse la nariz, estornudar o toser tapándose la boca con la mano.
- Cambiar pañales tanto de adulto como de bebé.
- Comer.
- Cuando estén visiblemente sucias.

Normativa

La actuación del hospital ante el maltrato

Los profesionales sanitarios se encuentran en una situación privilegiada para realizar determinadas acciones ante la sospecha de que alguno de los pacientes que acuden a nuestro centro sean víctimas de cualquier tipo de maltrato.

Desde hace ya más de 8 años se han creado en los hospitales de la red asistencial de la Comunidad de Madrid unas "comisiones contra la violencia" encargadas de coordinar las actuaciones para detectar cualquier forma de maltrato. En este sentido, la "comisión contra la violencia" de nuestro hospital ha desarrollado una actividad intensa para garantizar una precoz intervención ante la sospecha de cualquier forma de maltrato ya sea contra la mujer, el anciano o la infancia.

Ante la mera sospecha de que uno de nuestros pacientes esté siendo víctima de alguna forma de maltrato (ya sea física o psíquicamente), nuestros profesionales activarán toda una cadena de acontecimientos enmarcados en unos protocolos de actuación para la detección del maltrato a la mujer, maltrato al anciano o maltrato infanto-juvenil. Con estos protocolos se pretende identificar el tipo de maltrato del que se está

parte, el profesional cumplimenta un registro con los datos más significativos de la atención sanitaria llevada a cabo. Además la comisión contra la violencia ha creado la figura del "gestor de casos", quien se encarga de analizar los registros de casos y coordinar actuaciones tanto dentro del hospital, como con otras instituciones del ámbito sanitario o extra sanitario (Samur social, Grume, fiscalía, trabajo social, etc.).

Otra de las iniciativas importantes del Hospital Clínico San Carlos se relaciona con la detección de la mutilación genital en aquellas mujeres que acuden a parir a nuestro centro. Se trata de garantizar que las hijas de aquellas mujeres que han sufrido mutilación genital no sean objeto de ésta. Por ello se realiza por parte de nuestras matronas una campaña de información a las madres y se coordina un plan de seguimiento con los pediatras de Atención Primaria.

En caso de necesidad el hospital tomará medidas para garantizar la integridad física y mental de la víctima, pudiendo realizar un ingreso con carácter de urgencia con el fin de separar a la víctima de su entorno social. Existe la posibilidad de mantener durante el ingreso el anonimato de la identidad de la víctima a través de un procedimiento de "encriptación de los datos", que imposibilita localizar a la persona maltratada dentro de la propia institución. Este procedimiento exige la autorización de la propia víctima del maltrato para su puesta en marcha.

De forma permanente la comisión contra la violencia del hospital mantiene un programa formativo para nuestros profesionales y para nuestros usuarios, con el objetivo de poder identificar de forma precoz aquellos signos y síntomas que nos hagan sospechar de cualquier forma de maltrato. El hospital se acerca de esta forma a colegios, institutos, centros de mayores o asociaciones de pacientes, para poder establecer programas adecuados que nos permitan proteger de la manera más adecuada, a los colectivos más frágiles de nuestra sociedad.

Si Vd. está siendo víctima de cualquier forma de maltrato, no espere más, su hospital puede ayudarle.

Dr. Andrés Santiago Sáez
Jefe de Servicio de Medicina Legal



siendo víctima, la intensidad del mismo, la persona que ejerce el maltrato (familiar, cuidador habitual, etc.), la repercusión que tiene el maltrato en nuestra vida y el soporte social del que dispone la persona maltratada.

Con la emisión de un "parte de lesiones", nuestros profesionales comunican al juzgado de guardia que nos encontramos ante una sospecha de caso de maltrato, para que se puedan iniciar diligencias judiciales que permitan investigar la situación de la víctima. Por otra

Consejos para el Cuidado de la Salud

Primeros Auxilios

Decálogo de atención en una urgencia



Ante un accidente, urgencia o emergencia, los cuidados inmediatos, adecuados y provisionales que se prestan a las personas accidentadas o enfermas antes de ser atendidos en un centro sanitario, es lo que se conoce como primeros auxilios.

Pueden ser prestados por cualquier persona, pero hay que conocer una serie de premisas básicas para actuar, pues a veces la buena predisposición para ayudar sin conocimientos adecuados puede complicar aún más la situación del accidentado o del enfermo.

Los primeros auxilios persiguen:

1. Conservar la vida
2. Evitar complicaciones físicas y psicológicas
3. Ayudar a la recuperación
4. Asegurar el traslado de los accidentados o de los pacientes a un centro sanitario.

Reglas básicas de actuación en una situación crítica:

- Mantener la calma ante la situación pero actuar rápidamente.
- Llamar inmediatamente al servicio de emergencias (teléfono 112).
- Hacer rápidamente una composición de lugar, alejando a los curiosos.
- Examinar al enfermo con gran precaución no haciendo más que lo indispensable.
- Mantener al herido caliente.
- Mantener a la persona acostada y quieta en posición lateral de seguridad.
- No mover al accidentado a menos que sea extremadamente necesario.
- No dar de beber al paciente si está sin conocimiento o en estado estuporoso.
- Si está consciente, tranquilizarlo.

Decálogo de prohibiciones:

1. Actúa si tienes seguridad de lo que vas a hacer; si dudas, es preferible no hacer nada.
2. No tocar las heridas con las manos, boca o cualquier otro material sin esterilizar.
3. No hay que lavar las heridas profundas ni heridas por fracturas; únicamente las cubriremos con apósitos estériles.
4. Usar gasas siempre que sea posible.
5. No soplaremos nunca sobre una herida.
6. No limpiaremos la herida hacia adentro, lo haremos con movimientos hacia afuera.
7. No colocaremos algodón directamente sobre heridas o quemaduras.
8. No aplicaremos esparadrapo directamente sobre heridas.
9. No desprenderemos con violencia las gasas que cubren las heridas.
10. No aplicaremos vendajes húmedos; tampoco demasiado flojos o apretados.

En cualquier caso recuerde que SIEMPRE debe avisar al médico.

Es preferible evitar que ocurran accidentes a que haya que solucionarlos. Para ello hemos de tener siempre en cuenta las posibles situaciones de riesgo que nos plantea una actividad y cómo podemos solventarlas, o minimizarlas en el caso que no podamos obviarlas, para evitar los posibles riesgos.

Gestión sostenible de residuos sanitarios

¿Cómo se gestionan los residuos que se generan en nuestro hospital?

El Decreto 83/1999 de la C.A. de Madrid clasifica los residuos dependiendo de los riesgos que éstos presentan, y en función de ello, establece unos requisitos durante su gestión.

Comenzando por la segregación, cada clase de residuos es separada en diferentes envases, para que posteriormente puedan ser sometidos a los tratamientos adecuados para ellos.

Respecto al tratamiento, los residuos generales y los biosanitarios asimilables a urbanos, siguen la misma sis-

temática que los residuos que generamos en nuestras casas. Las fracciones reciclables como papel, cartón y vidrio son reintroducidas en el ciclo de vida de nuevos productos, y las no reciclables son llevadas a vertedero. En el caso de los residuos biosanitarios especiales, son trasladados primeramente a plantas de tratamiento.

En nuestro caso, CONSENUR nuestro gestor autorizado, los transporta a sus instalaciones de Arganda del Rey, donde son sometidos a un proceso de esterilización en autoclave de gran capacidad, por saturación de vapor a alta temperatura y presión. Este método garantiza la total destrucción de cualquier forma vegetativa de bacterias, microbacterias, hongos, esporas de hongos y virus, eliminando toda forma de vida microbiana. Una vez esterilizados, estos residuos pierden su potencial infeccioso, por lo que pueden depositarse en vertedero. Los residuos químicos, son transportados por CONSENUR a instalaciones en las que en función de su riesgo asociado son sometidos a diferentes tratamientos, pudiendo incluso llegar a ser recuperados, valorizados, reutilizados o reciclados. Por último, los residuos citotóxicos son transportados por CONSENUR hasta instalaciones de incineración, único sistema de tratamiento permitido por la legislación vigente.

¿Podemos minimizar el impacto ambiental indirecto de nuestro Hospital?

Aparentemente es complicado introducir mejoras ambientales en una gestión, que debe realizarse según los requisitos establecidos en una legislación. Sin embargo, nuestro gestor de residuos sanitarios, CONSENUR, está desarrollando múltiples proyectos encaminados a minimizar el impacto ambiental asociado, siendo muy exigente con su desempeño ambiental.

Las principales cuestiones que está abordando en la actualidad, pasan por la reutilización de las aguas de proceso en sus plantas o la optimización de su gestión logística, mediante un software que le permite medir su huella de carbono, y de esta manera conocer qué acciones puede implementar para disminuirla. Otra cuestión que CONSENUR está teniendo muy presente es asesorar acerca de la adecuada segregación de los residuos y la disminución del consumo de contenedores, evitando así el impacto ambiental asociado a su fabricación.

Según fuentes de CONSENUR, el potencial de minimización máximo anual del impacto ambiental relativo a la emisión de gases de efecto invernadero, podría llegar a alcanzar una reducción de emisiones de CO₂ equivalente a las Tm/año absorbidas por una superficie arbolada correspondiente a 920 campos de fútbol. Sin duda, estas prácticas son especialmente relevantes en estos momentos, en los que todas las organizaciones debemos mostrar un elevado nivel de compromiso con el medio ambiente.



Interior de la planta de tratamiento de CONSENUR en Tarragona (1ª planta de tratamiento de residuos biosanitarios especiales en España)

abril

- **EXPOSICIÓN "CON OJOS Y VOZ DE MUJER".** Fotografías y Poemas de la Asociación Española de Lectura y Escritura (AELE). Sala de Exposiciones. Pabellón San Carlos. Del 17/3 al 25/4.
- **TALLERES SALUDABLES. "El Milagro de la Vida".** Visita al Servicio de Anatomía Patológica donde los alumnos de 5º ESO aprenderán los secretos de la vida microscópica. "Dame un Beso sin Tabaco". Taller impartido por doña Ana González, enfermera del Servicio de Medicina Preventiva para alumnos de 4º de la ESO. Jueves, 3 de abril. Visita al Hospital.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** Actuación mensual ofrecida por la Asociación Música en Vena, en la que se ameniza la estancia de los pacientes en los hospitales de día, salas de espera y cafetería. Martes, 8/04. De 12,00 a 14,00 horas.
- **TALLERES SALUDABLES "Lavar las manzanas antes de comérselas"** con doña Ana González (Medicina Preventiva). Alumnos de Labor 3-AFIANIAS Quevedo. Viernes, 11 de abril, a las 12,00 horas.
- **CICLOS DE CONFERENCIAS "Aprendiendo a ser felices"** a cargo de Dña. Marisa Pizarro. Diplomada en Mindfulness UCM.
 - Lunes, 21/4. 17,00 horas. **Talleres de Plenitud. Mindfulness (Atención Plena) y PNL (Programación Neurolingüística).** Aula Prof. Durán Sacristán. Pabellón San Carlos.
- **Actos del DÍA DEL LIBRO. 23 de abril.**
 - Lectura de *El Quijote*. Aula Schüller
 - Visita teatralizada de *Don Quijote y Sancho Panza*
 - Regalo de libros
- **EXPOSICIÓN DE PINTURAS Paola Arévalo (Pediatria).** Sala de exposiciones Pabellón San Carlos. Del 28 abril hasta el 15 de mayo.
- **CICLOS DE CONFERENCIAS "Aprendiendo a ser felices"** a cargo de la Dra. Alicia Abellán (periodicidad bimensual).
 - Lunes, 28/4. 17,30 horas. **Hoponopono: Técnica hawaiana de Curación celular instantánea. El poder de la mente y de la imaginación. El poder del perdón. Armonía y salud. Los distintos potenciales que podemos elegir. La actitud ante la vida. La confianza en uno mismo. La gratitud.** Aula Prof. Durán. Pabellón San Carlos.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** El profesor de guitarra Jesús Delgado amenizará la estancia de los pacientes en los hospitales de día Médico, Oncológico, Diálisis, Hematológico, Pediatría y sala de espera de Oftalmología. Miércoles, 30/04. De 10,30 a 14,30 horas.
- Emisión del DOCUMENTAL "PASOS" de la asociación Alpinistas con cáncer, que narra su escalada al pico Lenin, en China, y que ha sido premiado en varios festivales nacionales. (pendiente fecha).
- **CICLOS DE CONFERENCIAS "Aprendiendo a ser felices"** a cargo de Dña. Marisa Pizarro. Diplomada en Mindfulness UCM.

mayo

- Lunes, 19/5. 17,00 horas. **Talleres de Plenitud. Mindfulness (Atención Plena) y PNL (Programación Neurolingüística).** Aula Prof. Durán Sacristán. Pabellón San Carlos.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** Actuación mensual ofrecida por la Asociación Música en Vena, en la que se ameniza la estancia de los pacientes en los hospitales de día, salas de espera y cafetería. Martes, 13/05. De 12,00 a 14,00 horas.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** El profesor de guitarra Jesús Delgado amenizará la estancia de los pacientes en los hospitales de día Médico, Oncológico, Diálisis, Hematológico, Pediatría y sala de espera de Oftalmología. Miércoles, 28/05. De 10,30 a 14,30 horas.
- **CONCIERTOS EN EL AUDITORIO.** Quinteto Bel-Acqua con Armando Martínez al piano. Dos conciertos: uno por la mañana y otro por la tarde. (pendiente fecha).
- **TALLER: EL MUSEO DE AMÉRICA EN PEDIATRÍA.** Los niños ingresados aprenderán a construir un tipi de los indios americanos y conocerán las costumbres y forma de vida de estos pueblos. Ciber Aula Pediatría. 6ª planta. (pendiente fecha-segunda quincena mayo)
- **EXPOSICIÓN DE PINTURAS** de Fernando Alcocer. Sala de exposiciones. Pabellón San Carlos. Desde el 19 de mayo.

junio

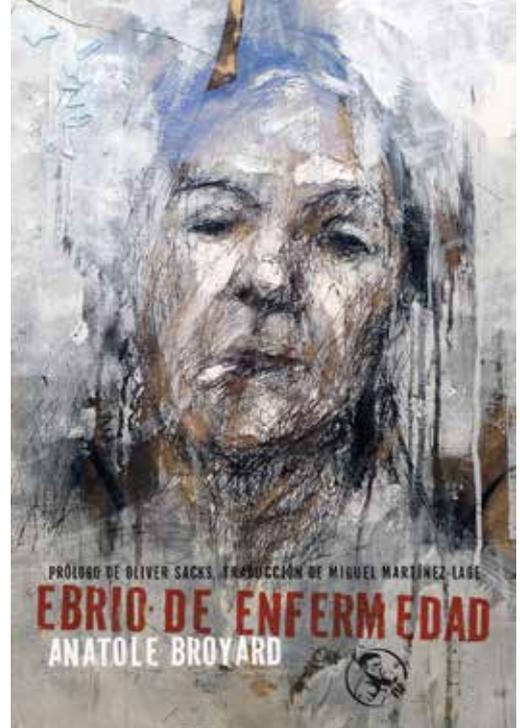
- **CICLOS DE CONFERENCIAS "Aprendiendo a ser felices"** a cargo de la Dra. Alicia Abellán (periodicidad bimensual).
 - Lunes, 9 de junio. 17,30 horas. **El poder de la música y del sonido: Terapia por el sonido. Ernst Chladni: fundador de la acústica. La cimática (Cymatics, de Hans Jenny): el movimiento de las moléculas con el sonido. La voz. El canto y la vocalización y sus efectos liberadores de energía. La curación por el sonido y por la música.** Aula Prof. Durán. Pabellón San Carlos.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** Actuación mensual ofrecida por la Asociación Música en Vena, en la que se ameniza la estancia de los pacientes en los hospitales de día, salas de espera y cafetería. Martes, 10/06. De 12,00 a 14,00 horas.
- **TERCERAS JORNADAS DE COOPERACIÓN "El Clínico en el Mundo"**. Jueves, 12/06. Desde las 9,00 horas. Aula prof. Durán Sacristán.
- Con motivo del Año Europeo de la Música: **PRIMER ENCUENTRO DE CORALES POLIFÓNICAS DE MADRID EN EL CLÍNICO.** Auditorio. Viernes 13/6 por la tarde.
- **CICLOS DE MÚSICA EN LOS HOSPITALES DE DÍA.** El profesor de guitarra Jesús Delgado amenizará la estancia de los pacientes en los hospitales de día Médico, Oncológico, Diálisis, Hematológico, Pediatría y sala de espera de Oftalmología. Miércoles, 25/06. De 10,30 a 14,30 horas.
- **CICLOS DE CONFERENCIAS "Aprendiendo a ser felices"** a cargo de Dña. Marisa Pizarro. Diplomada en Mindfulness UCM.
 - Lunes, 30/6. 17,00 horas. **Talleres de Plenitud. Mindfulness (Atención Plena) y PNL (Programación Neurolingüística).** Aula Prof. Durán Sacristán. Pabellón San Carlos.



Laurapareja.com

@laurapareja

“EBRIO DE ENFERMEDAD” Una lectura recomendada



El pasado 12 de marzo tuvo lugar en el Clínico una interesante tertulia médico-literaria alrededor del libro “Ebrio de enfermedad” de Anatole Broyard, en la que participaron los editores de La Uña Rota y los doctores María Sainz Martín (Jefa del Servicio de Medicina Preventiva), Enrique Santos Bueso (Médico del Servicio de Oftalmología) y Pedro Pérez Segura (Médico del Servicio de Oncología médica), convocados por el Aula Social Dr. Zarco, para abordar algo sobre lo que no nos gusta hablar: la enfermedad y la muerte.

El libro, prologado por el doctor Oliver Sacks y traducido por Miguel Martínez Lage, con dibujos de Gonzalo Borondo, Juan José Millás señalaba en El País (7/6/2013) que: “Si eres inmortal, deberías leer este libro. Si eres mortal, también, pero si eres un animal doméstico, devóralo, para comprender mejor a tu dueño, en el caso de que solo tengas uno”. Dice también Millás que “El libro es muy corto pero luego crece como un tumor o como un metatumor y se convierte en una metamorfose...”.

Y es que cada frase del libro esconde una verdad incuestionable, una enseñanza que nos hace reflexionar sobre cómo vivimos, cómo enfermamos y cómo morimos.

Pero, ¿Quién era Anatole Broyard y qué hace al libro tan especial? Broyard fue director del suplemento literario del New York Times, crítico influyente, muere en octubre de 1990 a los 70 años, de un cáncer de próstata.

Broyard explica por qué quería escribir el libro: “Para cerciorarme de que estaré vivo cuando muera. Toda una declaración de intenciones. Ve su enfermedad como “Una aventura amorosa con una mujer demente que me exige hacer cosas que yo no habría hecho nunca” y añade: “Una enfermedad crónica es como un gran permiso, una autorización o una absolución”.

El libro arranca con otra magnífica reflexión que tarde o temprano nos hacemos todos: “Me di cuenta, por primera vez en mi vida, que no tengo un para siempre”. Se siente lleno a rebozar del deseo de vivir y da la razón a Sartre cuando decía que “Hay que vivir cada momento como si estuviera uno preparado para morir”.

En el capítulo “Hacia una literatura de la enfermedad” añade: “Soy crítico y al estar críticamente enfermo pensé que debía controlar la enfermedad, dándole forma de narración. El relato parece ser una reacción natural, un anticuerpo, al dolor y la enfermedad” y añade: Morir es dejar de ser humano y los

relatos son la forma más eficaz de mantener viva nuestra condición humana”.

Pero también hay momentos para la ironía como cuando explica que, a causa del tratamiento, el médico que le atiende le advierte que perderá la libido: “Algo difícil de creer en el caso de un escritor para el cual la sexualidad es inseparable de la conciencia. Mi libido está alojada no sólo en mi próstata sino, también, en mi imaginación, mi memoria, mi aprecio por las mujeres y por la vida... Cuando el cáncer fue una amenaza para mi sexualidad, mi ánimo tuvo de inmediato una erección. En mi caso, tras un roce con la muerte, el mero hecho de estar vivo es un orgasmo permanente”.

En la tertulia, el doctor Pérez Segura señalaba su sorpresa porque “en un libro tan pequeño se concentraba toda la fuerza magistral del autor. La enfermedad le marca un tiempo y le obliga a señalar unos objetivos a cumplir. Es un libro tremendamente positivo”. Le parece imprescindible que médico y paciente compartan las decisiones a tomar y que la información sea clara y constante lejos de una relación paternalista.

La doctora Sainz Martín apuntaba que “Broyard realiza un ejercicio tentador para cualquier escritor: acercarse a la enfermedad. El Ser humano, añade, necesita acotar la incertidumbre”.

Por su parte, el doctor Santos Bueso destaca que el autor es, a la vez, enfermo y eso le confiere un interés adicional al libro. Destaca que es absolutamente cierto que “nunca estamos más vivos que cuando estamos cerca de la muerte”.

Alberto, uno de los asistentes a la tertulia, paciente con cáncer, confirmaba la necesidad de que el entorno no te trate como un recién nacido, la necesidad de “huir de la pulsión de la muerte” y vivir con intensidad, disfrutando, en la medida de tus posibilidades, de la amistad, de los momentos íntimos, de la vida... Por su parte, Juan, otro de los asistentes, paciente trasplantado y escritor, aseguraba que “La literatura es, sin duda, terapéutica, y que cuando escribe sobre la enfermedad se olvida que él es el paciente”.

Les recomendamos la lectura de este magnífico libro escrito por alguien que, como señala Alexandra, la hija de Anatole Broyard, en el prefacio: “No llegó a conquistar su cáncer pero triunfó en su manera de vivirlo”. “La muerte es la ribera salvaje de la enfermedad y este libro llega desde esa ribera salvaje”.

Nicolás Díaz-Toledo Delgado

Aula Social Dr. Zarco

premios

y reconocimientos a nuestro hospital
y a nuestros profesionales

El Foro Europa 2001 otorga la Medalla de Oro a tres médicos del Clínico San Carlos, en reconocimiento a su prestigio profesional

El *Foro Europa 2001*, uno de los encuentros de debate para el intercambio y divulgación de ideas más importantes del continente, ha premiado con su medalla de oro, a **tres profesionales del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, en reconocimiento a su labor asistencial, docente e investigadora** que les ha llevado a adquirir un gran prestigio en sus respectivas especialidades.

Los premiados son los doctores **Francisco López Timoneda, jefe de Servicio de Anestesiología, Reanimación y Terapéutica del Dolor; Andrés Santiago Sáez, jefe del Servicio de Medicina Legal y Julio Mayol Martínez, jefe de Sección de Coloproctología y director de la Unidad de Innovación.**

Los tres médicos reconocidos por el citado Foro Europa 2001 cuentan con una amplia trayectoria profesional. Así, el **doctor López Timoneda** es catedrático de Anestesiología, Reanimación y Terapéutica del Dolor de la Universidad Complutense de Madrid (UCM), y ha sido director Médico del citado Hospital Clínico y Presidente de la Sociedad Española de la especialidad.

Por su parte, el **doctor Santiago Sáez**, está especializado en Medicina Legal y Forense y en Medicina Familiar y Comunitaria y es profesor del Departamento de Toxicología y Legislación Sanitaria en la Facultad de Medicina de la UCM, subdirector de la Escuela de Medicina Legal y Forense de Madrid, máster en valoración del daño corporal, en Pericia Sanitaria y máster internacional en Derecho Sanitario.

El **doctor Julio Mayol** es profesor titular de Cirugía de la UCM. Su formación como cirujano general la completó en el Hospital Beth Israel, de Boston y ha trabajado como Research Fellow en la Facultad de Medicina de Harvard, becado por el Ministerio de Sanidad. Además ha sido invitado por departamentos de cirugía de varios hospitales de Estados Unidos como profesor visitante.

Los doctores José Luis Carrasco y Marina Díaz-Marsá dirigirán los Proyectos nacionales de Trastorno Límite de la Personalidad y de Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Los doctores José Luis Carrasco, Jefe de Sección y Catedrático de la Universidad Complutense y Marina Díaz-Marsa, responsable de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria, ambos del Servicio de Psiquiatría del Clínico San Carlos van a dirigir dos proyectos enmarcados dentro de la Estrategia en Salud Mental con el objetivo de contribuir a la unificación y mejora de la atención integral a la salud mental en el Sistema Nacional de Salud.

Puestos en marcha por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, el doctor Carrasco dirigirá el proyecto titulado Trastorno Límite de la Personalidad, Unidad que coordina en el citado hospital, cuyo objetivo es la elaboración de la propuesta de pisos terapéuticos. Por su parte, la doctora Díaz-Marsá, es la directora del proyecto Trastornos de la Conducta Alimentaria, cuyo objetivo es la elaboración del Proyecto de Cronicidad de los Trastornos de Conducta Alimentaria.

Para ello, ambos directores van a contar con la colaboración de expertos propuestos por las Comunidades Autónomas, Sociedades Científicas, Asociaciones de Pacientes, Familiares y los Coordinadores Científicos de la citada Estrategia.

Dr. Francisco López Timoneda, nuevo ACADÉMICO Electo de la RANM

La Real Academia Nacional de Medicina (RANM) ha nombrado Académico Electo al profesor Francisco López Timoneda, que ocupará el sillón nº 28 "Anestesia y Reanimación". Se trata de una especialidad, que quedará englobada en la Sección III-Cirugía, y que entrará por primera vez en la Real Academia.



Dr. Francisco López Timoneda



Dr. Andrés Santiago Sáez



Dr. Julio Mayol Martínez

política de calidad 2014

Comprometidos con la Calidad

Nuestra política de calidad está basada en satisfacer las necesidades de nuestros clientes, cumpliendo sus requerimientos e intentando exceder sus expectativas.

Para ello la Dirección del Hospital Clínico San Carlos sabe que es imprescindible personal competente, formado e involucrado en la consecución de objetivos y comprometido con el Hospital y con nuestros clientes y la sociedad en general.

Los objetivos primordiales y permanentes de nuestra política de calidad son:

- Garantizar una atención sanitaria efectiva y eficiente, centrada en el paciente y preocupada por su seguridad.
- Mejorar de forma continua la calidad de nuestro servicio mediante el análisis de datos y la identificación de área de mejora.
- Cumplir la normativa aplicable a todas las actividades del Hospital.

Para alcanzar estos objetivos, la Dirección del Hospital se compromete a impulsar las siguientes acciones:

1. Considerar la satisfacción del paciente como el objetivo fundamental de todas las actividades.
2. Establecer unos objetivos de calidad, coherentes con las estrategias del Hospital y revisables anualmente.
3. Crear las condiciones adecuadas en los diferentes ámbitos del Hospital para facilitar la expresión de nuevas ideas para el desarrollo de procesos de mejora.
4. Disminuir los posibles fallos, con el consiguiente aumento de la seguridad y de la efectividad, para lo cual es necesario un compromiso responsable de todos los profesionales por el propio trabajo y que se establezcan acciones y programas orientados a la prevención antes que a la corrección.
5. Potenciar el desarrollo profesional de las personas del Hospital como principal motor de innovación y conocimiento de nuestro Hospital en los servicios que presta.
6. Ser una organización respetuosa con el medioambiente desde la que se desarrollen o potencien entornos saludables, a lo que se compromete a través de su declaración de política medioambiental.

