

ARAGÓN médico



Número 70
Junio de 2022

Más noticias y actualidad en www.comz.org. Síguenos y participa en nuestras redes sociales @medicoszaragoza



Médicos con vocación

Este número de la revista Aragón Médico rinde un homenaje a la Medicina, a los Médicos. Porque a pesar de los años duros de pandemia que se han vivido, los médicos han seguido demostrando el valor de la profesión y cómo los pacientes siempre son lo primero. Trabajan cada día con plena dedicación, excelencia y responsabilidad social.

Sin importar el lugar en el que desarrollan su labor, ya sea en el ámbito público o en el privado; en los hospitales o en un centro de salud; en una gran ciudad o en los pequeños pueblos.

Porque el médico es médico siempre.

sumario

03 Editorial

04 En portada

La pandemia encara su tercer año

08 En portada

Campaña 'Médicos con vocación'

16 Especial Día del Colegiado 2022

28 El futuro de la medicina

32 Prevención del suicidio en adolescentes

34 Noticias de tu Colegio

38 Cartas a tu Colegio

42 Hace 100 años...

44 In memoriam

ARAGÓN médico

EDITA
Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza.

DIRECTOR
Dr. Javier García Tirado.

COORDINADORA
Rosa Arróspide. Comunicación Social. prensa@comz.org www.rosaarrospide.com

CONSEJO DE REDACCIÓN
Dr. Javier García Tirado, Dr. Javier Fuentes, Dr. Alfredo Pérez Lambán, Dra. Belén Lomba, Dr. José Manuel Cardiel, Dr. Juan Calatayud

REDACCIÓN
Rosa Arróspide
Leyre Ruiz

DISEÑO
La Colmena Creativa

FOTOGRAFÍAS
Colegio de Médicos y la colaboración de Chus Marchador. fotografia@chus-marchador.com

PUBLICIDAD
María de Miguel
Tel. 976 388 011.
mrdemiguel@comz.org

EJEMPLARES
1.000

IMPRESIÓN
ARPIRELIEVE,
Gutenberg, 13.
50015 Zaragoza.

Las opiniones vertidas por los columnistas no tienen por qué ser asumidas por la revista. Responderán al derecho de libertad de expresión y al carácter democrático de una institución colegial que

da cobertura a todos y cada uno de sus colegiados independientemente de sus creencias e ideas políticas.



Descarga la edición digital de la revista Aragón Médico escaneando este código QR

editorial

Nuevos Horizontes

D

ecía Bob Dylan que los tiempos están cambiando. Un aforismo eterno, siempre de plena vigencia, porque aún cuando parezca que se detiene el tiempo, en realidad su curso es inexorable. Será por esta razón por lo que nuestras impresiones son de haber pasado dos años anclados por una pandemia, incluso durante unos meses literalmente paralizados, si bien la historia del mundo y la de cada uno de nosotros ha seguido su curso, y desde el ámbito de la Medicina la lucha contra la enfermedad y por la salud de las personas se ha intensificado más, si cabe.

La Medicina, como ciencia de la salud dedicada a la prevención, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que amenazan a la salud humana, ha asumido ese rol que le caracteriza para situarse en la primera línea de batalla frente a la pandemia. Sus raíces robustas, que se nutren de la ciencia y de los dictados éticos que rezuman de los códigos de deontología, están haciendo posible el triunfo sobre la enfermedad. Sin embargo, el efecto de la ley de acción y reacción, principio newtoniano de la física también extrapolable a las dinámicas sociales y económicas, ha conducido inevitablemente a un resquebrajamiento de las estructuras de nuestro sistema sanitario y a una tensión extrema en las relaciones interpersonales médico-paciente.

Las duras secuelas de esta plaga todavía no podemos evaluarlas en su auténtica dimensión. Es mucho lo que nos queda por recomponer tras la embestida pandémica, pero como Colegio de Médicos lo que nos compete esencialmente es mantener la observancia en el desempeño de nuestra profesión desde los referidos preceptos de la ética y el profesionalismo médico como elemento regenerador de la esencial relación médico-paciente. A nadie

“Como Colegio de Médicos lo que nos compete esencialmente es mantener la observancia en el desempeño de nuestra profesión desde los referidos preceptos de la ética y el profesionalismo médico como elemento regenerador de la esencial relación médico-paciente”

pasa desapercibido que para garantizar este cometido, el ejercicio profesional requiere de una dotación adecuada de recursos humanos, y medios tecnológicos y materiales, que desde el Colegio siempre hemos demandado como elemento necesario para el desempeño de nuestro cometido: la salud de la población de forma global, y de cada uno de nuestros pacientes particularmente.

En definitiva, creo que estos nuevos horizontes deberemos afrontarlos desde una deriva positiva del pensamiento lampedusiano: que todo cambie, necesariamente determinado por la convulsa situación que vivimos y las innovaciones tecnológicas y científicas que constantemente se producen, para que todo siga igual, es decir, que se mantenga más viva que nunca la esencia de la Medicina como salvaguarda de la salud humana.

Javier García Tirado
Presidente del Colegio de Médicos de Zaragoza

La pandemia encara su tercer año: hacia la convivencia con un virus que ha dejado más de 430.000 contagios en Aragón

La séptima ola de la Covid-19 fue la más virulenta en la comunidad, que en estos momentos vive una relativa situación de calma con la incidencia a la baja y sin apenas medidas restrictivas.

La posible aparición de nuevas variantes más agresivas mantiene en alerta a los expertos, que instan a no bajar la guardia y continuar protegiendo a los más vulnerables

Ya son más de 27 los meses que llevamos de pandemia, una crisis sanitaria que ha entrado en su tercer año con numerosos cambios con respecto a la estrategia de vigilancia y las medidas de contención. Desde el 14 de marzo de 2020 y hasta día de hoy, los ciudadanos han experimentado acontecimientos tan insólitos como un confinamiento estricto de 100 días de duración, numerosos cierres perimetrales y prohibiciones de movilidad, restricciones de horario en comercios y servicios o toques de queda.

El limitado conocimiento científico de la enfermedad, sumado a la escasez de mascarillas, guantes, EPIS y medios para diagnosticar el virus llevó a los hospitales y los centros de salud a implementar estrategias para minimizar el contagio entre profesionales,

así como a habilitar espacios separados para los sospechosos de covid-19. El aumento de la presión asistencial provocó, además, que determinadas patologías quedaran relegadas a un segundo plano para centrar todos los esfuerzos en la contención del virus. A nivel hospitalario, la actividad y las intervenciones no urgentes se paralizaron y la situación no comenzó a normalizarse hasta meses después.

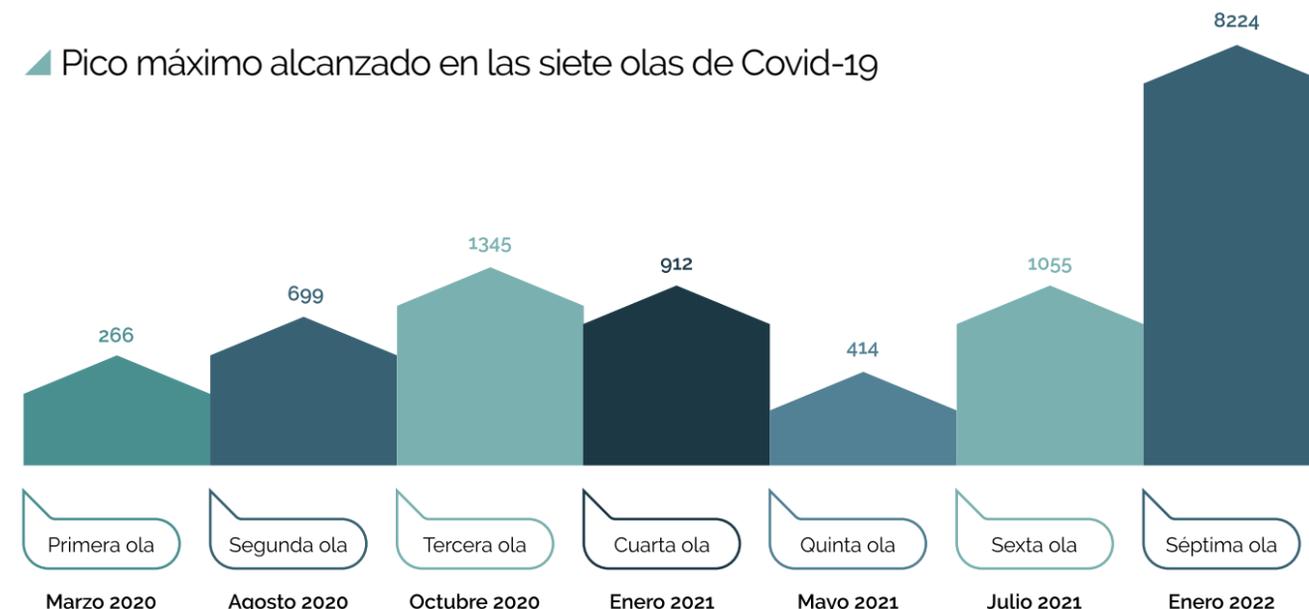
Dos años y tres meses que han pasado factura tanto a los sanitarios – el 45% padecía posibles síntomas de trastorno mental durante la primera ola de la Covid-19, según el estudio 'MINDCOVID' – como a la ciudadanía, ya que el Centro de Investigaciones Sociológicas afirma que el 40% de los españoles han acudido al psicólogo o al psiquiatra por problemas de ansiedad desde el comienzo de la pandemia. Una pandemia que ha marcado un antes y un después en

nuestras vidas y en el sistema sanitario y cuyo final parece estar cerca, aunque nadie se aventura a señalar una fecha concreta.

Entre medias, Aragón ha sufrido hasta siete olas epidémicas. Durante la primera de ellas, en la provincia de Zaragoza llegaron a estar ocupadas 855 camas de hospitalización convencional y otras 134 de cuidados intensivos. Por aquel entonces, debido a la escasez de test tan solo se diagnosticaban los casos más graves, lo que impidió conocer con exactitud la incidencia del virus en un primer momento.

La séptima fue la más larga, la que acumuló más contagios y la que batió todos los récords en la región por la alta capacidad de transmisión de la variante Ómicron. Esto, unido a que coincidió con las celebraciones navideñas, hizo que se llegaran a alcanzar los 8.224 casos al día en el punto más álgido de la ola.

▲ Pico máximo alcanzado en las siete olas de Covid-19



Hasta el momento, a fecha de principios de junio, la Covid-19 ha dejado en la comunidad más de 430.000 casos confirmados, lo que se traduce en 32.281 casos confirmados por cada 100.000 habitantes, según datos del Gobierno de Aragón. La cifra más triste, como siempre, es la de los fallecimientos, con 4.791 defunciones notificadas desde el comienzo de la pandemia.

En cuanto a la vacunación, que continúa siendo la mejor arma para luchar contra el virus, se han administrado un total de 2.873.214, de ellas 1.083.226 corresponden a segundas dosis y 631.861 a terceras. Esto significa que más de un 90% de las personas mayores de 5 años han recibido al menos un pinchazo en Aragón, y un 89,99% tie-

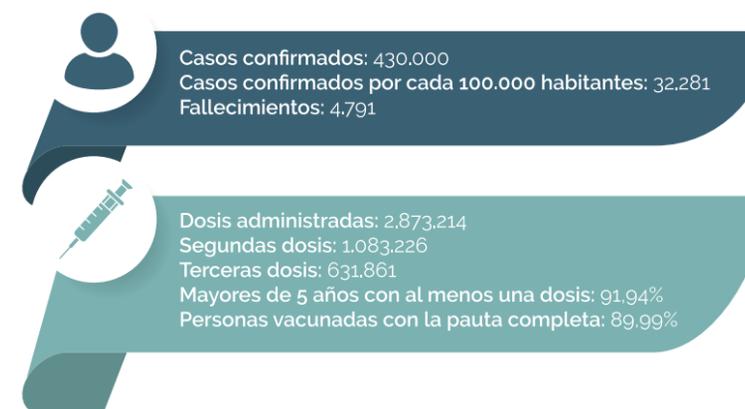
ne la pauta completa de vacunación.

La situación actual de la pandemia continúa siendo muy variable, con jornadas en la que apenas se reportan casos y días, como el pasado 5 de mayo, en los que se notificaron más de 700 contagios. No obstante, la situación de los hospitales en estos momentos poco tiene que ver con la de periodos anteriores: a principios de junio, alrededor de 160 personas permanecían ingresadas en la provincia de Zaragoza, una decena de ellas en las unidades de críticos.

La incidencia parece controlada y los expertos consideran que la pandemia está encarando una nueva fase: la de la normalización. Con todo, coinciden en que la erradicación de la Covid-19

será prácticamente imposible y que el virus continúa entrañando algunos peligros.

Y es que, pese a que el mundo mira de reojo la evolución de la recién aparecida viruela del mono, todavía hay que centrar los esfuerzos en la protección de los más vulnerables y prestar atención a amenazas como la disminución de la inmunidad de la población o la aparición de nuevas variantes más agresivas. En este sentido, el Fondo de Acceso Global para Vacunas Covid-19 (COVAX) advierte de que pese a haber llevado a cabo una campaña de vacunación mundial sin precedentes, las desigualdades entre los países de ingresos bajos y altos aumentan el riesgo de aparición de nuevas variantes del virus potencialmente más peligrosas.

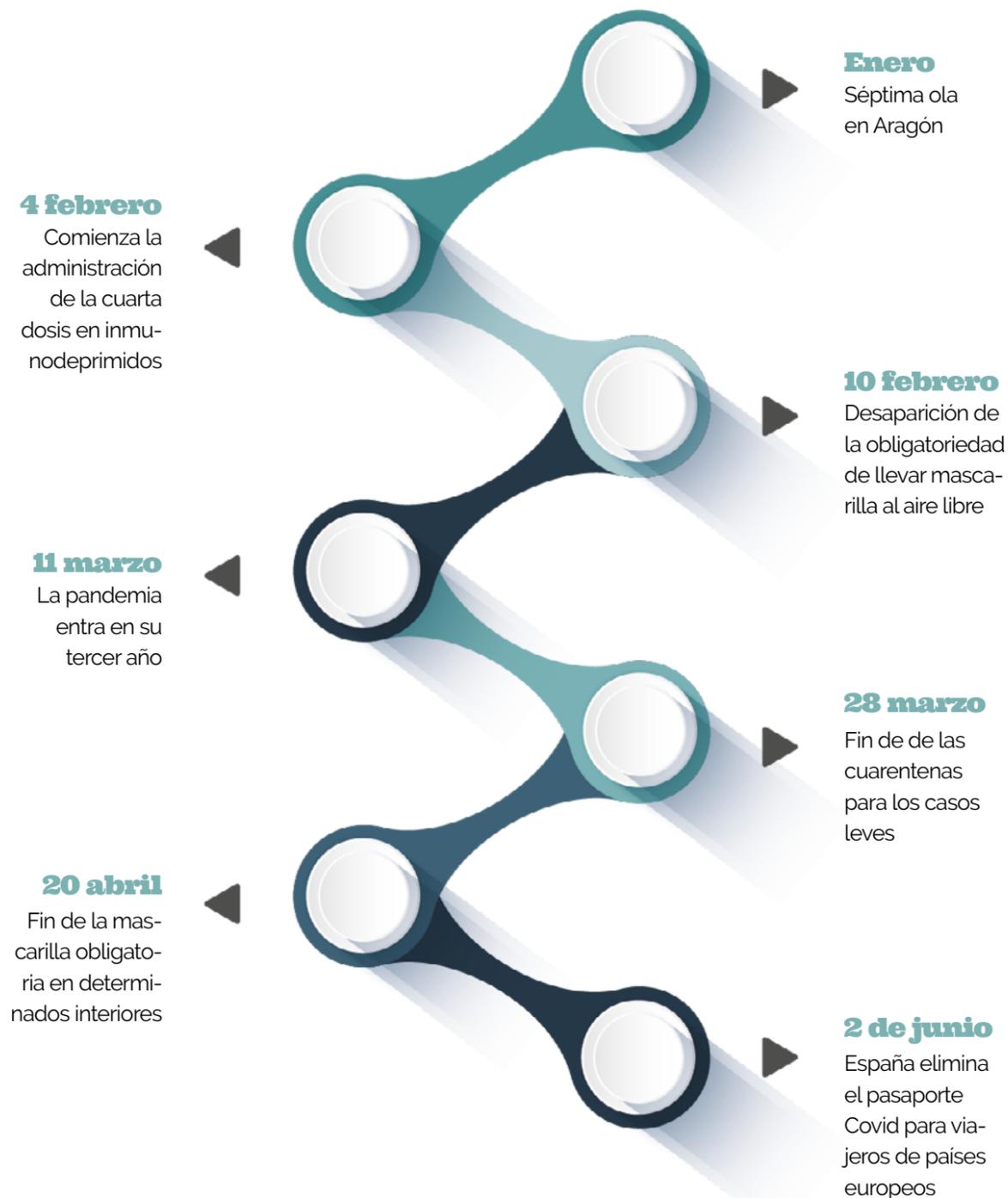


Solo el 16% de los habitantes de países de ingresos bajos han recibido una única dosis de la vacuna.

Fuente: COVAX



▲ Hitos 2022



¿Qué podemos esperar a partir de ahora?

Los próximos meses se afrontan con algo más de tranquilidad que en años anteriores al contar con el 90% de la población vacunada y la subida de las temperaturas, lo que propicia una mayor actividad social al aire libre. Con las restricciones, limitaciones y medidas de protección en descenso, parece claro que habrá que acostumbrarse a convivir con el virus. De hecho, el escenario más probable, de acuerdo con los expertos, es que la Covid-19 se convierta en un virus

respiratorio más, puesto que no creen que el virus pueda erradicarse a corto plazo.

Una postura que apoya la Organización Mundial de la Salud, muy crítica con la política 'covid cero' de algunos países como China al considerar que no es una estrategia "sostenible" teniendo en cuenta el comportamiento del virus. Así, la OMS es partidaria de equilibrar las medidas de control con el impacto en

la sociedad y el impacto que tienen en la economía. Eso sí, advirtiendo a la población de que la pandemia todavía no ha terminado y que convivir con el virus no significa otorgarle total libertad.

En lo que también coinciden los expertos es en que vendrán más pandemias, y que el mundo debe estar preparado para afrontarlas. Solo invirtiendo en salud global y salud pública podrán abordarse de una manera más eficaz.

▲ Claves para prevenir y afrontar futuras pandemias



Decisiones basadas en el conocimiento científico



Comunicar con claridad las decisiones y medidas adoptadas



Acabar con la visión reduccionista de la salud



Mayor concienciación sobre la salud planetaria



Apoyar la investigación transdisciplinar



Desarrollar sistemas de vigilancia europeos y globales

La vocación y el sacrificio de los médicos se unen en una campaña en defensa de la profesión

▲ Con 'Médicos con vocación', el Colegio de Médicos de Zaragoza busca poner en valor el trabajo de los profesionales de la medicina para fortalecer la relación entre médicos y pacientes

▲ Un total de once profesionales médicos del sistema aragonés de salud han participado en esta campaña, que ha podido verse en televisión y en autobuses urbanos

A finales de mayo, coincidiendo con el inicio de la celebración de la Semana Colegial, vio la luz la campaña #MédicosConVocación. Con ella, el Colegio de Médicos de Zaragoza busca recordar a la ciudadanía el papel que siempre han tenido los profesionales de la medicina en su dedicación al diagnóstico y tratamiento de las personas con enfermedad, y al cuidado de la salud de la población.

Un total de once profesionales médicos del sistema aragonés de salud han participado en la campaña en representación de la totalidad de los médicos que ejercen en la provincia de Zaragoza. Para todos ellos, sus pacientes son lo primero,



Presentación en rueda de prensa de la campaña 'Médicos con vocación'.



Puedes ver el vídeo completo de la campaña escaneando el código QR

independientemente del lugar en el que desarrollan su labor, ya sea en el ámbito público o en el privado; en los hospitales o en los centros de salud; en una gran ciudad o en un pequeño pueblo; en empresas, instituciones penitenciarias, en los servicios de Bomberos, detrás de un teléfono de emergencias o en las unidades militares.

La campaña es una forma de homenajear a todos los médicos, que en los últimos años, debido a la Covid-19, han sufrido una brutal sobrecarga laboral, psicológica y física. A este exceso de trabajo se ha sumado el deterioro de la relación entre los profesionales y sus pacientes. Un deterioro motivado, en buena parte, por la restricción de la presencialidad, la demora de las citas y el aumento de las listas de espera por la limitación de recursos humanos y materiales.

Cada uno de los planos, imágenes y palabras que conforman esta acción están pensados para concienciar a la sociedad sobre la labor de los facultativos, cuyo objetivo final no es otro que ayudar y acompañar a sus pacientes. La campaña hace hincapié en distintos aspectos como la vocación, la responsabilidad social o la formación que reciben los médicos, un proceso de aprendizaje que les acompaña durante toda la vida para mantener sus conocimientos actualizados. Facetas de su día a día que algunos ciudadanos desconocen, y que 'Médicos con vocación' se ha propuesto acercarles.

Hablamos con alguno de los protagonistas de la campaña 'Médicos con Vocación'

Un ejemplo de ello es la labor de los intensivistas, que hasta la irrupción de la pandemia había pasado en cierto modo desapercibida ante la opinión pública. "Por suerte o por desgracia, creo que la Covid-19 nos ha hecho más visibles y ha mejorado la percepción que tenían sobre nosotros", considera el Dr. Pablo Ruiz de Gopegui, intensivista de la UCI Polivalente del Hospital Miguel Servet y uno de los rostros visibles de la campaña. En este sentido, Ruiz afirma que los pacientes reconocen el esfuerzo de quienes trabajan en las UCI "cuando lo viven". "Las familias se sorprenden por el volumen de trabajo y dedicación que hay en el día a día", continúa.

Para la Dra. Noemí Lambán, especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica de HLA Montpellier, los pacientes sí son conscientes del esfuerzo que realizan los médicos en sus labores diarias, aunque a veces lo olvidan con

facilidad. "Hoy en día todo pasa muy rápido. Antes nadie dudaba del respeto hacia colectivos fundamentales como los maestros, la policía, los médicos o los jueces. Hoy día hay gente que lo pone en duda porque ya no se valora tanto el esfuerzo y la responsabilidad que conllevan ciertos trabajos", considera.

En el mismo sentido se manifiesta la Dra. Elena Aguirre Ortega, especialista en Oncología del Hospital Quirón de Zaragoza, que cree que solo una pequeña parte de la sociedad es consciente de todo lo que ha supuesto para la profesión médica la pandemia y su compromiso con los pacientes. "Mucha gente sabe cuándo ha de quejarse de una actuación médica, pero no cuándo tiene que agradecer o valorar lo que realmente tiene", señala.

Sobre este asunto, la Dra. Rebeca Ariza, médico de Atención Primaria en el Centro de Salud de Valdespartera, cree

que el deterioro de la relación con los pacientes se ha debido a la telemedicina, introducida sin previo aviso debido a las circunstancias, y a la demora de las agendas y las listas de espera. "Es ahora cuando nos estamos encontrando con todas las consecuencias de estos dos años de retraso provocados por la pandemia", apunta.

Con todo, los médicos continúan dando lo mejor de sí para prestar la mejor asistencia y reforzar esa relación que, como cualquier relación humana, debe estar basada en la empatía, la comprensión y el respeto mutuo.

También en la habilidad de saber escuchar: "Para algunos pacientes hemos sido una válvula de escape con la que han podido compartir sus situaciones familiares, laborales... Aún hoy día nos comentan lo mal que lo han pasado y nos preguntan qué va a pasar en el futuro", comenta la Dra. Lambán.



Ser médico: vocación, responsabilidad y calidad humana

Y es que, ser médico es mucho más que una profesión para la que hacen falta duros años de estudio y sacrificio, es un modo de vida: "Es una forma de relacionarme con las personas y dedicar mis aptitudes a ayudar a los demás; una manera de devolver lo que la vida me ha dado a quienes me rodean", señala el Dr. Ruiz.

Una profesión llena de momentos especiales, salpicada de otros que ponen a prueba la capacidad de los facultativos: "Por un lado, la medicina te permite unos privilegios como conocer a gente que se abre a ti nada más entrar en la consulta, o que te agradece tu trabajo haciéndote sentir muy reconfortado. Por otro, te pone en situaciones límite como por ejemplo cuando una cirugía se complica, y en las que desearías desaparecer, pero no puedes", apunta la Dra. Lambán. "Vemos cosas muy duras, pero seguimos estando ahí. Hay que tener una verdadera vocación por esta profesión para poder llegar a ejercerla plenamente", añade la Dra. Ariza.

Una profesión en la que, además de las aptitudes y el conocimiento científico, debe primar la calidad humana: "Ser médico significa estar pendiente del cuidado de alguien que necesita tu ayuda. En particular, ser médico de un enfer-

mo con cáncer significa apoyar no solo científica sino también humanamente a alguien que está luchando contra una enfermedad de especial gravedad", considera la Dra. Aguirre.

"Hay que tener una verdadera vocación por esta profesión para poder llegar a ejercerla plenamente"



en portada

En palabras de sus protagonistas:

“La campaña me ha hecho parar un momento y recordarme a mí misma dónde estoy y para qué sirve mi trabajo, ya que en el día a día a veces puedes perder la perspectiva por la presión asistencial y olvidarte de las cosas importantes”

Dra. Noemí Lambán



“Me siento arropada por mis pacientes. Estamos intentando que la relación con ellos sea igual o mejor que la que había antes. Estoy segura de que la situación se reconducirá”



Dra. Rebeca Ariza

“Ha sido un honor, estoy muy agradecido de poder representar al resto de colegas médicos de Zaragoza, que comparten y tienen la misma vocación que yo”

Dr. Pablo Ruiz de Gopegui



“Creo que la opinión sobre el colectivo médico, al menos en la época más aguda de la pandemia, ha mejorado. Acciones como esta ayudan a mejorar tanto nuestra imagen como nuestra relación con el paciente”



Dra. Elena Aguirre Ortega



en portada

Luces, cámara y... acción!



Detrás de ‘Médicos con vocación’ se esconde un laborioso proceso de producción en el que han participado guionistas, cámaras, fotógrafos, editores y realizadores. Durante la grabación de la campaña, el equipo tuvo la oportunidad de conocer desde dentro cómo es el día a día en una unidad de cuidados intensivos, un centro de salud de barrio e incluso un quirófano, con bata, gorro y calzas incluidas. También pudieron experimentar el ajetreo constante que se vive en un parque de bomberos, donde las sirenas de emergencia pueden sonar en cualquier momento.

Fue una jornada intensa de trabajo buscando los mejores escenarios, la luz más adecuada, el plano más representativo... Y todo ello de manera casi invisible, procurando transitar los pasillos de puntillas para evitar causar molestias a quienes se dejan la piel trabajando en estos espacios y a sus pacientes.

“

“Lo más importante que pueden aprender los jóvenes de los mayores es a tener paciencia”

Nada hubiera sido posible sin la buena disposición de quienes dedicaron un pedazo de su tiempo a posar ante las cámaras para construir una campaña que busca que todos los médicos de la provincia se sientan representados de una manera u otra. “Ha sido todo un orgullo poder formar parte de esto, todos lo hemos hecho con mucho cariño y, además, la campaña ha quedado genial”, dice orgullosa la Dra. Ariza, recogiendo el sentir del resto de participantes.

Nos hubiera encantado poder mostrar las caras de los 7900 colegiados/as que tenemos en el COMZ, pero por motivos evidentes ha sido imposible. Pero, eso sí, esta campaña está pensada para mostrar que cada uno de nuestros colegiados/as son ‘Médicos con Vocación’.

La campaña se ha llevado a cabo con la colaboración de Mapfre, Asisa, Mutual Médica, Quirón Salud, Clínica del Pilar y HLA Montpellier y el Ayuntamiento de Zaragoza.

Vuelve la fiesta de los médicos tras dos años marcados por la pandemia

Después de más de dos años sin celebrar un multitudinario Día del Colegiado, el Colegio de Médicos de Zaragoza disfrutó por todo lo alto de su día grande, que puso el broche final a la Semana Colegial

Tras más de dos años marcados por la limitación de los encuentros, el Colegio de Médicos de Zaragoza pudo, por fin, retomar la celebración de su día grande, el Día del Colegiado. La ceremonia, que contó con un importante número de asistentes, adquirió un significado especial por ser la primera que se celebraba desde el año 2019 en condiciones similares a las de la antigua normalidad.

El acto institucional, al que asistió la Consejera de Sanidad del Gobierno de Aragón, Sira Repollés, puso el broche final a la primera Semana Colegial del COMZ. También estuvieron presentes el presidente del Colegio de Médicos de Zaragoza, Javier García Tirado; el rector de la Universidad de Zaragoza, Juan Antonio Mayoral; y el presidente de la Real Academia de Medicina de Zaragoza, Luis Miguel Tobajas, entre otros.

El acto sirvió para reivindicar la profesión, "la más bonita de aquellas que existen", según indicó el presidente del COMZ Javier García Tirado, así como el importante papel de la Atención Primaria. Para ello, se proyectó ante el público el vídeo de la campaña 'Médicos con vocación', que busca poner en valor la figura del médico, su formación continua y su compromiso con los pacientes.

Durante el Día del Colegiado se entregaron los máximos galardones de la

La institución colegial hizo entrega de sus becas, ayudas y máximos galardones y aprovechó para reivindicar el papel de los médicos y de la Atención Primaria

institución a la Dra. Isabel Calvo Cebrero, que recibió el Premio Mutual Médica a la 'Trayectoria Profesional año 2021'; al Dr. Francisco Javier Castillo, que fue reconocido con el premio 'Colegiado de Honor año 2021'; y al Dr. Héctor Vallés Varela, que fue nombrado 'Colegiado de Honor año 2022'. Todos ellos, visiblemente emocionados en sus discursos, agradecieron tales reconocimientos e hicieron un breve repaso por su trayectoria, recordando el apoyo de familiares y amigos.

El premio al 'Equipo Médico Más Distinguido de los años 2020 y 2021' recayó sobre el Colectivo Médico del Colegio de Médicos de Zaragoza del área de

Atención Primaria, en homenaje por su abnegada y desinteresada labor desde el inicio de la pandemia. En representación de todos ellos, subieron a recoger el galardón el Dr. Andrés Ollero Ortigas y la Dra. Sara De Gracia, los médicos de Atención Primaria con más y menos edad que ejercen la profesión en la provincia de Zaragoza.

Asimismo, se hizo entrega de las becas de formación e investigación, así como de las ayudas a proyectos de cooperación y a los proyectos de las sociedades científicas que otorga el Colegio de Médicos de Zaragoza.

Proyectos de cooperación y desarrollo:

ONG Phileos: 'Desarrollo de un centro quirúrgico para la atención especializada en la localidad de Lagonoy, Camarines Sur, República de Filipinas'.

ONG Aduya y Fundación Mainel: 'Nutrición familiar como medio para impulsar la reactivación social en el municipio de Quetzaltenango, Guatemala'

ONG Juan Ciudad: 'Garantizando el derecho a la atención sanitaria de calidad en la población del área de influencia del Hospital Saint John of God de Amrahia, Ghana'.

Becas:

María José Arche Banzo: Rotación externa en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid

Borja Arias del Peso: Rotación externa en el Instituto Clínico Oftalmológico de Barcelona

María Cerrolaza Pascual: Rotación externa en el Centro Antoine Lacassagne, Institut Méditerranéen de Protonthérapie en Niza

Juan Francisco Cueva Recalde: Tesis doctoral

Rocío Gallego Sobrino: Rotación externa en el Hospital de Taipei, Taiwan

Juan Hidalgo Sanz: Ampliación de conocimientos en el Hospital Lilongwe, Malawi

Javier Jimeno Sánchez: Ampliación de conocimientos en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid

Laura López Pingarrón: Ampliación de conocimientos en el extranjero, Universidad de Porto, Portugal

Jorge Melero Polo: Rotación externa en el Hospital Virgen de las Nieves de Granada

Juan Monte Serrano: Rotación externa

en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid
Alba Navarro Bielsa: Rotación externa en el Hospital Gral. Universitario de Alicante

Juan Ramón y Cajal: Rotación externa en la Fundación Jiménez Díaz de Madrid

Helena Rendón Fernández: Rotación externa en el Hospital del Mar de Barcelona

María del Mar Rivas Estepa: Rotación externa en el Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla

Ernesto Sánchez Llanos: Rotación externa en el Centro Antoine Lacassagne, Institut Méditerranéen de Protonthérapie en Niza

Jorge Sánchez-Monroy: Rotación externa en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid

Almudena Sobrino Prados: Rotación externa en el Instituto de Anatomía Patología de Tübingen, Alemania

Yaiza Tormo Sempere: Rotación externa en el Hospital de La Fe de Valencia

David Vaquero Puyuelo: Rotación externa en el Hospital Benito Menni de Salud Mental en Barcelona

María José Vicente Altabás: Ampliación de conocimientos en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid

Proyectos de sociedades científicas:

Sociedad Aragonesa de Anticoncepción: Campaña de prevención de embarazos no deseados en adolescentes residentes en Zaragoza

Sociedad Aragonesa de Cardiología: Campaña divulgativa 'El corazón de las mujeres'

Sociedad Aragonesa de Cuidados Paliativos - CUSIRAR: Jornada con motivo del Día Mundial de los Cuidados Paliativos

Sociedad Aragonesa de Medicina Familiar y Comunitaria - SAMFYC: Cris-tóbal APP salud en conductores

Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias - SEMES Aragón: Divulgación de las técnicas de la RCP Básica a la Población en General en el Día Mundial del Paro Cardíaco

Asociación de Oncología Radioterápica de Aragón - ASORA: Día internacional de la Oncología Radioterápica. Encuentro Pacientes-Profesionales

SEMERGEN Aragón: Salvando vidas en el medio rural

Sociedad Aragonesa de Neurocirugía - SANEC: Formación y difusión del Plan de Atención al Ictus Hemorrágico

Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia - SEMG Aragón: ODS 3: Salva Vidas 2022

Asociación Aragonesa de Atención Primaria - ARAPAP: XVI Jornadas Aragonesas ARAPAP / XII Encuentro MIR Pediatría- Pediatras Atención Primaria

Sociedad Aragonesa de Aparato Respiratorio - SADAR Curso: Puesta en marcha para Residentes

Sociedad Aragonesa de Educación Médica - SADEM: Jornada SADEM

Sociedad Aragonesa de Oftalmología: Jornada de Actualización en Patología de los Párpados

Sociedad Aragonesa de Otorrinolaringología - SAORL: LIII Reunión de Otoño de la SAORL

Sociedad Aragonesa de Radiología: Cursos de actualización en Radiología 2022

Sociedad Aragonesa Riojana de Psiquiatría - SARP: XXII Jornada de la SARP

Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria - SPARS: Reuniones científicas entre facultativos 7 Reunión conjunta con otras SSCC / Boletines cuatrimestrales SPARS

Asociación de Ginecología y Obstetricia Aragonesa - AGOA: Actividad formativa y divulgativa AGOA



Los doctores galardonados por el Colegio de Médicos de Zaragoza.



Dr. Héctor Vallés Varela

Premio Colegiado de Honor 2022

▲ “Parecía imposible que un ingenio electrónico implantado en lo más profundo del oído fuera capaz de devolver la audición”

Doctor en Medicina, Especialista en Otorrinolaringología, Profesor Titular de la Universidad de Zaragoza y Jefe de Servicio de Otorrinolaringología del Hospital Clínico Universitario de Zaragoza. En 1995 llevó a cabo el primer implante coclear en Aragón. En 2002 recibió el premio Equipo Emérito del Colegio de Médicos de Zaragoza por la organización del Programa de Implantes Cocleares de la Comunidad Autónoma de Aragón. Además es miembro de número de la Real Academia de Medicina de Zaragoza y Académico correspondiente de la Real Academia Nacional de Medicina. Ahora, la institución colegial lo reconoce con el galardón al Colegiado de Honor 2022.

Recibe el premio al Colegiado de Honor 2022 que otorga el Colegio de Médicos de Zaragoza, ¿qué sintió cuando se lo comunicaron?

La sorpresa de haber sido galardonado entre colegas más valiosos y prestigiosos. Mi trabajo no merecía este reconocimiento, pues tengo la sensación de que únicamente he cumplido con mi deber. Además, supone un gran motivo de emoción y orgullo tras toda una vida dedicada a una profesión que me ha enamorado y a la que he dado lo mejor de mí.

Ha disfrutado de seis estancias en el extranjero, en ciudades como Burdeos, París, Nueva York o Londres, ¿qué le aportaron?

Además de aprender que nuestra sanidad era mejor que muchas otras, las diversas estancias realizadas me sirvieron de inspiración para la iniciación de numerosas líneas de trabajo e investigación. Unas resultaron más fructíferas

que otras pero, en cualquiera de los casos, me apasionaron, supusieron un reto y algunas de ellas alcanzaron una gran repercusión: más de 600 aragoneses recuperaron su audición gracias a la realización del implante coclear en Aragón, técnica de la que fui precursor.

Además de ese primer implante coclear de Aragón, fue pionero en la utilización de técnicas quirúrgicas como la cirugía láser, la cirugía parcial de laringe... ¿Qué suponen estos hitos para usted?

Hubo otros muchos proyectos, como el trasplante de oído, que tras mucho esfuerzo y trabajo resultaron baldíos. Al final, tanto los exitosos como los que lo fueron menos me enriquecieron como persona y como profesional. Cuando voy por la calle y distingo a un ser humano que es portador de un implante coclear, no puedo evitar pensar que todos los esfuerzos realizados estuvieron justificados, y que ese hombre que oye y habla normalmente, lo hace porque yo lo conseguí.

¿Cómo ha evolucionado la Otorrinolaringología desde entonces?

Obtuve el nombramiento de Alumno Interno Pensionado de la Cátedra de Otorrinolaringología cuando era muy joven y tuve el privilegio de convertirme en Jefe del Equipo Asistencial que me formó. Deseo agradecer, desde estas líneas, la paciencia y la comprensión de todos aquellos a los que dirigí y que eran mucho mejores que yo. Durante estos 50 años de dedicación he vivido el reto de transformar la Otorrinolaringología del siglo XIX y principios del XX en una dedicación naciente en estos comienzos del siglo XXI, con avances que nunca hubiera imaginado.

En Aragón se realizan alrededor de 40 implantes cocleares cada año, ¿qué siente al devolver la audición a aquellos que no la tienen?

La sensación inicial fue de incredulidad, porque parecía imposible que un ingenio electrónico implantado en lo más profundo del oído fuera capaz de devolver



ver la audición a un ser humano que no la tenía. Más tarde, lo empecé a aceptar como algo natural y posible, aunque quizá con la pequeña desilusión de no poder curar absolutamente todos los casos de sordera.

Compaginaba su labor como Otorrinolaringólogo con la de Profesor Titular en la Universidad de Zaragoza, ¿qué ha podido aprender de sus alumnos en estos años?

Prácticamente todo. El contacto con la juventud me ha mantenido joven y renovado. Tras tantos años de dedicación a la docencia me siento recompensado por el reconocimiento de muchos colegiados que me recuerdan de mí como profesor y que se acuerdan de mí como parte de su proceso formativo.

¿Cuál es la situación más difícil que le ha tocado vivir como médico? ¿Y la más gratificante?

Lo más difícil ha sido la sensación de impotencia ante el hecho inexorable de

la muerte de los pacientes. Tengo grabados en mi alma a aquellos pacientes a los que no puede ayudar y a aquellos otros a los que mi ayuda resultó infructuosa. Respecto a la sensación más gratificante, además de la curación de mis semejantes, ha sido el reconocimiento de muchos Otorrinolaringólogos a los que he contribuido a formar.

¿Qué consejo le hubiera gustado que le hubieran dado cuando empezó como médico?

Que la medicina no es algo estático, que no es un conjunto de asignaturas, que no es una ciencia estable e inamovible y que hay que construirla día a día, con la dedicación y la experiencia humilde del hombre que, con sus limitaciones, se enfrenta a la enfermedad y a la muerte con toda su pequeñez y emoción.

He estado toda una vida dedicado a una profesión que me ha enamorado y a la que he dado lo mejor de mí.



“La medicina no es algo estático, hay que construirla día a día”

“Ir abriendo camino fue muy gratificante, pero también muy costoso”

Premio Mutual Médica a la trayectoria profesional
Dra. Isabel Calvo Cebollero

El premio Mutual Médica de la Trayectoria Profesional del COMZ recayó sobre la Dra. Isabel Calvo Cebollero, que ostentó los cargos de Jefa de la Unidad de Hemodinámica y Cardiología Intervencionista y Jefa del Servicio de Cardiología del Hospital Universitario Miguel Servet. Pionera en el mundo de la hemodinámica, la Dra. Calvo impulsó el Programa Tratamiento de Revascularización del Infarto Agudo de Miocardio en Aragón (TRIAMAR), el Programa Aragonés de Mujer y Corazón (PAMYC) y Parques con Corazón. Además, presidió la Sociedad Aragonesa de Cardiología y la Fundación Aragonesa del Corazón.

“

“Siempre había pensado estudiar Matemáticas, pero luego decidí que no quería dedicar mi vida a algo tan frío”

“La prevención es fundamental, ya que un 80% de las enfermedades cardiovasculares se podrían evitar”

¿Qué sintió cuando le notificaron que iba a recibir el premio Mutual Médica de la Trayectoria Profesional del COMZ?

Cuando me lo comunicaron estaba con Covid-19, y me hizo una ilusión tremenda. Se me puso un nudo en la garganta y tuve ganas de llorar. Después de todo lo que has pasado y todos los años que has estado dejándote la piel, cuando dejas de trabajar te queda una sensación agri dulce. El recibir un reconocimiento así por parte de la profesión es inmensamente gratificante.

¿Cómo empezó a interesarse en el mundo de la medicina?

Fue puramente vocacional, y fui la primera de mi familia que llegó a la universidad. Toda la vida había pensado hacer matemáticas, pero cuando llegué a Pre-

universitario empecé a dudar: no sabía si quería dedicarme a algo tan frío y decidí que la medicina era la mejor alternativa porque me podía permitir trabajar de forma más cercana en mejorar la vida de la gente.

¿Qué momento destacaría de su carrera?

Todo lo que tiene que ver con el tratamiento del infarto. En 1996, la Dra. Carmen Alonso, pionera y primera mujer hemodinamista de Aragón, y yo empezamos a hacer en Zaragoza angioplastias del infarto, impulsamos junto con el Dr. Peleato y conseguimos en 2005 la puesta en marcha de la red TRIAMAR (Tratamiento de Revascularización del

Infarto Agudo de Miocardio en Aragón) junto al Hospital Clínico de Zaragoza, una red en la que por primera vez estaban integrados para el tratamiento del infarto agudo de miocardio todos los niveles asistenciales en las tres provincias. Diez años después, en 2015, se priorizó por fin la angioplastia primaria como primera opción de tratamiento en el Código Infarto Aragón (TRIAMAR 2) del que fui la primera Coordinadora e impulsora junto al Dr. Ruiz Arroyo, Jefe de Servicio del HCU.

Se le considera una pionera en el mundo de la hemodinámica...

Fui una de las cinco primeras mujeres hemodinámicas que había en España y la primera mujer jefa de servicio de Cardiología de un gran hospital del Sistema Nacional de Salud de España. Desde allí traté de impulsar todas las unidades de cardiología del servicio en su conjunto para que se convirtieran en una referencia, como la Unidad de Ecocardiografía e Imagen cardiaca, la Unidad de Insuficiencia Cardiaca con el primer Hospital de Día, la Rehabilitación Cardiaca puesta en marcha en el Hospital Provincial... En 2014, con el Dr. Asso también conseguimos reestructurar totalmente la Unidad de Arritmias renovando la infraestructura para poder incorporar las últimas técnicas, y en este momento es una referencia internacional. Ir abriendo camino fue muy gratificante, pero también muy costoso.

¿Qué otras técnicas fueron importantes para el campo de la cardiología?

El intervencionismo estructural realizado en Hemodinámica en niños y adul-

tos fue un avance impresionante. Los implantes de válvulas aórticas percutáneas fueron fundamentales y se han ido incorporando poco a poco junto a otras técnicas complementarias, aunque también fue muy costoso incorporarlos porque requerían de un personal muy formado. El primero que se realizó en Aragón fue en 2012 de la mano del Dr. José Antonio Diarte y fue todo un hito. Ahora ya van por el implante 400.

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en España, ¿se podría revertir de alguna manera esta situación?

Lo fundamental es la prevención, ya que un 80% de las enfermedades cardiovasculares se podrían evitar. Además, es necesaria una mayor concienciación so-

bre la importancia de las enfermedades cardiovasculares entre las mujeres.

Este es un asunto que le ha preocupado especialmente durante su trayectoria...

Cuando empezamos a realizar las primeras angioplastias, vimos que las mujeres que llegaban a la sala de hemodinámica habían reconocido mal sus síntomas o se los habían reconocido mal. Si le duele el pecho a un hombre todo el mundo piensa que es un infarto, pero a una mujer se le asocia a otras causas como la ansiedad. De hecho, a muchas de las mujeres que llegaban al hospital con una coronaria taponada se les había dado como primer tratamiento un orfidal. Siempre he pensado que había que hacer algo para sensibilizar a los compa-

ñeros, a la mujer y a la sociedad en general sobre estas enfermedades. Y es que, la mortalidad de las mujeres en caso de infarto es el doble que en los hombres.

¿Cómo lleva la jubilación?

He trabajado durante tanto tiempo y en tantas áreas que llega un momento en el que tienes la sensación de que has completado un ciclo. Empiezas a pensar que la vida que te quede mientras tengas salud quieres dedicarla a otras cosas que nunca habías podido hacer: tengo un huerto, hago teatro, disfruto de mis nietos... Aunque sigo muy conectada a la medicina, ya que a lo largo de estos años he tratado a muchos pacientes, algunos de los cuales se han convertido en amigos.





“A los futuros médicos les diría que nunca pierdan la ilusión y que no olviden que el centro de su tarea es siempre el paciente”

Premio Colegiado de Honor 2021.
Dr. Francisco Javier Castillo García

Licenciado (1976) y doctor en Medicina y Cirugía (1982), Catedrático de Microbiología en la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza, el Dr. Francisco Javier Castillo es el primer médico de su familia. Además, fue Vicedecano y Decano de la Facultad de Medicina y ostenta el cargo de Asesor

del Rector para Ciencias de la Salud. Ha desarrollado toda su carrera profesional en el Hospital Clínico, compaginando su labor en la enseñanza con la asistencia y la investigación en Microbiología, poniendo el foco en asuntos como la resistencia bacteriana a los antibióticos.

▲ “Estar en contacto con los alumnos es muy estimulante; son una fuente permanente de inquietudes y perfeccionamiento”

Recibe el premio Colegiado de Honor 2021 del Colegio de Médicos, ¿qué supone para usted este reconocimiento?

Es un honor, creo que inmerecido, que supone una enorme satisfacción. Es un reconocimiento de los propios compañeros y de la junta del Colegio de Médicos de Zaragoza, que siempre me ha tenido mucha estima. Estoy halagado, no me lo esperaba en absoluto.

¿Cómo surgió su interés por la Microbiología?

Nació ligado a la persona del profesor Rafael Gómez-Lus, porque cuando acabé primero de Medicina intenté entrar interno en alguna cátedra y la que más me atraía era la de Microbiología. Rafael, en todo lo que hacía, ponía un entusiasmo y calor especial.

Desde muy joven ha estado ligado a la docencia, ¿qué le ha aportado estar más de cuatro décadas en el mundo de la enseñanza?

Mi vocación es doble. La faceta asistencial es una parte muy importante de mi tarea y nunca he querido dejarla. Además, para mí ha sido extraordinariamente gratificante la universidad; desde el principio tuve claro que tenía que esforzarme por transmitir mis conocimientos de la mejor forma posible. Mantener el contacto con los alumnos es muy estimulante, son una fuente permanente de inquietudes y perfec-

cionamiento. De la universidad he recibido siempre lo mejor, nunca me ha defraudado.

Además, ha desempeñado otros cargos en la Universidad...

El equipo de Luis Franco, Decano de Medicina, me llamó para formar parte del mismo. Posteriormente, formé parte del de Dolores Serrat como Vicedecano y fui luego elegido Decano durante dos mandatos. En estos momentos soy Asesor del Rector para Ciencias de la Salud.

También participa y dirige proyectos de investigación sobre bases genéticas y mecanismos bioquímicos de resistencia bacteriana a antimicrobianos...

Nos ocupamos de estudiar los microorganismos que producen infecciones que son más difíciles de tratar porque tienen resistencia a diferentes antibióticos. Estudiamos cuáles son los mecanismos que hay detrás de esa resistencia con el fin de vigilar su aparición e introducir medidas correctoras.

¿Serán las bacterias resistentes a los antibióticos las responsables de futuras pandemias?

La pandemia actual ha venido a poner sobre el tapete la importancia de las enfermedades infecciosas. Las bacterias tienen una versatilidad enorme para evolucionar y han demostrado

que tienen capacidad para hacerse resistentes y sobrevivir. Hay que conservar y utilizar bien los antibióticos que tenemos, puesto que son esenciales y estratégicos. La medicina moderna que hacemos no se entiende sin ellos: si eso falla, falla todo lo demás. Hay una gran inquietud. Nos ha costado mucho concienciar a los políticos y a la población en general sobre el tema, pero parece que se está consiguiendo.

¿Con qué experiencia de su vida profesional se quedaría si tuviese que elegir?

Lograr establecerme como profesor titular vinculado fue la culminación de un deseo muy arraigado, el comienzo de un camino en el que hay una tarea desafiante que cumplir. A nivel personal me marcó mucho el infarto que tuve con 44 años. De pronto te das cuenta de que has estado a punto de perderlo todo y eso me llevó a hacer una reflexión de lo que era mi vida y de hacia dónde y cómo tenía que ir.

¿Algún consejo para los futuros profesionales de la medicina que puedan estar leyendo estas líneas?

Lo más importante es que nunca pierdan la ilusión, porque las dificultades se superan. Que no olviden que el centro de su tarea es siempre el paciente, a él se deben, y esa relación médico-paciente es fundamental para conseguir buenos resultados.

La pandemia actual ha venido a poner sobre el tapete la importancia de las enfermedades infecciosas.



“Para nosotros ha sido muy complicado trabajar, pero también ha sido difícil para los pacientes”

Premio Emérito Equipo Médico Más Distinguido de los años 2020 y 2021. Atención Primaria

▲ El Dr. Andrés Ollero Ortigas y la Dra. Sara De Gracia recogieron el premio Emérito al ‘Equipo Médico Más Distinguido de los años 2020 y 2021’ en representación de todo el colectivo de la Atención Primaria.

▲ Los médicos de Atención Primaria con más y menos edad que ejercen la profesión en la provincia de Zaragoza analizan la situación por la que pasa este nivel asistencial.



La relevancia y el esfuerzo de la Atención Primaria durante los dos últimos años ha sido indiscutible. Por este motivo, el Colegio de Médicos de Zaragoza entregó el Premio Emérito al ‘Equipo Médico Más Distinguido de los años 2020 y 2021’ al colectivo de la Atención Primaria en homenaje por su abnegada y desinteresada labor desde el inicio de la pandemia. En representación de todos los médicos de este nivel asistencial, subieron a recoger el galardón el Dr. Andrés Ollero Ortigas y la Dra. Sara De Gracia, los médicos de Atención Primaria con más y menos edad que ejercen la profesión en la provincia de Zaragoza.

“Es un reconocimiento a todo el trabajo que hemos realizado, aunque a veces no se haya visibilizado lo suficiente. Sentí mucha ilusión”, explica Sara De Gracia, médico de Atención Primaria que acabó su residencia hace tan solo unas semanas. “Fue algo muy importante. Ha sido un periodo francamente duro. En el centro de salud en el que yo trabajo, casi la mitad del equipo estábamos afectados por el virus al comienzo de la pandemia”, señala Andrés Ollero, coordinador del Centro de Salud de Alagón con más de 40 años de trayectoria a sus espaldas.

Ambos coinciden en que el coronavirus y la presión asistencial a la que se ha visto sometido el sistema ha deteriorado la relación entre médicos y pacientes, aunque confían en que poco a poco se fortalezca de nuevo. “Para nosotros ha sido muy complicado trabajar, pero también ha sido difícil para los pacientes por el miedo que han pasado, la incertidumbre, el retraso en la atención y las pruebas complementarias...”, considera De Gracia.

Los profesionales también lamentan la sobrecarga de trabajo y el no poder dedicar a sus pacientes el tiempo necesario

en algunas ocasiones. También señalan que las labores administrativas ocupan buena parte de su jornada y critican la excesiva rotación. Por ello son partidarios de “un cambio radical” en el modelo que pase por la reorganización de los recursos y el mapa sanitario, aunque reconocen que “no será fácil”.

Con todo, y pese al goteo de casos de agresiones a médicos, Ollero cree que la mayoría de los pacientes son correctos y comprenden la situación. “El ciudadano ha visto cómo el uso habitual de la Atención Primaria se modificaba debido a las circunstancias. La mayoría responden bien, pero siempre se notan más quienes crean conflicto”, dice. En este sentido, los doctores creen que es importante concienciar a la sociedad del papel fundamental que juega la Atención Primaria en la salud de todos. “El médico de Atención Primaria es el que ve a los pacientes de manera transversal y el que les pone en contacto con el resto de especialidades”, apunta De Gracia.

No obstante, todo no iba a ser negativo. Ollero, que recuerda con cariño su etapa en el centro de salud de la localidad oscense de Ballobar, destaca que a lo largo de las últimas cuatro décadas se han conseguido cosas que parecían imposibles. “Lo más positivo es que ahora disponemos de más medios. Cuando empecé resultaba impensable que pudiéramos solicitar un escáner, por poner un ejemplo”, afirma.

Quienes acaban de dar sus primeros pasos en el ejercicio de la profesión, como la Dra. Sara De Gracia, aseguran que la ilusión mueve montañas y que el agradecimiento de los pacientes es una de las mejores recompensas. “Cuando atiendes a tus pacientes, a veces junto a sus familiares, madres e hijos, hermanos... lo que más agradecen es el tiempo que les dedicas y tu cercanía”, concluye.

“Lo que más agradecen los pacientes es el tiempo que les dedicas y la cercanía”



Atención Primaria:

RADIOGRAFÍA DE LA SITUACIÓN ACTUAL



La situación por la que pasa la Atención Primaria ha sido objeto de debate durante los últimos meses. Se trata de un nivel asistencial fundamental para la prevención de enfermedades, el fomento de hábitos saludables o la atención a los pacientes crónicos. Es garante de la salud colectiva y, como tal, uno de los pilares fundamentales del Sistema Nacional de Salud.

La Atención Primaria ha sido, además, la primera barrera en la lucha contra la Covid-19. Los profesionales de la Atención Primaria la han combatido en primera línea para tratar de contener un virus hasta ese momento desconocido y que amenazaba con desbordar el sistema sanitario. Pese a ello, sufre una flagrante falta de medios y de recursos, una realidad que no ha hecho más que empeorar con la pandemia.

En estos momentos, las principales preocupaciones del Colegio de Médicos de Zaragoza son la falta de relevo generacional y la situación de la Atención Primaria en el medio rural, por lo

que reclama más medios materiales y humanos, así como una mejor coordinación. Así lo manifestó mediante las aportaciones realizadas a través del Foro Médico de Atención Primaria en Aragón al Plan de Atención Primaria y Comunitaria que está desarrollando el Gobierno de Aragón.

La difícil cobertura de algunas plazas también es motivo de inquietud, ya que a pesar de que cada año hay casi dos mil nuevos especialistas en medicina de familia, muchos de ellos buscan su salida profesional en centros hospitalarios, en la red privada o en el extranjero. Ello hace que sea una de las especialidades más envejecidas. Claro ejemplo es lo que ocurrió hace unas semanas tras la finalización del proceso de elección de plazas MIR en el que 218 quedaron vacantes, 200 de ellas pertenecientes a la especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria.

Y es que, de acuerdo con las previsiones de la institución colegial, un 30% de los médicos de familia se van a jubilar

en los próximos 5 años, lo que podría generar una grave problemática en este nivel asistencial. Según los últimos datos publicados por el Ministerio de Sanidad, de los más de 4.600 profesionales que hay en Aragón, el 25,7% tiene 60 años o más. Y el porcentaje incrementa hasta el 36,7% en el caso de la Atención Primaria.

El progresivo deterioro de la relación entre médicos y pacientes tras la irrupción de la pandemia también ha quedado patente en este nivel asistencial. La presión asistencial y la limitación de la presencialidad han llevado a que haya una mayor demora a la hora de pedir cita y un menor tiempo de atención para cada paciente.

Teniendo en cuenta los desafíos a los que se enfrenta la Atención Primaria, la institución colegial es partidaria de adoptar medidas concretas encaminadas a recuperar la calidad asistencial tras la pandemia.

JUNIO 2022. ZARAGOZA

14 medidas para mejorar la Atención Primaria



- 1- Destinar un 1,75% del PIB a la Atención Primaria
- 2- Limitar el número de pacientes por profesional
- 3- Mejorar y rehacer el mapa sanitario de la provincia de Zaragoza
- 4- Ampliar servicios como las Unidades Móviles de Emergencias o el helicóptero medicalizado con visión nocturna en el medio rural
- 5- Incluir incentivos económicos complementarios por la función tutorial y las colaboraciones docentes
- 6- Desburocratizar las actividades que realizan los médicos
- 7- Campañas de sensibilización que eviten la saturación del servicio
- 8- Crear la figura del Gerente de la Atención Primaria
- 9- Digitalización de equipos y renovación de dispositivos informáticos
- 10- Aumentar el número de plazas de medicina de familia en las convocatorias MIR
- 11- Establecer nuevos incentivos económicos por desplazamiento para quienes decidan ir a trabajar a las zonas rurales
- 12- Incentivar políticas de traslados y oposiciones periódicas
- 13- Acabar con la temporalidad mediante contratos estables para los residentes que finalizan su periodo de formación
- 14- Promover la acreditación de todos los centros de Atención Primaria para la formación de especialistas de Medicina Familiar y Comunitaria



DESCUBRE CÓMO
TE QUIERES sentir

Disfruta UNA SEMANA en Alicante en pensión completa por 410€* habitación doble
Del 19 al 26 de Septiembre 2022



Incluye:

- 7 noches en pensión completa en habitación doble.
- Autocar de ida y vuelta desde Zaragoza.
- Autocar a disposición durante toda la estancia para las excursiones y los traslados a la playa de San Juan.
- Cóctel de bienvenida el día de llegada.
- Baile con música en vivo todas las noches.

Excursiones:

- Excursión de un día completo a Jávea y Denia.
- Excursión de medio día a Ibi y su museo del juguete.
- Excursión de medio día a Guadalest.
- Espectáculo y cena en el Benidorm Palace, opcional. (Coste 53€/persona iva inc.)



Oferta para colegiados, amigos y familiares del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza

Reservas: 965 94 20 50

Consulta todas nuestras ofertas y ventajas llamando a la oficina de PSN Zaragoza. Teléfono: 976 43 67 00
*Suplemento habitación individual: 112 euros. Precio por persona compartiendo habitación doble en Pensión Completa. Todos los precios arriba mencionados incluyen el IVA y se mantendrán siempre que el grupo esté formado por un mínimo de 40 personas. Entradas a museos no incluidas. Oferta sujeta a disponibilidad de plazas. Suplemento guía profesional en excursiones de medio día: 5 euros por persona (solicitar con antelación).

C/ Doctor Pérez Mateos, 2 - 03550, San Juan (Alicante) Email: info@complejosanjuan.com · www.complejosanjuan.com





Foto de familia de los nuevos MIR en el acto de bienvenida organizado por el COMZ.

Ilusión y muchas ganas entre los casi 200 nuevos MIR que se incorporan a centros de la provincia de Zaragoza

Un total de 194 nuevos médicos internos residentes (MIR) se incorporan este año a centros de la provincia de Zaragoza. Para dar la bienvenida a todos ellos y acompañarles en esta nueva etapa, el Colegio de Médicos de Zaragoza celebró el pasado 9 de junio una recepción en la que también se les hizo entrega de sus carnés de colegiados.

Este año, como novedad, se entregó el Premio Mutual Médica al 'Mejor Expediente MIR Colegio de Médicos de Zaragoza', que recayó sobre el Dr. Santi Arana Ballestar, que hace la residencia en cardiología del Hospital Miguel Servet.

La ceremonia sirvió, además, para reivindicar la vuelta al sistema de adjudicación de plazas MIR previo a la pandemia, es decir, presencial y a tiempo real.

▲ El Colegio de Médicos de Zaragoza celebró un acto de bienvenida en el que se les hizo entrega de sus carnés de colegiados

▲ Este año, como novedad, también se hizo entrega del Premio Mutual Médica al 'Mejor Expediente MIR Colegio de Médicos de Zaragoza' al Dr. Santi Arana Ballestar

La institución colegial considera que el sistema actual no garantiza una elección justa, por lo que demandó una rectificación que permita un control continuo y en tiempo real de las plazas asignadas y de las vacantes. Asimismo, el COMZ se mostró partidario de potenciar la figura de los médicos tutores.

La institución colegial tampoco se olvidó de los médicos residentes (MIR) de las promociones de 2020 y 2021, a quienes la pandemia les impidió celebrar este tradicional encuentro. Para ellos se programó un acto enmarcado dentro de la Semana Colegial. En total, en 2021, 176 médicos residentes se incorporaron a los centros sanitarios de la provincia de Zaragoza, que se sumaron a los 189 que se incorporaron en 2020.

“No todo es cuestión de mérito y talento, hay muchas cosas que vienen determinadas social y económicamente”

Nació hace 24 años en Pamplona, aunque siempre ha estado vinculado a la capital aragonesa, donde tiene raíces y estudió el grado en Medicina. Puede presumir de haber conseguido la máxima calificación de la provincia de Zaragoza en el examen MIR y, en estos momentos, realiza la residencia en cardiología del Hospital Miguel Servet.

Premio Mutual Médica al 'Mejor Expediente MIR del Colegio de Médicos de Zaragoza'. Dr. Santi Arana Ballestar



¿Qué significó para usted recibir este reconocimiento?

Me hizo mucha ilusión. Han sido meses muy duros para todos porque hemos estudiado muchísimo. He tenido la suerte de que el día del MIR me fue especialmente bien. Además, el Colegio de Médicos de Zaragoza me entregó el premio el 9 de junio, día en el que mi padre hubiera cumplido 62 años. Murió en 2020, y si hay una persona que me ha animado a estudiar desde muy pequeño ha sido él. Ojalá lo hubiera podido ver, estaría muy orgulloso.

¿Como llevó la preparación del MIR?

Cuando empiezas se lleva bien, pero conforme se va acercando la fecha del examen y comienzas a dedicarte a él a jornada más que completa se lleva peor, porque aumentan los nervios y bajan los ánimos.

No es la primera vez que es reconocido por sus notas...

Obtuve el Premio Extraordinario de Bachillerato 2014-2015, que también me hizo mucha ilusión. Creo que es la tónica del estudiante de Medicina, nos exigen notas tan altas en Selectividad que no nos queda otra.

¿Cuál es el secreto para obtener estos buenos resultados?

No lo sé. Pero creo que estas cuestiones dejan fuera lo que para mí son los factores fundamentales. Creo que el comportamiento de las personas, tanto si lleva al éxito como al fracaso, a la salud o a la enfermedad, depende enormemente de condiciones que son ajenas a su control. Por ejemplo, yo he podido llegar hasta aquí fundamentalmente porque he crecido en un ambiente en el que se me motivaba para estudiar y porque he tenido la oportunidad de ir a la universidad. Me resulta difícil hablar de mérito o fracaso desde una perspectiva individual. No todo es cuestión de mérito y talento, hay muchas cosas que vienen determinadas social y económicamente.

¿Qué le diría a quienes están empezando a estudiar el MIR?

A mí lo que más me ha ayudado ha sido el contacto con mis amigos, el poder compartir los malos momentos y darnos ánimos entre nosotros. Creo que es bueno dedicar cada día, siempre

que se pueda, una parcela de tiempo a actividades que sean significativas para cada uno.

Además de las buenas notas, ¿qué otras aptitudes tiene que tener un buen médico en el ejercicio de su profesión?

La ventaja es que la Medicina es tan amplia y tiene tantas especialidades diferentes que prácticamente cualquiera cabe dentro de ella. Creo que es muy importante tener muy en cuenta que la mayoría de las enfermedades tienen un origen social y económico, y quiero ser un médico que no pierda esto de vista.

¿Qué espera de esta etapa?

El objetivo final es convertirme en el ideal de médico que tengo. Espero vivir esta etapa bien y al máximo, porque después de siete años de estudio llegamos con muchas ganas e ilusión por aplicar lo poco que sabemos. Por eso también espero que haya un compromiso paralelo con nuestros derechos laborales.

Emotiva despedida de los 195 alumnos de la promoción de Medicina 2016-2022

El acto se celebró el pasado 4 de junio en el Auditorio de Zaragoza y contó con la presencia de la Consejera de Sanidad del Gobierno de Aragón, Sira Repollés

Este año, el encargado de impartir la clase magistral fue el Dr. Héctor Vallés, Colegiado de Honor 2022 del COMZ, quien además se despedía así de su etapa como docente de la Universidad de Zaragoza

La Universidad de Zaragoza y el Colegio de Médicos de Zaragoza celebraron el pasado 4 de junio el acto de despedida de 195 alumnos de la promoción 2016-2022 de la Facultad de Medicina.

La graduación, que tuvo lugar en el Auditorio de Zaragoza, contó con la presencia del presidente del Colegio de Médicos de Zaragoza, Javier García Tirado, la Consejera de Sanidad del Gobierno de Aragón, Sira Repollés; la vicerrectora de Estudiantes, Ángela Alcalá Arellano; el Decano de la Facultad de Medicina, Francisco Javier Lanuza Giménez; el Vicedecano de Relaciones Institucionales, Investigación e Infraestructuras, Ángel Lanús Arbelo; el Profesor Héctor Vallés Varela; el Vicedecano de Ordenación Académica y Profesorado, Juan I. Pérez Calvo; la Vicedecana de Estudiantes y Coordinadora del Grado, M^{ra} Ángeles Sáenz Galilea; y el Vicedecano de Prácticas Clínicas e Innovación Docente, Jorge Gil Albarova.

Este año, el encargado de impartir la clase magistral fue el Dr. Héctor Vallés Varela, Doctor en Medicina, Especialista en Otorrinolaringología, Profesor Titular de la Universidad de Zaragoza y Jefe de Servicio de Otorrinolaringología del Hospital Clínico Universitario de Zaragoza. Con una emotiva lección y ante la atenta mirada de los futuros médicos, el Dr. Vallés puso punto y final a su etapa como docente de la Universidad de Zaragoza.



Una mirada a la Salud Mental en adolescentes: abordaje desde atención primaria de autolesiones y suicidio

Adolescencia tiene su etimología en el verbo adolecer que significa “crecer hacia la madurez”, de ahí su importancia en la vida de los individuos y en su contexto social, incluso desde algunas culturas se festeja con una ceremonia. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adolescencia como la etapa comprendida entre los 11 y 19 años, dividiéndola en 2 fases: la adolescencia temprana (11 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años).

La adolescencia es un concepto socio-cultural, un tiempo para la adquisición de conocimientos y estrategias para afrontar la edad adulta. Por lo tanto, la adolescencia es una transición en el ciclo vital, lo que supone una crisis. Los adolescentes en este período afrontan numerosos cambios en aspectos primordiales de su vida, implicando un esfuerzo psíquico importante para ellos. En este período se producen cambios biológicos que son evidentes en el cuerpo, y marcan el inicio de la pubertad, cambios psíquicos, emocionales y sociales. Ello genera que el adolescente deba acomodarse a una nueva imagen y asimilarla, lo que en varias ocasiones les resulta difícil.

Se habla de crisis adolescente por los conflictos que surgen en torno a este proceso, en el cual debe lograr una autonomía y desligarse de sus vínculos de dependencia. El comportamiento y los hábitos de los adolescentes, desde la perspectiva de salud pública, tienen una enorme repercusión en su estilo de vida y su salud futura.

Es frecuente, en las consultas de atención primaria tener que entrevistar a jóvenes adolescentes, que presentan conductas conflictivas, perturbaciones emocionales produciendo un elevado grado de tensión y malestar en la visita médica. Estas situaciones son producto en parte de los cambios psicosociales y psicológicos que están experimentando, y que hacen referencia a 4 aspectos fundamentalmente: el aspecto corporal, integración en el grupo de amigos, la lucha independencia-dependencia y el desarrollo de una identidad.

El adolescente es reflejo de la sociedad en la que está inmerso, actualmente las sociedades han cambiado, así como las familias y el entorno. Se promueve el individualismo, el egocentrismo, hedonismo y la cultura del ocio en ritmo de inmediatez en detrimento del esfuerzo, de la espera en la consecución de logros y metas. Ello repercute en la salud y el desarrollo emocional de los adolescentes.

Se estima que la prevalencia de trastornos psicopatológicos en los adolescentes es de entre 10 y 20% según datos de la OMS.

En el año 2021, la Asociación Española de Pediatría constituyó un grupo de trabajo multidisciplinar de Salud Mental en la infancia. El análisis de la situación actual puso de manifiesto que la salud mental de los adolescentes se está deteriorando, en especial desde que se inició la pandemia por Covid-19. Presentan más síntomas depresivos, autolesiones y conductas suicidas.

Las alteraciones de conducta están en relación con formas desadaptativas de

afrontar la adquisición de autonomía, de rebelarse a la autoridad. Entre ellas la incidencia de autolesiones es cada vez más numerosa entre los adolescentes. La prevalencia es de que un 18% se infligen autolesiones antes de los 18 años.

Las autolesiones son todas aquellas heridas provocadas deliberadamente en el propio cuerpo sin finalidad suicida, por ejemplo arañazos, cortes en las piernas, muñecas, antebrazos, pellizcos, quemaduras, golpes, punciones... Suelen ser más frecuentes en mujeres. A pesar de que no es una conducta suicida en sí misma, se considera como conducta parasuicida a la que no restar importancia.

Desde nuestras consultas podemos preguntarnos: ¿qué lleva a estos jóvenes a realizar estas conductas?

Los cortes, quemaduras, arañazos, golpes... pueden estar motivados por varias circunstancias: búsqueda de afecto, de escucha, sentimientos de culpabilidad, asumir el control de situaciones que les desbordan, liberar tensiones. Independientemente de todo ello, es una forma de expresar el sufrimiento psíquico, una forma de hacer visible su padecimiento, de dejar una huella en su cuerpo de un dolor emocional mucho más profundo. Muchos de estos adolescentes manifiestan que liberan ira, enfado, rabia, o que de esta manera se sienten vivos, y logran mitigar la sensación de vacío. Esto nos lleva a remarcar que toda autolesión no debe ser ignorada ni minimizada. Son varias las patologías psiquiátricas que pueden cursar con autolesiones: depresión, trastorno de ansiedad, trastorno de personalidad histriónico, pero siendo la más representativa el trastorno límite de la personalidad. La psicopatología está sujeta a la presencia de una desregulación emocional, en la que se busca enmascarar el dolor emocional con el físico.

El suicidio, en datos recogidos por la OMS es la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad. Antes de la pandemia COVID-19, se estimaba que el 30% de los menores habían presentado ideación suicida en algún

momento, el 10% habían tenido un intento de suicidio y un 2% con gravedad.

Tras la pandemia, la Fundación ANAR ha atendido en este período un 145% más de llamadas de menores con ideas o intentos de suicidio, y un 180% más de autolesiones con respecto a los dos años previos. En el año 2020, se suicidaron en España 14 niños menores de 15 años, el doble que el año anterior siendo el método más utilizado la intoxicación farmacológica.

Abordaje en Atención Primaria:

Las autolesiones se han convertido en un serio problema de salud pública, por lo que se intenta promover estrategias que nos permitan establecer redes de colaboración entre la atención primaria y psiquiatría para implementar acciones preventivas y el diagnóstico oportuno. Los adolescentes con autolesiones no suicidas tienen mayor riesgo de presentar un intento suicida que los que no presentan autolesiones.

Lo primero es crear un clima de confianza para poder hablar con el adolescente sobre lo que está sucediendo, en una disposición de escucha. Es posible que no haya relatado lo sucedido anteriormente por temor, vergüenza, miedo a un ingreso en el hospital. Hay que intentar transmitirle la gravedad de la situación pero desde el apoyo y la comprensión, sin juzgarle ni minimizar su sufrimiento.

El hecho de hablar sobre el suicidio y/o las autolesiones no suele empeorar el caso, sino lo contrario, el hecho de verbalizarlo seguramente produzca cierto alivio. Explicarle de forma clara que cuenta con el apoyo de los profesionales, y que el acudir a un psicólogo y psiquiatra no implica que vaya a ingresar.

Para evaluar la gravedad de una conducta autolesiva hay que considerar la letalidad, los antecedentes y la motivación. El diagnóstico de las autolesiones es clínico, hacer hincapié en una adecuada historia clínica, así como un examen físico completo, son las principales estrategias para la detección.

El tratamiento debe ser realizado por especialistas en psiquiatría y/o psicología. El manejo desde atención primaria se sustenta en un abordaje especial, basado en la confianza, confidencialidad, empatía que fomente la relación médico-paciente, sin juzgar sus conductas. Para ello se requiere que los profesionales de atención primaria tengan formación y pericia en el abordaje de adolescentes, sabiendo que ante la dificultad en su manejo, los adolescentes con autolesiones deben ser derivados al especialista por el aumento en el riesgo suicida.

En el caso del suicidio hay que considerar que entre el 10 y el 40% de adolescentes que comenten un suicidio lo han intentado anteriormente. Un aspecto primordial de la intervención es el trabajo con los padres ya que se requiere en éstos capacidades diferentes a lo largo del desarrollo del niño, en función de las necesidades específicas. La idea de un abordaje con ellos, con vistas a ayudarles a comprender a su hijo y a responder ante las necesidades que vayan surgiendo representa el método de intervención ideal. Y desde aquí señalar la importancia de la coordinación de diferentes especialistas, de disciplinas diversas (sanitaria, educativa y social) en relación al abordaje de estas conductas en los jóvenes adolescentes.

M^a Dolores Vázquez Rodríguez

Médico especialista en Psiquiatría infantil y de la adolescencia

Nos preocupamos de lo que el niño llegue a ser mañana, pero nos olvidamos que ya es alguien hoy.

Stacia Tauscher



Curso de detección e intervención en autolesiones y conducta suicida en adolescentes

El próximo martes 25 de octubre, en el aula Magna de la Facultad de Medicina de Zaragoza, en horario de 9 a 14 h. tendrá lugar el Curso de detección e intervención en autolesiones y conducta suicida en adolescentes. Se dirige a médicos y enfermería de atención primaria, urgencias y pediatría. Es una acción formativa en el marco de la Estrategia de prevención del suicidio en Aragón. Tendrá carácter gratuito y formato mixto (presencial en Zaragoza y retransmisión online). Se informará próximamente del modo de inscripción.

Bibliografía:

- 1-Ospina Gutiérrez ML;Ulloa Rodríguez MF, Ruiz Moreno L “Autolesiones no suicidas en adolescentes: prevención y detección en la atención primaria” *Semergen*.2019;45(8):546-551
- 2-Ortiz-Soto P, Duelo-Marcos M, Escribano Ceruelo E. “La entrevista en salud mental infanto juvenil” *Rev Pediatr Atenc Primaria*. 2011;13:645-60
- 3-Hidalgo Vicario MI, Ceñal González-Fierro MJ “Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales” *An Pediatr Contin*.2014;121(1):42-6
- 4-Oficina de Visión y Política Global de UNICEF. *Resumen Ejecutivo Estado Mundial de la infancia 2021. En mi mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia. Octubre 2021*
- 5- Méndez P “Factores psicológicos en la adolescencia”
- 6- Martínez-Martin Nuria “trastornos depresivos en niños y adolescentes” *An Pediatr Contin*, 2014; 12 (6): 275-365.
- 7-Mancebo S. *Comunicado de la Asociación Española de Pediatría. Enero 2022*

La nueva junta del Colegio de Médicos de Zaragoza toma posesión



Los miembros de la nueva junta del COMZ durante el acto de toma de posesión.

El pasado mes de noviembre tomó posesión la nueva junta del Colegio de Médicos de Zaragoza, presidida por el doctor Javier García Tirado, que sustituyó así a la doctora Concha Ferrer tras haber cumplido esta dos mandatos, el máximo permitido por los estatutos. Se inició así una nueva etapa en la que la situación de la Atención Primaria y Hospitalaria y el acercamiento a la labor docente e investigadora constituyen dos de las prioridades de la institución colegial.

La nueva junta está compuesta por el doctor José Manuel Cardiel Pérez como Vicepresidente Primero; la doctora Carmen Puig como Vicepresidenta Segun-

da; el doctor Alfredo Pérez Lambán como Vicepresidente Tercero; y el doctor Miguel Ángel Simón Marco como Vicepresidente Cuarto. En cuanto a la Comisión Permanente, la doctora Belén Lomba García ejerce como Secretaria; el doctor Javier Fuentes Olmo como Vicesecretario; y la doctora Concepción Blasco Gimeno como Tesorera.

En cuanto a la Comisión Permanente, la doctora Belén Lomba García ejerce como Secretaria; el doctor Javier Fuentes Olmo como Vicesecretario; y la doctora Concepción Blasco Gimeno como Tesorera.

Con respecto a los vocales, el doctor José Manuel Cucalón Arenal represen-

ta la Vocalía de Médicos de Atención Primaria Rural; la doctora Aurita Auría Lambán está a cargo de la Vocalía de Médicos de Atención Primaria Urbana; la doctora Reyes Ibáñez Carreras de la Vocalía de Médicos de Hospitales; el doctor Juan Bosco Calatayud de la Vocalía de Médicos de Ejercicio Privado; el doctor Guillermo Viguera Alonso representa la Vocalía de Médicos Jóvenes y Promoción de Empleo; la doctora Gloria Fernández-Velilla la Vocalía de Médicos de Administraciones Públicas; la doctora Paloma López Marín la Vocalía de Médicos Jubilados; y el doctor Jorge Albareda la Vocalía de Médicos Tutores y Docentes.

Un emotivo homenaje en forma de concierto para recordar a las víctimas de la pandemia



A través de los acordes del Réquiem de Gabriel Fauré, interpretado por el Coro Cármina Médicas del COMZ y una Orquesta formada por alumnos y ex alumnos del Conservatorio Superior de Música de Aragón (CESMA), la institución colegial rindió un emotivo homenaje a las víctimas de la Covid-19. Especialmente, a los 115 médicos fallecidos en España desde el comienzo de la pandemia en el ejercicio de su profesión.

Mediante este acto, la institución colegial quiso acompañar a todas aquellas familias que sufrieron la pérdida de algún ser querido sin poder despedirse, así como el esfuerzo de los profesionales que lucharon contra el virus en primera línea dando su vida por ello.

El concierto estuvo dirigido por Jorge Apodaca y contó con la presencia de las sopranos María Sala y Olena Panasyuk, el barítono Thomas Hansen y la pianista Mapi López Calzada.

EL COMZ celebra por primera vez su Semana Colegial

Con el objetivo de poner en valor la profesión médica y la colegiación mediante actividades de corte cultural, formativo e institucional, el pasado mes de mayo el COMZ celebró por primera vez su Semana Colegial.

Durante la programación se hizo entrega de los diplomas a los Colegiados Honoríficos del Colegio de Médicos de Zaragoza que alcanzaron la edad de jubilación en 2020 y 2021. Además, se dedicó una jornada a la cooperación que estuvo a cargo del Dr. Elisardo Bilbao Vidal, que cuenta con una extensa experiencia realizando misiones de cooperación quirúrgicas y de

formación en países desfavorecidos como Gambia, Senegal y Cabo Verde.

También tuvo lugar la última sesión de la temporada del Foro de Deontología del Colegio de Médicos de Zaragoza, a través de un seminario web en el que se abordó todo lo relacionado con la atención al médico enfermo. Asimismo, se programó una jornada para los médicos residentes (MIR) de las promociones de 2020 y 2021 y como colofón final, se celebró el Día del Colegiado, en el que se entregaron los máximos galardones del COMZ así como sus becas y ayudas económicas.

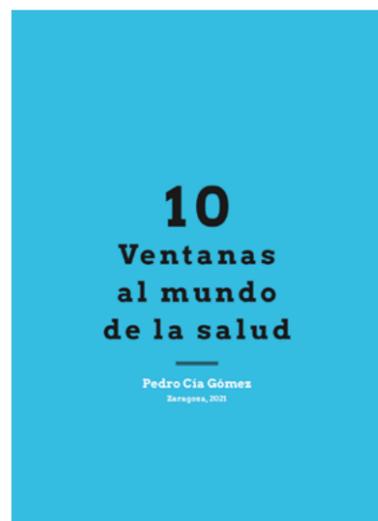


Dr. Pedro Cía

El COMZ edita '10 ventanas al mundo de la salud', del Dr. Pedro Cía

El pasado mes de abril vio la luz el libro '10 ventanas al mundo de la salud', del Dr. Pedro Cía. La obra, editada por el Colegio de Médicos de Zaragoza, recopila más de 40 artículos publicados en prensa por su autor durante las últimas dos décadas, utilizando como base muchos de los temas tratados en el Foro de Deontología del COMZ. El Doctor Cía comparte con los lectores reflexiones sobre las necesidades de los mayores, el debate ético en torno a la vida y cuestiones tan actuales como la pandemia, la generalización del teletrabajo o la relación médico-paciente.

Escanea el código para descargar gratuitamente el libro del Dr. Cía:



Mostramos nuestro rechazo ante las agresiones a sanitarios

De acuerdo con los últimos datos proporcionados por la Policía Nacional, las denuncias por agresiones a sanitarios aumentaron un 14% en 2021 con respecto al año anterior. El Colegio de Médicos de Zaragoza muestra su rechazo ante esta problemática y reclama medidas para acabar con ella.

La institución colegial aboga por la prevención, apostando por la mejora de las condiciones en las que se presta la atención sanitaria, ya que esto reforzaría de manera sustancial la relación entre médicos y pacientes.

Para ayudar a los facultativos ante este tipo de situaciones, el Colegio de Médicos de Zaragoza puso en marcha en 2019 un protocolo de actuación y un teléfono de asistencia para aquellos colegiados que se sientan en peligro o hayan sufrido algún tipo de agresión.

A lo largo del año 2021, el teléfono de atención a agresiones atendió un total de 16 llamadas.

Los cursos de formación recuperan poco a poco la presencialidad

En su afán por ofrecer a los colegiados una formación continua y actualizada, el Colegio de Médicos de Zaragoza ha impartido numerosos cursos enmarcados dentro del Plan de Desarrollo Profesional Continuo. A lo largo de 2021 se programaron 24 cursos, 17 de ellos online y otros 7 semipresenciales. En total, se matricularon 687 personas, un 75,8% de ellas fueron mujeres y un 24,2% hombres. Durante el primer semestre de 2022 se han llevado a cabo 14 cursos, y en estos momentos se está preparando la programación para el segundo semestre (septiembre-diciembre), en el que se incluirán cursos presenciales que no se han podido realizar por la pandemia en los dos últimos años.

Un año más, y ya van ocho, el Colegio de Médicos de Zaragoza apuesta por el Foro de Deontología como una de sus actividades estrella. La primera temporada de este año, inaugurada por Margarita del Val, finalizó en mayo tras un total de 7 sesiones en las que se trataron asuntos como las vacunas frente a la Covid-19, los dos años de pandemia, la Ley Orgánica de Regulación de la Eutanasia en España, las crisis sanitarias del último siglo, el acceso indebido a las historias clínicas, la calidad de la Atención Primaria, y la atención al médico enfermo.

El Foro de Deontología del COMZ alcanza su octava temporada

DATOS DEL MOVIMIENTO COLEGIAL ENERO-JUNIO 2022

Altas nuevas:	191	Reingresos	19	Bajas por otras causas	21	Jubilados	80
Altas nuevas procedentes de otros colegios	56	Bajas por traslados a otras provincias	86	Fallecidos	13	Nº total de colegiados	7.956

Si quieres expresar tu opinión, denuncia o apoyo sobre algún tema relacionado con la profesión médica háznoslo llegar a prensa@comz.org y lo publicaremos en estas páginas. Es imprescindible que las cartas vayan firmadas con nombre y dos apellidos. El Colegio se reserva el derecho de publicar aquellas que considere oportunas.

Necesitamos un nuevo comienzo

Ángel Vicente Molinero
Especialista en MFyC.
CS Utebo.

Ignacio Andrés Bergaereche
Especialista en MFyC.
CS Daroca.

Sara Giner Ruiz
MIR-2 MFyC.
CS Rebohería.

La Atención Primaria está en crisis. Afortunadamente ya nadie lo duda. En los últimos meses hemos asistido a grandes presentaciones de Planes de Atención Primaria. Unos con objetivos inalcanzables, otros sin ni siquiera presupuestos. Muchos sin contar con los profesionales. Todos ellos con asignaciones de ingentes recursos económicos para una supuesta digitalización que aumentará la brecha de inequidad especialmente en las poblaciones más vulnerables.

Pero vayamos al principio. El principio es algo tan evidente y tan olvidado como los recursos humanos (los médicos internos residentes y los tutores). El último programa de la especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria elaborado por la Comisión Nacional de la Especialidad fue aprobado el 20 de noviembre de 2002 y entró en vigor en mayo de 2005. Nadie duda de que en ese momento histórico los participantes en su redacción dieron lo mejor de sí en ese documento que ha permitido formar a miles de especialistas de Medicina Familiar y Comunitaria (entre los que tenemos el honor de incluirnos).

Pero los tiempos han cambiado. En este momento histórico (el nuestro) debemos, en la medida que podamos, sustituir la "queja constante" por un proyecto común que sea constructivo a futuro tanto para nosotros/as como profesionales como para la ciudadanía en su conjunto.

La clave de bóveda de ese posible proyecto pasa por dos elementos fundamentales: por un lado, una reforma global y ambiciosa que adapte el plan formativo de la especialidad a la nueva realidad asistencial, social y demográfica, distribuyendo de una manera razonable los tiempos formativos. Y por otro, el cuidado y el "mimo" (nos atreveríamos a decir) hacia los tutores de la especialidad. Con algún tipo de reconocimiento que sea algo más que una inscripción a una revista de una de las tres sociedades científicas de Atención Primaria. Si no lo hacemos pronto, nos seguiremos sorprendiendo por esas cosas tan extrañas que pasan: "decisiones estructurales" que acaban convirtiéndose en supuestas "decisiones personales".

JUNIO 2022. ZARAGOZA

El médico enfermo

"Entrega total, pseudodioses..." El médico es conocido por su generosidad y atención a la persona, a ese paciente, por su vocación... pero, ¿qué pasa cuando el médico se convierte en paciente? Esta pregunta ha sido motivo de múltiples interpretaciones, escritos, películas y coloquios. No pretendo sumarme a esta perspectiva que está ya siendo estudiada, sino simplemente desnudarme ante una pregunta: ¿se nos permite estar realmente enfermos? O más bien, ¿nos lo permitimos nosotros mismos? ¿nos permitimos sentirnos vulnerables? Tal como alguien dijo una vez quererse en lo "bueno" es bonito, pero en lo "malo" es esencial. Y digo "malo" porque muchas veces es necesario vivir algo para adquirir esa experiencia que realmente te hace vivir en sentido propio, plenamente, para actualizarse y poder ayudar a la sazón a los demás...

En este sentido, el médico más humano irónicamente puede estar deshumanizado hacia él mismo: ¿cuál es nuestra compasión, cómo nos tratamos? Y a este respecto, ¿cómo se consigue ponerse en el otro lado, desnudarse ante el espejo y reconocer esas limitaciones, que somos humanos, bajarse de ese "pedestal" y darse la oportunidad de ser mortales, de ser cuidados, de prestarse atención a uno mismo, de ser amados?

Según la filosofía budista, se trata de amar esas "imperfecciones" como ese algo que nos humaniza y realmente posibilita que, además de ser reconocido como buen médico, gocemos de la gratuidad de ser un médico bueno. Pero, si para llegar a quererlas hace falta ser más que un iniciado la respuesta debería ser sencilla: no hay forma más clara de ver la realidad que cuando se ve con los ojos de un niño ('Killing a mockingbird'.- Harper Lee).

Por eso, dos de las cualidades que más valoro son la sencillez, que me emociona, el ver las cosas tal como son me parece a cabo la mayor virtud; y la alegría, ser capaz de sonreír desde el silencio y la belleza del propio acto.

Por ello, da igual si eres residente, adjunto o todo un veterano... recuerda siempre abrazar a ese aprendiz, a ese niño, a ese prosaico "yo desnudo frente al espejo", a esa emoción. Permite ese sentimiento, esas "imperfecciones", todo aquello que no es propio de los dioses pero sí del ser humano, y que es en esencia lo que nos hace quienes somos, lo que nos mueve, el motor del mundo: tan vivencial como irónico es ese instante de sincero desapego el que realmente nos permite trascender nuestros límites y ser realmente inmortales.

Dra. Virginia Martínez, que este año ha empezado la especialidad de Análisis Clínicos

Campo de La Romareda y Hospitales. Vecinos improprios

Hago Referencia al artículo que escribí el 28 de octubre de 2004, y que publicó el Heraldo de Aragón en la sección de Tribuna Ajena, bajo el título de 'Romareda y Hospitales, una ocasión de oro'. Aunque hayan pasado 17 años, debo aducir, sin ser exhaustivo, prácticamente los mismos argumentos en defensa de los pacientes de los Hospitales afectados, tanto el Miguel Servet como el Clínico, y ello debido al aumento que supone de los posibles riesgos, contaminación y adversidades que surgirán con más obras de ampliación del campo de Fútbol de La Romareda, así como por perder nuevamente la ocasión de oro de realizar un nuevo campo en otro emplazamiento más ajustado y sensible al respeto de la ciudadanía doliente, e incluso más funcional para el acceso desde espacios viales más amplios para un tránsito fluido.

De la argumentación sobre aquel escrito del año 2004 y de mi actual visión del mismo problema cabe señalar las circunstancias que concuerdan especialmente en los días de partido o de otros eventos y de sus hechos y consecuencias:

- Tráfico de vehículos de los asistentes a los eventos lúdicos enormemente aumentado. Cuellos de botella con tránsito lento.

- Problemática de evacuación, acceso y fluidez de tránsito hacia los Hospitales en caso de catástrofes, como desgraciadamente hemos experimentado en Zaragoza con numerosas víctimas para evacuar por terrorismo, incendios en lugares de trabajo y lugares de ocio... Como sabemos, los que son especialistas de los Servicios de Emergencia y Urgencias Médicas Extra-hospitalarias en España SEMs, afirman que el pronóstico de las patologías que clasifican como emergencias está directamente relacionado con el tiempo transcurrido desde que se producen hasta que son atendidas.

- Deterioro del medioambiente y polución aumentada de gases que afectan directamente a los pacientes de los Hospitales y su necesaria ventilación.

- Polución sonora. Contraste entre las celebraciones lúdicas y alegres y por otra parte la tragedia y el dolor de los pacientes niños y adultos en planta, pacientes en UCIs o moribundos, a escasas centenas de metros de enfervorizadas, bulliosas y grandes concentraciones de miles de personas.

- Efectos auditivos y no auditivos del ruido en los pacientes: Au-

mento del Stress, irritación, insomnio... Alteración de un espacio que debe ser y estar, necesariamente tranquilo y ambientalmente equilibrado.

- Imposibilidad de aparcamiento para los familiares de pacientes

El deporte en todas sus facetas, tanto practicado como contemplado, aporta innumerables estímulos positivos, pero recordemos que incluso las mejores medicinas tienen sus efectos secundarios y a veces graves consecuencias.

Por tanto y como conclusión y bajo mi punto de vista, este problema debería ser reconsiderado y valorado por los responsables del SEMs, Protección Civil, Área de Urbanismo, por la Asociación de defensa del Paciente y de todos aquellos expertos relacionados y público en general, y en definitiva de la máxima autoridad en este caso, nuestro estimado Señor Alcalde D. Jorge Azcón, que a lo mejor nos sorprende con el proyecto de un moderno campo de fútbol en el "extra muros" de Zaragoza.

Dr. Francisco Javier Iriarte Iruzun

La versatilidad de la Medicina Familiar y Comunitaria

Soy una médica que trabaja en el ámbito de la medicina laboral en una empresa privada. No soy especialista en Medicina del Trabajo, aunque la empresa me formó lo suficiente para desempeñar mi trabajo integrada en equipo con mis compañeros especialistas. Mi especialidad es Medicina Familiar y Comunitaria, y por diversas circunstancias acabé ejerciendo mi nueva labor. Quisiera, con estas palabras, dar a conocer un trabajo algo desconocido entre los médicos. Trabajar en una empresa de Prevención de Riesgos Laborales es mucho más que hacer reconocimientos médicos a los trabajadores. Es una labor que manejan estupendamente bien mis compañeros especialistas en esta disciplina. Pero como en otras especialidades, existe necesidad de personal que, en el caso de los médicos, se va cubriendo con especialistas en Medicina Familiar y Comunitaria. Llenamos el hueco aportando un plus extra, gracias a nuestra buena formación vía M.I.R., que se ha hecho más patente en estos dos años de pandemia.

Atendemos a trabajadores que gozan de buena salud, pero no siempre. Algunos tienen patologías ya conocidas y/o presentan uno o varios factores de riesgo (obesidad,

hábito tabáquico, sedentarismo, consumo de alcohol...). Nosotros realizamos el reconocimiento de salud y elaboramos un informe completo que llegará al trabajador con el dictamen de la aptitud para su actividad laboral específica. Con la anamnesis, exploración física y exámenes complementarios que realizan enfermería y auxiliares e interpretamos nosotros (ECG, analítica de sangre y orina, audiometría, espirometría, control de la visión...), llevamos a cabo una importante labor de prevención y detección precoz de diversas patologías (HTA, DM2, dislipemias, arritmias, insuficiencia renal, hepatopatías...) desconocidas hasta ese momento. Además, hacemos recomendaciones personalizadas de alimentación, ejercicio físico, deshabituación tabáquica, consumo de alcohol, hábito de sueño, prevención de lesiones osteomusculares... La mayoría de los trabajadores agradecen estos momentos de diálogo y escucha activa, exploración física y consejos, aclarando sus dudas.

También hemos contribuido a la detección y notificación de casos confirmados de Covid-19 gracias a las pruebas diagnósticas (PDIA) demandadas por las empresas, quienes han demostrado una gran implicación durante la pandemia.

Además, hemos realizado la labor de rastreo y notificación de contactos estrechos de los trabajadores positivos mientras ha sido preciso.

Nuestra aportación a la salud comunitaria como médicos de familia a través de la prevención de riesgos laborales, merece ser conocida e integrada en el amplio espectro de nuestra especialidad como una faceta más.

Dra. Cristina Rieger
Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria

1922

hace cien años

Jesús Fleta Zaragoza

De la Sociedad Española de Médicos Escritores y Artistas
Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Zaragoza



La cinematografía entra en los quirófanos

El profesor Alexander von Rothe pronuncia en la Facultad de Medicina de Berlín una interesante conferencia sobre las aplicaciones de la cinematografía en la enseñanza de la cirugía. Von Rothe, cirujano del Hospital de la Charité de Berlín, es el inventor de un aparato de cinematografía que permite impresionar películas que reproducen con todo detalle las intervenciones quirúrgicas. Durante su conferencia ofreció una exhibición cinematográfica, exponiendo, no solo su procedimiento, sino enseñando métodos operatorios de otros cirujanos. La opinión unánime de los asistentes consideró que, además del interés de las cintas exhibidas, este método tenía un eficaz valor pedagógico.

Una solución contra el contagio venéreo

El doctor A. Gauducheau recomienda en la Revue des Libres de le Concours Medical un método de profilaxis antiséptica contra las enfermedades venéreas. Según este autor el hombre que acaba de exponerse al contagio venéreo puede evitar la infección, si se aplica, dentro de la hora siguiente a su exposición, una pomada a base de cianuro de mercurio, timol, calomelanos, lanolina y vaselina, a diferentes concentraciones. Según el autor, un minuto basta para su aplicación y quedar protegido.

La piscicultura se utiliza contra el paludismo

En la publicación Office International d'Hygiène Publique, J. Legendre expone la teoría sobre la conveniencia de favorecer la cría de peces en los

campos donde se cultiva el arroz. Se ha comprobado que ciertas especies de peces destruyen las larvas de los mosquitos transmisores de esta enfermedad. El autor muestra en estudios realizados en Madagascar la eficacia de la gambusia y otras especies de peces; efectivamente, se observó que la incidencia de esta enfermedad en muchachos que vivían en regiones arroceras ricas en peces, tenían un índice palúdico más bajo que los que se encuentran sobre islotes de arrozales faltos de estos peces. El pez mosquito o gambusia es un pequeño pez de la familia de los poecílidos, orden de los ciprinodontiformes, originario del sur y este de Norteamérica. Figuras 1 y 2.

Protagonismo español en París

Este año tuvo lugar el X Congreso Internacional de Otología, celebrado en la Facultad de Medicina de París. Al evento acudieron 38 especialistas de nuestro país, llevaron una importante aportación de otorrinolaringología y lograron un gran protagonismo. El doctor Antonio García Tapia sorprendió al auditorio al presentar su método de extirpación total de laringe, intervención que no realizaban todavía en Francia. Además, este cirujano, se llevó a París a 12 pacientes operados por él, algunos hacía más de 10 años; tan rotundo fue su éxito en el congreso que los especialistas asistentes le rogaron que efectuara una intervención en presencia de todos. También fue muy celebrada la comunicación presentada por el doctor Hinojosa acerca de los abscesos cerebelosos. Figura 3.

Otras noticias médicas de 1922

Burnet propone una intradermoreacción para el diagnóstico de la bruce-

losis, el doctor Bergome presenta un informe en la Academia de París en el que se indica que en Francia mueren anualmente 35.000 personas por cáncer, y Alexander Fleming descubre la lisozima, enzima que elimina rápidamente algunas bacterias. McLean, Evans y Scott descubren la vitamina E, el tocoferol, eficaz en el desarrollo del embarazo y contra la esterilidad en el varón; el doctor Thompsom, del Hospital General de Toronto, administra insulina por primera vez a un diabético.

En España, la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, pide autorización al Gobierno Civil para instalar un manicomio en Málaga, y en Talavera de la Reina se inaugura una calle en honor a Ramón y Cajal. El ministerio de la Gobernación adopta la cinanhidrización como método para la desratización y desinsectación en buques, locales varios y ferrocarriles.

Breve crónica del mundo en 1922

Muere Benedicto XV y Pío XI es nombrado nuevo Papa, se crea el Tribunal Permanente de La Haya, y el mahatma Gandhi es arrestado y condenado a seis años de cárcel. Se reforma el Sistema Monetario Internacional y, a propuesta de Lenin, Stalin es nombrado Secretario General del Comité Central del Partido Comunista de la Unión Soviética. Las tropas japonesas aceptan abandonar Siberia, la radio de Nueva York realiza la primera difusión publicitaria y Mussolini asume plenos poderes en Italia. El rey Constantino I de Grecia abdica en favor de su hijo Jorge III y se restablece la monarquía en Rumanía. En España la prensa destaca el viaje que realizó Alfonso XIII a la deprimida región extremeña de las Hurdes. Figura 4.



Figura 1. Gambusia (*Gambusia affinis*) empleado para el control de las larvas de los mosquitos transmisores del paludismo.



Figura 2. Larvas de mosquito en la superficie del agua.



Figura 3. Dr. García Tapia (1875-1950).



Figura 4. El rey Alfonso XIII en Las Hurdes (Fotografía de Pepe Campúa, 1922).

Los Premios Nobel de 1922

Este año recayó el Nobel en el alemán Otto Fritz Meyerhof (1884-1951) y en el inglés Archibald Hill (1886-1977). Ambos trabajaron sobre los mecanismos responsables de la contracción y relajación muscular y la producción de calor, en músculos de rana. El primero de ellos se centró en el proceso químico y combustión de la glucosa y el segundo, fundamentalmente, en el proceso mecánico y efecto termodinámico de la producción de calor. Figuras 5 y 6.

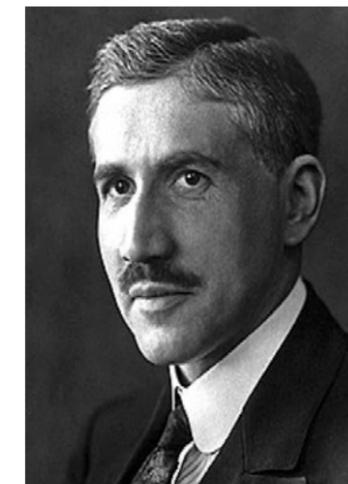


Figura 5. Otto Fritz Meyerhof, Premio Nobel 1922.

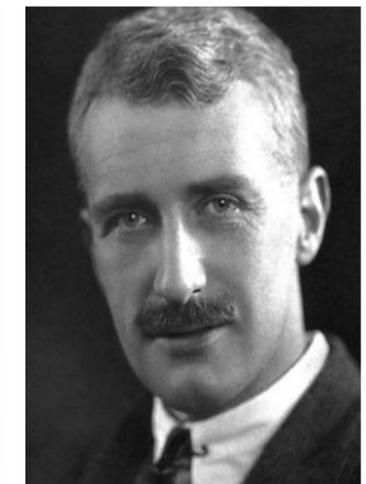


Figura 6. Archibald Hill, Premio Nobel 1922.

In memoriam

COLEGIADOS FALLECIDOS. JUNIO 2021- MEDIADOS JUNIO 2022

NOMBRE	FALLECIMIENTO
LORENZO ALEJANDRO OTAL CASTILLO	02/06/2021
JUAN ANTONIO VENEGAS MALO	03/06/2021
SUSANA MARÍA HERNANDEZ SAN MIGUEL	08/06/2021
GONZALO BAYO GONZALEZ-SALAZAR	09/06/2021
JOSE FRANCISCO CARROQUINO OÑATE	10/06/2021
VICTOR RECAJ RECAJ	19/06/2021
JOSE MANUEL JUAREZ MARTINEZ	23/06/2021
FRANCISCO JAVIER GONZALVO LORENTE	02/07/2021
ALFONSO LATORRE BENITO	16/07/2021
MARIA ANGELES MIR MARIN	20/07/2021
RICARDO LOZANO MANTECON	26/07/2021
ESTHER SAURA FILLAT	27/07/2021
HASAN ALI SHARAWI SHARAWI	29/07/2021
LEONCIO PEREZ MARZO	30/07/2021
SALVADOR LAGLERA TREBOL	07/08/2021
GONZALO CASAÑAL QUINTANA	11/08/2021
PABLO BELLÉ TRULLÉN	17/08/2021
ANA ISABEL ECHEVERRI OYAGA	22/08/2021
MARCELINO JESÚS TORRES IZQUIERDO	07/09/2021
JOSE ANTONIO CABALLERO JIMENEZ	08/09/2021
FRANCISCO JAVIER MALON IZQUIERDO	08/09/2021
VICENTE FERREIRA MONTERO	09/09/2021
FRANCISCO JAVIER MAESTRE LOPEZ	09/09/2021
MANUEL SEVER EZCURRA	17/09/2021
ALFREDO ALADREN NICOLAS	22/09/2021
VICENTE PASCUAL DE LALLANA FERRER	28/09/2021
JOSE MILLAN GUEVARA	03/10/2021
RAFAEL MARTÍN CANO MATUTE	05/10/2021

COLEGIADOS FALLECIDOS. JUNIO 2021- MEDIADOS JUNIO 2022

NOMBRE	FALLECIMIENTO
ROSA ZAPATER PALOMO	10/10/2021
JUAN MANUEL BOUTHELIER MORENO	22/10/2021
ALFONSO MARTINEZ LOPEZ	23/10/2021
SERAFIN VILLARROYA RODRIGUEZ	24/10/2021
FELIX GOMEZ GAYAN	10/11/2021
LUIS A. SANCHEZ ABELLANAS	11/11/2021
MIGUEL ANGEL RUIZ CONDE	17/11/2021
MANUEL MOTA MARTINEZ	01/12/2021
VALERO MARTINEZ MARTIN	04/12/2021
RAFAEL EZPELETA SIMON	07/11/2021
JOSE LUIS PEREZ DE HEREDIA Y VALLE	10/12/2021
ANGEL CASTILLON AGUSTIN	11/12/2021
JOSE IGNACIO SANCHEZ GRACIA	11/12/2021
JOSE ANTONIO ERICE LOPEZ	15/12/2021
LUZ MARINA VALLE SERRANO	26/12/2021
JOSE MANUEL CONSTANTE VILLUENDAS	30/12/2021
JUAN FRANCISCO LOPEZ-ALFARO URDIAIN	30/12/2021
ALBERTO MARIN BERNAD	02/01/2022
RAQUEL MARTINEZ GIL	08/01/2022
PASCUAL JESÚS ESCUER ALOS	16/01/2022
MARIA GLORIA OLORIZ PEREZ	23/01/2022
CARLOS BASELGA ASENSIO	03/02/2022
ANTONIO GONZALEZ NARANJO	05/02/2022
ANTONIO SIMON RAMIRO	17/02/2022
AMAGOIA GONDRA ELGUEZABAL	18/02/2022
JOSE MIGUEL FRANCO SOROLLA	15/03/2022
JOSE JULIO ZUECO LASANTAS	24/04/2022
JOSE ANTONIO SOLA LEGARRE	27/04/2022
Mª CARMEN MARÍN BRAVO	1/5/2022
DANIEL OROS ESPINOSA	10/05/2022

Consejos ARABROK: la importancia de mantener las coberturas de los seguros actualizadas

A la hora de protegerse es igual de importante contratar una póliza adecuada a las necesidades de cada uno como tener las coberturas actualizadas a los riesgos del momento. Por eso, revisar tus seguros periódicamente es una herramienta de prevención que por un lado te mantendrá tu nivel de protección en base a las necesidades del momento y, por otro, te permitirá optimizar las coberturas que tienes contratadas, evitando duplicidades de coberturas y sobrecostes.

En qué consiste la revisión de seguros

Arabrok, correduría colaboradora del COMZ especializada en seguros para médicos, ofrece el servicio gratuito de revisión de seguros a los colegiados. Este, se basa en un asesoramiento individualizado por parte de un asesor personal que, con el apoyo de nuestra herramienta digital, elaborará un informe detallado de necesidades aseguradoras, con el objetivo de ofrecerte una propuesta de protección integral adaptada a su situación actual. El proceso de revisión es el siguiente:

- Análisis personalizado de riesgos y necesidades

Su asesor personal realizará junto a usted un análisis exhaustivo de su situación y circunstancias para determinar los riesgos a los que está expuesto,

y comprobará si han variado respecto a los identificados en la fecha de contratación de sus seguros, o si estos han evolucionado, desaparecido o han surgido nuevos.

El primer paso será analizar los riesgos a los que está expuesta su familia y usted en caso de imprevistos como una baja laboral, una invalidez, accidente o fallecimiento. A continuación, se evaluará su protección personal y patrimonial, ya sea frente a terceros o propia y, finalmente, se analizará su situación para afrontar la jubilación.

- Coberturas optimizadas y a medida

El siguiente paso que realiza el asesor es evaluar su grado de protección. Es decir, comprobar si las coberturas que tiene contratadas cubren los riesgos detectados anteriormente.

En caso de que las coberturas actuales sean insuficientes, su asesor se encargará de buscar las soluciones a medida entre las compañías líderes con el fin de protegerle ante las descoberturas. Paralelamente, el asesor también se encargará de detectar si existen duplicidades o exceso de coberturas, y así reducir el coste de sus seguros.

- Informe de protección integral

Llegados al punto en que el asesor personal conoce sus riesgos y ha evaluado

sus coberturas, le presentará un informe detallado con la propuesta aseguradora adaptada a las necesidades del momento que le permita mantener sus riesgos protegidos a nivel personal, patrimonial y profesional.

En conclusión, para estar protegido no sólo hay que tener contratados seguros, sino que, además, las coberturas deben estar actualizadas a la situación actual. Por eso es recomendable revisar los riesgos y seguros periódicamente.

Desde Arabrok, ofrecemos a los colegiados una revisión de sus seguros con el objetivo de que mantengan las coberturas aseguradoras adaptadas a los riesgos y necesidades del momento. Si está interesado en recibir una revisión gratuita de tus seguros, te atenderemos en:

La sede del Colegio de Médicos de Zaragoza, en paseo Ruiseñores, 2, abierta de lunes a viernes de 8.00 a 20.00 horas.

Nuestra oficina en el Paseo de la independencia, 5, principal derecha, Zaragoza. El horario de atención es de lunes a viernes de 9.00 h a 19:30 h

El teléfono gratuito 900 83 16 26 o en el 976 38 80 11 ext. 154 / 156

Los correos electrónicos info@arabrok.es o seguros@comz.org

Le recordamos que, con el fin facilitar el servicio a los colegiados, los asesores de Arabrok se desplazarán a su hogar, puesto de trabajo o donde se les requiera.

El Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza actúa como colaborador externo de ARABROK MEDIACION SL. NIF B-01766625. Domicilio social: Paseo Independencia 5 pral. dcha, 50001 Zaragoza. Inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza, al tomo 4479, folio 66, hoja número Z-67410, inscripción 1a, con clave DGSFP J3848. Póliza de Responsabilidad Civil y capacidad financiera conforme el art. 157 del RDL 3/2020, de 4 de febrero, de transposición de la Directiva (UE) 2016/97, sobre la distribución de seguros.



Protección aseguradora personalizada para los colegiados del COMZ

En Arabrok, correduría colaboradora del COMZ especializada en seguros para médicos, ofrecemos a los colegiados una **revisión de sus seguros** con el objetivo de que mantengan las coberturas aseguradoras adaptadas a los riesgos y necesidades del momento.



Asesoramiento personalizado



Análisis de riesgos



Optimización de las coberturas contratadas



Propuesta adaptada a las necesidades actuales



Solicita una revisión gratuita de seguros

www.arabrok.es
info@arabrok.es
900 831 626

Oficina:
Pº Independencia, 5, pral. dcha
50001 Zaragoza

Sede del COMZ:
Paseo Ruiseñores, 2
50006 Zaragoza

Profesionales al servicio de profesionales

El COMZ actúa como colaborador externo de ARABROK MEDIACION SL. NIF B-01766625. Domicilio social: Paseo Independencia 5 pral. dcha, 50001 Zaragoza. Inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza, al tomo 4479, folio 66, hoja número Z-67410, inscripción 1a, con clave DGSFP J3848. Póliza de Responsabilidad Civil y capacidad financiera conforme el art. 157 del RDL 3/2020, de 4 de febrero, de transposición de la Directiva (UE) 2016/97, sobre la distribución de seguros.

Condiciones especiales de financiación para colegiados y colegiadas (y sus familiares)

Confianza, cercanía y trato personalizado, tres pilares de la relación profesional



LABORAL Kutxa ofrece al personal sanitario y no sanitario del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza, y por ende a sus familiares, condiciones preferentes de financiación para la adquisición de su vivienda habitual o de su segunda vivienda, así como para revisar la idoneidad del préstamo que tienes en la actualidad.

LABORAL Kutxa, es una de las entidades financieras de referencia de Zaragoza en la concesión de préstamos hipotecarios y en proporcionar financiación personal, con destino a adquisición de bienes y servicios, así como para afrontar obras menores.

Cualquier persona del Colegio y sus familiares, podrán disponer de un asesor personal exclusivo. Un gestor, con nombre y apellidos, que facilitará información exhaustiva y asesoramiento personalizado, adaptado a las necesidades individuales.

Cada solicitud recibirá un estudio detallado, tanto para la adquisición de una nueva vivienda, como para analizar si tu actual hipoteca puede ser mejorada. También ofrecerá orientación sobre otro tipo de necesidades financieras y fiscales. Una oportunidad exclusiva para el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza.

✓ **Un buen asesoramiento garantiza una correcta elección.**

✓ **¿Hipoteca fija o variable? Flexible, adaptada a tus necesidades.**

✓ **Financiación a tú medida para ti y tu familia.**



Persona de contacto en LABORAL Kutxa:

Luis Puente Mansilla

976 695 322 · 639 987 484

luisalberto.puente@laboralkutxa.com
