

Gaceta Online

Hasta ocho ciudades diferentes celebran esta actividad formativa a la que asisten en conjunto más de 500 personas

Éxito rotundo del Aula de fibrilación auricular celebrado por toda España



EDITORIAL



Quedan pocos meses para el 37.º Congreso Nacional que, como sabéis, se celebrará en Valencia, del 14 al 17 de octubre, con el lema: «El paciente, nuestra guía de formación». Su presidente, Vicente Gasull, nos descubre algunas de sus principales actividades.

descubre algunas de sus principales actividades.

SEMERGEN ACTIVA



Mayo y junio acogieron dos de los principales congresos autonómicos; los de Andalucía y Galicia, con un enorme éxito de participación. Además, como llevamos en portada, destaca la celebración de ocho

sesiones del Aula de fibrilación auricular que aglutinaron a más de 500 asistentes por toda España.

SEMERGEN INFORMA



El Patronato de la Fundación SEMERGEN ha aprobado la concesión de 5 becas de ayuda a doctorandos durante el año 2015, con el fin de colaborar en la realización de tesis que se desarrollen en el ámbito de los estudios de investigación puestos en marcha por la Fundación.

llen en el ámbito de los estudios de investigación puestos en marcha por la Fundación.

SEMERGEN ACTUALIDAD



En esta sección incluimos noticias sanitarias, artículos de interés científico, publicaciones de Guías, etc. Destacamos la última reunión del Foro de Atención Primaria que se celebró en la sede de

SEMERGEN y el premio Albert Jovell recibido por la plataforma www.viajarseguro.org.

Colaboradores:

Sumario

Editorial

- 4 El paciente nuestra guía de formación

SEMERGEN Informa

- 5 Normas para la solicitud de becas de ayuda al doctorado

SEMERGEN Activa

- 6 La atención al paciente crónico será el gran reto de los servicios de salud
- 10 SEMERGEN Galicia celebra su 17 Congreso en Sanxenxo
- 11 Éxito del Aula de fibrilación auricular
- 14 SEMERGEN destaca la importancia de una alimentación saludable, en la que se puede incluir el consumo moderado de cerveza

SEMERGEN Actualidad

- 16 El Foro de Médicos de Atención Primaria denuncia la precariedad laboral y exige la derogación de la tasa de reposición
- 17 Jornadas de residentes anuales en las comunidades autónomas
- 18 El tabaco ilícito supone una décima parte del consumo global
- 19 La plataforma www.viajarseguro.org recibe el 2º Premio Albert Jovell
- 19 Publicación de una "Separata sobre Actualizaciones en EPOC"
- 20 Riesgo cardiovascular, los factores que debemos evitar
- 22 Decálogo sobre la importancia de una adecuada hidratación
- 24 Podemos evitar accidentes, es necesario prevenir con el cuidado de la salud
- 26 Estudio PYCAF: Nota informativa importante
- 26 Se publica la 1ª Newsletter sobre el Estudio PYCAF

Director: Guillermo Castilla
gcastilla@semergen.es

www.facebook.com/Semergen
Twitter: @SEMERGENap

© Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN)
Goya, 25 - 5.º Izda. 28001 Madrid · www.semergen.es
Reservados todos los derechos por parte de SEMERGEN.



37º

Congreso Nacional
SEMERGEN
Valencia 2015
del 14 al 17 de Octubre de 2015
Palacio de Congresos de Valencia

*El paciente,
nuestra guía de formación*



www.congresonacionalsemergen.com
info@congresonacionalsemergen.com



El paciente, nuestra guía de formación

Por Vicente Gasull, Presidente del 37.º Congreso Nacional de SEMERGEN

Quedan pocos meses para que se celebre el 37.º Congreso Nacional de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Como sabéis, la cita será en Valencia del 14 al 17 de octubre, y su lema: «El paciente, nuestra guía de formación».

La elección de este lema marca la guía sobre la que se desarrollará el congreso. Desde los comités organizador y científico creemos que son las necesidades de salud no satisfechas de nuestros pacientes las que nos deben señalar el camino de formación a seguir, las áreas de mejora en nuestro ejercicio. Intentar cubrir estas necesidades es lo que nos ha llevado a elaborar el Programa Científico de nuestro Congreso, siempre teniendo en cuenta la opinión de nuestros Grupos de Trabajo de SEMERGEN, el activo más importante de nuestra Sociedad, y a los que desde este editorial quiero agradecer su colaboración.

La oferta formativa de nuestro Programa Científico está basada, indudablemente, en las competencias que debe tener el médico de Familia, pero queremos abordar actividades formativas específicas sobre la gestión de las enfermedades crónicas, para lo que hemos proyectado una Jornada Precongresual, y sobre el papel de las nuevas tecnologías en la relación médico paciente. Lógicamente daremos cabida, también, a mesas redondas o foros de debate sobre los temas actuales que afectan a nuestra profesión, aulas formativas, centradas en la adquisición de conocimientos, o los talleres, enfocados al manejo de habilidades.

Queremos favorecer, siguiendo la línea de los congresos anteriores, la presencia activa de los médicos residentes en nuestro Congreso, en tanto en cuanto creemos que son el futuro de nuestra sociedad, y para ello hemos dado cabida a sus propuestas sobre actividades de su interés, e incluso, en el momento de escribir este editorial nos estamos planteando el realizar una Jornada Precongresual para médicos residentes. Asimismo, queremos animarles, a ellos y a todos los miembros de SEMERGEN a la presentación de comunicaciones que eleven el nivel científico y participativo en nuestro Congreso.

Como no podía ser de otra manera en una Sociedad, SEMERGEN, abierta a la comunidad, sacaremos el Congreso a la calle, mediante la instalación de una carpa en un lugar céntrico de la ciudad de Valencia, en la que realizaremos actividades dirigidas a la comunidad. Se realizará también, la tarde del sábado una carrera popular, a la que estáis todos invitados a participar.

La sede del congreso será el Palacio de Congresos y Exposiciones de Valencia, donde esperamos hacer realidad la apuesta por la formación continuada, el desarrollo, la innovación y la investigación que caracteriza a SEMERGEN.

Así pues, desde Valencia, liberal y tolerante, hospitalaria, ciudad de la luz, que tan bien plasmó nuestro paisano Sorolla, abierta al Mediterráneo, generosa, y con nuestro carácter valenciano caracterizado por la hospitalidad y la atención hacia nuestros visitantes, os queremos invitar a participar en nuestro Congreso por el que estamos trabajando con ilusión para dar respuesta a las expectativas depositadas en él.

Un cordial saludo y ¡nos vemos en Valencia!



Vicente Gasull, Presidente del 37.º Congreso Nacional de SEMERGEN

NORMAS PARA LA SOLICITUD DE BECAS DE AYUDA AL DOCTORADO, CON PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN CORRESPONDIENTES AL AÑO 2015

Continuando con los objetivos de ayuda al desarrollo, a la investigación en salud y formación de profesionales, el Patronato de la Fundación SEMERGEN ha aprobado la concesión de 5 becas de ayuda a doctorandos durante el año 2015, con el fin de colaborar en la realización de tesis que se desarrollen en el ámbito de los estudios de investigación puestos en marcha por la Fundación.

Adjuntamos la normativa relativa a estas becas. Los interesados podéis remitir la documentación al siguiente email:

fundacion.investigacion@semergen.es

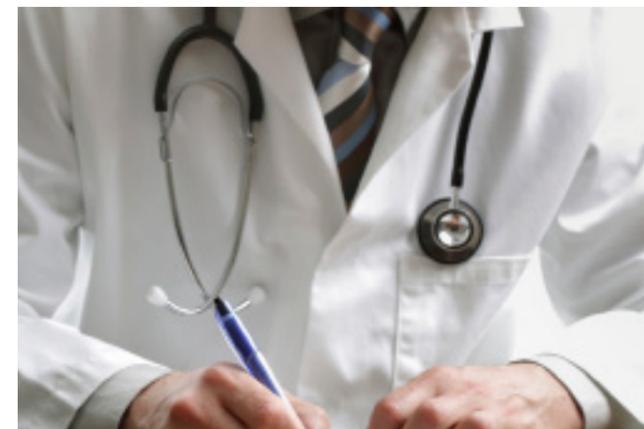
El plazo de solicitud finaliza el 31 de diciembre de 2015

Número y cuantía de las becas de ayuda:

- Cinco becas anuales.
- Cuantía de las becas: Abono del importe equivalente al 50% de la matrícula.

Condiciones indispensables:

- Figurar dado de alta en la base de datos oficial de socios de la SEMERGEN, en la fecha de la convocatoria.
- Estar al corriente de pago de la correspondiente cuota de socio de la SEMERGEN.
- Únicamente serán admitidas las solicitudes cuyo Proyecto de Doctorado esté relacionado con la Atención Primaria y a su vez se desarrolle en el ámbito de algún proyecto de investigación ligado a la



Fundación SEMERGEN ó a algún Grupo de Trabajo de la Sociedad.

- Al menos, uno de los Directores de Tesis, debe ser socio de la SEMERGEN.
- Realizar la Tesis en alguna de las Cátedras vinculadas a la SEMERGEN.
- Aportar documento acreditativo del importe oficial de la matrícula.

Documentación necesaria:

- Los trabajos deben estar referenciados con nombre, dos apellidos, domicilio, teléfono, centro de trabajo y correo electrónico.
- Se remitirá por correo electrónico a la dirección de la Fundación Semergen, fundacion.investigacion@semergen.es
- Memoria de la Tesis, que incluya memoria económica.
- Curriculum Vitae breve y actualizado (máxima extensión 1 hoja en tamaño A4).
- Fotocopia del DNI.

Extensión del trabajo y otros datos de interés:

La presentación de la memoria de la Tesis no debe superar las 3.000 palabras, indicando: Título, introducción, justificación, objetivos, material y métodos y bibliografía.

Plazo de presentación: 31 de diciembre de 2015.



SEMERGEN Activa

El 10.º Congreso de SEMERGEN Andalucía reunió a profesionales del sector, gestores y Administración para compartir experiencias.

La atención al paciente crónico será el gran reto de los servicios de salud actuales

El congreso autonómico de SEMERGEN Andalucía se convirtió durante tres días en punto de encuentro para profesionales de Primaria, gestores y agentes del sector durante los pasados 28, 29 y 30 de mayo, en Islantilla (Huelva). Tanto la inauguración del congreso, que corrió a cargo de la Consejera de Salud de la Junta de Andalucía, María José Sánchez Rubio, como el cóctel de bienvenida, sirvieron para compartir impresiones sobre aspectos que afectan la realidad de Atención Primaria. Asimismo, Enrique Ruiz, director general de Laboratorios VIR fue el encargado de entregar los Premios que la sociedad científica otorga cada año a las mejores comunicaciones presentadas, tanto por médicos de AP como por residentes: mejor caso clínico, mejor proyecto de investigación y mejor comunicación tipo póster.

Dentro de este congreso se celebraron unas jornadas de cronicidad, los días 29 y 30 de mayo, con el objetivo de reflexionar sobre la Atención a los pacientes crónicos y avanzar en su abordaje integral, social y sanitario, ya que estos pacientes suponen un alto porcentaje de la atención prestada en los Centros de Salud y en los hospitales, en aumento cada día, conforme aumenta la esperanza de vida.

La atención eficiente a este numeroso grupo de pacientes, con varias patologías crónicas y a veces con problemas sociales por aislamiento, falta de recursos, etc., hace que sea una atención compleja no siempre resuelta de forma satisfactoria, siendo un reto para los distintos Servicios de Salud.





A lo largo de la Jornada se valoraron una serie de experiencias pilotos llevadas a cabo en distintas autonomías como Euskadi, Castilla y León o Andalucía. Posteriormente, los participantes se dividieron en grupos de trabajo y priorizaron actividades y condiciones para avanzar en la implementación de Plan integral de la Cronicidad de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.

Tras presentar las conclusiones, se realizó una valoración muy positiva de las Jornadas, novedosas en su formato y de gran utilidad. El presidente de SEMERGEN Andalucía, Juan Sergio Fernández, señaló la necesidad de continuar impulsando este tipo de encuentros que permitan evaluar, y mejorar la atención a este grupo de población, los pacientes crónicos, que sin duda es el gran reto que tienen los Servicio de Salud en las próximas décadas y donde la Atención Primaria debe asumir un papel fundamental.



SEMERGEN Galicia celebra su 17 Congreso en Sanxenxo

Los pasados días 12 y 13 de junio se celebró en la localidad de Sanxenxo (Pontevedra) el 17 Congreso de SEMERGEN Galicia, que reunió a 250 médicos de Atención Primaria, y que fue un éxito tanto de convocatoria como por su contenido científico y su nivel organizativo.

En el acto de inauguración oficial estuvieron presentes el presidente de SEMERGEN Nacional, José Luis Llisterri, así como el presidente y vicepresidente de SEMERGEN Galicia, los doctores Sergio Cinza y Daniel Rey. Los presidentes del comité organizador, Andrés Soto-Jove y Bernaldo de Quirós, y del comité científico, Daniel Rey, valoraron muy positivamente la respuesta por parte de los congresistas, la participación investigadora y el nivel formativo del congreso.

Durante estos dos días se realizaron mesas de actualización en Nutrición, EPOC, Anticoagulación o Enfermedades Raras; Talleres en ECG, Redes Sociales en Medicina, Uso y adherencia a inhaladores, Abordaje de la Obesidad en DM tipo 2 y Symposiums en Hipertrofia Benigna de Próstata o DM tipo 2.

Además, en la Conferencia Inaugural se presenta-

ron los resultados del Estudio TECOS de Seguridad Cardiovascular con Sitagliptina, el antidiabético más prescrito de los Inhibidores de la DPP-4 y uno de los Ensayos Clínicos más esperados en los últimos años, que había sido presentado en el Congreso de la ADA 4 días antes.

Entre las actividades del programa destacó una mesa de investigación en el que se presentaron estudios promovidos desde la propia Sociedad: desde ANFAGAL, a punto de finalizar, a GALEPOC, en marcha o el estudio piloto sobre Prevalencia de Síndrome de Intestino Irritable en Galicia. También se presentaron estudios importantes a nivel nacional como PYCAF, en el que participan médicos internos residentes, o el Estudio IBERICAN.

Según palabras del presidente de SEMERGEN Galicia, los organizadores quedaron muy satisfechos por la elevada asistencia y por la positiva evaluación de los contenidos del programa que realizaron los asistentes. Además, destacó la participación de médicos jóvenes que continúa creciendo en cada nueva edición.



Éxito del Aula de fibrilación auricular

Durante los meses de mayo y junio se celebró en distintas ciudades españolas el "Aula de Fibrilación Auricular (FA)" con un éxito rotundo de participación. Esta actividad formativa, desarrollada en colaboración con Bayer, fue diseñada para que los asistentes, a través de una formación teórica-práctica, pudieran adquirir las habilidades y conocimientos necesarios para la gestión integral del paciente con Fibrilación Auricular en Atención Primaria.

Además, se incluyó un cuestionario de evaluación para consolidar los conocimientos y conseguir los créditos concedidos por la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de la Salud. Las 3 estaciones fueron: Caso Clínico Interactivo, ECG y Ecocardiograma, y su objetivo es el aprendizaje y la actualización en el manejo FA.

Como sabéis, la FA es la arritmia más frecuente en la práctica clínica y produce un gran número de ingresos hospitalarios, por lo que desde SEMERGEN hemos creído importante impulsar esta actividad dirigida tanto a la formación de médicos de Atención Primaria como hospitalaria.

En concreto, este aula se realizó en 8 ocasiones: Madrid (en dos ocasiones), Bilbao, Sevilla, Granada, A Coruña, Valencia y Barcelona, y participaron un total de XXX personas. Esperamos que su contenido haya sido atractivo para todos los que participasteis.



Presentación del documento de posicionamiento “¿El consumo moderado de cerveza podría incluirse dentro de una alimentación saludable?” en el Colegio Oficial de Médicos de Cantabria

SEMERGEN destaca la importancia de una alimentación saludable, en la que se puede incluir el consumo moderado de cerveza

La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) ha publicado el documento de posicionamiento “¿El consumo moderado de cerveza podría incluirse dentro de una alimentación saludable?”, que concluye que el consumo moderado de cerveza aporta nutrientes y compuestos bioactivos que pueden ser beneficiosos para la salud, tener un efecto protector cardiovascular y ser una fuente de antioxidantes naturales que facilitan la protección del organismo. El documento fue presentado, en colaboración con el Centro de Información Cerveza y Salud, en el Colegio Oficial de Médicos de Cantabria el pasado 3 de junio, y presentado por Guillermo Pombo, presidente de

SEMERGEN Cantabria y las doctoras Marisa López Díaz-Ufano, coautora del documento y coordinadora del Grupo de Trabajo de Nutrición de SEMERGEN; y Ascensión Marcos, coordinadora del documento y presidenta de la Federación Europea de Sociedades de Nutrición (FENS).

En el documento de posicionamiento se afirma que la cerveza es una bebida fermentada de baja graduación (entre un 4-5'5%), con bajo contenido calórico y elaborada a partir de ingredientes naturales (cebada, lúpulo y un 90% de agua). Por estos componentes, la cerveza contiene vitaminas, polifenoles (antioxidantes), fibra, minerales e hidratos de



Ascensión Marcos, presidenta de FENS, Guillermo Pombo, presidente de SEMERGEN Cantabria y Marisa López, coordinadora del Grupo de Trabajo de Nutrición



carbono que hacen que su consumo moderado se englobe dentro de la Dieta Mediterránea, siempre acompañada de un estilo de vida saludable y activo, y que pueda tener efectos beneficiosos para la salud.

“Por sus ingredientes, se puede afirmar que el consumo moderado de cerveza en adultos sanos podría tener una implicación saludable en el aporte de nutrientes de una dieta”, aseguró Marisa López Díaz-Ufano, que además recordó que “es necesario concienciar a la población de la importancia de llevar hábitos de vida saludables que favorezcan la prevención de enfermedades y que incluyan una alimentación sana y la realización de ejercicio físico”.

Efectos beneficiosos para la salud y baja aportación calórica

“Las investigaciones científicas –añadió la doctora López Díaz-Ufano- indican que la cerveza, consumida con moderación, puede aportar beneficios para la salud cardiovascular, ósea y para el sistema inmunológico. Además, podría reducir algunos factores de riesgo de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer, debido a la gran cantidad de

antioxidantes naturales que aporta, procedentes de los polifenoles y el silicio”.

Por su parte, Ascensión Marcos, apuntó que “la aportación calórica de la cerveza es de sólo 45 kcal/100 ml en el caso de la cerveza tradicional y 17 kcal/100 ml en la cerveza sin alcohol; y su consumo moderado dentro de un patrón de alimentación saludable no afecta al peso ni a la composición corporal, por lo que no es culpable, por sí misma, de la obesidad abdominal”.

Asimismo, según concluyen los autores del documento, el consumo moderado de cerveza podría producir efectos positivos sobre la capacidad antioxidante de las células, el colesterol, el sistema de coagulación y proteger frente a enfermedades cardiovasculares. Además, según estudios científicos, el consumo moderado de bebidas fermentadas, como la cerveza, podría estar asociado con un aumento de la densidad mineral ósea en hombres y mujeres postmenopáusicas, lo que puede verse favorecido por su contenido en silicio, mineral clave para la formación del hueso y que también es importante para la formación del tejido conectivo, incluyendo piel, pelo, arterias y uñas.

SEMERGEN Actualidad

El Foro de Médicos de Atención Primaria denuncia la precariedad laboral y exige la derogación de la tasa de reposición



El Foro de Médicos de Atención Primaria (AP) considera necesario que se acabe con la precariedad laboral que padece la AP en España, por lo que exige la derogación de la tasa de reposición fijada este año en el 50% y solicita contratos más estables que impidan la fuga de profesionales preparados con el consiguiente deterioro de la Atención primaria y, en definitiva, de la atención a los ciudadanos, así como un incremento de las sustituciones, según se concluyó tras una reunión celebrada el pasado 18 de junio en la sede de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Estas reivindicaciones se elevarán al Consejo Interterritorial para que se puedan alcanzar en el mínimo plazo posible.

Durante la reunión, los representantes de las organizaciones que integran este Foro decidieron solicitar datos a las diferentes comunidades autónomas para comprobar hasta qué nivel se están cubriendo las vacantes y sustituciones en el primer nivel asistencial y poder planificar puestos de trabajo a futuro. No obstante, si se quiere evitar la situación límite que se vive en muchas consultas se hace necesario que esta reposición sea del 100%.

El Foro también manifiesta su coincidencia con el rechazo al borrador de Real Decreto de Unidades de Gestión Clínica expresado por el Foro de la Profesión Médica (FPME), e informa de que lo estudiará detenidamente en próximas reuniones con la intención de elaborar un documento al respecto, así como de evaluar la posibilidad de presentar sus propias alegaciones.

Así mismo, reitera su posición en contra del Real

Decreto de Incapacidad Temporal (IT), y demanda su paralización. Aunque este RD todavía no se ha publicado, no cuenta con el apoyo de las autonomías, por lo que, en el caso de que siga adelante, se propondrá la celebración de "Un día sin IT" en el mes de noviembre, en el que se dejarán de cumplimentar aquellas que no se adecuen a lo reflejado en el Decreto, que recoge que la IT la determinará aquel profesional que tenga al paciente bajo supervisión directa.

En relación a la disminución de la burocracia en AP, el Foro propone homogeneizar los informes de salud en todo el Estado y reducir al mínimo o suprimir los visados, igualando los mismos en todas las comunidades autónomas. Los especialistas de Atención Primaria reclaman también agendas personalizadas diseñadas en función de las demandas asistenciales de cada médico y siempre garantizando la adecuada atención del paciente.

El encuentro también sirvió para realizar un balance muy positivo de las actividades emprendidas por toda España con el fin de aumentar la visibilidad de la AP durante la celebración, el pasado mes de abril, del Día de la Atención Primaria. Según pudieron constatar, en algunas comunidades se informó de una sensación de cambio en favor de la AP por parte de la Administración. En este sentido, apostaron por dinamizar los foros autonómicos que participaron activamente y decidieron solicitar reuniones con los diferentes consejeros, y con el Ministro de Sanidad, donde se les presentará de nuevo el "Decálogo de Objetivos para una AP de Calidad" que se dio a conocer hace un par de meses.



Miguel Ángel García (CESM), María Fernández (semFYC), Isidoro Rivera (SEMERGEN), Paloma Hernando (AEPAP), Fernández Pro (SEMG), Francisco José Saenz (SEMG). Salvador Galán (CESM), Aurora García (SEMERGEN), Rocío Prieto (CEEM) y Vicente Matas (OMC).

Este Foro está formado por la Sociedad Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPAP), el Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina (CEEM), la Confederación Estatal de Sindicatos Médicos (CESM), la Organización Médica Colegial (OMC), la Sociedad Española de Médicos de Atención Prima-

ria (SEMERGEN); la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC); la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG); y la Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria (SEPEAP).

Jornadas de residentes anuales en las comunidades autónomas

Aunque algunas comunidades autónomas ya celebran sus propias jornadas de residentes, como es el caso de Extremadura o Castilla-La Mancha, entre otras, durante una reunión de la Junta Directiva Nacional (JDN) de SEMERGEN con los presidentes autonómicos se decidió promover que este tipo de jornadas se articulen una vez al año en todas y cada una de las autonomías donde todavía no se realizan.

La apuesta por el acercamiento al residente sigue siendo una de las principales líneas de trabajo de SEMERGEN, por lo que todos los asistentes estuvieron de acuerdo en incentivar este tipo de actividades y potenciarlas cada vez más, para darle

mayor protagonismo al paciente.

Además, la JDN y los presidentes autonómicos también decidieron impulsar la celebración de foros de análisis de la realidad sanitaria en cada una de sus comunidades. En estos foros, organizados por las propias juntas autonómicas, podrán participar tanto miembros de SEMERGEN como representantes de la administración, médicos de otras especialidades, etc.

¡Nuevas iniciativas para un tiempo nuevo!

El 31 de mayo se celebró el Día Mundial sin Tabaco, centrado este año en el consumo de tabaco ilegal

El tabaco ilícito supone una décima parte del consumo global

“El tabaco ilícito podría suponer hasta una décima parte de los cigarrillos consumidos en el mundo”, afirmó el doctor José Luis Díaz-Maroto, coordinador del Grupo de Trabajo de Tabaquismo de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), con motivo de la celebración del Día Mundial sin Tabaco, el pasado 31 de mayo.

El consumo de tabaco ilegal continuó su crecida durante el último año en nuestro país ya que el 12,5% de los cigarrillos consumidos no pagó sus impuestos en la Península durante 2014. Esto supone un incremento de un 1,2% frente al 11,3% de 2013, según los datos de la encuesta de paquetes vacíos de IPSOS. Una de las causas que se le atribuyen es la existencia de más tabaco falsificado derivado de la instalación de fábricas ilegales en España, una práctica preocupante que se encuentra en alza.

El comercio ilícito no es un problema exclusivo de los países de ingresos altos, ya que, según sostiene Díaz-Maroto, se presenta en casi todos los países del mundo, de una forma u otra. La Comisión Europea calcula que el comercio ilegal de cigarrillos cuesta a la Unión Europea y sus Estados Miembros más de 10 mil millones de euros cada año en con-



cepto de impuestos e ingresos aduaneros no percibidos.

En respuesta a la amenaza que supone el comercio ilícito de tabaco, la Organización Mundial de la Salud (OMS) creó, en 2012, el primer Protocolo para la Eliminación del Comercio Ilícito de Productos de Tabaco con el objetivo de lograr un control efectivo de la cadena de suministro de los productos de tabaco y cooperar a nivel internacional para frenar el crecimiento del tabaco llamado no doméstico.

Los jóvenes y personas con bajos ingresos, los más afectados

El doctor Díaz-Maroto alertó de que “sin lugar a dudas el comercio ilícito del tabaco perjudica y daña la salud de la población, especialmente a los jóvenes y personas con pocos ingresos al aumentar la accesibilidad dado su bajo coste”. Según el doctor, los productos ilícitos de tabaco arrastran a los jóvenes a probar y consumir tabaco porque es más barato y las cajetillas no cuentan con las advertencias sanitarias que informan de sus efectos nocivos para la salud. No obstante, Díaz-Maroto recomienda “hacer una reflexión ya que los gobiernos recaudan impuestos gracias a la venta de tabaco, en concreto el estado español unos 9.000 millones de euros por año”, pero que, en ningún caso, se trata de un “buen negocio” debido a los gastos de salud que ocasiona y al enorme sufrimiento al individuo, a la familia y a la sociedad en conjunto.



La plataforma www.viajarseguro.org recibe el 2º Premio Albert Jovell

La plataforma www.viajarseguro.org, que coordinan los socios de SEMERGEN Manuel Linares y José Luis Cañada, miembros del Grupo de Trabajo de Enfermedades Infecciosas, ha recibido el 2º Premio Albert Jovell en la Primera edición del Foro Premios Albert Jovell, 2015, en la categoría 1 “Mejor Campaña de Prevención desarrollada por asociaciones de pacientes, ONG o fundaciones”.

Viajar Seguro es una plataforma digital que proporciona consejos personalizados dirigidos a mejorar la salud de los viajeros, facilitando la resolución de dudas y consultas.

En 2014 la web recibió a más de 300.000 visitantes únicos, y se atendieron 3.000 consultas de viajeros con destinos y motivos de viaje muy diversos: desde turistas generales, a agencias de viajes, empresas con trabajadores en el extranjero o cooperantes internacionales.

La Fundación io desarrolla proyectos en Enfermedades Infecciosas y en Medicina Tropical y del Viajero y busca mejorar a las comunidades más desfavorecidas, sensibilizando a la población frente a todas las enfermedades infecciosas, incluida la injusticia.



Manuel Linares y José Luis Cañada

Publicación de una “Separata sobre Actualizaciones en EPOC”

Los fenotipos EPOC son una clasificación muy precisa de los pacientes que comparten características clínicas, resultados y, sobre todo, respuestas similares a los tratamientos existentes.

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad heterogénea y por tanto, no todos los pacientes responden a todos los fármacos disponibles para el tratamiento.

Un paciente, por tanto, requiere de un tratamiento personalizado.

Se acaba de publicar una importante Separata digital, partiendo de la premisa que fija la Guía GesEPOC, donde colabora el Grupo de Trabajo de Respiratorio de SEMERGEN, y en la que se actualizan conceptos para el clínico y se argumentan de forma clara 4 fenotipos: el **fenotipo agudizador con bronquitis crónica**, el **fenotipo agudizador con**

enfisema, el **fenotipo no agudizador** y el **fenotipo mixto EPOC-ASMA**.

El Dr. Marc Miravittles es su coordinador científico.

Puede acceder mediante registro a:

www.separata-epoc.com

Tendrá acceso como médico de Atención Primaria a 0.7 créditos oficiales si visiona toda la Separata y los video-comunicados, y se registra previamente para acceder a ella.

Para dudas o más información:

info@separata-epoc.com

VIR organizó una mesa redonda durante el pasado congreso de SEMERGEN Andalucía

Las diferentes estrategias y perspectivas en la gestión que han contribuido a favorecer la sostenibilidad del sistema sanitario fueron analizadas durante la celebración del último congreso de SEMERGEN Andalucía (Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria); celebrado del 28 al 30 de mayo en Islantilla (Huelva). La mesa redonda, organizada por Laboratorios VIR, estuvo moderada por Joan Carles March, director gerente de la Escuela Andaluza de Salud Pública (EASP).

En ella intervinieron varios responsables de servicios autonómicos de salud para desglosar los factores que han contribuido a la contención del gasto en materia de gestión sanitaria. Concretamente, las medidas encaminadas a la gestión de recursos, al

ahorro en materia de gasto farmacéutico y al desarrollo de la gestión clínica fueron algunas de las claves del debate.

Así, José Manuel Aranda, director Gerente del Servicio Andaluz de Salud, explicó que en Andalucía “hemos estado terminando de desarrollar la estructura de gestión clínica y tuvimos que tomar medidas de disminución de sueldos y contrataciones al 75%; a pesar de ello hemos podido mantener la cartera de servicios intacta gracias a la profesionalidad de los trabajadores”. Por ello, subrayó como clave de la sostenibilidad la implicación de los profesionales en la gestión.

Por su parte, Eduardo García, director gerente



Enrique Ruiz director general de VIR, entrega el premio a Francisco Atienza, médico de AP.



El debate sobre la sostenibilidad reunió a Joan Carles March, Eduardo García, Juan Bautista Gómez, Luis Carretero Alcántara y José Manuel Aranda

Regional de Salud de Castilla y León, defendió la reorganización del sistema en pro de la continuidad asistencial ya que “no podemos pretender que todos los hospitales hagan de todo”.

Para Luis Carretero Alcántara, director Gerente del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha, hizo alusión a los esfuerzos realizados en su comunidad para la reducción del déficit. En su opinión, el entorno socioeconómico obligó a “tomar medidas duras con la cooperación de los profesionales”, con lo que se logró adaptar los gastos a los ingresos.

Juan Bautista Gómez Peñalva, gerente del Departamento de València-Arnau de Vilanova y Liria, respaldó la defensa del sistema sanitario público a la par que sostuvo el esquema de concesiones, materializado en esta comunidad en el denominado

‘modelo Alzira’ ya que “sirve para mejorar la sostenibilidad evaluando resultados en salud”.

Asimismo, los participantes aludieron a las unidades centralizadas de compras para ahorrar dinero y al desarrollo de planes de control de patologías prevalentes o de alto impacto.

Premios a las mejores comunicaciones

Por otro lado, Enrique Ruiz, director general de Laboratorios VIR, fue el encargado de entregar los Premios que la sociedad científica otorga cada año a las mejores comunicaciones presentadas, tanto por médicos de AP como por residentes: mejor caso clínico, mejor proyecto de investigación y mejor comunicación tipo póster.



Joan Carles March, Enrique Ruiz, José Manuel Aranda, Aquilino Alonso y Manuel Jiménez.

Mantener una adecuada hidratación es especialmente relevante ante las altas temperaturas del verano, sobre todo cuando se practica actividad física y deporte y para los grupos de población más vulnerables

Decálogo sobre la importancia de una adecuada hidratación

El agua es un nutriente esencial que cumple importantes funciones en nuestro organismo, como el transporte de nutrientes, la eliminación de productos de desecho, la regulación de la temperatura corporal, etc. Las conclusiones del I Congreso Internacional de Hidratación y III Nacional, publicadas en la Revista Española de Nutrición Comunitaria, per-

bajas en o sin calorías que permiten una elección en base a las mismas.

2. El agua cumple importantes funciones en nuestro organismo, como el transporte de nutrientes, la eliminación de productos de desecho o la regulación de la temperatura, y posee cualidades estructurales y lubricantes.



miten obtener diez pautas fundamentales sobre la importancia de una adecuada hidratación en nuestro bienestar, especialmente ante épocas de calor como la actual:

1. El agua es un nutriente esencial que se obtiene a través del consumo de diferentes alimentos y bebidas como parte de nuestra alimentación diaria.

En el caso de las bebidas, se recomienda leer la información nutricional y la relativa a la cantidad de calorías que aportan éstas. Existen alternativas

3. Los requerimientos de agua diarios establecidos por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) son, de forma general, de 2 y 2,5 litros por día para las mujeres y hombres adultos respectivamente (dependiendo también de su estado fisiológico, la actividad física y las condiciones ambientales de cada momento). Sin embargo, la evidencia científica disponible sugiere que la mayoría de la población europea no cumple estas recomendaciones de ingestas.

4. Cada vez hay más concienciación entre la



población sobre la importancia de estar adecuadamente hidratados durante todo el día.

5. Los grupos de población más vulnerables de sufrir hipo-hidratación son niños, mujeres embarazadas y en periodo de lactancia y las personas mayores.

6. Todas las bebidas no alcohólicas que contengan más del 80% de agua y menos de 50 mEq/l de sal son fuente de hidratación, lo que resulta especialmente relevante frente a condiciones ambientales específicas de calor.

7. Una deshidratación de un 2% de pérdida de masa corporal o más tiene impacto en el rendimiento físico, y puede afectar al estado de ánimo y habilidades cognitivas como la coordinación visual-motora, la atención, la memoria a corto plazo...

8. La deshidratación puede alterar la actividad cerebral y el funcionamiento de ciertos sistemas neurotransmisores involucrados en el proceso cognitivo, así como obstaculizar la permeabilidad de la barrera del cerebro.

9. La deshidratación también deteriora el rendimiento en el ejercicio aeróbico, particularmente en los climas más cálidos.

10. Aumentar diariamente la ingesta de agua y líquidos en pacientes que sufren dolores de cabeza, especialmente entre aquellos cuyas ingestas se encuentran por debajo de los niveles recomendados, puede reducir la intensidad y el número de episodios.

Estos diez puntos clave sobre la importancia de la hidratación en la salud forman parte de las conclusiones del I Congreso Internacional y III Nacional de

Hidratación, que contó más de 25 ponentes nacionales e internacionales, cerca de 1.000 asistentes y 93 presentaciones póster sobre diversos aspectos relacionados con la hidratación y la salud.

Según el **Prof. Dr. Lluís Serra-Majem**, Presidente de la Fundación para la Investigación Nutricional (FIN) y Catedrático de medicina preventiva y salud pública de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, "aunque cada vez hay más concienciación, la mayoría de la población europea no cumple las recomendaciones de hidratación de la EFSA". Además, explica, "no debemos confiar únicamente en la sensación de sed. Es necesario aumentar los requerimientos de líquidos en épocas de calor o si realizamos ejercicio físico intenso, y se debe vigilar el estado de hidratación de la población más vulnerable de sufrir hipo-hidratación".

Por su parte, el **Prof. Dr. Javier Aranceta**, Presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) y Profesor Asociado de Nutrición Comunitaria de la Universidad de Navarra, afirma que "la dieta veraniega debe ser generosa en fruta, verduras, sopas y alimentos con alto contenido de agua. No obstante, se recomienda que el 75-80% del líquido que ingerimos a diario provenga de las bebidas".

Serra-Majem LI, Gil A. Conclusions of the I International and III National Hydration Congress Madrid, Spain 3rd and 4th December, 2013. Rev Esp Nutr Comunitaria, 2014;20 (Supl.1):2-12

Podemos evitar accidentes, es necesario prevenir con el cuidado de la salud. El consejo médico es fundamental



Jesús Monclús, Director del Área de Prevención y Seguridad Vial de Fundación MAPFRE

El Área de Prevención y Seguridad Vial de FUNDACIÓN MAPFRE coordina una serie de programas dirigidos a diferentes colectivos con el objetivo de prevenir accidentes, educar en seguridad vial y minimizar los accidentes de tráfico.

Jesús Monclús, Director del Área de Prevención y Seguridad Vial de FUNDACIÓN MAPFRE afirma que "Hay accidentes que se pueden evitar, por eso es necesario prevenir". Con esta idea central, este área desarrolló el programa Médicos por la Seguridad Vial.

La "prescripción" de seguridad vial en la consul-

ta es uno de los objetivos del mismo, marcado ya en 2006. Queremos llegar a la población en general a través de los médicos, para que sean ellos quienes ayuden a sus pacientes a prevenir accidentes de tráfico.

Cuenta Jesús Monclús que en la primera fase de este programa se demostró, mediante la realización de una encuesta, que más del 80% de los encuestados relacionaba la salud con la seguridad vial y reconocían al médico como un prescriptor muy importante. Existe una estrecha relación entre la salud de la persona y la seguridad en la conducción y, lo más importante, un consejo médico es escuchado, aceptado y seguido. Como resultado de este análisis FUNDACIÓN MAPFRE decidió desarrollar el programa "Médicos por la Seguridad Vial", la mejor recopilación de consejos de seguridad vial relacionados con distintos estados y patologías. Los Temas Clínicos, que constituyen la información de base, están clasificados en 18 categorías y describen los síntomas, patologías, los medicamentos, tratamientos y cómo éstos pueden afectar al conductor.

En el último año la colaboración con SEMERGEN ha sido muy importante: han sido revisados 6 temas clínicos para actualizar sus contenidos y se han escrito artículos y casos clínicos publicados en nuestro portal con información reciente y práctica. Todo ello con el sello de validación de la Comisión Nacional de SEMERGEN, que aporta el aval científico que hace que nos diferenciamos de otros programas de divulgación de salud y seguridad vial.

A día de hoy el programa está creciendo, ha sido aceptado y deseamos, de la mano de las sociedades científicas, divulgarlo para llegar al paciente desde el prescriptor adecuado, el médico, y le ayudamos creando documentación rigurosa y

fiable, también disponible en portugués e inglés.

"El trabajo que realizamos con los médicos es muy importante para FUNDACIÓN MAPFRE, la labor de los médicos es fundamental, porque ellos son quienes tienen trato diario y cercano con los conductores. Además, necesitamos un aval de calidad como el que nos ha brindado SEMERGEN, así como su colaboración y apoyo para la prevención de accidentes. No nos olvidamos de los colectivos más frágiles ni de las personas mayores, en este último caso, por una parte, como peatones y, por otro por las limitaciones que -fruto de la edad- van teniendo, no para que dejen de conducir, sino simplemente para que revisen su estado de salud con mayor frecuencia."

Indica también que el programa incorpora ya contenidos en prevención de accidentes y, muy pronto, promoción de la salud, lo que redundará en un mayor beneficio para la sociedad.

Como conductores cometemos 3 errores cada 100 kilómetros ¿falta de prevención o de información?

Estamos en pleno verano y es un momento del año en el que se realiza un gran volumen de desplazamientos por todo el territorio nacional. Jesús Monclús, recuerda la importancia de seguir las recomendaciones de la Dirección General de Tráfico en las operaciones salida en esta temporada vacacional.

Es importante tener en mente el triángulo de la seguridad, para prevenir accidentes en cada uno de los viajes que se realicen. ¿Cuáles son los 3 puntos de este triángulo? Primero, respetar los límites de velocidad establecidos en todos los trayectos que realicemos en carretera o en ciudad; el segundo es el uso del cinturón de seguridad siempre, en caso de los menores la utilización de los adecuados sistemas de retención infantil y, el tercero, cero consumo de alcohol y drogas, ninguno es compatible con la conducción.

Jesús Monclús afirma que "Siempre hay que hablar de prevención y seguridad vial, es un tema que debería estar presente de modo constante, de lo contrario nos relajamos y dejamos de darle la importancia vital que tiene". Además, asegura que nunca debe faltar para prevenir accidentes: la prudencia, el respeto y la sensatez al conducir.



Estudio PYCAF: Nota informativa importante

Aclaraciones a los Criterios de Inclusión y de Exclusión que aparecen descritos en la página 17 del Protocolo del Estudio PYCAF (Estudio para valorar la prevalencia no conocida y las características clínicas y socio-sanitarias del anciano frágil asistido en Atención Primaria):

- Criterios de Inclusión:
 - Edad superior a los 65 años (no igual).
 - Acude a consulta de Atención Primaria (no es visitado en su domicilio).
 - Consentimiento informado escrito.
- Criterios de exclusión:

- Pacientes con problemas para comprender los cuestionarios del estudio, que les impida participar en el estudio o diagnosticados de fragilidad/discapacidad psíquica en la historia clínica.

Para evitar confusiones, os rogamos NO tengáis en consideración los criterios diagnósticos de anciano frágil que aparecen en el "Apartado G: Revisión de la Literatura", del Protocolo del Estudio. Se trata de criterios informativos incluidos en la justificación del estudio. Por tanto los criterios de inclusión/exclusión son únicamente los que figuran en el apartado correspondiente del protocolo y "adaptados" más arriba en esta nota informativa.



Se publica la 1ª Newsletter sobre el Estudio PYCAF

Todos aquellos investigadores que se han adherido al Estudio PYCAF (Estudio para valorar la prevalencia y las características socio-sanitarias del anciano frágil asistido en Atención Primaria) han recibido ya la primera Newsletter; una nueva herramienta que nos permitirá ir informando directamente de las novedades que se vayan produciendo.

Como sabréis, ya hemos iniciado la introducción de pacientes en el CRD electrónico del Estudio en dos comunidades autónomas en las que ya hemos firmado Convenios o Contratos con las Gerencias: Extremadura y Comunitat Valenciana.

Estamos gestionando las autorizaciones con las Gerencias y Fundaciones de Investigación en el resto de autonomías. A medida que tengamos autorización para comenzar el Estudio, os iremos contactando para notificároslo y enviaros los códigos de acceso al CRD-e.

Todos los documentos del Estudio están a vuestra disposición para consulta y descarga en la dirección: <http://www.semergen.es/semergen/investigacion/estudios/estudio-pycap>

Puedes enviar tus comentarios, dudas y formularios a pycaf2@semergen.es

Te responderemos en el menor tiempo posible.

Inscripción gratuita al 37.º Congreso Nacional de SEMERGEN

Todos aquellos investigadores que el 15 de septiembre de 2015 hayan introducido correctamente los datos de al menos 20 pacientes en el CRD-e, tendrán inscripción gratuita al 37.º Congreso Nacional de SEMERGEN, que se celebrará en Valencia del 14 al 17 de octubre.

<http://congresonacionalsemergen.com/>



37^º
Congreso Nacional
SEMERGEN
Valencia 2015
del 14 al 17 de Octubre de 2015
Palacio de Congresos de Valencia

*El paciente,
nuestra guía de formación*

