

CON EL OBJETIVO DE PROMOVER EL LEGÍTIMO RECONOCIMIENTO DE LA MEDICINA DE FAMILIA EN LA UNIVERSIDAD

SEMERGEN FIRMA DOS NUEVAS CÁTEDRAS CON LA UNIVERSIDAD DE GRANADA Y LA MIGUEL HERNÁNDEZ DE ELCHE

Unos convenios que, en definitiva, responden al objetivo de SEMERGEN de colaborar en la formación de los futuros médicos de AP y de aumentar la presencia de la especialidad en el ámbito universitario.

El presidente de SEMERGEN, Dr. José Luis Llisterri, ha subrayado el necesario protagonismo que la enseñanza de Atención Primaria debe tener en la Universidad a través del grado en Medicina.

"Aproximadamente un 27% de las plazas que se ofertan en el MIR están designadas para Medicina de Familia y Comunitaria. Un gran porcentaje que nos impulsa a trabajar por incrementar la presencia de la especialidad en el ámbito académ-



mico e impulsar la dotación de conocimientos y competencias entre los estudiantes sobre Atención Primaria", ha asegurado el Dr. Llisterri. Estas Cátedras no son las primeras de la Sociedad Española de Médi-

cos de Atención Primaria. La Universidad de Extremadura, Santiago de Compostela, Católica de Murcia y Alcalá de Henares también cuentan con cátedras específicas creadas bajo el auspicio de la Sociedad.

ÉXITO DE CONVOCATORIA

LOS PACIENTES CRÓNICOS, PROTAGONISTAS NECESARIOS DE SU SALUD Y ALIADOS DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS

Con más de 350 asistentes, el VI Congreso Nacional de Pacientes Crónicos de SEMERGEN se instaura como el encuentro científico realizado por y para pacientes de referencia en el ámbito de la Atención Primaria.

Un año más, se reitera la necesidad de la organización de este tipo de foros, y el necesario protagonismo que los pacientes deben tener en la gestión de su propia enfermedad, cada vez más formados para la toma de decisiones consciente y responsable.

Un marco de encuentro que, además, remarca los beneficios de recetar asociaciones de pacientes por parte de los profesionales sanitarios ya que, a la vez que estas informan y forman a nuevos individuos con su misma patología, también ofrecen recomendaciones que el especialista no siempre conoce.

"Nadie mejor que ellos para ayudar a los pacientes con su misma patología. De esta forma, obtenemos un conocimiento de la enfermedad que, a nosotros,

por mantenernos en el ámbito clínico, se nos escapa", ha apuntado el Dr. Isidoro Rivera.



SUMARIO



SEMERGEN Institucional

SEMERGEN potencia la Medicina de Familia en la universidad	4
El Resimecum se consolida como manual de referencia	5
Las fake news en la red tienen las horas contadas	6
La lucha contra el ictus y las enfermedades neuromusculares	7

SEMERGEN Noticias

VIII Jornadas Nacionales de Respiratorio	8
XXI Congreso SEMERGEN Comunidad Valenciana	9
VI Congreso Nacional de Pacientes Crónicos	10
10as Jornadas Nacionales Cardiovasculares	11
2as Jornadas Nacionales de Digestivo	12
4as Jornadas Nacionales de Dolor	13
6as Jornadas Nacionales Nefrourológicas	14
6as Jornadas Nacionales de Residentes y Tutores	15

Próximos Congresos

Congresos y jornadas SEMERGEN	16
-------------------------------------	----

SEMERGEN Investigación

RIRES, la apuesta de SEMERGEN por la investigación	17
Premios, Ayudas y Becas de la Fundación SEMERGEN	18

SEMERGEN Solidaria

Impulsando hábitos saludables del sueño en los mayores	19
Cursos formativos para fomentar la solidaridad	20

Actualidad

La ministra de Sanidad se suma al Día de la Atención Primaria	21
Síntomas digestivos e ingesta de cerveza	22
Sorteo SEMERGEN	23
Dolors Montserrat recibe al Foro de Médicos de AP	24
Coca-Cola apuesta por las bebidas vegetales	25

STAFF

Directora

María Vargas Tabuenca
comunicacion@semergen.es

Coordinadores científicos

Sonsoles Velilla
svelizan@hotmail.com

Gustavo C. Rodríguez Roca
gcrodriguezroca@gmail.com

Redacción y Maquetación

María Vargas Tabuenca
comunicacion@semergen.es

www.semergen.es
Facebook: **SemerGen**
Twitter: **@SEMERGENap**
www.pacientessemergen.es

© Sociedad Española de Médicos de
Atención Primaria (SEMERGEN)

Goya, 25 - 5.º Izda. 28001. Madrid

Reservados todos los derechos por parte de
SEMERGEN.

FEMINISMO. DESMONTANDO SUS MITOS

El feminismo es un sistema de ideas y pensamientos críticos que busca superar las desigualdades que viven las mujeres debido al sistema patriarcal, teniendo como objetivo primordial la igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres.

Su objetivo fundamental es visibilizar y transformar la situación de dominación de la cual las mujeres han sido y siguen siendo objeto, bajo un sistema de poder y privilegio que ha mermado sus derechos históricamente, ya sea ignorándolos o violentándolos.

El feminismo, como herramienta de transformación social y cultural, defiende siempre la igualdad de derechos y oportunidades.

El feminismo cuestiona el sistema patriarcal poniendo al descubierto las desigualdades de género

Precisamente, porque el feminismo cuestiona el sistema patriarcal poniendo al descubierto las desigualdades de género que promueve, sus detractores han distorsionado sus fundamentos y deslegitimado sus objetivos, cargando reiteradamente contra él.

Una de las principales estrategias que han servido al sistema patriarcal dominante para desprestigiar al feminismo, es el falso significado que se le atribuye y que ha servido para debilitar la ideología y el movimiento, a través de la utilización de conceptos torticidamente distorsionados para referirse a él y que no reflejan su verdade-

ro significado ni los principios que lo sustentan.

El neomachismo se ha puesto a la tarea de difundir los estereotipos de ser feminista, negativizando su significado y empleando la retórica perversa de términos como "hembrismo" o "feminazis" como si fuera un movimiento "odia hombres".

Equiparar el nazismo con los movimientos que buscan la igualdad entre las personas, que defienden los derechos de las mujeres y que reivindican su dignidad, constituye una estrategia reaccionaria de aquellos que ostentan los privilegios y pretenden contaminar un movimiento igualitario en el que estamos implicados hombres y mujeres.

Visibilizar dichas estrategias neomachistas y combatirlas nos deben servir para deconstruir los falsos discursos en torno a los movimientos feministas y fortalecer las voces que los lideran.

Teniendo claro lo que representa el feminismo, es importan-

te no guiarnos por los prejuicios o mitos que se han construido alrededor del mismo, sino acercarnos y conocer lo que realmente representa.

Combatir las desigualdades implica reflexionar sobre nuestra propia situación de privilegio y/o subordinación desde una postura crítica.

Combatir las desigualdades implica reflexionar sobre nuestra propia situación

Avanzar hacia la igualdad sustantiva, requiere del esfuerzo y compromiso de hombres y mujeres, y de actores de relevancia social entre los que se encuentran sociedades científicas como SEMERGEN, que promueve y defiende sin fisuras ni complejos un modelo social transformado y basado en la igualdad de oportunidades y derechos entre hombres y mujeres.



Dra. Ana Rosa Jurado y Dr. Carlos San Martín

Coordinadores de los Grupos de Trabajo de Atención a la Mujer y Sexología de SEMERGEN

LAS UNIVERSIDADES DE GRANADA Y MIGUEL HERNÁNDEZ DE ELCHE, ENTIDADES FIRMANTES DEL CONVENIO

SEMERGEN POTENCIA LA MEDICINA DE FAMILIA EN LA UNIVERSIDAD MEDIANTE LA CREACIÓN DE DOS NUEVAS CÁTEDRAS

La Sociedad continúa promoviendo el necesario y legítimo reconocimiento de la especialidad de la Medicina de Familia en el ámbito académico.

SEMERGEN ha firmado sendas Cátedras con la Universidad Miguel Hernández (UMH) de Elche y con la Universidad de Granada (UGR), para la creación de la Cátedra SEMERGEN-UMH de Investigación en Cronicidad y la Cátedra SEMERGEN-UGR de Docencia e Investigación en Medicina de Familia, respectivamente. Dos rúbricas que amplían la constante apuesta de la Sociedad por la presencia de la Medicina de Familia en el ámbito universitario, que ya cuenta con otras cuatro cátedras en Extremadura, Santiago de Compostela, Murcia y Alcalá de Henares.

Para el presidente de SEMERGEN, el Dr. José Luis Llisterri, resulta crucial dar protagonismo a la enseñanza de la Atención Primaria en la Universidad. "Muchos de los estudiantes de Medicina optarán a plazas de Atención Primaria tras realizar el MIR, especialidad que no siempre tiene la consideración que se merece dada la falta de información y formación específica. Esto nos impulsa seguir trabajando por incrementar la presencia de la especialidad en el ámbito académico", ha asegurado el Dr. José Luis Llisterri.

CÁTEDRA SEMERGEN-UMH

El rector de la Universidad Miguel Hernández (UMH), D. Jesús Pastor, y el Dr. José Luis Llisterri han realizado la rúbrica del convenio cuyos objetivos específicos son la formación, investigación, desarrollo y transferencia de conocimiento en el ámbito de la cronicidad en salud, mediante la realización de actividades formativas,



investigadoras y la celebración de seminarios o talleres divulgativos de interés sobre cronicidad desde la perspectiva de la AP.

Una cátedra que no solo es necesaria por sus implicaciones para el primer nivel asistencial, sino que también debe su importancia al papel protagonista que están adquiriendo las enfermedades crónicas en el Sistema Nacional de Salud.

CÁTEDRA SEMERGEN-UGR

Asimismo, también se ha realizado la firma de la Cátedra de Docencia e Investigación en Medicina de Familia a través del presidente de la Sociedad y la rectora de la UGR, D^a Pilar Aranda Ramírez. A partir de este acuerdo, se impul-

sarán acciones en el área de la docencia y la investigación, con un claro objetivo de transmisión de resultados y conclusiones de toda la actividad investigadora que se lleve a cabo sobre temas específicos relacionados con la AP, la promoción de la salud y otras áreas consideradas de interés en el campo de la Medicina de Familia.

En el acto también han estado presentes la decana de la Facultad de Medicina, Dra. Aurora Valenzuela, y los integrantes Consejo Director de la Cátedra formado por el Dr. Eladio Jiménez, director de la misma, Dra. María Rosa Sánchez, Dr. Juan Sergio Fernández, Dr. Manuel Jiménez de la Cruz, Dr. Francisco Atienza, y el Dr. José Manceira, miembros de SEMERGEN.



LA APUESTA DE SEMERGEN POR EL MÉDICO JOVEN

EL RESIMECUM 2 SALE A LA LUZ

La guía de diagnóstico y tratamiento dirigida al residente de MFyC.

SEMERGEN ha presentado la segunda edición del manual Resimecum 2, una guía de bolsillo práctica y sencilla que facilita la labor formativa y clínica del residente de Medicina Familiar y Comunitaria, y que ha sido elaborado por residentes y tutores de la Sociedad.

Ha sido elaborado por residentes y tutores de SEMERGEN

“Una obra cuya primera edición salió a la luz en 2015, y que ahora volvemos a hacer con mucho cariño y con el esfuerzo de muchos residentes y tutores”, ha indicado el Dr. Miguel Turégano, coordinador de guía junto con los doctores José Luis Llisterri y María Dolores Aicart, y también coordinador del Grupo de Trabajo de Residentes de SEMERGEN.

EMINENTEMENTE PRÁCTICO

Esta guía de diagnóstico y tratamiento dirigida al residente de MFyC nace con una clara intención. “Es un manual eminentemente práctico, siguiendo



un mismo esquema por cada patología: ¿qué es? ¿cómo se diagnostica? ¿qué pruebas complementarias realizar? y ¿cuándo derivar?”, ha explicado el Dr. Miguel Turégano.

Un manual para que todo residente lo tenga en el bolsillo de su bata

Además, recoge en los anexos la interpretación de las pruebas complementarias que más

se emplean en Atención Primaria, así como otros documentos esenciales para el manejo farmacológico del anciano. Sin lugar a dudas, un manual para que todo residente lo tenga en el bolsillo de su bata y le saque del apuro.

“Para SEMERGEN es crucial fomentar la formación de los residentes e incentivar la participación de los mismos en los órganos gestores de la Sociedad y en las actividades formativas y de investigación”, ha afirmado el Dr. José Luis Llisterri, presidente de SEMERGEN.

OTROS MANUALES DE REFERENCIA

La importante apuesta de SEMERGEN por los médicos residentes se plasma en la realización de otros libros que también sirven como ayuda para su instrucción y formación en la especialidad médica.

En 2016 se publicó el manual “Resiurgencias: manual de manejo y tratamiento de pacientes con patologías médicas agudas y urgentes”, y en el contexto del 39º Congreso Nacional se presentó “Resilab: manual para la interpretación de exámenes de laboratorio dirigido al residente de Medicina Familiar y Comunitaria”.

SEMERGEN SE HA ADHERIDO RECIENTEMENTE A LA INICIATIVA #SALUDSINBULOS

LAS FAKE NEWS EN LA RED TIENEN LAS HORAS CONTADAS

El equipo médico de Pacientes SEMERGEN analizará y desmontará las noticias falsas que circulan por internet y las redes sociales.

La plataforma digital #SaludSinBulos, puesta en marcha por la Asociación de Investigadores en eSalud (AIES), ha firmado un acuerdo de colaboración con SEMERGEN para desmentir las fake news en la red por medio de la página web PacientesSemergen.es, creada para informar y formar al paciente con criterios médicos adecuados, consensuados y documentados sobre los contenidos de salud que se encuentran en internet.

Gracias a este convenio, los médicos de Familia darán respuesta a las noticias falsas sobre Atención Primaria que circulen por internet y las redes sociales. El equipo médico de PacientesSemergen.es responderá a estos bulos en #SaludSinBulos en un plazo máximo de cuatro días hábiles. Asimismo, los lectores de la plataforma que lo deseen podrán ponerse en contacto con los profesionales sanitarios a través de la web www.pacientessemergen.es.

NAVEGAR DE FORMA SEGURA

"PacientesSemergen.es y #SaludSinBulos tienen muchos pun-

tos en común. En ambas entidades trabajamos para conseguir una información de salud de calidad que permita al paciente navegar por internet de forma segura", explica Jaime Alapont, coordinador de la plataforma Pacientes SEMERGEN. No obstante, hay que destacar que los consejos ofrecidos por los profesionales de SEMERGEN en dicha página web son orientaciones médicas y en ningún caso sustituyen al diagnóstico del profesional sanitario que atiende al paciente.

"Contar con el apoyo de la SEMERGEN supone un importante aval para la iniciativa. Los médicos de AP son los profesionales sanitarios que están en un contacto más directo con los pacientes y detectan enseguida cómo estos bulos calan en la población. Si todos actuamos de manera coordinada, podremos frenar la propagación de estas fake news que tanto daño hacen a la salud", indica Carlos Mateos, coordinador de la iniciativa y vicepresidente de AIES.

EL ÉXITO DE PACIENTES SEMERGEN



En 2017, PacientesSemergen.es superó las 20.000 visitas con más de 16.000 usuarios únicos que emplearon los diferentes recursos de la plataforma en formato texto, podcast y videos, así como la teleconsulta médica online gratuita, segura, anónima, sin necesidad de registro, sin publicidad y con accesibilidad aumentada (las personas discapacitadas pueden comunicarse con la web sin necesidad de periféricos) que le han hecho merecedora de ser la mejor web de Teleconsulta en los eHealth Awards 2017.

EL 90% DE LOS ICTUS SE PODRÍAN EVITAR MEDIANTE PREVENCIÓN Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

CONTRA EL ICTUS TODOS PODEMOS

Los médicos de Familia tienen una posición privilegiada para prevenir factores de riesgo y promover estilos de vida saludables.

SEMERGEN ha suscrito un acuerdo con la Asociación Freno al Ictus cuyo objetivo es promover actividades de concienciación sobre esta enfermedad, informar sobre su prevención, detección, abordaje y manejo entre los médicos de Atención Primaria, así como proporcionar ayuda a la mejora en la calidad de vida de los afectados y sus familiares.

El ictus es la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto, la segunda de demencia y, actualmente, más de 330.000 personas han sufrido esta enfermedad. Cada año, alrededor de 115.000 personas sufren un ictus en nuestro país, de los cuales un 50% quedan con secuelas incapacitantes o fallecen.



Fruto de esta alianza también se contará PacientesSemergen.es, en donde se pondrá a disposición de los asociados de Freno a Ictus los

servicios de consulta médica y los recursos gratuitos relacionados con la salud, como consejos y guía, que ofrece la página web de SEMERGEN.

FRUTO DEL CONVENIO MARCO FIRMADO EN 2016

LOS MÉDICOS DE FAMILIA SE FORMARÁN EN ENFERMEDADES NEUROMUSCULARES

La responsable de Relaciones Institucionales de la Federación Española de Enfermedades Neuromusculares (Federación ASEM), Mónica Suárez, se ha reunido con el Dr. José Luis Llisterri para establecer las líneas del convenio específico entre las dos entidades que se pondrá en marcha este año 2018.

Entre otras cuestiones se acuerda fomentar la divulgación de las enfermedades neuromusculares y acercar a los médicos de AP la labor que realizan las asociaciones miembro de la Federación ASEM, así como mejorar el alcance de la plataforma de pacientes de SEMERGEN.



El convenio marco firmado en 2016 tiene como objetivo servir de soporte para el intercambio de información de interés a los fines de ambas organizaciones, sobre el desarrollo de aquellas actuaciones encaminadas a potenciar la forma-

ción de sus asociados, el desarrollo de actividades de investigación, así como la celebración de seminarios, cursos y conferencias sobre patologías neuromusculares, que acerquen el conocimiento a profesionales, pacientes y público en general.

LA NEUMONÍA PROVOCA 89.000 HOSPITALIZACIONES AL AÑO

LA VACUNACIÓN FRENTE A LA NEUMONÍA NEUMOCÓCICA PERMITIRÍA REDUCIR 10.000 DEFUNCIONES

Los problemas respiratorios representan el problema de salud atendido con más frecuencia en Atención Primaria.

Las VIII Jornadas Nacionales de Respiratorio, celebradas el 20 y 21 de abril en Torremolinos, se organizaron con un claro planteamiento de actividades basadas en la educación sanitaria, la rehabilitación, la promoción de la salud y la implicación de los pacientes en la toma de decisiones. Un foro al que acudieron 350 profesionales sanitarios y se presentaron 80 comunicaciones científicas.

VACUNACIÓN PARA LA NEUMONÍA

Uno de los temas principales sobre los que giraron las Jornadas fue la vacunación frente a la neumonía neumocócica, enfermedad que supone la primera causa de mortalidad por patología infecciosa en España, donde un 20-30% de los pacientes diagnosticados precisan de ingreso hospitalario.

El gasto anual ronda los 500 millones €, entre costes sanitarios y sociales, y, aunque la incidencia de la neumonía varía entre 2 y 10 casos por cada 1.000 habitantes y año, esta se multiplica casi por 5 si se compara el grupo de edad de 18 a 50 años con el de mayores de 64 años.

La vacuna antineumocócica conjugada con 13 serotipos forma parte del calendario vacunal infantil en todas las comunidades autónomas. Sin embargo, en los adultos solo está recomendada en los grupos de riesgo. "El problema es que solo en algunas comunidades autónomas está financiada por la administración. Concretamente, Madrid, Castilla y León, La Rioja, Galicia y Asturias sí han introducido la vacunación conjugada de 13 serotipos en adultos en su calendario", ha explicado el Dr. Leovigildo Ginel, presidente del Comité Organizador de las Jornadas. Por el contrario, en otras comunidades autónomas está financiada la vacuna polisacárida de 23 serotipos para mayores de 65 años y determinados grupos de riesgo, cuyo poder para generar anticuerpos persistentes y la

duración de su efecto hace que sea menor.

EPOC Y ASMA, CONSULTAS PRE-VALENTES

La EPOC afecta al 10% de los españoles mayores de 40 años y el asma al 5% de la población, pudiendo ser atendidos entre 5 y 10 pacientes diarios en las consultas.

"En los últimos años, pocas enfermedades han supuesto un problema de salud pública mundial equiparable a la EPOC y al asma. Por un lado, por su prevalencia, y por otro, porque a pesar de los avances en el conocimiento de su etiopatogenia y la incorporación al mercado de nuevos fármacos, continúa siendo dificultoso el control de las mismas", ha manifestado el Dr. Antonio José Baca, presidente del Comité Organizador.



RETOS DESDE ATENCIÓN PRIMARIA

Existen una serie de problemáticas que dificultan el correcto manejo de las enfermedades respiratorias. El tabaquismo, el envejecimiento de la población con el aumento de las enfermedades crónicas son importantes retos que se deben asumir desde Atención Primaria.

Asimismo, las cifras de infradiagnóstico, la escasa precisión diagnóstica, el inadecuado uso de la espirometría forzada y la utilización de numerosos recursos en salud, plantean la necesidad de una atención integrada basada en la educación sanitaria, rehabilitación, promoción del autocuidado e implicación del paciente en la toma de decisiones.

LOS MÉDICOS DE AP DEBEN ESTAR PREPARADOS PARA ACTUAR ANTE CUALQUIER SITUACIÓN DE EMERGENCIA

LAS URGENCIAS EXTRAHOSPITALARIAS TOMAN PROTAGONISMO

La variedad, como característica intrínseca de la Medicina de Familia, requiere de una formación completa.

Ofrecer una formación variada y actual dirigida tanto a médicos adjuntos como a residentes, que contemple la polivalencia del médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Así definió la Dra. Zaira Correcher los objetivos primordiales del XXI Congreso SEMERGEN Comunidad Valenciana celebrado el 19 y 20 de abril en Castellón, y del cual la doctora ha sido presidenta del Comité Organizador.

Con más de 200 inscritos, un 20% de ellos residentes, se ofreció un programa científico basado en las distintas áreas de competencias de los especialistas de Medicina Familiar y Comunitaria, apostando por competencias que, si bien todavía no están implantadas en la Comunidad Valenciana, esperan ser aplicadas en un futuro próximo como sucede con la ecografía.

“En otras comunidades autónomas, los centros de salud disponen ya de este servicio, y esperamos, pese a que el tiempo en Atención Primaria es un bien preciado y muy limitado, que podamos disfrutarla próximamente aquí con una gestión adecuada,” ha comentado la Dra. Correcher.

URGENCIA EXTRAHOSPITALARIA

Una de las actividades del programa científico fue un simulacro de emergencias que se realizó en plena ciudad de Castellón con la colaboración de las ambulancias CSA y del SAMU para la formación en urgencia extrahospitalaria.

“Organizamos esta actividad siguiendo la línea del taller de medicina militar que realizamos en el congreso del año pasado. Un

médico de AP debe estar preparado para actuar dónde sea y en las condiciones que sean, por lo que, ante un accidente de tráfico o un “múltiples víctimas”, debemos saber cómo actuar ya que una gran carga asistencial recae sobre los profesionales”, ha explicado el Dr. José Ignacio García, presidente del Comité Científico.

Además, ha subrayado que, “sacar a una persona de un coche o quitar un casco puede no suponer demasiadas complicaciones en condiciones normales, pero cuando la situación se torna complicada, tensa y difícil, debes ser muy ágil y contar con sólidos recursos formativos”.

Cuando la situación se torna complicada, debes ser muy ágil

MEDICINA LEGAL

Asimismo, se realizó un taller de medicina legal, “un tema siempre controvertido al que estamos muy expuestos en nuestras consultas, que genera muchas dudas y que, por desgracia, se trata muy poco en encuentros científicos”, ha añadido el Dr. García. Un taller realizado por el Dr. Josep Castellà García, jefe del servicio de Patología Forense del Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses de Cataluña.



PEÑÍSCOLA, SEDE DE LAS PRÓXIMAS JORNADAS DE RESIDENTES COMUNIDAD VALENCIANA

“A finales de año traeremos también las Jornadas de Residentes Comunidad Valenciana a Peñíscola, con la intención de seguir ofreciendo una formación cercana y de calidad para todos aquellos jóvenes médicos que quieran formarse con nosotros en una provincia que esperamos sea referente de actividad científica”, ha concluido la Dra. Zaira Correcher.

UN ENCUENTRO CIENTÍFICO DE REFERENCIA ENTRE ASOCIACIONES DE PACIENTES

“ESTE CONGRESO DEBE CONSTITUIR EL FARO QUE NOS GUÍE A LOS MÉDICOS DE FAMILIA EN NUESTRO QUEHACER DIARIO”

El único foro científico de AP dedicado exclusivamente a los pacientes crónicos.

El VI Congreso Nacional de Pacientes Crónicos, celebrado en Córdoba los 19 y 20 de abril, sirvió de marco de encuentro para que distintas asociaciones de pacientes pusieran en común sus problemas cotidianos, favoreciendo el planteamiento de soluciones y reivindicaciones del colectivo de los enfermos crónicos.

Más de 350 asistentes se dieron cita en el Hospital Universitario Reina Sofía, bajo el lema “Siempre contigo y por ti”. Un congreso de vital importancia para SEMERGEN, que supone la culminación de su actividad estratégica a la hora de impulsar la formación continuada y conseguir la excelencia en la práctica clínica asistencial.

Un congreso de vital importancia para SEMERGEN

Tal y como ha apuntado el Dr. Isidoro Rivera, vocal del Área de Pacientes de la Junta Directiva Nacio-

nal de SEMERGEN, “este congreso debe constituir el faro que nos guíe a los profesionales sanitarios de AP en nuestro quehacer diario, y que nos permita reflexionar y escuchar la voz del paciente crónico para que nuestras actividades, tanto formativas como investigadoras, estén dirigidas a la solución, si es posible, de los problemas que estos nos plantean”.

CIEN MIL MOTIVOS DE PESO

Entre las actividades que se dieron cita en el congreso destacó la mesa Proyecto Comunitario Cien Mil Motivos de Peso AMICOR, un innovador y novedoso plan de promoción de la salud cardiovascular y prevención de la obesidad, con el que se pretende hacer disminuir de forma colectiva a los habitantes de la población gallega de Narón 100.000kg en dos años.

El proyecto, impulsado por el Dr. Carlos Piñeiro, vicepresidente de la iniciativa y miembro de SEMERGEN, desarrolla diferentes estrategias sobre sobrepeso, obesidad, nutrición, reducción del sedentarismo, actividad física y promoción

de la salud, dirigidas a menores de 15 años y adultos.

En Galicia, la prevalencia de la obesidad infantil alcanza al 33% de los escolares de 6 a 15 años (con sobrepeso y obesidad) y 4 de cada 10 tienen exceso de peso. Asimismo, la prevalencia de la obesidad en adultos es de un 23,3 % y un 41,9% con sobrepeso, donde 6 gallegos de cada 10 padecen exceso de peso.

Con el apoyo del centro de salud de Narón, este proyecto transformará la ciudad en un laboratorio para una vida saludable a través de diversas iniciativas multisectoriales. Una de ellas es el programa “Cardioescuela”, por el cual la escuela se transforma en una experiencia de participación comunitaria, en donde los niños se convierten investigadores de los factores de riesgo cardiovascular y estilos de vida saludable de toda la comunidad educativa, incluyendo a estudiantes, personal docente y no docente, madres y padres, incrementando de esta forma su papel activo en la toma de decisiones y actividades.



LA GUÍA ACC/AHA 2017 SUPONE CAMBIOS EN EL DIAGNÓSTICO DE LA HIPERTENSIÓN

LOS MÉDICOS DE FAMILIA EXPECTANTES ANTE LA PUBLICACIÓN DE LAS NUEVAS GUÍAS DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL

El próximo mes de junio se presentará la nueva guía europea que actualizará la guía ESH/ESC 2013.

Dado que la hipertensión arterial sigue siendo el factor de riesgo que más morbimortalidad genera en el mundo, y las enfermedades cardiovasculares siguen estando en el primer puesto, existe suficiente justificación para seguir trabajando y organizando nuevas ediciones en los próximos años. Así lo ha señalado el Dr. Vicente Pallarés, coordinador del Grupo de Trabajo de Hipertensión Arterial y Enfermedad Cardiovascular de SEMERGEN, tras la finalización de las 10as Jornadas Cardiovasculares realizadas en Vitoria-Gasteiz que alcanzó los 250 participantes.

CIFRAS HIPERTENSIÓN

Durante este encuentro se ha realizado una puesta en común de la situación actual de la hipertensión arterial, dado que el pasado mes de noviembre de 2017, Estados Unidos publicó la Guía ACC/AHA 2017 por las que se modificaban las cifras de clasificación a pacientes con hipertensión arterial de estadio I, pasando de 140-149/90-99mmHg a 130-139/80-89mmHg.

Un cambio de paradigma que, según últimos estudios científicos, ha provocado la aparición de un 4% de nuevos hipertensos que necesiten aplicar tratamiento

farmacológico, y en donde alrededor de la mitad de los hipertensos tratados que llegaban a los objetivos anteriores debieran intensificar su tratamiento para conseguir las nuevas cifras de control.

EXPECTACIÓN

Si bien estas nuevas cifras suponen cambios en el diagnóstico de la hipertensión, el Dr. Javier Alonso, miembro del Grupo de Trabajo de Hipertensión y Enfermedad Cardiovascular de SEMERGEN, ha explicado que "aunque los profesionales sanitarios de España se rigen por la Guía europea ESH/ESC 2013, la cual sigue manteniendo las cifras estándar de 140/90mmHg, se está generando un importante debate dentro del colectivo médico". Además, el próximo mes de junio se presentará la nueva guía europea en el contexto del 28th European

Meeting on Hypertension and Cardiovascular Protection de la Sociedad Europea de Hipertensión, "por lo que todos los médicos estamos expectantes de cuáles serán las nuevas cifras y sus repercusiones en nuestras consultas" ha añadido el Dr. Alonso.

ASPECTOS POSITIVOS

No obstante, el Dr. Javier Alonso indica que "a pesar de las controversias sobre las cifras de presión arterial, cabe señalar que la Guía ACC/AHA 2017 ha incidido de forma muy favorable en aspectos de diagnóstico, medidas ambulatorias de la presión arterial, evaluación del riesgo cardiovascular, hipertensión secundaria, tratamiento no farmacológico y estilos de vida, y tratamiento farmacológico de la hipertensión en situaciones especiales".



NO ES SOLO CUESTIÓN DE CIFRAS

La hipertensión es un factor de riesgo cardiovascular muy importante, donde los pacientes deben estudiarse considerando no sólo las cifras de presión arterial, sino también las distintas situaciones clínicas y sus lesiones de órgano diana. Por ello, el médico de Familia debe calcular el riesgo cardiovascular, lo cual le ayuda a tomar mejores decisiones terapéuticas y a realizar un más eficiente seguimiento del paciente.

LA PATOLOGÍA DIGESTIVA FORMA PARTE DEL QUEHACER DIARIO DEL MÉDICO DE FAMILIA

EL INFRADIAGNÓSTICO, PRINCIPAL PROBLEMA DE LA CELIAQUÍA

La mejor estrategia para mejorar las tasas de diagnóstico es la búsqueda activa de pacientes con síntomas sugestivos y de grupos de riesgo.



Durante el 6 y 7 de abril se organizaron las 2as Jornadas Nacionales de Digestivo en Santander. Un foro científico que reunió a 150 profesionales de la Medicina de Familia, la mitad de ellos jóvenes médicos residentes, con un claro interés por la formación y adquisición de nuevas competencias en la patología digestiva.

En esta segunda edición, y con respecto el año pasado, la Dra. Sandra Arenal, presidenta del Comité Científico, ha explicado que

“la evolución ha sido todo un éxito logrado gracias al esfuerzo del Grupo de Trabajo de Aparato Digestivo y a la Junta Nacional de Cantabria”. Y es que, por ejemplo, en comunicaciones científicas presentadas se ha llegado a multiplicar casi por 7, pasando de 26 en 2017, a 177 en 2018.

CELIAQUÍA EN AP

Uno de los problemas de esta enfermedad es el infradiagnóstico ya que, por cada caso diagnosticado, hay un promedio de cinco

casos sin diagnosticar, debido a la sintomatología atípica, mínima, o incluso ausente.

“Este retraso o ausencia en el diagnóstico tiene consecuencias para la salud del individuo, pues se la relaciona con una mayor progresión de la enfermedad, complicaciones como osteoporosis y un riesgo aumentado de fractura, infertilidad, aumento del riesgo de patología intestinal maligna y disminución del crecimiento, pubertad retrasada y problemas dentales en niños”, ha indicado la Dra. Mercedes Ricote, coordinadora del Grupo de Trabajo de Aparato Digestivo de SEMERGEN.

INVESTIGACIÓN

Existen diferentes líneas de investigación en búsqueda de nuevos tratamientos de la enfermedad celíaca centrados en métodos que se dirigen hacia la vacuna y el uso de enzimas que descomponen el gluten y sus componentes inmutogénicos antes de que el gluten llegue al intestino delgado.

Actualmente, se está viendo el importante papel que tiene la microbiótica intestinal o mejor dicho su alteración en la patogénesis de algunas enfermedades digestivas. Se están identificando, identificando cuáles son los cambios en la microbiótica intestinal que pueden influir en determinadas patologías.

Por ello, la mejor estrategia desde Atención Primaria para mejorar las tasas de diagnóstico es la búsqueda activa de casos en pacientes con síntomas sugestivos y prestar especial atención a los grupos de riesgo.

LA CELIAQUÍA EN CIFRAS

- Afecta a alrededor del 0,3-1% de la población mundial.
- Puede aparecer en cualquier etapa de la vida.
- Más del 70% de los nuevos pacientes son diagnosticados con más de 20 años.
- Afecta más a mujeres que a hombres (2:1). En España es de 1,4% en niños y 0,3% en adultos.
- La prevalencia se incrementa en familiares de primer grado (1 de cada 22); en familiares de segundo grado (1 de cada 39).

LAS ACTIVIDADES CIENTÍFICAS ESTUVIERON ORIENTADAS A ACTUALIZAR LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES A TRAVÉS DEL DPC

LAS JORNADAS NACIONALES DEL DOLOR, CON LA ATENCIÓN INTEGRAL DE ESTAS PATOLOGÍAS

El abordaje del dolor debe hacerse bajo los más estrictos requisitos de seguridad.

Con más de 200 participantes y 50 comunicaciones recibidas, las actividades científicas que organizadas en el marco de las 4as Jornadas Nacionales de Dolor, celebradas los días 13 y 14 de abril en la ciudad de Cádiz, estuvieron orientadas a actualizar las competencias de los profesionales a través del Desarrollo Profesional Continuo (DPC).

“Esto ha sido importante para los asistentes, ya que les sirve para acreditar sus conocimientos y habilidades, en aras de ofrecer la mejor atención asistencial al paciente”, ha indicado el Dr. Enrique Alcaraz, presidente del Comité Organizador de las Jornadas.

UNA ESFERA INTEGRAL

Las principales causas del dolor son de origen osteoarticular y, dentro de ellas, la artrosis, sin descartar causas neurológicas que también aparecen con frecuencia, dependiendo en muchos casos de complicaciones de enfermedades crónicas como, por ejemplo, la diabetes mellitus.

Consecuentemente, el abordaje del dolor debe hacerse bajo los más estrictos requisitos de se-



guridad, vigilando interacciones de fármacos, adherencia al tratamiento, vías de administración de fármacos y atención social.

Como ha apuntado el Dr. Pedro Ibor, coordinador del Grupo de Trabajo de Dolor de SEMERGEN, “la atención al dolor debe ser integral, atendiendo a las esferas psíquicas, sociales y biológicas del paciente”. Tal y como ha añadido este experto, “es en Atención Primaria donde está el eje y la guía de esta atención y, para ello, es necesaria la formación y el compromiso de la Administración”.

La atención al dolor debe atender todas las esferas del paciente

OBJETIVO PRINCIPAL: EL PACIENTE

Por ello, el programa científico se focalizó en algunas patologías concretas de cara a mejorar la calidad de vida de los pacientes, como es la lumbalgia. Una enfermedad que la sufre el 80% de la población en España en algún momento de su vida y es la causa más frecuente de incapacidad en menores de 45 años y la segunda de absentismo laboral.

Asimismo, al ser la patología osteomuscular más prevalente en Atención Primaria, se destacó la importancia de su diagnóstico diferencial con respecto a otras enfermedades más graves.

“La lumbalgia necesita de un tratamiento indicado por parte de un especialista y, en algunas ocasiones, de forma urgente. Por ello, debemos ser capaces de identificar los factores que pueden llegar a cronificar la lumbalgia para poder evitarla”, ha señalado el Dr. Rafael Carrascal.

Al mismo tiempo, se transmitió la importancia de que el paciente se capacite para impulsar su autocuidado, así como las ventajas que puede conllevar este aspecto al profesional sanitario, ya que le ayuda a prevenir el burnout y mejorar su salud ante las situaciones adversas.



LO MÁS IMPORTANTE, LA PREVENCIÓN

LAS CONSULTAS SOBRE PATOLOGÍA NEFROUROLÓGICA SON CADA VEZ MÁS FRECUENTES EN LA AP

SEMERGEN impulsa los conocimientos en el abordaje de los pacientes con patologías y síntomas urinarios.

Más de 150 asistentes, de los cuales 40 son residentes, acudieron los días 13 y 14 de abril en Segovia a las 6as Jornadas Nefrourológicas. Un foro científico que se centró en la actualización de conocimientos sobre el abordaje de los pacientes con síntomas del tracto urinario inferior (STUI), vejiga hiperactiva, infecciones urinarias e infecciones de transmisión sexual.

“Las consultas sobre patología nefrourológica están cada vez más presentes en la consulta. Si sumamos el hecho de que los actuales planes docentes dejan al descubierto algunos aspectos de la formación en este tipo de patología, concluimos que es necesaria la actualización continua en el abordaje de estas patologías”, ha indicado la Dra. Montserrat Pimienta, presidenta del Comité Organizador.

PREVENCIÓN

En los últimos 10 años, se ha visto incrementada considerablemente la incidencia de las infecciones de transmisión sexual (ITS) curables. La mitad de las ITS se producen en jóvenes entre 15 y 24 años, y se estima que 1 de cada 20 adolescentes contrae una ITS al año.

Las infecciones del tracto urinario afectan en una mayor proporción a las mujeres

Asimismo, las infecciones del tracto urinario afectan en una mayor proporción a las mujeres, las cuales son, generalmente, cistitis no complicadas. Un 50% de las mujeres al menos una vez en

su vida padecerá una infección del tracto urinario de las que, a su vez, para una tercera parte serán recurrentes.

Los síntomas del tracto urinario inferior están producidos por diversas causas como son la hiperplasia benigna de próstata, la vejiga hiperactiva, poliuria nocturna y otras causas.

“Al igual que en otras patologías crónicas, la mejor prevención es mantener un estilo de vida sano, con una alimentación equilibrada, control del peso, abstención de tabaco, consumo moderado de alcohol y otras bebidas excitantes que contienen cafeína, evitar el estreñimiento y hacer ejercicio físico regularmente” ha explicado la Dra. Lourdes Martínez-Berganza, coordinadora del Grupo de Trabajo de Nefrourología de SEMERGEN.



EN LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS SE JUBILARÁN MÁS DE 15.000 MÉDICOS DE FAMILIA

LA FORMACIÓN MIR PELIGRA ANTE LA ESCASEZ DE TUTORES

La sobrecarga asistencial y la falta de reconocimiento, otras de las principales dificultades de los tutores.



Potenciar la relación tutor-residente, vínculo fundamental para el desarrollo del médico residente que posibilita grandes resultados durante la formación del médico MIR. Este fue el principal objetivo de las 6as Jornadas de Residentes y Tutores de SEMERGEN celebradas a inicios del mes de marzo que reunió a 400 profesionales, repartidos en 311 residentes y 89 tutores, y en donde se recibieron un total de 337 comunicaciones científicas.

NECESARIA RECTIFICACIÓN DE LA TRONCALIDAD

"Solicitamos que se rectifique la regulación de la troncalidad y que se incluya la rotación de los residentes por los centros de salud, con el objetivo de aportar una visión integral de la atención médica", ha indicado el Dr. Rodrigo Abad, coordinador del Grupo de Trabajo de Tutores de SEMERGEN.

"El auténtico problema de la troncalidad es la necesidad imprescindible de que se destinen recursos humanos y económicos para poder garantizar una docencia de calidad. De lo contrario, no solo repercute en los residentes, sino que implica una peor calidad asistencial y un deterioro del Sis-

tema Nacional de Salud", ha concluido el Dr. Rodrigo Abad.

SOBRECARGA ASISTENCIAL, FALTA DE RECONOCIMIENTO Y ESCASEZ DE TUTORES

"Para la formación del médico residente, el tutor ocupa un papel prioritario, ya que es el principal responsable de su formación. Para que el aprendizaje sea completo, no solo deben potenciarse los aspectos clínicos, sino también los aspectos relacionales y éticos; y, para ello, es fundamental disponer de tiempo", ha apuntado el Dr. Miguel Turégano, presidente del Comité Organizador y coordinador del Grupo de Trabajo de Residentes.

Por ello, debido a la sobrecarga asistencial que existe actualmente en las consultas de Atención Primaria por cupos sobredimensionados, "la formación integral del médico residente viene repercutida muy negativamente", ha manifestado.

Asimismo, otras de las problemáticas presentes en esta área son la falta de reconocimiento y las dificultades que los tutores encuentran para desarrollar su labor docente. Tal y como ha explicado el Dr. Abad, "hoy en día es una actividad no remunerada y verdaderamente vocacional, ya que supone dedicar tiempo extra de la vida familiar y personal y no existe ningún tipo de incentivación, ya sea económica o curricular".

Además, en los próximos 10 años se jubilarán más de 15.000 médicos de Familia, por lo que la escasez de tutores será una realidad en un futuro próximo, que impedirá contar con profesionales suficientes para formar a nuevos médicos. Y todo ello, sin contar con los muchos tutores que actualmente están próximos a la jubilación y que no podrán completar el ciclo formativo de los 4 años de residencia.

UNA SITUACIÓN INSOSTENIBLE

Durante el año 2014, la inversión en Atención Primaria supuso solo el 14,6% de la inversión total en el Sistema Nacional de Salud, mientras que en 1982 fue del 20,2%. "Si la Administración no previene y mejora este escenario, el paciente será el primer afectado en términos de equidad, igualdad y universalidad", ha finalizado el coordinador de Tutores de SEMERGEN.

5º CONGRESO AUTONÓMICO DE Castilla y León
 II Jornadas Interautonómicas de Asturias y Castilla y León

18 y 19 de mayo
 Consejo Consultivo de Castilla y León



Medicina de Familia para nuestra gente
ZAMORA 2018

SEMERGEN AP
 Asociación Española de Atención Primaria de Familia

info@congreso.semergenastillayleon.com
 www.congreso.semergenastillayleon.com

13º Congreso
 Andaluz de Médicos de Atención Primaria
SEMERGEN
 Andalucía

Fuengirola (Málaga)
 24, 25 y 26 de mayo de 2018
 Hotel IPV Palace



www.congreso.semergenandalucia.com
 info@congreso.semergenandalucia.com

CARTAGENA
 Región de Murcia



Apprimary
 ATENCIÓN PRIMARIA DIGITAL

III JORNADAS NACIONALES DE MEDICINA Y NUEVAS TECNOLOGÍAS DE SEMERGEN

31 DE MAYO, 1 y 2 DE JUNIO // 2018
 GRUPO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS // SEMERGEN

Sede: Hospital General Universitario Santa María del Rosell

www.jornadasnnttsemergen.com
 #NNTTSEMERGEN18
 + INFO: info@jornadasnnttsemergen.com

3er Congrés SEMERGEN Catalunya
 Amor, humor i medicina

Col·legi Major Sant Jordi
 8 i 9 de juny 2018



Barcelona

SEMERGEN AP
 Asociación Española de Atención Primaria de Familia

www.congreso.semergenatalunya.com
 info@congreso.semergenatalunya.com

V JORNADAS NACIONALES DE ECOGRAFÍA SEMERGEN



Madrid
 15 y 16 de junio 2018
 Sede: Facultad de Medicina - Universidad Autónoma de Madrid



19 CONGRESO SEMERGEN-GALICIA
 15-16 JUNIO 2018
 Hotel Eurostars Isla de La Toja



SEMERGEN LA TOJA 2018
 Web: semergen2018.compostelcongresos.com

SEMERGEN AP
 Asociación Española de Atención Primaria de Familia



RIRES, LA APUESTA DE SEMERGEN POR LA INVESTIGACIÓN

“DURANTE EL MIR TAMBIÉN ES NECESARIO INVOLUCRARSE EN LA INVESTIGACIÓN”

Una actividad investigadora frenética impulsada por la Agencia de Investigación.

La Red de Investigadores de Residentes (RIRES) es la red de SEMERGEN formada por jóvenes médicos residentes cualificados y con ilusión que han manifestado su deseo de participar en los diferentes proyectos de investigación que se están llevando a cabo desde la Agencia de Investigación.

SEMERGEN tiene un claro objetivo de impulsar la formación en la investigación



“Tenemos especial interés por que los residentes conozcan la Red, los diferentes estudios que estamos llevando a cabo y los que están por llegar. SEMERGEN tiene un claro objetivo de impulsar la formación en la investigación ya que muchas veces se ve como un mundo muy complicado si todavía no se conoce y queremos que esto cambie”, indica la Dra. Sonsoles Velilla, co-directora de la Agencia de Investigación, quien, además, reconoce que “durante el periodo formativo MIR no solo se deben adquirir conocimientos, sino que

también es necesario involucrarse en la investigación para que no quede incompleto el periodo de residencia”.

Por ello, los residentes tienen la oportunidad de formar parte de varios estudios que se están llevando a cabo como es el IBERICAN o el Costume-AP, así como involucrarse en proyectos que van a comenzar como es el estudio de Buenas Prácticas Clínicas en Diabetes, el subestudio del PYCAF, el estudio Presencia sobre maltrato al anciano y otro proyecto que se está elaborando

para conocer el burn out en los residentes en formación.

Concretamente, el estudio de Buenas Prácticas en Diabetes será el nuevo proyecto de investigación que será llevado a cabo por jóvenes médicos residentes; un estudio observacional con recogida de datos de carácter retrospectivo, que pretenderá conocer el manejo de las complicaciones crónicas vasculares en pacientes mayores de 18 años con diabetes mellitus tipo 2 en la práctica clínica diaria de las consultas de Atención Primaria.

SEMERGEN TIENE UN CLARO OBJETIVO DE IMPULSAR LA FORMACIÓN EN LA INVESTIGACIÓN

Una actividad investigadora frenética impulsada por la Agencia de Investigación de SEMERGEN, que se define como un ente dinámico y a la expectativa de nuevas propuestas científicas.

“Estamos abiertos a recibir cualquier tipo de proyecto o idea que pueda surgir de cualquier médico socio de SEMERGEN, tanto adjunto como residente. Ayudamos en todo trascurso de la investigación: en el diseño del estudio, a la hora de pedir permisos a comités de investigación, a desarrollar ideas, a realizar publicaciones y a realizar tesis doctorales. Queremos contar con todos vosotros, residentes”, finaliza la Dra. Velilla.

¿ES INVESTIGADOR?

APROVECHE LOS PREMIOS Y AYUDAS DE LA FUNDACIÓN SEMERGEN



La Fundación SEMERGEN convoca los premios y ayudas 2018 con el objetivo de apoyar a todos los socios interesados en potenciar su actividad investigadora, así como realizar estancias formativas tanto a nivel nacional como internacional.

PREMIOS

- Premio a la mejor Tesis Doctoral sobre algún aspecto sanitario relacionado con Atención Primaria, defendida desde el último

Congreso Nacional: 5.000€

- Premio al mejor Proyecto de Investigación en Atención Primaria (1º accésit): 5.000€
- Premio al mejor Proyecto de Investigación en Atención Primaria (2º accésit): 3.000€
- Premio al mejor Proyecto de Investigación en Atención Primaria para residentes: 1.000€
- Premio al mejor trabajo de investigación sobre cronicidad, paciente polimedificado y/o ad-

herencia al tratamiento. Patrocinado por "Fundación Mylan para la salud": 3.000€

AYUDAS

- Ayuda para estancia formativa internacional en Atención Primaria: 5.000€
- Ayuda para estancia formativa nacional en Atención Primaria: 2.000€
- Ayuda para tesis doctorales: ayuda a definir por proyecto

La fecha límite de envío de los proyectos para optar a los Premios y Ayudas es el 15 de septiembre de 2018. [Más información.](#)

¿QUIERES ACUDIR AL 40º CONGRESO NACIONAL?

BECAS IBERICAN PARA IMPULSAR LA ACTIVIDAD CIENTÍFICA

Becas consistentes en 20 inscripciones con tres noches de alojamiento al 40º Congreso Nacional de SEMERGEN de Palma, para aquellos investigadores del Estudio IBERICAN que sean socios, o que se hagan ahora e incluyan al menos a veinticinco (25) pacientes nuevos válidos con la primera visita completa, en el periodo entre el día 10 de marzo de 2018 y el 31 de agosto de 2018 a las 23:59 horas.

Las becas se otorgarán por riguroso orden de solicitud. Los investigadores a los que se les otorgue la beca, deberán firmar un compromiso de inclusión de la vista inicial completa y de las

de seguimiento durante al menos 5 años de los 25 pacientes. Los investigadores residentes deberán aportar además un compromiso de continuar el seguimiento durante 5 años por parte de su tutor.

La fecha límite de envío de las Becas IBERICAN es el 1 de septiembre de 2018.

Solicitar por correo electrónico a fundacion.investigacion@semergen.es aportando nombre, apellidos, DNI y centro de trabajo.

EL INSOMNIO TIENDE A CRECER CONFORME LA EDAD

IMPULSANDO LOS HÁBITOS SALUDABLES DEL SUEÑO EN PERSONAS MAYORES

El objetivo es evitar la ingesta de psicofármacos.

El área solidaria de SEMERGEN Solidaria ha colaborado en la jornada "Aprendiendo a dormir" de la Asociación de Jubilados de Ibercaja, cuyo objetivo ha sido aportar conocimientos sobre los trastornos del sueño e insomnio de las personas mayores, y la formación en los hábitos higiénicos del sueño para evitar la ingesta de psicofármacos entre esta población.

Esta jornada ha sido dirigida por la Dra. Mari Carmen Martínez Altarriba, secretaria de SEMERGEN Solidaria, quien ha hecho hincapié en que "el insomnio en las personas mayores trae importantes consecuencias, no solo para ellos mismos sino también para sus familiares".

Este trastorno del sueño afecta al 40% de las mujeres y un 30% de los hombres

Este trastorno del sueño afecta al 40% de las mujeres y un 30% de los hombres y es un motivo



de consulta frecuente en Atención Primaria, en donde los médicos de Familia, antes de aplicar ningún tratamiento, deben buscar la causa que esté generando este trastorno.

"En las personas mayores puede haber múltiples enfermedades que estén originando el insomnio como el Parkinson o el Alzheimer, aunque otras veces también puede estar provocado por la interacción de un tratamiento farmacológico", ha explicado la secretaria de SEMERGEN Solidaria. Pero, además, se debe tener en

cuenta las consecuencias indirectas que pueden tener la ingesta de estos medicamentos, como son la disminución de reflejos, de la atención y de la concentración, el aumento del deterioro cognitivo, caídas, fracturas y dependencia.

Por ello, aparte de todos los conocimientos teóricos presentados, también se han realizado ejercicios prácticos de relajación y de mejora de los hábitos higiénicos para fomentar un mejor sueño y mejorar la calidad de vida tanto de ancianos como de cuidadores y familiares.



SE TRANSMITEN PAUTAS PARA MANEJAR LA ENFERMEDAD

SEMERGEN SOLIDARIA AYUDA A MEJORAR LA MEMORIA DE LAS PERSONAS MAYORES

También se pretende mejorar la relación médico-paciente.

SEMERGEN Solidaria comenzó el mes de marzo con un nuevo curso para mejorar la memoria dirigido a las personas mayores organizado con la Federación de Asociaciones de Cultura y Ocio de Mayores (FACOM) de Castilla-La Mancha, con la Asociación de Jubilados de Ibercaja en Aragón, y con la ONCE en Madrid y Cataluña.

“Queremos que este curso sea una importante ayuda a todas las personas mayores que sufren discapacidades y que muchas veces viven solas, a través de pautas para manejar su enfermedad, y así repercutir positivamente en la mejora de su bienestar y calidad de vida”, ha explicado la Dra. Mari Carmen Martínez Altarriba, secretaria de SEMERGEN Solidaria.

Sin embargo, a través de este curso no solo se busca la formación, sino también mejorar la relación médico-paciente, produciéndose una transmisión de ideas



de mejora de ida y vuelta entre pacientes y profesionales. “Los médicos también necesitamos que los pacientes nos expliquen esa relación, cómo la ven desde su

perspectiva, qué sienten y en qué medida creen que se podría mejorar”, indica la Dra. Mari Carmen Martínez Altarriba, secretaria de SEMERGEN Solidaria.

FORMACIÓN PARA AYUDAR A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL

En colaboración con la ONCE, el área Solidaria de la Sociedad también está realizando un curso de formación dirigido a profesionales de Atención Primaria, enfermeras, trabajadores sociales y a la población general sobre cómo pueden ayudar y mejorar la asistencia de las personas con discapacidad visual.

Estos cursos son impartidos por médicos voluntarios de SEMERGEN Solidaria, previamente formados, con la colaboración

de personas con discapacidad visual de la ONCE. Por ello, lo fundamental de la presencia de una persona con discapacidad de la ONCE que transmita su propia experiencia y vivencias en el día a día.

Asimismo, el taller contempla una formación práctica basada en la realización de simulacros de diversas situaciones de la vida cotidiana en las que una persona con discapacidad visual puede necesitar ayuda.



12 DE ABRIL, DÍA NACIONAL DE LA AP

LA MINISTRA DE SANIDAD SE SUMA A LA CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA ATENCIÓN PRIMARIA

“Atención Primaria, de primera”.

Reivindicar la realidad de la Atención Primaria en España y poner en la agenda de los políticos los problemas por los que atraviesa este primer nivel asistencial son dos de los objetivos del Día Nacional de la Atención Primaria, celebrado el 12 de abril, bajo el lema “Atención Primaria, de primera”, y que ha contado, por primera vez, con la participación de la ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Dolors Montserrat.

Sus promotores, el Foro de Médicos de Atención Primaria, destacan la coincidencia de la celebración este año con la conmemoración del 40º aniversario de la Declaración de Alma-Ata de la Organización Mundial de la Salud en la se propugnaba “Salud para todos en el año 2000”, algo de lo que han pasado casi dos décadas, pero con escasa evolución, según el Foro.

RECONOCIMIENTOS

Este año los reconocimientos a las instituciones que se han esforzado por conseguir los puntos fijados en el ‘Decálogo para una Aten-

ción Primaria de calidad’ han sido la Consejería de Sanidad de Castilla-La Mancha, por el incremento en el porcentaje del presupuesto en AP dentro del sistema sanitario (Punto 1); y la Consejería de Sanidad de Asturias, que ha recibido reconocimientos por los puntos 4 y 8 del Decálogo, que hacen referencia a un catálogo de pruebas diagnósticas en AP más amplio y renovado, y a una receta electrónica más extendida y accesible. Precisamente, por este último punto (8) también ha sido reconocida la Consejería de Sanidad y Políticas Sociales de la Junta de Extremadura, mientras que la Consejería de Sanidad del Gobierno de Aragón lo ha recibido por un desarrollo más equilibrado de la Incapacidad Temporal con la nueva legislación (Punto 7).

Además de las citadas Consejerías, el resto de entidades que hoy han recibido el reconocimiento del Foro de Médicos de Atención Primaria han sido la Facultad de Medicina de la Universidad de las Islas Baleares, por su formación de Grado de Medicina orientada a la Atención Primaria (Punto 9), así como la Fundación de Investigación e Innovación Biomédica de Atención Primaria y la Fundació d’Investigació en Atenció Primària Jordi Gol i Gurina, ambas por la promoción de la investigación en Atención Primaria (Punto 10).

Nuevamente, este año han vuelto a quedar reconocimientos desiertos, concretamente los de los puntos 2, 3, 5 y 6 del “Decálogo para una Atención Primaria de calidad”.



SEMERGEN RECLAMA EL INICIO DEL PROCESO DE EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS PROFESIONALES

La celebración del Día Nacional de la Atención Primaria permitió a todas las entidades profesionales que componen el Foro de Médicos de Atención Primaria plantear de primera mano a los representantes de los ciudadanos en el Congreso de los Diputados su preocupación por la crisis que sufre este nivel asistencial en el sistema sanitario español.

Durante este acto, el presidente de SEMERGEN hizo especial

hincapié en la necesaria recertificación de competencias de los médicos de Familia. “La recertificación, a través del Desarrollo Profesional Continuo, es garante de calidad asistencial y, al amparo de las recomendaciones de la UE (directriz 55/2013) sobre cualificación profesional, España debe iniciar el proceso de evaluación de competencias profesionales que garantice que un determinado profesional mantiene actuali-

zados sus conocimientos y habilidades”, ha indicado el presidente de SEMERGEN.

Asimismo, el Dr. José Luis Llisterri ha apuntado que “la formación continuada, el desarrollo profesional y la recertificación de los médicos de Familia constituyen un compromiso ético y social que constituye nuestra razón de ser como Sociedad Científica”.

UN ESTUDIO PUBLICADO EN LA PRESTIGIOSA REVISTA NEUROGASTROENTEROLOGY & MOTILITY

SÍNTOMAS DIGESTIVOS E INGESTA DE CERVEZA

“Influencia de la ingesta de cerveza sobre la fisiología gastroesofágica y síntomas digestivos postprandiales”¹

El Dr. Enrique Rey Díaz-Rubio, Jefe del Servicio del aparato digestivo del Hospital Clínico San Carlos, ha dirigido este estudio que concluye que el consumo moderado de cerveza por adultos sanos no se relaciona con un aumento de reflujos gaseosos, ni eructación, ni modifica la acomodación gástrica. De esta forma, la investigación cuestiona el mito que asocia el consumo de cerveza con la generación de gases y molestias digestivas, aunque es indudable que habrá diferente susceptibilidad individual.

La investigación analizó a un grupo de adultos sanos mayores de 18 años, sin síntomas digestivos frecuentes ni enfermedad por reflujo gastroesofágico conocida. El objetivo primario de este estudio era evaluar si el consumo moderado de cerveza tradicional o sin alcohol se asocia con la generación de síntomas digestivos altos en el periodo postprandial. En cuanto a los objetivos secundarios, se quiso evaluar si el consumo moderado de cerveza tradicional o sin alcohol modifica el reflujo gastroesofágico postprandial medido mediante pH-impedanciometría, así como la acomodación y la sensibilidad gástrica a la ingesta, utilizando un test de provocación de síntomas digestivos.

RESULTADOS

A la luz de los resultados del estudio, en una situación real, la

cerveza no parece promover los síntomas dispépticos y de reflujo cuando es consumida de forma moderada, es decir, entre 400 y 600 ml al día (2-3 cañas) para los hombres y entre 200 y 400 ml (1-2 cañas) para las mujeres. El estudio afirma, además, que el consumo moderado de cerveza no provocaría un aumento de trastornos gastrointestinales o de sensibilidad gástrica que alteren la digestión.

De acuerdo con los resultados presentados, la cerveza no parece inducir per se el reflujo gaseoso como podría sugerir el hecho de que se trata de una bebida carbónica, procedente de la fermentación natural de sus ingredientes. Por este motivo, no debería alterar la acomodación gástrica después de las comidas ni provocar un aumento significativo de síntomas digestivos que puedan producir molestias o digestiones más pesadas de lo normal. Cabe destacar que este estudio evidencia también que no existen diferencias entre el consumo de cerveza tradicional y sin alcohol.

OTROS EFECTOS

También en relación al sistema digestivo, el consumo moderado de cerveza podría reducir el riesgo de infecciones producidas por el *H. pylori*, según el estudio “Inverse relationship between alcohol consumption and active *Helicobacter pylori* infection”². De

esta manera, el consumo moderado de esta bebida promueve la secreción de ácidos gástricos en el estómago, teniendo un efecto protector frente a la infección por *H. Pylori*, implicado en la úlcera gastroduodenal y, según la OMS, agente cancerígeno.

Asimismo, existen otros estudios³ sobre la composición de la microbiota intestinal que sugieren que ésta se modula gracias a los polifenoles, como los contenidos en la cerveza, mediante la inhibición de bacterias patógenas y por la estimulación de una microbiota beneficiosa. Una de las principales funciones de los polifenoles es la función reguladora que ejercen sobre la microbiota intestinal, pudiendo beneficiar el crecimiento de algunas bacterias beneficiosas e impidiendo la proliferación de otras perjudiciales.



¹Rey E, Serrano B, Megía M. Influencia de la ingesta de cerveza sobre la fisiología gastroesofágica y síntomas digestivos postprandiales. Centro de Información Cerveza y Salud.

²Murray LJ1, Lane AJ, Harvey IM, Donovan JL, Nair P, Harvey RF. Inverse relationship between alcohol consumption and active *Helicobacter pylori* infection: the Bristol *Helicobacter* project. *Am J Gastroenterol*. 2002 Nov;97(11):2750-5.

³Moreno-Indiás I, Sánchez-Alcoholado L, Pérez-Martínez P, Andrés-Lacueva C, Cardona F, Tinahones F, Queipo-Ortuño MI (2016). Red wine polyphenols modulate fecal microbiota and reduce markers of the metabolic syndrome in obese patients. *Food & Function* 7:1775-1787.

¿TODAVÍA NO HAS PARTICIPADO?

LA GACETA ONLINE TE ESTÁ ESPERANDO

La Gaceta Online, la herramienta de comunicación interna de la Sociedad, fideliza a todos lectores socios de SEMERGEN a través de un nuevo sorteo que, en esta ocasión, regala un manual Resimecum y un Resiurgencias.

Por ello, queremos ponerle a prueba con otras tres nuevas cuestiones. Recuerde que, para responder correctamente a las tres preguntas, encontrará las respuestas en el contenido de la Gaceta nº 77.

El socio de SEMERGEN que acertó correctamente las tres preguntas del pasado nº 76 de la Gaceta Online y que ha salido premiado es el Dr. Álvaro Ureña. ¡Muchas felicidades!

Para contestar las preguntas, [pinche aquí](#).

1. SEMERGEN ha firmado en el mes de abril dos nuevas Cátedras con la Universidad Miguel Hernández (UMH) y la Universidad de Granada (UGR). ¿Cómo se denominan estas nuevas cátedras?

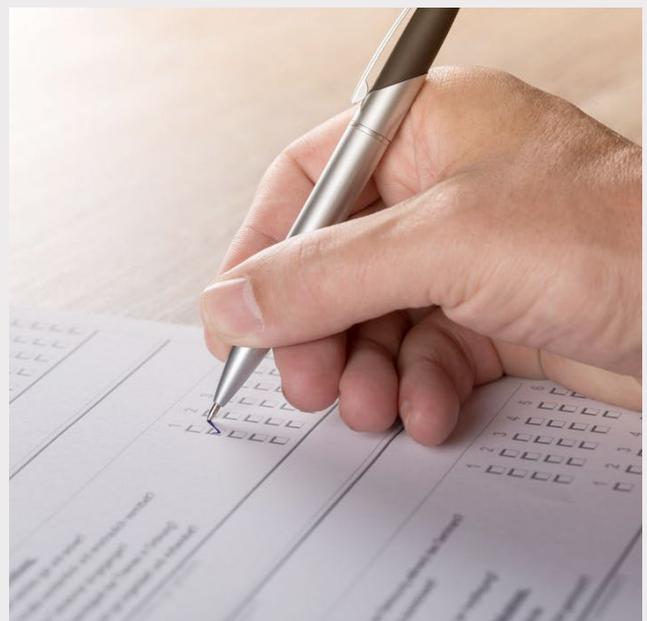
- a) Cátedra SEMERGEN-UGR de Investigación en Cronicidad y la Cátedra SEMERGEN-UMH de Docencia e Investigación en Medicina de Familia
- b) Cátedra SEMERGEN-UGR de formación universitaria en Atención Primaria y la Cátedra SEMERGEN-UMH de Investigación en Diabetes
- c) Cátedra SEMERGEN-UGR de Docencia e Investigación en Medicina de Familia y la Cátedra SEMERGEN-UMH de Investigación en Cronicidad

2. ¿Qué manual de SEMERGEN ha presentado recientemente su segunda edición?

- a) Resilab
- b) Resimecum
- c) Resiurgencias

3. ¿Cuántos asistentes acudieron al VI Congreso Nacional de Pacientes Crónicos y en dónde se realizó?

- a) 350 asistentes, Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba
- b) 300 asistentes, Hospital Cruz Roja de Córdoba
- c) 350 asistentes, Hospital San Juan de Dios de Córdoba



LAS RESPUESTAS CORRECTAS DEL SORTEO ANTERIOR ERAN:

SEMERGEN ha nombrado a Paula Gutiérrez y María Rosa Sánchez como nuevas presidentas autonómicas (1A). El plazo de reclutamiento del Estudio IBERICAN termina el 15 de octubre de 2018, con la inclusión de 7.000 sujetos (2C). Las recomendaciones que venían expuestas en la carta enviada por los Grupos de Trabajo de Tabaquismo y Actividades Preventivas y Salud Pública de SEMERGEN a la DGT eran la prohibición de fumar independientemente de quién esté dentro del vehículo y campañas de concienciación (3B)

SE PUSIERON SOBRE LA MESA NUMEROSOS TEMAS DE INTERÉS

EL FORO DE MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA ES RECIBIDO POR PRIMERA VEZ POR DOLORS MONTSERRAT

El encuentro se realizó en el Ministerio de Sanidad.

Los representantes del Foro de Médicos de Atención Primaria se reunieron el pasado 28 de marzo con la Ministra de Sanidad en donde, además, estuvo presente el secretario general de Sanidad, Javier Castrodeza, y el director general de Ordenación Profesional, Carlos Moreno.

Durante la reunión, de más de dos horas y media de duración, se trataron temas de interés para el primer nivel asistencial como la precariedad laboral, escasez de plantilla y déficit presupuestario que sufre la Atención Primaria, en los que la ministra se ha mostrado receptiva. En este sentido, Dolors Montserrat explicó las medidas que desde el Ministerio se van a poner en marcha como, por ejemplo, la incentivación de la elección de las plazas de difícil cobertura (como es el caso de las de médicos de familia y pediatras en el ámbito rural), la convocatoria de ofertas públicas de empleo (OPE) y el esfuerzo para llegar a un Pacto de Estado de Sanidad.



El Ministerio incentivará la elección de las plazas de difícil cobertura

Medicina de Familia; así como de la formación continuada y futura recertificación de los profesionales y de la necesidad e importancia de la investigación en AP.

FORMACIÓN Y PROFESIÓN

En el encuentro con el Foro de Médicos de Atención Primaria también se abordaron los problemas de la formación de Grado y Atención Primaria; de la formación de Posgrado, en especial, los problemas a los que se enfrenta la troncalidad en la

Por último, se profundizó en materias específicamente profesionales, como la incapacidad temporal, la interoperabilidad de receta electrónica y el papel social de la Atención Primaria, haciendo especial hincapié en la importante labor que realizan los pediatras de AP.



LA INTRODUCCIÓN DE COCA-COLA EN EL MERCADO ESPAÑOL DE LAS BEBIDAS VEGETALES VIENE DE LA MANO DE ADES

COCA-COLA ENTRA POR PRIMERA VEZ EN ESPAÑA EN LA CATEGORÍA DE LAS BEBIDAS VEGETALES

Una bebida 100% vegetal que no contiene lactosa, con vitaminas y minerales y sin azúcares añadidos.

La nueva bebida AdeS cuenta con un total de 8 sabores diferentes que incluyen una selección de Almendra, Arroz, Avena (fuentes de Calcio y Vitamina B12) y Soja (fuente de Calcio y Vitamina B12 y alto contenido de proteínas), todas ellas sin azúcares añadidos.

Junto a estas variedades, la marca incluye otras opciones que además contienen zumos de frutas: Almendra Mango-Maracuyá (Fuente de vitamina E), Avena Fresa-Plátano (fuente de Magnesio), Coco Frutas del Bosque (Fuente de vitamina B3, B5 y B6) y Soja Manzana (fuente de proteínas). Todas ellas sin azúcares añadidos.

Se trata de la primera marca en el mercado español en ofrecer un envase familiar de 800 ml

En cuanto a los formatos, la bebida está disponible en formato de 250 ml (adecuado para tomar entre horas y para llevar) y de 800 ml. Se trata de la primera marca en el mercado español en ofrecer un envase familiar de este tamaño, adecuado para el desayuno o cualquier otro momento y el consumo en el hogar.

SIN AZÚCARES AÑADIDOS

AdeS no contiene azúcares añadidos (solo los azúcares naturalmente presentes en el zumo de frutas y las semillas) y sus variedades de Almendra y de Soja son sin azúcares. El resto de la gama compuesta únicamente de semi-

llas cuenta con 2,6 g de azúcar por cada 100 ml en el caso de la variedad de Avena y 4,1 g de azúcar por 100 ml en la variedad de Arroz.

En relación al resto de variedades (bebidas compuestas por semillas y zumos de frutas), la variedad Coco Frutas del Bosque contiene 3,7 g de azúcar por cada 100 ml; la variedad Soja Manzana 4,7 g de azúcar por 100 ml, la variedad Almendra Mango-Maracuyá posee 5,8 g de azúcar por cada 100 ml y la variedad, AdeS Avena Fresa-Plátano 5,9 g por cada 100 ml.

A excepción de las variedades que contienen avena y según la información facilitada por Coca-Cola en España y los datos que obran en sus especificaciones de producto, no hay constancia de la utilización de cereales que contengan gluten ni derivados del mismo.

No obstante, es imprescindible consultar la lista de ingredientes para conocer siempre la compo-

sición de los mismos. Los alérgenos recogidos en la normativa vigente tienen que ser identificados según se menciona en la misma.

VARIEDADES

En cuanto a la energía que aporta esta bebida, y al ser sin azúcares añadidos, su variedad de Almendra Mango-Maracuyá de AdeS contiene 38 kilocalorías de energía por cada 100 ml. La variedad Coco Frutas del Bosque contiene 42 kilocalorías de energía por cada 100 ml, la variedad Soja Manzana 45 kilocalorías por 100 ml y la de Avena Fresa-Plátano 51 kilocalorías por cada 100 ml.

En cuanto al contenido por ración, la variedad Almendra Mango-Maracuyá de AdeS contiene 95 kilocalorías por ración de 250 ml; la variedad Coco Frutas del Bosque 105 kilocalorías por ración de 250 ml; la de Soja Manzana 113 kilocalorías por ración de 250 ml y la variedad Avena Fresa-Plátano 128 kilocalorías por cada 250 ml.



40° Congreso Nacional SEMERGEN · Palma 2018 ·

Tu salud, nuestra mejor receta



Del 17 al 20 de Octubre de 2018
en el Palau de Congressos de Palma



www.congresonacionalsemergen.com
info@congresonacionalsemergen.com
www.semergen.es