

SEMERGEN: TRABAJANDO JUNTOS

El pasado 21 y 22 de junio se celebraron, en Gijón, las 22 Jornadas Nacionales de los Grupos de Trabajo de SEMERGEN.

Durante el acto, inaugurado por el Dr. Llisterri, Presidente de SEMERGEN, se pretendió analizar y conocer las necesidades

de los coordinadores y buscar soluciones de mejora, entre todos. "Los grupos de trabajo tienen que ser, dentro de la Organización a la que pertenecen, corresponsables con la misma. Por eso, van a salir a relucir cuestiones de interés para los

Grupos de Trabajo, pero también para nosotros, de cara a que nos ayudéis con la gestión diaria de la Sociedad", afirma José Luis Llisterri, Presidente de SEMERGEN. [\(Sigue en página 15\)](#)



STAFF

Dirección

María Villanueva
José M^a Nieto
comunicacion@semergen.es

Coordinadores científicos

Sonsoles Velilla
svelizan@hotmail.com

Gustavo C. Rodríguez Roca
gcrodriguezroca@gmail.com

Redacción

María Villanueva/José María Nieto
comunicacion@semergen.es

Maquetación

José M^a Nieto / María Villanueva

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

© Sociedad Española de Médicos de
Atención Primaria (SEMergen)

Jorge Juan 66, local. 28009. Madrid

Reservados todos los derechos por parte de
SEMergen.

SUMARIO

SEMergen Institucional

Cátedra SEMergen-UEx organizan ECOE	4
Cátedra Diabetes USC-SEMergen	5
Más de 2500 inscritos en el programa APP 2019	6

SEMergen Noticias

4º Congreso SEMergen Cataluña	7
IV Jornadas Nacionales de Nuevas Tecnologías SEMergen	8
VI Jornadas Nacionales de Ecografía	9
XXII Congreso Autonómico SEMergen Comunidad Valenciana	10
3 ^{as} Jornadas Nacionales de Digestivo	12
14º Congreso Andaluz de Médicos de AP SEMergen	13
IX Jornadas Nacionales Respiratorio SEMergen	14
22º Jornadas Nacionales de Grupos de Trabajo SEMergen	15
XX Congreso Nacional SEMergen Galicia	16
VII Congreso Nacional de Pacientes Crónicos	17
III Jornadas SEMergen La Rioja	18
I Jornadas SEMergen Solidaria	24
III Jornadas RIRES	25

SEMergen Actualidad

Retransmisión SEMergenVIVO	19
----------------------------------	----

Próximos Congresos

Congresos y jornadas SEMergen	20
-------------------------------------	----

SEMergen Investigación

Premios, ayudas y becas SEMergen	21
Presentado el estudio BPC Diabetes	22

SEMergen Actualidad

Med Doc Healthcare, oportunidades en el extranjero	27
Mujeres postmenopáusicas padecerán osteoporosis	28
El papel antioxidante de la cerveza y sus posibles efectos positivos	29
Nuevo Aquarius	30
Los especialistas refuerzan la seguridad de los edulcorantes	31
Hesperidina: el zumo de naranja más allá de la Vitamina C	32
"We want to break free, ¿te atreves?"	33
El objetivo	34

Coordinador del Grupo de Trabajo de Médicos Residentes

"LA RESIDENCIA ES UN PERIODO MUY IMPORTANTE EN LA FORMACIÓN DEL MÉDICO"

Estimados amigos y compañeros

Tras la carrera y superar el examen MIR llega un nuevo periodo formativo, otros 4 o 5 años con objetivos marcados y nuevos conocimientos y habilidades que se deben adquirir, antes de conseguir el preciado título de especialista.

En nuestro caso, el de Medicina de Familia y Comunitaria, se trata de 4 años, en los que además, de estar en un centro de salud, rotamos por sin fin de servicios hospitalarios, en los que vamos conociendo y adquiriendo lo esencial de cada especialidad hospitalaria y que nos llevaremos en nuestro maletín particular a la consulta de Atención Primaria, dónde en 5 minutos tendremos que resolver el problema de nuestro paciente o derivarlo a otra consulta en el hospital.

Con todo esto, la residencia es un periodo muy importante en la formación de todo médico, que aunque en nuestra profesión la formación sea un continuo, estos 4 años son el pilar del futuro profesional.

Sin embargo, no todo es llegar a los objetivos marcados por las unidades docentes o el ministerio. Conocer compañeros de otras comunidades, intercambiar impresiones y métodos de trabajo con ellos es algo enriquecedor. Los foros que nos facilitan estas interrelaciones son las jornadas, reuniones y congresos.

En SEMERGEN se organizan más de 30 jornadas y congresos al año, y la mayoría, si no todos, tienen becas para residentes. Estas becas suelen tener como úni-

co condicionante la presentación de una comunicación en la mayoría de los casos.

También es cierto que estas jornadas y congresos, no sólo nos aportan conocer a los compañeros. Los programas científicos que avala SEMERGEN tienen un alto contenido y calidad, por lo que asistir a estos eventos es la mejor manera de mantenerse actualizado en las últimas guías, estudios y novedades.

Si hablamos de ciencia y evidencia, hablamos de investigación. Es el pilar de la actual medicina. Desde SEMERGEN se están desarrollando múltiples estudios, desde el principal estudio de la sociedad, el estudio IBERICAN que cuenta con la participación de residentes, como investigadores a otros estudios realizados 100% por residentes, como puede ser el estudio PYCAF, el BPC Diabetes o el próximo estudio de la Red de Investigadores Residentes (RIRES), el BPC EPOC.

Ser miembro de RIRES significa iniciarte en la investigación, comenzar a trabajar con un grupo de residentes, asesorados por expertos, y unirse a un protocolo, a una recogida de datos y, por supuesto, posteriormente a comunicar los resultados obtenidos. Esto además de ser curriculum, completa la formación de todo médico. Además, la fundación tiene múltiples becas para asistir a congresos y jornadas de la sociedad. Más allá, aquellos investigadores que se plantean realizar una tesis doctoral encuentran un aliado en SEMERGEN, que también dispone de becas, proyectos, tutores y apoyo metodológico.

Anualmente tenemos nuestra



reunión RIRES, en las que hacemos repaso de nuestros proyectos y tenemos formación sobre metodología, este año en Madrid 28 y 29 de junio.

Pero en Medicina no se puede abarcar todo, y cada uno de nosotros tenemos nuestras preferencias. Ser socio de SEMERGEN te da derecho a participar en sus Grupos de Trabajo, hay 41. Ser residente tiene sus ventajas en este aspecto ya que todos los grupos de trabajo de la Sociedad, según la normativa interna, deben incluir residentes y deben apostar por ellos dándoles actividad a lo largo del año. Llegado a este punto, quiero recalcar que uno de los grupos de trabajo disponibles es el de Médicos Residentes, que abarca a todos aquellos compañeros que quieran unirse y participar de nuestras propuestas investigadoras, editoriales, o a dar apoyo a aquellos grupos que lo solicitan para sus actividades.

Finalizo mencionando otra de las apuestas firmes y decididas de SEMERGEN con los residentes, la serie RESI. Ya tenemos RESIMCUM, RESIURGENCIAS, RESILAB, RESICRON y en el Congreso Nacional de Gijón presentaremos una nueva edición de la serie RESI. Estos manuales son escritos por residentes y enfocados a residentes.

En definitiva, SEMERGEN está haciendo una apuesta muy importante por los residentes, al considerarnos recambio necesario dentro de la profesión y de la sociedad. Os animo a conocerlos y beneficiarse de todas las ventajas que SEMERGEN presenta a los residentes.

Un saludo.

SEMERGEN Y SU APUESTA POR LA FORMACIÓN

LA CÁTEDRA DE SEMERGEN-UEX ORGANIZA LA ECOE DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE BADAJOZ

La Evaluación Clínica Objetiva Estructurada (EEOE) correspondiente al curso académico 2017-2018, la realizaron los alumnos de sexto de medicina que culminan el grado



Participantes en la EEOE junto a miembros de SEMERGEN

Las pruebas, destinadas a los estudiantes del último año del grado en Medicina, se organizan oficialmente, desde el 2006, por la Cátedra SEMERGEN-UEX. Todo ello, previa explicación de los talleres de habilidades en Atención Primaria, la cual era una asignatura optativa de 3.5 créditos hasta hace tres años, y ahora es obligatoria en todas las facultades españolas para terminar el grado.

“Debido a la experiencia adquirida en estas pruebas por parte de los miembros de la cátedra, se ha admitido a estos dentro del consejo de gobierno de la facultad de Medicina de Badajoz, para su organización y realización, y en su grupo de consejo de dirección, implicando a un centenar de estudiantes y a otros tantos evaluadores”, aseguró el Dr. Félix Suárez, Coordinador Nacional del

Grupo de Trabajo de Universidad de SEMERGEN. Asimismo, han sido incorporados, en el presente curso académico, al proceso de valoración de las siete asignaturas que configuran el itinerario clínico de sexto año, de manera que más de 130 alumnos participaron en la EEOE del 2019, con el fin de obtener una parte de sus calificaciones finales.

“Esto implica que, en la recta final de sus estudios, los alumnos serán evaluados no solo en lo relativo a los conocimientos adquiridos, sino también en lo que respecta a las competencias y habilidades clínicas desarrolladas”, afirmó el Dr. Suárez. Dicha evaluación se realiza en el contexto tanto de situaciones reales (contando con actores entrenados para actuar como pacientes, simuladores clínicos o medios

audiovisuales, entre otros) como en la reproducción de veinte situaciones específicas, a las cuales tendrán que enfrentarse durante los dos días de duración de las pruebas y que se desarrollaron en cinco plantas de consultas externas del Hospital Universitario de Badajoz.

La EEOE de la Facultad de Medicina de la Universidad de Extremadura fue auditada, desde hace dos años, por observadores de la Conferencia Nacional de Decanos de Facultades de Medicina de España, que refrendaron la misma, tras la edición del año pasado. Como consecuencia, se emite un certificado, a nivel nacional, a los alumnos que superen la evaluación, así como a los observadores que participan en ella.

“Dado que se trata de una prueba de contenidos y diseño compartidos por todas las facultades de Medicina del territorio nacional, se contempla la posibilidad de que, ante determinadas circunstancias, un alumno pueda realizar su EEOE en un centro diferente de aquel en el que cursa sus estudios”, concluyó el Coordinador Nacional del Grupo de Trabajo de Universidad de SEMERGEN.

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES, PRINCIPAL CAUSA DE MUERTE EN DIABÉTICOS

LA CÁTEDRA DIABETES USC-SEMERGEN FORMA SOBRE CÓMO REALIZAR UN ABORDAJE INTEGRAL EN DM2

La correcta coordinación entre profesionales sanitarios de distintas especialidades reduce las hospitalizaciones, los fallecimientos y los costes sanitarios asociados a la diabetes

En el marco de la Cátedra Diabetes USC-SEMERGEN, la Universidad de Santiago de Compostela acogió el 3 y 4 de mayo las jornadas de formación continua *'Persiguiendo la excelencia en el manejo integral del paciente con DM2'*. "Llevamos a cabo este curso con la intención de reducir las complicaciones de la DM2, tanto a nivel macrovascular (infarto agudo de miocardio, enfermedad cerebrovascular, enfermedad renal) como microvascular (retinopatía, neuropatía)", aseguró el Dr. Sergio Cinza, coordinador de la actividad. "Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte entre las personas con DM2, mientras que entre el 30% y el 40% de ellos está en riesgo de desarrollar una enfermedad renal diabética, que en un tercio de los casos puede progresar en enfermedad renal terminal.

El Dr. Cinza indicó que "algunos grupos terapéuticos han demostrado tener un efecto intrínseco en la reducción de la mortalidad cardiovascular y una disminución de las complicaciones cardiovasculares. Es por ello que priorizar estos fármacos, en determinados perfiles de pacientes, es beneficioso para su pronóstico cardiovascular".

La diabetes se ha convertido en un grave problema global. Más de 425 millones de personas sufren diabetes en todo el mundo, 5,3 millones

en España. Por lo general, los países con ingresos altos gastan más del 2-3% de su presupuesto anual de atención médica, en el tratamiento de la enfermedad renal terminal.

Optimización del tratamiento antidiabético

A lo largo de los dos días del curso, se realizaron diferentes sesiones y talleres en torno a cómo realizar un manejo integral del paciente con DM2 y los aspectos que deben tenerse en cuenta más allá del control glucémico. "No debemos olvidar que la diabetes es una enfermedad que aumenta su prevalencia con la edad del paciente y que tiene una estrecha relación con la obesidad. Ambas circunstancias hacen que el enfermo diabético, habitualmente, sea un paciente con varias comorbilidades, polimedicado y con un elevado riesgo cardiovascular asociado. Por lo tanto, solamente un correcto tratamiento que aborde tanto el peso como las comorbilidades, fundamentalmente cardiovasculares, y que sea seguro permitirá un mejor pronóstico en términos de reducción de complicaciones cardiovasculares y mortalidad precoz", señaló el Dr. Cinza.

El Dr. Daniel Rey, Presidente de SEMERGEN Galicia destacó el papel que juega el médico de familia en el diagnóstico, tratamiento y prevención de las complicaciones vinculadas a la DM2. "Somos los profe-



Dr. Sergio Cinza

sionales más accesibles para el paciente, con el que más contacto tienen y, además, tenemos una visión conjunta de los problemas médicos y sociales de los enfermos. Todo ello nos permite actuar de una manera precoz, mediante la optimización de los estilos de vida y el diseño de estrategias de tratamiento individualizadas para cada paciente, con el objetivo de prevenir y tratar correctamente a los pacientes con DM2".

Otro aspecto importante abordado en el curso, fue la necesidad de controlar la alimentación de este colectivo de enfermos. "Uno de los pilares básicos del abordaje de la diabetes tipo 2 es mantener una adecuada alimentación, para reducir las complicaciones inherentes y la frecuente asociación con otros factores de riesgo cardiovascular, en los que la nutrición juega un papel fundamental", explicó el Dr. José Manuel Fernández, Coordinador Nacional del grupo de trabajo de Nutrición de SEMERGEN.

UN ÉXITO ROTUNDO

MÁS DE 2.500 INSCRITOS EN EL PROGRAMA APP 2019, BAJO LA DIRECCIÓN CIENTÍFICA DE SEMERGEN

Las sesiones tratan con diversas áreas terapéuticas de interés para el médico de familia

SEMERGEN, ha colaborado con la fundación Live-Med Iberia en el desarrollo del Programa de Actualización en Atención Primaria 2019, Programa APP. Dicha iniciativa, se enmarca dentro del convenio de colaboración que ambas entidades firmaron el pasado mes de febrero, por el cual se estableció el entorno idóneo para llevar a cabo la acción coordinada entre SEMERGEN y Fundación ILI que, en una primera instancia, se centró en la decisión de incorporar el programa "AAP 2019" al conjunto de actividades formativas de SEMERGEN.

Gracias a este formato interactivo, basado en casos clínicos, se han celebrado cursos en diversas ciudades de España, en los cuales han participado más de 2.500 médicos de familia. Durante las sesiones, los asistentes han podido actualizar conocimientos de aplicación inmediata en las consultas de AP, con el objetivo de introducir mejoras en la atención de sus pacientes.

El Programa APP, cuya dirección científica es compartida con SEMERGEN como un reconocimiento de la calidad de las actividades formativas de Live-Med Iberia, ha desarrollado estas sesiones con diversas áreas terapéuticas de interés para el médico de familia. Las ponencias incluyen casos clínicos y un turno de preguntas y respuestas.



Detalle de un lleno absoluto en uno de los cursos

Apuesta por la formación e investigación

SEMERGEN firmó, el pasado 11 de febrero, un acuerdo de colaboración con la Fundación ILI - Iberian Livemed Institute, con el fin de impulsar el desarrollo de aquellas acciones encaminadas a potenciar la formación de sus asociados, el desarrollo de actividades de investigación, así como la celebración de seminarios, cursos y conferencias sobre temas de interés común. Desde siempre, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria ha estado volcada en fomentar una formación de calidad e investigación y, sobre todo, en proporcionar a los médicos jóvenes la posibilidad de crecer curricularmente. "Estamos orgullosos del avance que se ha producido en el área formativa y de investigación de esta Sociedad. En este momento, tenemos cerca de 25.000 pacientes incluidos en ensayos y

estudios clínicos promovidos por SEMERGEN, en los que están participando unos 500 investigadores", afirma el Dr. José Luis Llisterri, Presidente de SEMERGEN. Esta es "una de las mejores herramientas para ser eficientes en la gestión. Es obligatorio, por tanto, impulsar desde la Administración la formación promovida por las sociedades científicas, con el objetivo de acreditar y recertificar periódicamente la actualización y el mantenimiento de las competencias científicas de los profesionales", concluye el Dr. Llisterri. Por esta razón, es un motivo de orgullo porque sin investigación no hay promoción curricular y, por tanto, necesitamos que todos los socios tengan la posibilidad de acceder a un curso de doctorado, a un título de doctor y a la Universidad.

4º CONGRESO SEMERGEN CATALUÑA

CONCILIACIÓN ENTRE LA FACETA PERSONAL Y PROFESIONAL DEL MÉDICO, POR EL BENEFICIO DE LOS PACIENTES

Durante el encuentro se reflexionó sobre la vida laboral del médico de Atención Primaria y su interacción con la familia



Congresistas durante un descanso del encuentro

El principal congreso que acogió la Comunidad de Cataluña, contó con cerca de 170 inscritos y alrededor de 90 comunicaciones, pretendió remarcar la inquietud de los médicos de familia por involucrarse en el mundo científico y de la investigación, demostrando que no sólo se realiza en el ámbito hospitalario. Contó con la presencia de un gran número de médicos residentes, para los cuales se reservó "un tercio del programa, para que puedan desarrollar las actividades que ellos consideren y como quieran, contando con nuestro soporte en todo momento", explicó el Dr. Aitor Gargallo Peiró, Presidente del Comité Organizador.

El tema principal de estas jornadas versó sobre la conciliación entre la faceta personal del médico y la faceta

profesional, en la cual su labor fundamental fue ayudar a los pacientes y sus familias. "La interrelación de ambas facetas implica un alto grado de adaptación y de cambio de prioridades que, a veces, no son respaldadas por el sistema", explicó el Dr. Rabee Kazan, Presidente del Comité Científico. Otra de las cuestiones principales fue la identificación y prevención del Burnout (síndrome de desgaste profesional), la comunicación médico-paciente y las diferentes vertientes de un médico de familia.

Por otro lado, se abordaron temas de actualidad, a través de los cuales se pudo ayudar a obtener el conocimiento adecuado sobre el manejo de la consulta, basándose en actualizaciones científicas, guías de práctica clínica y la experiencia del día a día. To-

dos estos, "son temas actuales, están presentes y afectan la vida de nuestros pacientes y de la sociedad, pudiendo generar un alto grado de impacto. Congresos como el nuestro, favorecen que la sociedad valore y pueda tener un punto de vista diferente de los explicados hasta ahora", aseguró el Dr. Kazan

Hoy en día, la base de la consulta es la comunicación médico-paciente. El mismo paciente es el protagonista, como el mejor comunicador de su problema. La escucha activa, por parte del profesional sanitario, permite obtener datos de la situación y, así, poder analizar bien el caso y ofrecer diversas opciones de ayuda disponible.

Por ello, fomentar el debate y la información sobre algunas de las cuestiones de actualidad, son fundamentales. "Nos sentimos satisfechos y motivados para buscar nuevas maneras de comunicarnos entre compañeros. Cada vez somos un poco más atrevidos, buscamos temas de debate, temas alternativos. Y cada vez más los abordamos, de manera novedosa, aunque debamos asumir cierto riesgo", afirmó el Dr. Pere Beato, Presidente de SEMERGEN Cataluña.

IV JORNADAS NACIONALES DE MEDICINA Y NUEVAS TECNOLOGÍAS SEMERGEN

“QUEREMOS SER EL LUGAR DE ENCUENTRO DE AQUELLOS PROFESIONALES SANITARIOS QUE BUSCAN SOLUCIONES EN LA TECNOLOGÍA”

La Inteligencia Artificial, el uso del BigData o el desarrollo del Internet de las Cosas (IoT), fueron los temas principales a tratar

El encuentro se presentó con unos contenidos innovadores y necesarios, ya que sirvieron para que los médicos pudieran actualizarse en unas competencias en las que normalmente no suele recibir formación. Por tanto, los objetivos fueron “hacer llegar a todos los profesionales sanitarios las últimas novedades tecnológicas, para que se conviertan en nuestra gran aliada en la consulta”, expresó el coordinador nacional del grupo de trabajo de NNTT de SEMERGEN, el Dr. Javier Sanz García.

Durante este encuentro, se demostró que hay cosas que se pueden hacer desde AP y que, a su vez, pueden ayudar a los médicos de familia a desenvolverse mejor, tanto en la consulta diaria como en las visitas domiciliarias. “A veces, cosas relacionadas con el entorno digital nos producen desconfianza porque lo desconocemos, pero esto evoluciona constantemente, por lo que no pretendemos mostrar todo, pero si una parte que sea útil al médico de Atención Primaria”, indicó el Dr. Hans Abdon Eguía Angeles, presidente del Comité Científico.

La intención de este encuentro fue acercar a los médicos la tecnología disponible, lo que les permita cre-

cer y mejorar y, para eso, se puede usar aplicaciones, programas, Inteligencia Artificial, pero lo más importante es una idea que se pueda desarrollar.

AP e Inteligencia Artificial

El ecosistema de la salud está en constante evolución. El impulso dado en este campo, gracias al uso de BigData, al desarrollo del IoT (Internet of Things), junto con tecnologías de IA (Inteligencia Artificial) y Machine Learning, ha supuesto una auténtica revolución. La gran novedad que se presentó es relativa a la Inteligencia Artificial y su posibilidad de uso en AP, por medio del proyecto HOPE (Health Operation for Personalized Evidence), que sirve para reducir el tiempo de consulta e, incluso, potenciar la actualización del médico que lo utiliza.

El uso de Inteligencia Artificial en salud, no es algo nuevo, existen ya muchas opciones para su uso, aunque

desde el punto de vista de la AP, aún queda mucho por hacer. “La IA utiliza el conocimiento existente para ser una herramienta diagnóstica y/o de tratamiento, por ejemplo, hay estudios que demuestran que su uso, junto con un médico especializado, pueden aumentar el número de diagnósticos correctos de cáncer en muestras (patología) o mamografías/radiografías”, señaló el Dr. Eguía.

La intención de las Jornadas fue mostrar una herramienta que permita que, mientras los médicos escriben la historia clínica del paciente, la IA “lea” los datos, los “interprete” y busque información sobre lo que ha encontrado en fuentes basadas en la evidencia, como pueden ser PubMed, ClinicalTrials y MedlinePlus. “Quisimos ir más allá y ser el lugar de encuentro de aquellos profesionales sanitarios que buscan soluciones en la tecnología”, concluyó el Dr. Sanz.



Detalle de las Jornadas Naciones de Medicina y Nuevas Tecnologías

VI JORNADAS NACIONALES DE ECOGRAFÍA

“EN 10 AÑOS NO HABRÁ MÉDICO QUE NO DISPONGA EN SU BATA DE UN ECÓGRAFO, DEL TAMAÑO DE UN MÓVIL”

Las jornadas sirvieron como punto de encuentro e intercambio de experiencias



Acto de inauguración del congreso

Pamplona acogió del 13 al 15 de junio las VI Jornadas Nacionales de Ecografía de SEMERGEN. Con más de 130 inscripciones y 35 comunicaciones, durante estos dos días tuvieron lugar 60 talleres de ecografía, tanto de iniciación como de perfeccionamiento, para los que se dispuso de 28 ecógrafos.

A través de este encuentro, que se celebró en el Colegio de Médicos de Pamplona y fue inaugurado por el Consejero de Salud del Gobierno de Navarra, Dr. Fernando Domínguez Cunchillos, se pretendió “consolidar la presencia de SEMERGEN en Navarra y apostar por el desarrollo de la misma; servir como punto de encuentro e intercambio de experiencias, entre profesionales de Atención Primaria (AP) de toda España, respecto al empleo de la técnica ecográfica en la práctica clínica habitual; potenciar su uso en este ámbito, como una herramienta que aumenta la capacidad resolutoria de

los equipos de AP y reforzar la acción formativa de los médicos residentes, fomentando su participación activa en las jornadas, mediante becas”, aseguró el Dr. José María Vázquez, Presidente del Comité Organizador.

“Tras un buen estudio de la historia clínica del paciente y un riguroso reconocimiento físico, la exploración ecográfica, orientada al diagnóstico en Atención Primaria, ha llegado para quedarse y aporta no sólo calidad, sino una mejor aproximación diagnóstica, una toma de decisiones más adecuada y un aumento de la capacidad de resolución de los equipos de AP”, afirmó el Dr. Vázquez. “La evolución de la ecografía en Atención Primaria, la marca la amplia implantación de ecógrafos en los Centros de Salud, en todas las CCAA de España, y la diversa formación en ecografía de sus médicos”, concluyó el Dr. Nabor Díaz, Responsable de Comunicación Intercomuni-

taria del Grupo de Trabajo de Ecografía de SEMERGEN. Así, a través de mesas redondas, talleres prácticos, defensa de comunicaciones orales y comunicaciones tipo póster, se abordaron diferentes cuestiones, relacionadas con la ecografía, con el fin de actualizar los conocimientos de los médicos de familia, no sólo para mejorar el uso de sus ecógrafos sino también para saber cuándo se puede solicitar una ecografía o saberla interpretar; compartir experiencias, “atraer a nuevos médicos hacia el uso de la ecografía, sobre todo residentes que saben que la ecografía -denominada el ecógrafo del futuro- estará presente en todos y cada uno de los médicos de todas las especialidades, cada vez con ecógrafos de tamaño más reducido. De hecho, se pudo adelantar que, en unos pocos años, no habrá médico que no disponga en su bata de un ecógrafo, del tamaño de un móvil”, apuntó el facultativo.

Durante las VI Jornadas Nacionales de Ecografía, se realizaron sesiones de ecografía abdominal, musculoesquelética y cardiovascular, con diferentes niveles; se estudiará la evolución y expansión de la técnica ecográfica; se llevó a cabo una mesa sobre ecografía Cardio-Vascular-Pulmonar o un taller de ecografía de urgencias.

XXII CONGRESO AUTONÓMICO SEMERGEN COMUNIDAD VALENCIANA

UNA GRAN VARIEDAD DE ACTIVIDADES PARA ACTUALIZAR COMPETENCIAS EN EL ÁMBITO DE LA AP

En el encuentro se conjugó la ciencia con otro aspecto más lúdico que permitieron compartir conocimientos y experiencias entre profesionales

El Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Valencia acogió el 3 y 4 de mayo la XXII edición del Congreso Autonómico de la Comunidad Valencia de SEMERGEN. "El principal objetivo que se marcaron para el congreso fue conseguir que todos los inscritos al mismo, pudieran disfrutar de unas jornadas de actualización y revisión de los temas más importantes en Atención Primaria, conjugando la ciencia con otro aspecto más lúdico y pudiendo compartir conocimientos y experiencias entre profesionales. Asimismo, nos propusimos continuar con el crecimiento de nuestra familia SEMERGEN, garantizando la participación activa de los médicos jóvenes residentes que tanto están aportando a la sociedad", aseguró el Dr. Francisco Javier Precioso Costa, Presidente del Comité Organizador del Congreso.

El acto, para el cual se contó con más de 170 inscritos, disfrutó de una amplia oferta de ponencias, simposios, y talleres, concebidos para fomentar y garantizar una completa participación de los asistentes. "Siguiendo la política exitosa de los últimos años en nuestro congreso autonómico, hemos querido continuar apostando por una amplia oferta de actividades teórico-prácticas, relacionadas con las patologías más prevalentes del día a día de nuestras consultas, así como actualización en los últimos estudios científicos de impacto.

Asimismo, quisieron incidir en la participación activa mediante actividades, como el gran trivial de la diabetes o varios talleres rotatorios (sobre ecografía, retinopatía y pie diabético...), de forma que fuera más provechoso el tiempo de formación y actualización. Cabe destacar, además, otras actividades formativas de exploración del aparato locomotor, formación en asma, hepatitis C, insuficiencia cardiaca, hipertensión arterial, entre otros", alega el Dr. Precioso. "Además, se abordaron las últimas novedades en el tratamiento de la EPOC como, por ejemplo, la reciente aparición de la triple terapia que favorecerá la adhesión al tratamiento de los pacientes, entre otras cosas, o las ventajas de las nuevas insulinas y la disminución de efectos secundarios graves como son las hipoglucemias, que a su vez facilitan un mejor control del paciente", afirmó la Dra. Alicia Tamarit Latre, Presidenta del Comité Científico del Congreso.

El XXII Congreso Autonómico SEMERGEN Comunidad Valenciana contó con un porcentaje alto de asistencia de médicos residentes, pues se trató de unas jornadas donde se abordaron cuestiones relacionadas con la Atención Primaria y, para ellos, que están en periodo formativo, puede ser de gran utilidad. Otra de las grandes novedades de este congreso fue reservar un espacio para remarcar la importancia de la investigación en Atención Primaria, como fuente de conocimiento y mejora continua de la práctica asistencial.

Uno de los principales atractivos de este congreso residió en la variedad de temas tratados, que fueron seleccionados cuidadosamente para que fueran de utilidad para los médicos y aporten información novedosa, completa y fácilmente aplicable en la consulta diaria, en un centro de salud de Atención Primaria.



A la izq, el presidente de SEMERGEN, Dr. Llisterri junto a miembros de los Comités

MÁSTER UNIVERSITARIO EN SEXOLOGÍA MÉDICA

TITULACIÓN PROPIA DE LA UNIVERSIDAD
EUROPEA DEL ATLÁNTICO - MÁSTER SEMIPRESENCIAL

Grupos de tutoría on-line con los responsables de las asignaturas durante el periodo de docencia y con los coordinadores del Practicum y del trabajo final en el último semestre del máster.

OCTUBRE DE 2019 ~ FEBRERO 2021

60 CRÉDITOS ECTS

*Dirigido únicamente a
médicos/as*

MATRÍCULA ABIERTA

4^a Promoción

Información e inscripciones:
CIPSA cipsa@cipsaonline.com
Tel. 942.21.30.12

ORGANIZAN:



VALIDADO POR:



BECAS PARA SOCIOS DE SEMERGEN DEL 10% DEL TOTAL DE LA MATRÍCULA DEL MÁSTER

EN EL MARCO DE LAS 3^{AS} JORNADAS NACIONALES DE DIGESTIVO

PATOLOGÍAS DIGESTIVAS: EL DÍA A DÍA EN ATENCIÓN PRIMARIA

Es importante estar actualizado en las patologías digestivas y tener las herramientas necesarias para realizar un adecuado manejo de las mismas

En el día a día, los médicos de familia ven en consulta una gran cantidad de pacientes con alguna patología digestiva. Por ello, es importante estar actualizado en estas competencias y "tener las herramientas necesarias para poder afrontar las distintas patologías y realizar un adecuado manejo de las mismas", señalaba la presidenta del Comité Organizador, la Dra. Marta Porta Tormo. La patología digestiva es muy prevalente en Atención Primaria y, en muchos casos, diagnosticada y tratada por los médicos de familia sin necesidad de derivación. "En las jornadas se han abordado los temas que creemos más prevalentes o con necesidad de actualización por haber habido cambios en las guías de actuación", señaló la coordinadora del grupo de trabajo de Digestivo de SEMERGEN, la Dra. Mercedes Ricote Belinchón a.

El encuentro científico, que congregó a más de 110 profesionales de la Medicina de Familia, contó con diversas ponencias que englobaron temas como el manejo práctico de la enfermedad diverticular en AP, utilización de probióticos en celíacos, entre otras cuestiones.

En estas Jornadas, se pusieron sobre la mesa las nuevas evidencias científicas, las mejoras en las pruebas diagnósticas y los avances en los nuevos tratamientos. Además, a los congresistas se les recalcó la necesidad de contar con la participación de los pacientes y de los familia-



Miembros de SEMERGEN durante las 3^{as} Jornadas Nacionales de Digestivo

res en las decisiones que afectan a su salud. "Los profesionales necesitamos actualizar nuestros conocimientos y mejorar los procesos asistenciales para alcanzar el nivel de calidad que todos deseamos", indicaba la Dra. Ana María Sarrión Bosque, presidenta del Comité Científico.

Por ello, como objetivo principal se pretendió "fomentar un encuentro de discusión científica que reúna a los miembros de nuestra Sociedad, compañeros de Atención Primaria y de Atención Hospitalaria", expresó la Dra. Sarrión.

El acto de inauguración, contó con la presencia de la Directora General de Alta Inspección Sanitaria de la Comunidad Valenciana, la Dra. M^a Victoria Garrido Manzano, el presidente de SEMERGEN Comunidad Valenciana, el doctor Vicente Gasull Molina, la Coordinadora del Grupo de Trabajo de Digestivo de SEMERGEN, la Dra. Mercedes Ricote Belinchón y las presidentas del Comité Científico y Organizador, la Dra. Ana María Sarrión Bosque y Dra. Marta Porta Tormo.

El cáncer colorrectal tratado desde la Atención Primaria

El cáncer colorrectal es el más frecuentemente diagnosticado en la población española, 15% del total, 34.331 casos detectados en el 2017. En hombres, el cáncer colorrectal es el segundo más frecuentemente diagnosticado después del cáncer de próstata. El cáncer colorrectal es el segundo tumor responsable del mayor número de muertes (15.923 defunciones al año) por cáncer en los últimos años, precedido por el de pulmón.

Durante el encuentro se puso en relieve la importancia de la capacidad de prevención de los médicos de familia gracias a las mejoras y avances en esta área. "El desarrollo de los programas de cribado de cáncer de colon, ha aumentado la detección de casos en fases evolutivas más precoces, y la prevalencia. La posibilidad de utilizar medios diagnósticos de screening sobre determinados grupos de riesgo, sitúa a la AP en el inicio de la cadena diagnóstica", concluye la Dra. Ana María Sarrión

14º CONGRESO ANDALUZ DE MÉDICOS DE AP SEMERGEN

SEMERGEN REUNE A MÁS DE 600 MÉDICOS PARA OFRECERLES UNA AMPLIA OFERTA DE FORMACIÓN Y ACTUALIZACIÓN

El congreso abordó un amplio abanico de competencias del médico de familia, ya que se desarrollaron 36 talleres, 6 mesas redondas y un simposio

SEMERGEN celebró el 14º Congreso Andaluz de Atención Primaria, que tuvo lugar desde el 30 de mayo hasta el 1 de junio en Punta Umbría (Huelva). En el encuentro participaron más de 600 médicos de Familia, de los cuales, en torno a 180 fueron residentes. "El objetivo fundamental del Congreso fue poner a disposición de los médicos de Atención Primaria y residentes de la especialidad, una amplia oferta de formación en las competencias profesionales que necesitamos para una atención de calidad", señaló la Dra. Mercedes Ramblado Minero, presidenta del Comité Organizador y secretaria del Grupo de Trabajo de Salud Laboral de SEMERGEN. Además, añadió, este encuentro fue "un evento formativo sin precedentes para la Atención Primaria andaluza".

En esta línea, el presidente del Comité Científico y miembro del Grupo de Trabajo de Gestión del Medicamento, Inercia clínica y Seguridad del Paciente de SEMERGEN, el Dr. Francisco Atienza Martín, expuso que el congreso sirvió "de foro para la difusión de los esfuerzos investigadores del ámbito de la Atención Primaria y propiciar un lugar de encuentro, acercamiento y alianza entre los distintos perfiles profesionales de nuestro nivel asistencial".

El segundo encuentro científico más importante de la Sociedad decana de la Medicina de Familia en España, estuvo organizado en tres ejes fun-



Mesa de inauguración del Congreso

damentales. Por una parte, las patologías de alta prevalencia en Atención Primaria, que constituyen un porcentaje muy amplio de las demandas asistenciales de nuestra población. En segundo lugar, la Salutogénesis, para profundizar en los recursos de los que disponen las personas para mantenerse sanas o afrontar positivamente el proceso de enfermar, lo que lleva al paradigma de la medicina centrada en la persona. Por último, la visión de la Atención Primaria como

Fue un evento sin precedentes para la Atención Primaria andaluza

un ámbito interdisciplinar.

El congreso abordó un amplio abanico de competencias del médico de familia, ya que se desarrollaron 36 talleres, 6 mesas redondas y un simposio. Además, sirvió para mostrar el trabajo investigador en la Atención Primaria andaluza,

con 6 mesas de defensa de comunicaciones y 2 de proyectos de investigación, junto con 16 sesiones de defensa de poster. Con este número de actividades la temática fue muy variada, "aunque cabría destacar las actividades relacionadas con la diabetes y el riesgo vascular, las relacionadas con la salud mental y la atención al dolor y los cuidados paliativos", indicó el Dr. Atienza.

Para SEMERGEN Andalucía, este encuentro científico supuso todo un reto ya que, "después del nacional, es el que tiene mayor afluencia. Esperamos, al igual que en ediciones anteriores, haber estado a la altura de lo que nos exigen nuestros socios", declaró la Dra. Rosa Sánchez Pérez, presidenta de SEMERGEN Andalucía.

Este congreso fue una apuesta más de SEMERGEN y de SEMERGEN Andalucía para "colaborar con el Sistema Sanitario Público con el objetivo de mejorar la organización y el trabajo de los profesionales de Atención Primaria.", concluyó la Dra. Sánchez.

IX JORNADAS NACIONALES RESPIRATORIO SEMERGEN

“LA ALTA PARTICIPACIÓN INDICA EL INTERÉS DE LOS MÉDICOS DE FAMILIA DE ACTUALIZARSE EN PATOLOGÍAS RESPIRATORIAS”

En el encuentro se pretendió realzar el cuidado del paciente respiratorio, dando importancia y valor a su seguimiento como paciente crónico.

León albergó el 24 y 25 de mayo las IX Jornadas Nacionales de Respiratorio de SEMERGEN. La convención científica sirvió como punto de encuentro entre profesionales, para repasar las principales patologías respiratorias. A dicho encuentro fue “todo un éxito y una enorme responsabilidad. La alta participación indicó el interés y la necesidad de actualización en patologías prevalentes”, señaló el coordinador del Grupo de Trabajo de Respiratorio, el Dr. José Tomás Gómez Sáenz.

Los objetivos fundamentales de las Jornadas fueron conocer y debatir las principales novedades en el manejo de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), ya que, según los datos, alrededor de un 75-80% de los pacientes con EPOC están sin diagnosticar. Por otro lado, se abordaron las principales recomendaciones de las guías, españolas y mundiales, relacionadas con el sistema respiratorio, así como la revisión de otras patologías como: Síndrome de apnea del sueño (S.A.H.S), Déficit de Alfa 1 Anti-Tripsina, vacunación Antineumocócica, entre otras.

Por ello, “se puso de relieve las innovaciones en EPOC: indicaciones de la triple terapia, novedades que aporta la nueva guía GOLD 2019 y su correlación con la GESEPOC. Respecto al asma, se debatió sobre el consenso denominado ‘Crite-

rios de Derivación en Asma’, que acaba de conocerse”, indicó el Dr. Delio Vázquez Mallada, presidente del Comité Científico

Tanto en el manejo de la EPOC como en el resto de enfermedades respiratorias, se está avanzando hacia un tratamiento personalizado, con una actuación integral de los pacientes, valorando comorbilidades y ofreciendo un seguimiento adecuado del paciente en su entorno socio-familiar. Así, “se trató de un encuentro entre profesionales sanitarios, donde se repasó las principales patologías respiratorias. Una cita anual, organizada por el Grupo de Trabajo de Respiratorio de SEMERGEN, que afianza, cada vez más, la actividad del grupo dentro de la Sociedad y sirve de escaparate para mostrar las novedades en el campo respiratorio”, explicó el Dr. Francisco Vicente Martínez García, Presi-

dente del Comité Organizador.

Atención integral del paciente respiratorio

En las IX Jornadas Nacionales de Respiratorio de SEMERGEN, se pretendió realzar el cuidado del paciente respiratorio, dando importancia y valor a su seguimiento como paciente crónico, concienciar a la población sobre la necesidad de llevar a cabo un diagnóstico adecuado, así como su posterior seguimiento por su médico de familia. Otra de las principales novedades, fue destacar la importancia que tienen los tratamientos no farmacológicos, en el abordaje de las enfermedades respiratorias. Asimismo, se explicó la importancia de prescribir el dispositivo de inhalación más adecuado en cada caso y la realización eficaz de la maniobra inhalatoria.



Miembros de los comités de las IX Jornadas Nacionales Respiratorio

22º JORNADAS NACIONALES DE GRUPOS DE TRABAJO SEMERGEN

CREANDO SINERGIAS JUNTOS

Un encuentro donde se pretendió analizar y conocer las necesidades de los coordinadores y buscar soluciones de mejora

El pasado 21 y 22 de junio se celebraron, en Gijón, las 22 Jornadas Nacionales de los Grupos de Trabajo de SEMERGEN.

Durante el acto, inaugurado por el Dr. Llisterri, Presidente de SEMERGEN, se pretendió analizar y conocer las necesidades de los coordinadores y buscar soluciones de mejora, entre todos. "Los grupos de trabajo tienen que ser, dentro de la Sociedad a la que pertenecen, corresponsables con la misma. Por eso, van a salir a relucir cuestiones de interés para los Grupos de Trabajo, pero también para nosotros, de cara a que nos ayudéis con la gestión diaria de la Sociedad", afirma José Luis Llisterri, Presidente de SEMERGEN.

Así, se abordó la necesidad de conseguir una mayor implicación de los grupos de trabajo en el Congreso Nacional, ya que "actualmente tenemos más 10.000 inscritos en las distintas actividades de la Sociedad. Venimos del anterior Congreso Nacional, celebrado en Palma de Mallorca, con 5.083 inscritos, de los cuales 1.900 eran residentes, en total 2.500 médicos jóvenes. La mitad de las personas que asisten a nuestro Congreso Nacional son menores de 35 años, y por ello debemos felicitarnos todos", explicó el Dr. Miguel Ángel Prieto, Vocal de Congresos y Jornadas de la Junta Directiva Nacional de SEMERGEN.

La investigación es la razón de ser de una Sociedad Científica y, por ello, los objetivos

esenciales que debemos perseguir son: formación, docencia e investigación. "Debemos buscar un equilibrio entre la búsqueda de financiación, a través de la investigación e industria farmacéutica, y otros agentes externos", explicó el Dr. Llisterri. Igualmente, se hizo una especial mención a los problemas a los que se enfrentan, hoy en día, los médicos de Atención Primaria para llevar a cabo su labor investigadora. Es necesario activar la investigación, buscar mecanismos de incentivación para los médicos investigadores y, en definitiva, "es esencial la implicación de los grupos de trabajo, tutores y residentes".

Potenciando la comunicación

Durante las Jornadas se dedicó un apartado especial a potenciar la comunicación, tanto interna como externa, de la Sociedad. Así, además de llevar a cabo un repaso de la normativa interna, se detalló la importancia de compartir y registrar todas aquellas actividades que se llevan a cabo dentro de SEMERGEN, debido a que "lo que no se registra no existe", subrayó el Dr.

Rafael Micó, Secretario General de SEMERGEN. Es esencial dar visibilidad a todo aquello que hacemos y buscar el canal idóneo para llegar a todos los socios, a todos los miembros de los grupos de trabajo. Por otro lado, María Villanueva y José María Nieto, impartieron una clase teórico-práctica sobre los beneficios de mantener una buena relación con los medios de comunicación. Explicaron las ventajas de consolidar este binomio, proporcionaron consejos prácticos y subrayaron que esto supone un reconocimiento público al esfuerzo diario, así como una oportunidad para transmitir los mensajes clave de SEMERGEN.

Durante estos días de brainstorming, con ponencias, mesas de debate y foros de discusión, se abogó por la necesidad de crear una vocalía de comunicación en cada grupo de trabajo, mejorar el conocimiento del perfil de cada miembro y análisis de compromiso, modificar la estructura del GT por una que favorezca el relevo y llevar a cabo reuniones dentro de los diferentes grupos de trabajo.



Foto de familia

XX CONGRESO NACIONAL SEMERGEN GALICIA

SEMERGEN GALICIA REFLEXIONA SOBRE LAS PATOLOGIAS MÁS PREVALENTES EN ATENCIÓN PRIMARIA

El congreso albergó a cerca de 300 congresistas, más de 30 comunicaciones y contó con una alta representación de médicos residentes

Crear un espacio de debate multidisciplinar, es decir, con todos los agentes implicados, para llegar a acuerdos que permitan mejorar el nivel de salud de la población, fue el objetivo principal del XX Congreso de SEMERGEN Galicia que se celebró el 14 y 15 de junio. A lo largo de este encuentro se otorgó el protagonismo a la utilización de anticoagulantes de acción directa, la diabetes y la insuficiencia cardiaca. Así, "como no podía ser de otra manera, en un congreso de Atención Primaria, los temas estrella deben cumplir las dos características que les hacen tener un alto impacto en nuestras consultas: por un lado ser un problema de salud muy prevalente en nuestra sociedad y, por otro, tener una evolución crónica", aseguró el Dr. Rosendo Bugarín, Presidente del Comité Científico y Responsable de Comunicación Intercomunitaria del grupo de trabajo de Medicina Genómica Personalizada y Enfermedades Raras de SEMERGEN. Por ello, "queremos que nuestra cita se convierta en un punto de reunión de profesionales de la Atención Primaria, en el que durante dos días podamos actualizarnos en la última evidencia disponible en las patologías más prevalentes y, como no, que podamos disfrutar de un encuentro entre compañeros", apuntó el Dr. Daniel Rey, Presidente del Comité Organizador y Presidente de SEMERGEN Galicia.

El XX Congreso de SEMERGEN Galicia, al que acudieron



Momento práctico del XX Congreso SEMERGEN Galicia

cerca de 300 congresistas y se presentaron más de 30 comunicaciones, contó con una alta representación de médicos residentes, para los cuales se organizó una sesión especial, llamada "Training morning". Al ser un evento dirigido a los médicos de familia, el programa científico se centró en las patologías más prevalentes de su especialidad, directamente vinculadas con la cronicidad, la insuficiencia cardiaca, la diabetes, la EPOC o el asma, entre otros. "Cada uno de estos problemas de salud tiene unas peculiaridades muy específicas, pero los tres comparten una serie de hechos comunes: son muy prevalentes y hay un porcentaje significativo de pacientes que, en los tres casos, tardan en diagnosticarse", apuntó el Dr. Bugarín.

Sin embargo, "no podemos olvidarnos de los necesarios cambios en el estilo de vida de nuestros pacientes que, en ocasiones, olvidamos en nuestra consulta diaria", explicó el Dr. Rey. En esta línea, la conferencia

inaugural corrió a cargo del Dr. Carlos Piñeiro, donde explicó, a través del proyecto "100.000 razones de peso", cómo se puede convencer a una comunidad entera de la importancia de adquirir unos hábitos nutricionales saludables. "El Dr. Piñeiro nos explicó qué resultados, en salud y en calidad de vida, está

"Durante dos días hemos podido actualizarnos en las patologías más prevalentes"

obteniendo con una medida terapéutica muy eficaz, de bajo coste y tremendamente saludable, algo muy difícil de lograr", resaltó el Presidente de SEMERGEN Galicia.

Es importante poner sobre la mesa, todo lo que tenga impacto científico y profesional, pero también aquello que genere un debate social, ya que la Atención Primaria está inmersa en la ciudadanía.

VII CONGRESO NACIONAL DE PACIENTES CRÓNICOS

“SE HAN ACTUALIZADO CONOCIMIENTOS EN ENFERMEDADES CRÓNICAS Y EN LOS PROYECTOS DE MEJORA QUE SE DESARROLLAN EN ESPAÑA”

El Congreso Nacional de Pacientes Crónicos de SEMERGEN es el único foro científico de Atención Primaria dedicado exclusivamente a este colectivo

Los objetivos fundamentales de este encuentro científico fueron fomentar la relación directa con los pacientes, para el abordaje de todos los aspectos de la cronicidad, así como aumentar la comunicación entre todos los componentes de la Atención Sanitaria. Este encuentro pretendió que los pacientes crónicos expusieran sus inquietudes, al tiempo que los médicos de AP les dieron el soporte científico y humano necesario con el que hacer sostenible y reorientar el sistema de salud.

El Dr. Eduardo Carrasco Carrasco, presidente del Comité Organizador y presidente de SEMERGEN Murcia, señaló que “los asistentes pudieron actualizar conocimientos en enfermedades crónicas de la mano de pacientes expertos y profesionales de la salud, aprendieron a manejar su enfermedad y, sobre todo, conocieron las experiencias y proyectos de mejora que se desarrollan en toda España a través de las asociaciones de pacientes”. De esta forma, se pudo avanzar en la prevención, planificación y el tratamiento de las enfermedades crónicas. Además, la interrelación entre los asistentes de diferentes comunidades autónomas “ayudó a aprender y a diseñar proyectos de investigación para mejorar la prevención y manejo



De izq. a derecha, el Dr. José Luis Llisterri y Dr. Manuel Villegas

de estas enfermedades crónicas”, explicó el Dr. Carrasco.

En el VII Congreso Nacional de Pacientes Crónicos, los temas tratados fueron variados, destacando principalmente las temáticas relacionadas con estilos de vida saludables, educación y formación diabetes, sobre cómo vivir con la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, las necesidades de las personas con problemas del aparato locomotor, además de experiencias desarrolladas con asociaciones y pacientes. Se impartieron talleres de estética oncológica, de rehabilitación cardíaca, fibromialgia, anticoagulación y redes sociales. Por tanto, SEMERGEN ha procurado que, en todas las actividades, el paciente fuera el protagonista.

Uno de los principales atractivos del congreso, según indicó Manuel Arellano, vice-

presidente de la Plataforma de Organización de Pacientes, fue que su celebración logró reunir a algunos de los principales agentes que, hoy en día, “tienen un papel vital para conseguir cambiar a mejor nuestro actual Sistema Nacional de Salud”. Juntos establecieron un marco científico donde “los pacientes crónicos fueron los protagonistas y donde quedó de manifiesto el importante papel que juega la Atención Primaria en la gestión del paciente crónico”, expresó Arellano.

En esta línea, es necesario recordar la apuesta que está realizando SEMERGEN por www.PacientesSemergen.es, una web al servicio de este colectivo, cuyo objetivo es informar y formar al paciente con criterios médicos adecuados, consensuados y documentados.

III JORNADAS SEMERGEN LA RIOJA

FOMENTAR LA FORMACIÓN CONTINUADA Y ESTIMULAR LA INVESTIGACIÓN EN AP

Las jornadas acogieron a los nuevos residentes y sirvieron de punto de encuentro entre profesionales



Durante las III Jornadas SEMERGEN La Rioja

El pasado 31 de mayo tuvieron lugar las III Jornadas de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) La Rioja, que se celebraron en el Colegio Oficial de Médicos de La Rioja (Logroño). Con más de 100 asistentes, de los cuales casi la mitad fueron médicos residentes, y la presentación de 32 comunicaciones científicas, la jornada formativa actualizó conocimientos y aunó experiencias de los médicos de Familia. Asimismo, acogió a los nuevos residentes y sirvió de punto de confluencia entre profesionales.

Para este encuentro cientí-

fico, se propuso como lema "La Meta es el Camino".

Con este slogan, se transmitieron las intenciones de las jornadas, ya que, como indicó la Dra. Ana Isabel Bas

Criterios de derivación en Asma y talleres de radiografía de Tórax, la Disnea Aguda, Cuidados Paliativos y factores de riesgos cardiovasculares

Angulo, presidenta del Comité Organizador, es necesario actualizarse "por el bien del paciente, su salud y preven-

ción de la misma, su bienestar, el acompañarle en todas las etapas de su vida. Debemos recorrer un camino y estar por y para nuestros pacientes", expresó la Dra. Bas.

Durante las III Jornadas de SEMERGEN La Rioja se abordaron aspectos como nuevas evidencias y derivación en asma, un taller enfocado en radiografía de tórax y un taller centrado en un aspecto fundamental en urgencias, como es el enfoque de la disnea aguda. Además, se realizaron talleres de cuidados paliativos en el medio rural, revisión de la depresión en Atención Primaria y factores de riesgo cardiovascular. "Quisimos que los asistentes conocieran los últimos avances que se han producido en las guías o en los protocolos de aquellas enfermedades que se trataron en nuestro congreso", explicó el Dr. José M^a Martínez Martínez, presidente del Comité Científico.

El Congreso terminó con un acto especialmente relevante desde el punto de vista social. La conferencia de clausura ofreció una visión del estado actual de la medicina en otras partes del mundo, además de la labor de voluntariado que realizan médicos de familia en ONG.

RETRASMISIÓN EN STREAMING

NUEVA EDICIÓN DE SEMERGENVIVO: "VIH: PAPEL DE LA ATENCIÓN PRIMARIA PARA INCREMENTAR EL DIAGNOSTICO"

En España hay cerca de 146.500 personas con VIH



De izq. a derecha, la Dra. Raquel Baños, el Dr. José Luis Llisteri y la Dra. María Jesús Pérez

El pasado 28 de mayo tuvo lugar una nueva edición de SEMERGENVIVO, bajo el título "VIH: Papel de la Atención Primaria para incrementar el diagnóstico". En esta ocasión, esta edición en streaming estuvo moderada por el Dr. José Luis Llisterri, Presidente de SEMERGEN, y contó con la participación de la Dra. Raquel Baños, miembro del grupo de trabajo de Infecciosas, Medicina Tropical y del Viajero de Semergen y de la Dra. María Jesús Pérez Elías, jefa de sección de enfermedades infecciosas del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid.

Actualmente, en España existen más de 25.000 personas afectadas por VIH sin diagnosticar, lo cual influye directamente en el mantenimiento de la infección y en su propagación. Asimismo, este hecho genera un impacto directo en el individuo, produciendo un deterioro en su sistema inmunitario, el cual no llega a recuperarse tras el diagnóstico y tratamiento. En este sentido, a través de este

debate, se pretendió profundizar acerca del papel que juega la Atención Primaria en el tratamiento de dicha patología, valorar qué aspectos se han llevado a cabo y cuáles se pueden desarrollar en un futuro, para, así, investigar qué acciones se pueden poner en marcha para mejorar el diagnóstico, entre otros indicadores.

En torno al 72,8% de las personas con VIH en España han alcanzado, gracias a los tratamientos disponibles, la supresión viral, lo que nos sitúa cerca de cumplir con los objetivos establecidos por Naciones Unidas que plantean el reto de llegar al 90% de pacientes con carga viral suprimida. Así lo indica el instituto de salud Carlos III, que recuerda que el Programa Onusida de Naciones Unidas para el año 2020, en torno al manejo del VIH, establece el reto 90-90-90 (90% de personas con VIH diagnosticado, 90% con tratamiento antirretroviral y 90% con carga viral suprimida).

En España hay cerca de

146.500 personas con VIH, lo que representa una prevalencia del 0,37%. De ellas, algo más de 126.000 (un 86,2%) conoce su diagnóstico, por lo que todavía hay un 14% de afectados que no sabe que tiene la infección. En cuanto a las que sí han sido diagnosticadas, unas 118.000 (un 93,4%) están en terapia anti-retroviral y más de 106.000 personas en tratamiento (un 90,4%) tendrían carga viral suprimida. Así, el análisis de todos estos datos permite concluir que en torno al 72,8% de las personas que padecen VIH, en España, habrían alcanzado la supresión viral.

Como ya sabes, en esta nueva edición de SEMERGENVIVO, se sortearon 3 inscripciones al 41º Congreso Nacional de Semergen. Para participar, sólo se tuvieron que responder a varias preguntas que se formularon en directo, a través de la web: envivo.semergen.es. Entre los acertantes obtuvieron los ganadores.

Os recordamos que el objetivo de la plataforma SEMERGENVIVO es fomentar el debate libre dentro de la Sociedad, sobre temas relacionados con la AP la investigación, la formación del profesional sanitario y aquellos aspectos que sean de interés para SEMERGEN.

41º Congreso Nacional SEMERGEN 2019

¡Atención Primaria, espacio de Salud!

16 -19 de octubre
Palacio de Congresos de Gijón

SEMERGEN AP
Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria
CNV 00298-2018

3ª Escuela de Verano SEMERGEN

20 y 21 Septiembre
Parador de Jarandilla
"Abriendo puertas"

Jarandilla de la Vera (Cáceres) 2019

SEMERGEN AP
Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria
CNV 0082-2019

#ESCUELASEMERGEN19
info@escueladeveranosemergen.com
www.escueladeveranosemergen.com

VII Congreso SEMERGEN Aragón

Atención Primaria, cruce de caminos

SEMERGEN AP
Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria
CNV 00110-2019

22-23 de Noviembre
World Trade Center Zaragoza
ZARAGOZA 2019

#SEMERGENARAGON19
www.congresosemergenaragon.com • info@congresosemergenaragon.com

PUEDA SOLICITARLAS A TRAVÉS DE LA WEB

¿ES INVESTIGADOR? APROVECHE LOS PREMIOS Y AYUDAS DE LA FUNDACIÓN SEMERGEN

La Fundación SEMERGEN, en el marco de las iniciativas que está llevando a cabo para promover la Investigación entre sus asociados, convoca premios, ayudas y becas para todos los socios.

La Fundación SEMERGEN convoca premios y ayudas para este año 2019 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 1^{er} premio: **5.000€**.
- Premio al mejor Proyecto de Investigación en Atención Primaria 1^{er} accésit: **3.000€**.
- Premio al mejor Proyecto de Investigación en Atención Primaria para MIR: **1.000€**.
- Premio al mejor caso clínico de mejora de adherencia mediante Sistema Personalizado de Dosificación (SPD) de medicación patrocinado por Mylan: **2.000€**.
- Premio al mejor trabajo de investigación sobre cronicidad, paciente polimedica-

do y adherencia al tratamiento. Patrocinado por "Fundación Mylan para la salud": **2.000€**.

- Mejores trabajos publicados en la revista SEMERGEN
Primer premio: **3.500€**
Segundo premio: **2.500€**
Tercer premio: **1.500€**

- Premios SEMERGEN Solidaria
Al mejor diseño de un proyecto de Solidaridad: **600€**
- Al mejor videoclip relacionado con la solidaridad: **200€**

AYUDAS

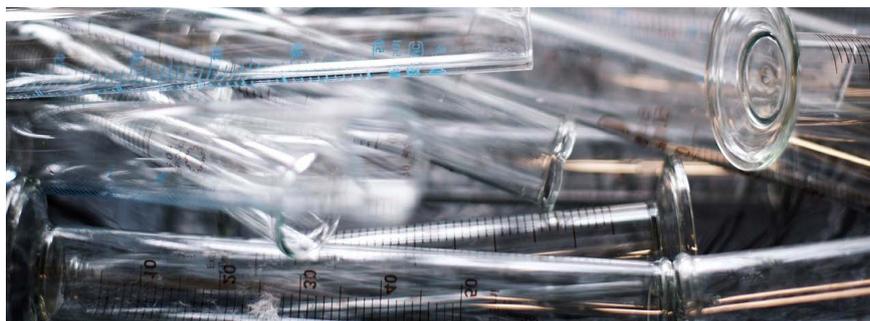
- Ayuda para estancia formativa internacional en Atención Primaria: **5.000€**.
- Ayuda para estancia formativa nacional en Atención Primaria: **2.000€**.
- Tesis doctorales: **material**.
- Ayuda para tesis doctorales: **matrícula**.

No te pierdas todas las oportunidades que brinda la Fundación SEMERGEN.

¡No pierdes nada y tienes mucho que ganar!

BECAS

- Para para el Estudio Presencia: **150 becas**.
 - Becas Estudio IBERICAN para el 41^º Congreso Nacional de SEMERGEN de Gijón **25 becas**.
 - Para Residentes Autores de Comunicación y Proyectos de investigación que los presenten en el Congreso Nacional: **150 becas**.
- Visita [Premios, Ayudas y Becas SEMERGEN](#) para informarte de todo



PRESENTACIÓN ESTUDIO BPC DIABETES

PRESENTACIÓN DEL ESTUDIO PARA CONOCER LA PRÁCTICA CLÍNICA EN EL MANEJO DE COMPLICACIONES CRÓNICAS VASCULARES EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2

Los resultados consolidan la importancia de los centros sanitarios de Atención Primaria, como agentes clave en la gestión de las enfermedades crónicas.



De izquierda a derecha, D. Andoni Lorenzo, presidente de la Federación Española de Diabetes, Dr. José Luis Llisterrri, presidente de SEMERGEN y el Dr. Miguel Turégano, Miembro de los Grupos de Trabajo de Hematología y de HTA

La Diabetes Mellitus Tipo 2 (DMT2) tiene una prevalencia, en España, de 6,2% en edades de 30 a 65 años (15-20% para >65 años), por lo que es necesario su correcto manejo en Atención Primaria. En los pacientes con DMT2, el exceso continuado de glucosa en la sangre daña los nervios y los vasos sanguíneos, provocando la aparición de complicaciones vasculares. Estas complicaciones empeoran la calidad de vida de los diabéticos, incrementan el gasto sanitario e, incluso, pueden provocar la muerte prematura de las personas afectadas. Con el objetivo de consolidar el papel de los centros sanitarios

de AP, como agentes clave en la gestión de las complicaciones que sufren los pacientes crónicos, la Fundación de la Sociedad Española de Médicos de AP (FUNDACIÓN SEMERGEN), en colaboración con la Federación Española de Diabetes (FEDE) y con una beca no condicionada de Boehringer Ingelheim, promovió la realización del "Estudio para conocer la práctica clínica en el manejo de complicaciones crónicas vasculares en pacientes con DMT2. Estudio BPC Diabetes".

Se trata de un estudio observacional retrospectivo, desarrollado en el ámbito de AP en España, en el que se registraron

y analizaron distintas variables del historial clínico de 1.420 pacientes. Los investigadores del estudio han sido en su totalidad Médicos Internos Residentes (MIR), pertenecientes a la Red de Investigadores Residentes de SEMERGEN (RIRES). El objetivo principal del mismo ha sido describir el manejo, a nivel nacional, de las complicaciones clínicas vasculares de la diabetes, en referencia al diagnóstico, cribado, seguimiento y control adecuado. Según la población analizada, el diabético sería mayoritariamente varón caucásico, mayor de 70 años, con obesidad, con una evolución de la enfermedad superior a 5 años, con hipertensión arterial y dislipemia, y presenta un pobre control de la diabetes.

El análisis del historial clínico de más de 1.400 pacientes de centros de AP españoles, ha puesto de manifiesto el deficiente manejo de las complicaciones vasculares, en pacientes con DM2. En concreto, a 3 de cada 10 diabéticos tipo 2 no se les había realizado la prueba de fondo de ojo, en los últimos dos años, y en, aproximadamente, 6 de cada 10 no se les había efectuado la exploración del pie diabético. Ambas pruebas son de vital importancia, para garanti-

zar la calidad de vida de las personas diabéticas. Este colectivo de pacientes, a menudo desarrolla retinopatía diabética (cambios en la retina del ojo) y corre un mayor riesgo de ceguera. Se estima que más de 2,5 millones de personas en todo el mundo se ven afectadas por la retinopatía diabética, la causa principal de pérdida de la visión en los adultos en edad de trabajar (de 20 a 65 años), en los países industrializados.

Por otro lado, los diabéticos pueden desarrollar diferentes formas de problemas en los pies. La aparición de úlceras se conoce como pie diabético y puede derivar en una amputación. Se calcula que los individuos con diabetes tienen un riesgo 25 veces mayor de amputación de miembros inferiores. Los médicos de AP juegan un importante papel en la prevención de estas complicaciones y, por tanto, en la mejora de la calidad de vida de estos pacientes.

Con los resultados obtenidos en

el estudio BPC Diabetes, se pretende consolidar el papel de los

"El estudio para conocer la práctica clínica, en el manejo de las complicaciones crónicas vasculares, en pacientes con diabetes mellitus tipo 2"

centros sanitarios de AP como agentes clave en la gestión de la cronicidad, y elaborar un mapa de buenas prácticas en el manejo clínico de la diabetes, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de los pacientes.

"La investigación es la razón de ser de una Sociedad Científica y constituye para nosotros un compromiso ético y social. Si no se investiga, no se publica y no se promociona y, sobre todo, no se hacen tesis doctorales y no se accede a la universidad". La medicina de familia necesita, por tanto, de investigación de calidad realizada en nuestro ámbito, que permita acceder a la acreditación de profesor uni-

versitario. A pesar de las barreras que pone la administración, que son muchas para investigar en Atención Primaria, SEMERGEN impulsa y activa la investigación con inversión propia. Ejemplo de ello es la existencia de la red de investigadores de SEMERGEN que aglutina hoy día a más de 500 profesionales de AP. Estudios como el que se presentó el pasado 23 de mayo, sobre

"Los resultados deben hacernos recapacitar sobre el manejo actual de la Diabetes en AP de España"

buenas prácticas en la diabetes, realizado íntegramente por residentes, "es un motivo de orgullo y satisfacción para nuestra Sociedad. Los resultados que se derivan del mismo deben hacernos recapacitar sobre el manejo actual de la diabetes en Atención Primaria de España", aseguró el Dr. José Luis Llisterri, Presidente de SEMERGEN. "Como se puede extraer de los resultados obtenidos en el estudio, se aprecia un pobre manejo en el cribado de algunas complicaciones crónicas vasculares del paciente diabético. Este estudio, liderado por la Red de Investigadores de SEMERGEN (RIRES), pretende informarnos sobre el manejo del paciente diabético en Atención Primaria", concluyó el Dr. Miguel Turégano, Miembro de los Grupos de Trabajo de Hematología y de Hipertensión Arterial y Enfermedades Cardiovasculares de SEMERGEN.



Detalle del Estudio "BPC Diabetes"

III JORNADAS DE INVESTIGADORES RESIDENTES DE SEMERGEN (RIRES)

BARRERAS ADMINISTRATIVAS CONTRA LA INVESTIGACIÓN EN ATENCIÓN PRIMARIA

El 40% de los médicos son de AP, pero menos del 5% están involucrados en estudios de calidad

En las III Jornadas de RIRES de SEMERGEN se debatió, durante la ponencia inaugural, sobre las barreras administrativas y legales que imponen las entidades gubernamentales, para que los profesionales sanitarios puedan desarrollar una labor investigadora.

Por ello, se hizo hincapié en la importancia que tiene la investigación en AP. "Desde SEMERGEN defendemos, de manera homogénea y sin fisuras, que un médico de familia tiene que atender a la faceta asistencial, a la docente y a la investigadora", aseguró el Dr. Llisterri.

El presidente de SEMERGEN hizo un alegato en contra de las barreras administrativas que, actualmente, dificultan la investigación, ya que "día tras día observamos cómo hay una falta de cultura absoluta por parte de nuestros gestores, especialmente desde niveles superiores, respecto a la importancia que tiene para la medicina de familia la labor de investigar".

española del medicamento, como órgano regulador, y los centros hospitalarios o gerencias de Atención Primaria.

Uno de los principales obstáculos a los que se enfrenta la investigación en AP, es el relativo a la variabilidad de los contratos con la gerencia de los centros de salud donde se quiere llevar a cabo dicho análisis. "Hay hospitales donde no se exige un contrato, para los estudios retrospectivos no EPAS, es decir, aquellos cuyo factor de exposición no es un medicamento. Sin embargo, hay otros que aplican el modus operandi de firmar un contrato, por una simple seguridad jurídica", puntualizó Igor Pinedo, Responsable del Gabinete Legal de SEMERGEN.

Sin embargo, otra de las grandes problemáticas es la ausencia de respuesta a la solicitud de autorización a la gerencia, ante lo que el gabinete legal de SEMERGEN aconseja insistir en pedir explicaciones de por

qué una solicitud de este tipo no ha sido tramitada.

Investigación clínica es, según Rosario García, secretaria técnica del CEIM del Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca de Murcia, toda aquella destinada a generar nuevos conocimientos que nos ayuden al diagnóstico en tratamiento y prevención de las enfermedades. "La investigación clínica requiere tiempo, esfuerzo y formación, es más un investigador tiene que tener formación acreditada en buena práctica clínica", afirmó García.

Desde SEMERGEN se hace una firme apuesta por una AP donde se reconozca, no sólo la actividad asistencial, sino también la docente y la investigadora. Asimismo, debe impulsar y facilitar el acceso de los profesionales de AP a las actividades de formación e investigación, como herramientas claves para la eficiencia de la gestión

Barreras administrativas

Así, durante la ponencia denominada ¿Cómo podemos superar las barreras administrativas en la investigación en AP?, se explicó que el comité investigador forma parte del núcleo guardiano del procedimiento administrativo, junto con la agencia



De izda a derecha, Igor Pinedo y el Dr.Llisterri durante la ponencia

1^{AS} JORNADAS DE SEMERGEN SOLIDARIA

LA PARTE MÁS SOLIDARIA DE SEMERGEN

En el encuentro se trataron diferentes temáticas sociales desde la perspectiva de la AP

El 17 y 18 de mayo se celebró la I edición de las Jornadas de SEMERGEN Solidaria. La formación de los voluntarios en los proyectos que se están llevando a cabo, para conseguir una mayor eficacia en los objetivos, resultados y beneficios de la población que los recibe; fomentar la convivencia entre todos los voluntarios; mejorar el trabajo en equipo; garantizar el desarrollo de los proyectos ya en marcha, desde su concepción hasta su ejecución final, además de promover nuevas iniciativas, a través de ideas y propuestas novedosas, fueron algunos de los principales objetivos de estas jornadas, que este año se celebraron en Madrid, en su primer encuentro.

“SEMERGEN Solidaria nace del sentimiento y la necesidad de los médicos de SEMERGEN, por ayudar a la población más vulnerable y necesitada, a través de aplicar sus competentes conocimientos profesionales”, aseguró la Dra. María del Carmen Martínez Altarriba, Secretaria del Comité Coordinador de SEMERGEN Solidaria. Desde esta columna vertebral de SEMERGEN, se coordinan diferentes proyectos, tanto de formación como de investigación o de intervención asistencial, sobre la atención al inmigrante, el soporte al anciano, ayuda a la mujer, defensa

de los derechos humanos, promoción de la salud, ayuda a la discapacidad, intervención internacional, pobreza de medicamentos o maltrato infantil, entre otros.

Todo ello, a través de diversas actividades y acciones: cursos formativos; formación y promoción de la salud a la población deprimida; trabajos de investigación sobre la situación y necesidades médicas de la población más débil y necesitada; desarrollo y ejecución de proyectos según las necesidades detectadas mediante estudios, observación y otras vías de conocimiento; relación y colaboración con las asociaciones de pacientes, prestando ayuda médica e involucrándose en sus proyectos; cooperación con las ONGs y otras instituciones benéficas; colaboración con colegios para el fomento de la formación y promoción de la salud infantil; cooperación con centros cívicos, para de-

teccionar posibles necesidades médicas, y coordinación con todos los grupos de trabajo de SEMERGEN, como soporte, ayuda y colaboración mutua bidireccional, entre otros.

Temáticas sociales

Por ello, a lo largo de esta jornada se trataron diferentes temáticas sociales, desde la perspectiva de la Atención Primaria: Bullying y orientación a familias de riesgo; abusos sexuales, psicológicos y físicos en la infancia, así como la defensa de los derechos humanos, a través de una mesa de debate, “Aprendiendo la defensa de los derechos humanos”, que se gestionó en colaboración con la Policía Nacional y Mensajeros De La Paz. Asimismo, SEMERGEN aprovechó este encuentro para presentar el estudio Presencia, el cual trata de dar visibilidad a un problema muy grave como es el maltrato a las personas mayores.



Los responsables de SEMERGEN Solidaria hacen entrega al Dr. Llisterri de una insignia como reconocimiento al apoyo de la iniciativa

¡UN REGALO EXCLUSIVO TE ESTÁ ESPERANDO!

LA GACETA ONLINE PREMIA TU FIDELIDAD

En una edición más, la herramienta de comunicación interna de SEMERGEN, la 'Gaceta Online', premia a los lectores miembros de la Sociedad con un nuevo sorteo que reconoce la fidelidad y la constancia de vuestra lectura.

Por ello, queremos ponerte a prueba con tres nuevas cuestiones. Recuerda que, para responder correctamente, podrás encontrar las respuestas en el contenido de este número de la Gaceta (nº 83).

En este número, entre todos los acertantes del sorteo, regalaremos un Resimecum 1

El número anterior el acertante ha sido José M^a Beltrán Poveda, ¡Enhorabuena! Las respuestas correctas eran 1-C, 2-A, 3-A,

Si quieres participar en la presente encuesta y ser uno de los posibles candidatos ganador del sorteo, [pincha aquí](#)

¿Cuántos asistentes acudieron al Congreso Andaluz

- a) Más de 400.
- b) Más de 600.
- c) Menos de 100.

¿Qué estudio se ha presentado recientemente?

- a) Estudio BPC Diabetes.
- b) Estudio NPC Hipertensión.
- c) Documento Cistitis.

¿Cuántas personas hay en España con VIH?

- a) Cerca de 120.000.
- b) Menos de 100.000.
- c) Cerca de 146.500.



BE SURE TO FIND YOU THE JOB YOU ARE LOOKING FOR

PERMANENT JOBS, LOCUM JOBS, CONTRACT JOBS WITH PREMIUM PAY

A recruitment company for specialist family medicine doctors

Med Doc Healthcare is Ireland's leading primary care recruitment company for specialist family medicine doctors and urgent care family medicine doctors looking to work in Ireland. We currently have vacancies for full-time, locum and contract jobs for family medicine and urgent care doctors with immediate start dates.

Med Doc has the largest clientele of both family medicine and urgent care clients across the island of Ireland so we can be sure to find you the job you are looking for. Counties such as Cork, Galway, Waterford and Wexford are very popular with Spanish doctors with quite a few living in Ireland for the last number of years and really enjoying life. Dublin is a preferred location for doctors to work but with much higher standards of living to be found outside of Dublin, many doctors decide to live in the country side where wages are similar and you get to maintain a much higher standard of living due to lower living costs.

Depending on how much or how little you wish to work, you can expect to earn from €120,000 - €220,000 per year working in Ireland. This makes Med Doc a very attractive company to work with when finding your ideal family medicine or urgent care job in Ireland.

Requirements:

- IMC Registration (we assist you with this)



- GP Family Medicine Qualifications or 4 years GP Family Medicine Experience
- Advanced or fluent English

Med Doc will also ensure you obtain a clinical orientation before you start working in Ireland. This is a necessity as most family medicine doctors working in Ireland are specialised in areas such as women's health, paediatrics etc. Irish family medicine doctors own their own private practice with the main priority to keep patients out of hospitals and treat them in the primary care setting which is usually fully owned by the GP or health care centre (this is not a hospital setting).

Don't wait, get in contact with Med Doc today and one of our recruiters will be in touch with you to find you the job you have been waiting for. You can call us on +353 1 9011306 or email gp@meddoc.ie

In addition to recruiting Family Medicine doctors, our sister company Med Pharm (www.medpharm.ie) also recruit supervising and support pharmacists as well as pharmacy technicians for chains, groups and individual pharmacies across the island of Ireland.

You can expect to earn be-

"Dublin is a preferred location for doctors to work but with much higher standards of living to be found outside of Dublin"

tween €50,000 - €90,000 per year working as a supervising or support pharmacist in Ireland.

To find out more, you can call us on +353 1 9011730 or email register@medpharm.ie and one of our recruiters will be happy to advise you on our current list of vacancies in Ireland.

DEFICIT DE VITAMINA D: CLAVE EN LA PÉRDIDA DE LA DENSIDAD MINERAL ÓSEA UNA DE CADA DOS MUJERES POSTMENOPÁUSICAS PADECERÁ OSTEOPOROSIS EN ESTA ETAPA DE SU VIDA

La masa ósea depende, en gran medida, de los estrógenos, las hormonas sexuales femeninas. Estas se dejan de producir en la menopausia y, con ello, se genera una pérdida de calcio que propicia la aparición de osteoporosis.

En España se producen una media de 240.000 nuevas fracturas óseas relacionadas con la osteoporosis al año. Para 2.025 se espera un aumento del 30%. La osteoporosis es una enfermedad silenciosa que predispone al debilitamiento de los huesos y a un aumento del riesgo de fracturas. Los expertos señalan que, cuando aparece la primera, el riesgo de futuras fracturas aumenta de manera exponencial. Concretamente, el riesgo de tener una segunda fractura se multiplica por 3. Padeciendo ya dos fracturas, el riesgo de una tercera se multiplica por 5.

Esta patología afecta mayoritariamente a las mujeres en una proporción de 1 a 7 frente a los hombres. La forma más común de osteoporosis es la postmenopáusica. La masa ósea depende, en gran medida, de los estrógenos, hormonas que se dejan de producir en la menopausia y, con ello, se asocia una pérdida de masa ósea que se traduce en un debilitamiento de los huesos.

La vitamina D, una hormona directamente relacionada con la salud ósea de la mujer

La hormona D juega un papel muy relevante en la salud ósea. Su déficit favorece la pérdida de la densidad mineral ósea (al compensarse ese déficit de absorción liberando calcio del hueso), aumentando así el riesgo de sufrir osteoporosis.



Los especialistas consideran de alta importancia identificar a aquellas pacientes susceptibles de riesgo de osteoporosis para que se les realice las pruebas pertinentes de control y seguimiento. En este sentido, parece necesario vigilar los niveles de vitamina D y lograr una optimización del estado de esta hormona.

HIDROFEROL 0,266 mg, único tratamiento del déficit de vitamina D en cápsulas blandas

Hidroferol (Calcifediol, 25-hidroxicolecalciferol, 25-OH-D), de FAES FARMA, en su reciente y cómoda presentación en cápsulas blandas, es un eficaz tratamiento de prescripción que corrige la deficiencia de vitamina D. Cada cápsula de Hidroferol contiene 0,266 mg de calcifediol, equivalentes a 16.000 UI. Esta moderna presentación permite al especialista ajustar con precisión la posología (semanal, quincenal, mensual, etc.) de-

pendiendo del nivel de deficiencia del paciente, de sus características físicas, de su edad y de su estado de salud general.

En estudios clínicos diversos en los que valora la eficacia para normalizar los niveles plasmáticos de 25-OH-D en pacientes con déficit de vitamina D, calcifediol ha demostrado ser entre 3 y 6 veces más eficaz y potente que otros medicamentos que contienen colecalciferol.

Hidroferol es un medicamento de prescripción médica cubierto por el Sistema Nacional de Salud, que, además de la presentación en cápsulas blandas, tiene ampollas y solución oral.

Referencias

1.- Holick MF, Binkley NC, Bischoff-Ferrari HA et al. Evaluation, treatment, and prevention of vitamin D deficiency: An endocrine society clinical practice guideline. *J Clin Endocrinol Metab.* 2011; 96:1911-30a Federación Española de Diabetes (FED).

BECAS DE INVESTIGACIÓN MANUEL DE OYA "CERVEZA, SALUD Y NUTRICIÓN" UNA INVESTIGACIÓN REALIZADA EN LA UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA ANALIZA EL PAPEL ANTIOXIDANTE DE LA CERVEZA Y SUS POSIBLES EFECTOS POSITIVOS

Investigación publicada en la revista científica "Nutrients"

Un trabajo realizado por la Dra. Patricia Alonso, bajo la supervisión de la Dra. Mairena Martín, del grupo de Neuroquímica, en la Facultad de Ciencias y Tecnologías Químicas de Ciudad Real, (Universidad de Castilla-La Mancha) ha analizado el "Posible efecto neuroprotector del lúpulo y liofilizado de la cerveza". Esta investigación se enmarca en las Becas Manuel de Oya que cada año el Centro de Información Cerveza y Salud otorga a jóvenes investigadores interesados en estudiar las propiedades nutricionales del consumo moderado de cerveza y su potencial relación con la salud.

Las conclusiones de este estudio, que han sido publicadas recientemente en la revista científica *Nutrients*, han demostrado que un consumo moderado de cerveza puede ayudar a modular, en mayor o menor medida, la expresión génica de los receptores de adenosina, una molécula que juega un papel fundamental en las enfermedades neurodegenerativas como es el caso del Alzheimer.

"Una de las estrategias planteadas contra las enfermedades neurodegenerativas consiste, justamente, en la búsqueda de nutrientes beneficiosos para nuestra salud presentes en alimentos o bebidas que se consuman de manera frecuente", explica la Dra. Patricia Alonso, becada Manuel de Oya e impulsora de este estudio. Además, precisa que la cerveza cuenta con una gran variedad de com-



ponentes, donde se encuentran polifenoles (flavonoides y ácidos fenólicos) que podrían ser responsables de estos potenciales efectos beneficiosos.

"El consumo de bebidas alcohólicas resulta controvertido en la actualidad, ya que sus efectos pueden ser opuestos en función del tipo de bebida y graduación alcohólica. No obstante, se sugiere que un consumo moderado y responsable de bebidas fermentadas de baja graduación alcohólica, como es el caso de la cerveza, podría ser beneficioso para nuestra salud por su potencial efecto antioxidante", ha añadido Alonso.

Respecto al origen de este estudio, la investigadora señala que apenas existen estudios que relacionen los receptores de adenosina con bebidas de baja graduación como la cerveza y su potencial antioxidante, por ello, "se quiso probar si tres cervezas diferentes (negra, rubia y sin alcohol) podrían causar este efecto antioxidante y ejercer modulación sobre los receptores de adenosina, a nivel de gen y de proteína en dos modelos celulares distintos".

El Centro de Información

Cerveza y Salud cada año apuesta por la investigación con una nueva edición de las Becas Manuel de Oya, cuya convocatoria 2019 se encuentra actualmente abierta. El objetivo es fomentar el estudio en torno al consumo moderado de cerveza y su relación con los diferentes aspectos de la salud humana, siempre y cuando no hayan sido realizados ni difundidos con anterioridad en España. Este compromiso por la investigación de jóvenes científicos en España se promueve desde el Centro de Información Cerveza y Salud desde hace 20 años y cuenta con el apoyo de reconocidos profesionales en el campo de investigación, la nutrición y la salud que forman parte del Comité Científico del CICS, encargado de evaluar y seleccionar a los candidatos.

Referencias

1- Patricia Alonso-Andrés et al. "Modulation of Adenosine Receptors and Antioxidative Effect of Beer Extracts in in Vitro Models" *Nutrients* 2019, 11(6), 1258; <https://doi.org/10.3390/nu11061258>

EXISTEN 3 VARIEDADES DE SABORES

AQUARIUS RAYGO, LA NUEVA BEBIDA REFRESCANTE FUNCIONAL DE COCA-COLA EN ESPAÑA

Aquarius Raygo es una bebida refrescante funcional porque contiene vitaminas y minerales que contribuyen al metabolismo energético normal y ayudan a reducir el cansancio y la fatiga

Aquarius consolida la categoría de bebidas refrescantes funcionales con el lanzamiento de Aquarius Raygo, ampliando la oferta con una bebida con extracto de raíces, sabores de frutas, vitaminas y minerales que permite a los consumidores disfrutar de un delicioso producto con el beneficio añadido de que les ayuda a mantener su propia energía.

Así, Aquarius vuelve a apostar por la innovación situando al consumidor en el centro de su estrategia. Coca-Cola en España está en constante evolución y avanza en su consolidación como Compañía Total de Bebidas, con la que se comprometió hace más de tres años, innovando en nuevas marcas, nuevas categorías y nuevas funcionalidades.

Esta bebida responde a los resultados de un estudio liderado desde Coca-Cola en España desde el año 2008, en el que, cada tres años, se llevan a cabo entrevistas a más de 1.500 profesionales de la salud y la nutrición. Los entrevistados han valorado como muy positivo que haya bebidas que, más allá de tener un buen sabor e hidratar,

aporten funcionalidad basada en el beneficio de vitaminas y minerales.

Por todo ello, en este año se vuelve a poner la innovación y el desarrollo como una prioridad estratégica para Coca-Cola en España, y esta vez, además, la sitúa como pionera en el segmento de las bebidas refrescantes funcionales que, a través de Aquarius, han demostrado su validez y eficacia en la hidratación diaria. Tras tres años de trabajo, explorando nuevos conceptos basados en datos científicos y validados con grupos de consumidores, se ha trabajado en el aporte de vitaminas y minerales para ayudar a mantener el metabolismo energético normal. Con estas premisas, a través del centro de I+D de The Coca-Cola Company en Bruselas, uno de los seis centros de investigación que tiene la compañía en el mundo, Aquarius Raygo llega para ampliar la familia Aquarius.

El resultado es una bebida que aporta de forma global, magnesio, manganeso, vitamina C y vitaminas B3, B5 y B6, necesarias para ayudar al buen funcionamiento del proceso de producción de energía sin per-

der la capacidad refrescante y el sabor único de Aquarius.

Ayuda a mantener tu propia energía

Una de las claves de este producto es que, si se consume a lo largo del día, puede aportar, por sus nutrientes, la funcionalidad necesaria para contribuir a mantener de forma sostenida la energía que genera el organismo. En esta línea, es una bebida con una funcionalidad totalmente distinta a una bebida energética por su composición y por el mecanismo de acción de sus vitaminas y minerales.

El desarrollo de este nuevo Aquarius Raygo ha pasado por todas las etapas de validación de innovación, diseño y desarrollo para cumplir escrupulosamente con la legislación vigente en la Unión Europea.

Las 3 variedades de Aquarius Raygo, Maca & Ginseng, Granada + Mango; Tupinambo & Ginseng, Piña + Menta y Jengibre & Ginseng, Manzana + Lichi, son bajas en calorías y sin gluten, en el caso de las dos últimas además aptas para veganos.



SEMINARIO ONLINE DE LA FUNDACIÓN IBEROAMERICANA DE NUTRICIÓN

"WEBINAR FINUT 2019 EDULCORANTES"

LOS ESPECIALISTAS REFUERZAN LA SEGURIDAD DE LOS EDULCORANTES

Expertos aseguran que aquellos edulcorantes que se encuentran aprobados, si son utilizados en las dosis adecuadas, no representan ningún daño para la salud ni predisponen al aumento de peso

La Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT) ha celebrado recientemente un seminario online (webinar) acerca de los edulcorantes bajos en o sin calorías. El evento ha contado con diversas exposiciones a cargo de referentes de habla hispana en la temática, quienes disertaron sobre aspectos como 'El sabor dulce a través del ciclo vital', 'Percepción del sabor dulce y determinación del poder edulcorante' o 'Concepto y clasificación de los edulcorantes', 'Edulcorantes en la prevención y control de las enfermedades crónicas', 'Edulcorantes y microbiota' entre otros.

Durante el encuentro los expertos han afirmado que "si bien en ocasiones algunos individuos pueden presentar dudas acerca de la seguridad de los edulcorantes no calóricos o bajos en calorías, todos aquellos que se encuentren aprobados por las entidades regulatorias para su uso en alimentos y bebidas son seguros y pueden ser consumidos por toda la población sin preocupación, siempre que sean parte de una dieta equilibrada y dentro de los valores de ingesta diaria admisible (IDA), a excepción de los bebés menores de 12 meses y el caso muy específico de alguna enfermedad especial, como aquellas personas que padecen fenilcetonuria".

La IDA representa la cantidad de un edulcorante que se puede consumir por día según el peso corporal de cada individuo sin que haya un riesgo



apreciable para la salud, según los conocimientos disponibles al momento de realización de la evaluación. El testeo es particularmente seguro, ya que se toma el nivel sin efecto adverso observable y se lo multiplica por 100: es decir, la cantidad máxima recomendada es cien veces menor a lo que técnicamente no produce efectos adversos.

Uso, etiquetado e ingesta de edulcorantes no calóricos

En este webinar han participado expertos como la Dra. Susana Socolovsky, presidente de la Asociación Argentina de Tecnólogos Alimentarios (AATA). Su charla se tituló 'Uso, etiquetado e ingesta de edulcorantes no calóricos'. Entre otros conceptos la Dra. Socolovsky afirmó que "la función de los edulcorantes bajos en calorías o sin calorías es sustituir el sabor dulce en alimentos y bebidas. Cabe destacar que debido a su alta potencia solo se requieren pocos miligramos para reemplazar 25 gramos de azúcar o 100 ca-

lorías. Sin embargo, la noción de que los edulcorantes conducen a alimentos de sabores dulces exaltados es completamente falsa, ya que expresamente la ciencia y tecnología de alimentos se esmera en lograr productos cuyo dulzor sea idéntico al del original para conseguir la aceptación del consumidor". Específicamente se citó una investigación presentada en el año 2016 que se denominó ¿El consumo de edulcorantes no calóricos afecta el peso corporal y la ingesta de energía?[1], en la que se detalla que los edulcorantes no calóricos no aumentan la ingesta de energía ni el peso corporal. De hecho, su uso en reemplazo de azúcar lleva a una reducción del peso y de la ingesta calórica en niños y adultos. Asimismo, pueden ser útiles para el control de la glucosa y el peso en el caso de pacientes con diabetes tipo II, siempre que se enmarque en un plan integral de alimentación y actividad física.

LOS ESTUDIOS DEMUESTRAN QUE TIENE PROPIEDADES ANTI- INFLAMATORIAS HESPERIDINA: EL ZUMO DE NARANJA MÁS ALLÁ DE LA VITAMINA C

El zumo de naranja es conocido por su contenido en vitamina C, un vaso pequeño (150 mL) aporta 67,5 mg de vitamina C de media, más del 80% del valor de referencia de nutrientes (VRN), la cantidad diaria recomendada para mantener una buena salud. Sin embargo, no somos tan conscientes de que es una de las fuentes más ricas de hesperidina, un polifenol de la subclase de las flavanonas. A continuación, puedes ver la importancia de la hesperidina y como la proporciona un vaso de zumo de naranja

HESPERIDINA: EL ZUMO DE NARANJA MÁS ALLÁ DE LA VITAMINA C

El zumo de naranja es muy conocido por su contenido en vitamina C, pero muchas personas no saben que es una de las fuentes más ricas de hesperidina, un polifenol de la subclase de las flavanonas.



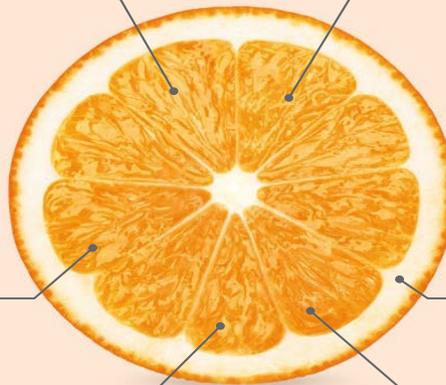
El **60%** de los profesionales de la salud en Europa no saben que el zumo de fruta contiene polifenoles¹.



El zumo de naranja contiene más hesperidina que vitamina C. Según datos de SGF⁵, 100 mL aportan 52 mg de hesperidina, y 78 mg para una porción de 150 mL.



Si comparamos el zumo envasado con el zumo de naranja hecho en casa, se registra una cantidad de **hesperidina unas 3 veces mayor** en el plasma después de la ingesta recomendada de zumo de naranja envasado, ya que su contenido en hesperidina es mayor debido a un proceso de exprimido más eficiente².



La hesperidina es más resistente al deterioro por la acción del **oxígeno** o de la temperatura. A una temperatura de 4°C y después de 6 meses, la pérdida de hesperidina es del **2%**.⁶



Los estudios científicos demuestran que la hesperidina tiene **propiedades antiinflamatorias**³, y que puede influir de forma positiva en las funciones microvasculares (elasticidad y tono de los vasos sanguíneos⁴).



El **zumo de naranja** también contiene **folato** (favorece una función psicológica normal y un correcto funcionamiento del sistema inmunológico) y **potasio** (contribuye a mantener la presión sanguínea adecuada).⁷



**ZUMO DE FRUTA
EN SERIO**

Para más información, visítenos en www.zumodefruitaenserio.es y síguenos en las redes sociales

[@zumodefruitaenserio](https://www.facebook.com/zumodefruitaenserio)

[@FJM_ES](https://twitter.com/FJM_ES)

¹ Ruxton C (2018) What do Europe's health professionals think about fruit juice? CN Focus 10: 36-38.

² Silveira JQ et al. (2014) Pharmacokinetics of flavanone glycosides after ingestion of single doses of fresh-squeezed orange juice versus commercially processed orange juice in healthy humans. J Agric Food Chem 62: 12576-84.

³ Rocha DMUP et al. (2017) Orange juice modulates proinflammatory cytokines after high-fat saturated meal consumption. Food Funct 8: 4396-4403.

⁴ Morand C et al. (2011) Hesperidin contributes to the vascular protective effects of orange juice: a randomized crossover study in healthy volunteers. Am J Clin Nutr 93: 73-80.

⁵ Data provided by SGF International (2018).

⁶ Agcam E et al. (2014) Comparison of phenolic compounds of orange juice processed by pulsed electric fields (PEF) and conventional thermal pasteurization. Food Chemistry 143: 354-361.

⁷ http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/claims/register/public/?event=register.home.

Aviso legal: Se ha hecho todo lo posible para garantizar que la información contenida en este documento sea correcta y se haya verificado. Esta información se debe utilizar solamente como base para las comunicaciones no comerciales con un público que incluye únicamente profesionales de la salud y medios de comunicación. No se debe utilizar la información en este documento para hacer alegaciones de salud o de nutrición en la comunicación cuyo público objetivo sean los consumidores. Los usuarios de este documento deberían entender que el uso de esta información en un contexto diferente del actual, además de cualquier modificación de la información, incluidos cambios en el texto, o la omisión o adición de texto o gráficos, puede tener consecuencias legales. La AJIN no asume ninguna responsabilidad por daños o perjuicios que pudiesen derivarse del uso del presente documento o de la información contenida en la misma. La AJIN no respalda ni garantiza la veracidad de las ideas y opiniones expresadas por terceros en el presente documento, y renuncia a cualquier responsabilidad que pudiese derivarse de la base de dicha información u opiniones.

LA INFECCIÓN POR EL VIH AFECTA A UNAS 145.000 PERSONAS EN ESPAÑA

"WE WANT TO BREAK FREE, ¿TE ATREVES?"

Es la nueva campaña de Gilead con motivo de la semana del Orgullo LGTB 2019

La evolución de los tratamientos antirretrovirales, el trabajo de los profesionales sanitarios y las asociaciones de pacientes y los planes de salud pública contra el VIH, han sido factores determinantes en la tendencia de reducción progresiva de nuevos casos, con una disminución del 26% desde el 2009. Aun así, en España se han hallado multitud de casos en los que los individuos actúan como transmisores de VIH sin saberlo. Se estima que en nuestro país existen unas 145 mil personas infectadas por VIH. De estas, una de cada cinco personas -el 18%- no está diagnosticada, así, un total aproximado de 25 mil personas no están recibiendo el tratamiento anti-retroviral (TAR) y están expuestos a transmitir el virus.

Por ello, es necesario abordar la enfermedad de forma integral, llevando a cabo la coordinación con centros de salud y unidades especializadas hospitalarias para asegurar el control de estos pacientes.

Además, como parte de ello, Gilead, con motivo de la celebración de la semana del Orgullo LGTB 2019, lleva a cabo una campaña de VIH bajo el lema *"We want to break free, ¿te atreves?"*.

Con ella quiere desarrollar uno de los compromisos de ONUSIDA y de la farmacéutica, la consecución de los objetivos "90 en VIH": que el 90% de la población infecta-



da por VIH esté diagnosticada, el 90 % de los diagnosticados esté en tratamiento, el 90% de los pacientes en tratamiento tenga la carga viral suprimida y que el 90% de los pacientes tengan una calidad de vida semejante a la de la población general.

Estos pilares se han desarrollado de forma visual y sencilla en cuatro vídeos, que pueden ser consultados en la web: www.thefull360.es

Las prácticas sexuales de riesgo, la disminución de la alarma general por infectarse y los prejuicios creados en torno a las vías de contagio y a la población infectada han influido significativamente en la evolución del perfil de nuevos casos. En concreto, los afectados por este virus son mayoritariamente hombres, uno de cada seis mayores de 50 años, y el 50% de los afectados son hombres que mantienen sexo con hombres (HSH).

Así, los procedimientos de todos los agentes implicados son clave para poder prevenir, diagnosticar y tratar el

VIH. Gilead, en el impulso de su campaña, acoge un quinto vídeo en la citada web de la campaña basado en un cuestionario predictor de posible riesgo de infección del VIH. Esta práctica ha sido validada con más de 3000 personas en España y su fin es confirmar con 7 cuestiones si la persona que realiza el test podría haber estado expuesta o tener algún indicador clínico del VIH.

El día 6 de julio, Gilead colocará un stand con la imagen de la campaña en la plaza Pedro Zerolo. Con el objetivo de dar visibilidad a esta campaña, Gilead repartirá también flyers informativos y colocará la imagen en el display de la Plaza de Callao.

España está implicando todos sus esfuerzos en conseguir el objetivo marcado de 90 en VIH, con el que Gilead lleva comprometido más de 30 años, desarrollando medicamentos cada vez más innovadores, transformando la vida de los pacientes e invirtiendo en políticas de concienciación social.



¿Quieres aparecer en "El Objetivo"? ¡Envíanos tus fotos a comunicacion@semergen.es y puede que salgas en el próximo número!







41º Congreso Nacional SEMERGEN 2019

¡Atención Primaria, espacio de Salud!

16 -19 de octubre
Palacio de Congresos de Gijón



Secretaría Nacional



C/Alameda 10 - 1º B
28014 Madrid
Tel: 91 438 40 00
info@congresonacionalsemergen.com

#SEMERGEN19

www.congresonacionalsemergen.com - info@congresonacionalsemergen.com