

PANORAMA

LA REVISTA DEL GRUPO ASISA
VOLUMEN 19_NÚMERO 3_DICIEMBRE 2016

asisa+

JORGE CRIVILLÉS CONQUISTA EL CANAL DE MOLOKAI



**ASISA DIVERSIFICA
SU ACTIVIDAD Y LANZA
SU PRIMER SEGURO
DE DECESOS**

**ENTREVISTA CON LA
DRA. PAULA GIMÉNEZ,
DELEGADA DE
ASISA EN ALICANTE**

**HLA MONCLOA,
PIONERO EN EL
TRATAMIENTO DE
LAS ARRITMIAS**



SUMARIO

DICIEMBRE 2016



EDITORIAL

03.- La superación constante



ACTUALIDAD

04.- El Grupo ASISA apuesta por HLA y buscar nuevas actividades

05.- ASISA lanza un seguro de decesos // HLA abre una Unidad de Reproducción en México // Green Cube llega a hospitales de Marruecos y Azerbaiyán

06.- Dormir más para vivir mejor

07.- ASISA vuelve a ser la aseguradora de salud con mejor atención al cliente // Reconocimiento al compromiso social de HLA La Vega, que trabaja en Murcia con más de 30 organizaciones solidarias

08.- ASISA patrocina el Premio Nacional de Gastronomía Saludable // Curso de cáncer colorrectal organizado por ASISA, HLA Moncloa e IMOncology // ASISA recibe un premio Computer-World 2016 por su innovación digital

09.- ASISA Dental reúne en su segundo congreso a más de 170 profesionales // HLA Mediterráneo crece con la Policlínica Poniente y nuevas consultas externas

10.- Entrevista con la Dra. Paula Giménez Rodríguez, delegada de ASISA en Alicante

12.- Un monstruo llamado Molokai

14.- ASISA se refuerza en las redes sociales // HLA, pionero en la comunicación electrónica con la Administración de Justicia // Consejos para cuidar la espalda de los niños

15.- Nueva Cátedra ASISA de Salud, Educación y Calidad de Vida en Lleida // Nueva promoción de estudiantes de Medicina en HLA Moncloa // HLA, patrocinador del Lucentum de Alicante



A TU SERVICIO

16.- El Grupo HLA inicia el camino para certificar su calidad

17.- HLA Vistahermosa crea una Unidad de Medicina Deportiva // Proyecto Infección Quirúrgica Zero // Oftalvist llega al Hospital HLA Inmaculada de Granada

18.- Pioneros en el diagnóstico y tratamiento de las arritmias



VIDA SALUDABLE

20.- La importancia de tener una afición

21.- Gastronomía saludable: Fabes con almejas y esencia de gallina

22.- Enoturismo en El Bierzo



REDACCIÓN

Departamento de Comunicación
Corporativa del Grupo ASISA
panorama@asisa.es
C/ Juan Ignacio Luca de Tena, 12
28027, Madrid
Telf.: 91 595 76 67
www.revistapanorama.es

Se informa de que la aparición de cualquier referencia, anuncio o imagen sobre algún producto, servicio o empresa no implica, en ningún caso, que la editora, autores o colaboradores de la misma entienden su contratación, adquisición o utilización.

D.L.: M-10862-1999



EDITORIAL

La superación constante



DR. FRANCISCO IVORRA
Presidente de ASISA

Jorge Crivillés nos ha dado este verano otra lección de superación y capacidad de trabajo para superar sus propios límites. Su conquista del Canal de Molokai, en Hawái, después de nadar casi 18 horas entre triburones y olas de más de tres metros es una hazaña que merece nuestro reconocimiento. Merece la pena leer las páginas en las que Crivillés cuenta con detalle su esfuerzo, su sufrimiento, sus temores y sus dudas y cómo, a pesar de todo, decidió seguir adelante y superar una nueva barrera, un nuevo reto para acercarse a su objetivo de completar el 'Seven Oceans'. Sólo unos pocos nadadores en aguas abiertas en todo el mundo lo han conseguido y en ese empeño contará siempre con el respaldo de la Fundación ASISA.

A Jorge Crivillés le mueve su pasión y, sobre todo, un afán solidario: nadar a favor de los enfermos de cáncer afectados por linfoma, meloma y leucemia, lo que, si cabe, da mayor valor a su esfuerzo. Su causa merece la pena y nos enseña a todos que lograr los objetivos que nos marcamos es posible exclusivamente a través de la motivación, la constancia y el trabajo en equipo. Son lecciones importantes que no debemos per-

der de vista en nuestro quehacer cotidiano.

Con esa idea de superación constante, el Grupo ASISA busca nuevos retos que nos permitan seguir avanzando y ser cada vez mejores en lo que hacemos. Sin ninguna duda, la apuesta que hemos realizado para lograr la certificación de calidad del Grupo Hospitalario HLA nos ha obligado durante los últimos meses a modernizar nuestra forma de trabajar, establecer sinergias entre nuestros hospitales e impulsar la búsqueda de la calidad y la excelencia en todos nuestros procesos. Todo ello buscando siempre que nuestros pacientes reciban la mejor atención posible. Estamos al principio del camino, pero decididos a lograr nuestro objetivo y consolidarnos como una referencia de calidad entre los grupos hospitalarios españoles.

Nuestra apuesta por la mejora continua se apoya además en el impulso de la formación y la investigación. El II Congreso ASISA Dental o el desarrollo de nuestra alianza con la Universidad son dos ejemplos de cómo entendemos la necesidad trabajar en equipo cada día para seguir alcanzando nuestras metas.



Lavinia celebró su Asamblea en Barcelona bajo el lema "Ninguna parte es más importante que la suma de todos".

EL GRUPO ASISA APUESTA POR HLA Y BUSCAR NUEVAS ACTIVIDADES

LAVINIA CELEBRA SU 40ª ASAMBLEA Y ESTABLECE LA ESTRATEGIA DE SUS EMPRESAS EN LOS PRÓXIMOS AÑOS PARA SEGUIR SIENDO UN REFERENTE SANITARIO

Lavinia Sociedad Cooperativa, accionista único de ASISA, celebró en Barcelona su 40ª Asamblea, que estableció los ejes de la estrategia de la compañía para los próximos ejercicios. Para reforzar su crecimiento y seguir siendo un referente en el sistema sanitario español, el Grupo ASISA apuesta por la consolidación del Grupo Hospitalario HLA, diversificar la actividad en el sector asegurador y seguir impulsando inversiones en el exterior. Igualmente, seguirá apostando por la innovación en todos sus procesos para mejorar la eficiencia en la gestión.

El presidente del Grupo ASISA, Dr. Francisco Ivorra, destacó durante su intervención en la Asamblea que "ASISA ha vivido entre 2010 y 2015 un periodo de estabilidad producto de una estrategia y de hacer bien las cosas. Ahora toca seguir fortaleciendo nuestras estructuras, hacer frente a los retos a los que debemos enfrentarnos y aprovechar las oportunidades para consolidar nuestros resultados y seguir creciendo".

Eficiencia y calidad

Para lograr esos objetivos, el Grupo ASISA apuesta por consolidar el Grupo Hospitalario HLA, el holding que agrupa a sus 15 centros hospitalarios. HLA permite establecer sinergias y políticas comunes para mejorar la eficiencia de las clínicas y hospitales y fortalecer su capacidad de competir en un mercado cada

DR. IVORRA: "AHORA TOCA SEGUIR FORTALECIENDO NUESTRAS ESTRUCTURAS PARA SEGUIR CRECIENDO"

vez más concentrado. El siguiente paso es lograr certificar la calidad de sus procesos.

Junto a la consolidación del grupo hospitalario, ASISA seguirá profundizando en el proceso de diversificación de su actividad aseguradora. La creación de ASISA Vida permite operar plenamente en este ramo y extender la actividad del Grupo ASISA a otros ramos, como decesos. Igualmente, el impulso de ASISA Dental seguirá siendo prioritario.

Por último, el Grupo ASISA seguirá buscando oportunidades para desarrollar su actividad en el exterior, donde estudia diferentes proyectos que puedan unirse a los que ya mantiene activos en Guinea Ecuatorial, Marruecos, Omán, México y Portugal y analiza diversos proyectos en Italia y Brasil. En los próximos años, ASISA seguirá expandiéndose en el ámbito internacional mediante la búsqueda de nuevas oportunidades en Iberoamérica, Europa y Oriente Medio.

ASISA LANZA UN SEGURO DE DECESOS

ASISA ha lanzado un nuevo producto, ASISA Decesos, que cubre los gastos en caso de fallecimiento y que ofrece amplias garantías, entre ellas asistencia legal. Con este producto, ASISA comienza a operar en el ramo de Decesos, que se une a Salud, Dental, Vida y Accidentes.

ASISA Decesos es un seguro individual o familiar que, en el momento del fallecimiento de cualquiera de los asegurados, garantiza la prestación de los servicios funerarios y traslados nacionales. Igualmente, como garantía complementaria, el seguro prestará asistencia en el extranjero para fallecimientos en estancias inferiores a 90 días. En casos de estancias superiores, existe una cobertura opcional que garantiza las gestiones y gastos de traslado internacional del asegurado fallecido, así como billete de ida y vuelta para el familiar designado.

En todos los casos, ASISA Decesos incluye asistencia legal, lo que permite realizar consultas y actuaciones sobre asuntos relacionados con sucesiones y pensiones. Además, ASISA ha habilitado un teléfono 24 horas de atención exclusiva para los asegurados de este producto (901 300 010).

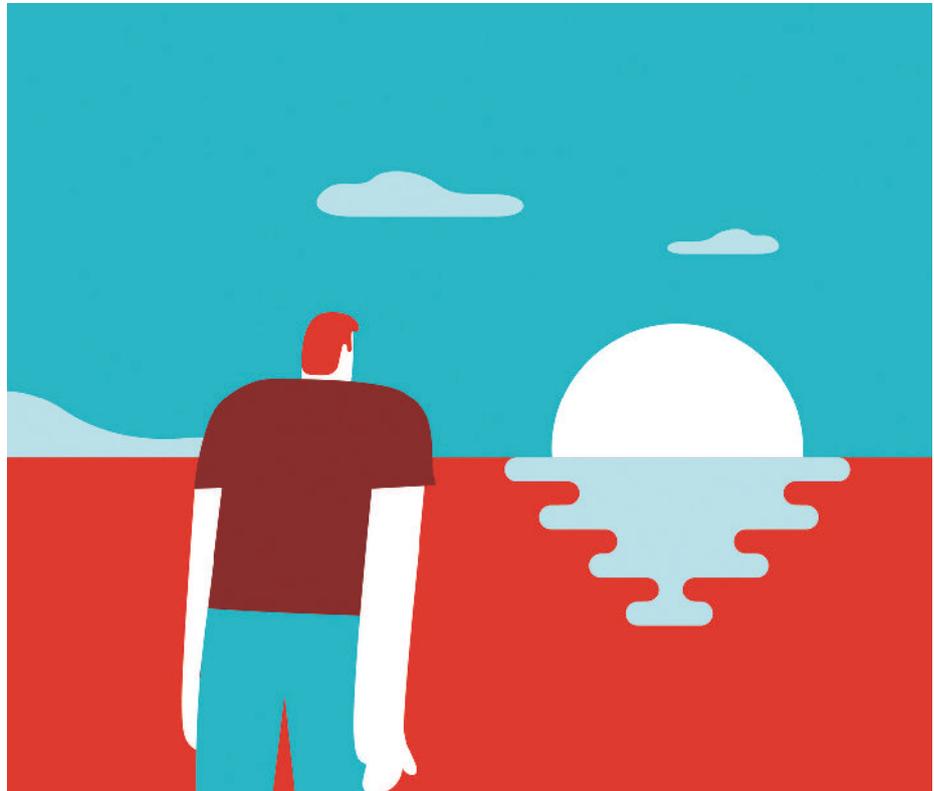


Imagen de los folletos promocionales de ASISA Decesos.



HLA ABRE UNA UNIDAD DE REPRODUCCIÓN EN MÉXICO. Es la primera que abre UR, la compañía del Grupo especializada en reproducción, fuera de España. Para ello ha contado con la colaboración de varios expertos mexicanos en reproducción humana. En su inauguración participaron los directores UR, Dr. José Jesús López Gálvez, y de la nueva unidad, doctores Víctor Saúl Vital y Juan Carlos Hinojosa, junto al Dr. Luis Mayero, consejero de ASISA; el director de Desarrollo Corporativo, Álvaro Martínez-Arroyo; y el jefe de la Oficina Comercial de la Embajada de España, Jorge Mariné.

Green Cube llega a hospitales de Marruecos y Azerbaiyán

Tich Consulting, empresa del Grupo ASISA especializada en consultoría de gestión y desarrollo tecnológico para el sector sanitario, ha firmado un contrato con el nuevo hospital Bona Dea Internacional de Bakú (Azerbaiyán) para instalar en el centro hospitalario Green Cube, la herramienta de gestión integral implantada en los centros del Grupo HLA.

La firma de este acuerdo se produce después de que Tich ganara un concurso en Marruecos, valorado en 1,3 M€, para dar servicio a los nueve hospitales públicos (2.500 camas) que conforman la Ciudad Sanitaria Ibn Sina de Rabat.

Green Cube es una herramienta tecnológica de alta eficiencia para la gestión sanitaria, que abarca desde el desarrollo de la historia clínica electrónica a la gestión de cualquier centro o red sanitaria y sus áreas, mediante la gestión integrada de los procesos y flujos de trabajo.

DORMIR MÁS PARA VIVIR MEJOR

ASISA DEDICA SU ÚLTIMA CAMPAÑA DE PUBLICIDAD A PROMOVER MEJORES HÁBITOS DE SUEÑO PARA REDUCIR EL RIESGO DE SUFRIR ENFERMEDADES

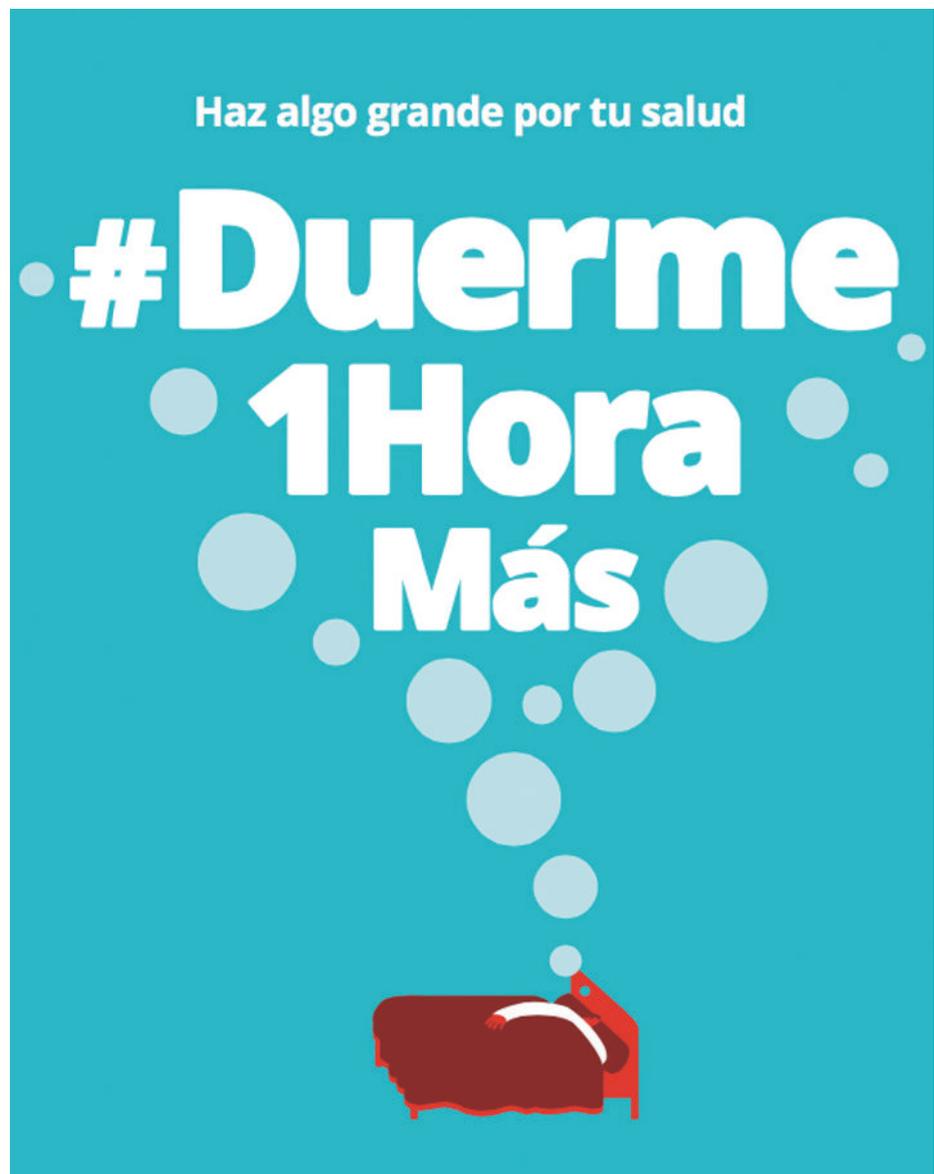
Dormir es una actividad vital para el funcionamiento óptimo del organismo de las personas. Se trata de una actividad imprescindible y fisiológicamente necesaria por su función restauradora, complementaria y fundamental para sentirse activo al día siguiente. A pesar de ello, el 32% de los españoles admite no tener un sueño reparador por las noches y un 35% reconoce que tiene sensación de cansancio durante el día. De media, un adulto debe dormir entre 7 y 9 horas todos los días. Sin embargo, el 80% de los encuestados en un estudio reciente reconoce dormir menos de 7 horas diarias, lo que se traduce en un problema de salud y aleja a los españoles de los horarios del resto de los europeos.

Para ayudar a cambiar esta realidad, ASISA ha lanzado #Duerme1HoraMás, una campaña publicitaria destinada a mejorar el descanso de la población española. Mediante una serie de consejos prácticos y sencillos, esta iniciativa busca mejorar y optimizar las horas de sueño de los españoles para tener un mejor descanso. Una vez más, la aseguradora ha aprovechado sus espacios publicitarios para contribuir a mejorar la salud, no sólo de sus asegurados, sino de la sociedad en general. Con ello, se refuerza el compromiso de ASISA por reinvertir sus beneficios en el cuidado de la salud.

Aval médico

Los mensajes principales están relacionados con la importancia del cuidado de la salud y el papel que tiene un correcto descanso para el bienestar general. Todos los consejos han sido avalados médicamente por el equipo de profesionales de ASISA que dirige la Dra. Paula Giménez, directora de la Unidad del Sueño de Clínica HLA Vistahermosa y delegada de ASISA en Alicante.

Este proyecto se apoya en el lema "En ASISA sólo nos importa tu salud. Por eso nos importa que duermas bien", una idea que define a su vez el objetivo de la iniciativa. La campaña combina un tono cercano y amable, con el rigor y la profesionalidad de una compañía médica. Además, sigue la línea visual de Publiterapia basada en el uso de ilustraciones.



Hábitos para conseguir un sueño más saludable

De media, un adulto debe dormir entre 7 y 9 horas todos los días. Sin embargo, el 80% de los encuestados en un estudio reciente reconocen dormir menos de 7 horas diarias, lo que se traduce en un problema de salud que afecta a la mayoría de la población española. Para mejorar la calidad de vida y hábitos de sueño es recomendable seguir algunas rutinas diarias como: regularizar el horario de despertar; mantener unas horas de sueño estables, dentro de los límites recomendados; modificar el horario televisivo para acostarse antes y así incrementar la duración del sueño, sobre todo, en días de trabajo; mantener un horario regular de comidas y evitar comidas copiosas de noche; realizar ejercicio regular; dormir a oscuras y en silencio, evitando el uso de dispositivos electrónicos con emisión de luz al menos dos horas antes de horario de sueño habitual; y apagar el móvil o dejarlo fuera de la habitación.

ASISA VUELVE A SER LA ASEGURADORA DE SALUD CON MEJOR ATENCIÓN AL CLIENTE

ASISA ha sido reelegida como la aseguradora de salud con el mejor servicio de Atención al Cliente del año 2017, galardón que entrega anualmente Sotto Tempo Advertising con el objetivo de promover la calidad del servicio de las empresas y ayudar a los clientes a elegir las compañías que les ofrecerán mejor atención en 18 categorías diferentes. La aseguradora revalida así el galardón “Elegido Servicio de Atención al Cliente”, que también consiguió en su edición de 2016.

La elección del mejor servicio de Atención al Cliente del año está basada en una metodología rigurosa que combina las técnicas de ‘mystery shopper’ (clientes misteriosos) con una encuesta de satisfacción a un grupo de clientes. La atención al cliente de ASISA obtiene una valoración global de 9,13 puntos sobre 10. En 2015, la puntuación obtenida fue un 8,66. Como el año pasado, la puntuación obtenida es especialmente buena en el entorno digital. ASISA mejoró su puntuación en prácticamente todos los parámetros respecto a los datos de 2015.



Sara Amores, jefe de Gestión de Clientes; Jaime Ortiz, director Comercial y Marketing; y Gloria Esteban, responsable del Área de Atención al Cliente, tras recibir el galardón.

Reconocimiento al compromiso social de HLA La Vega, que trabaja en Murcia con más de 30 organizaciones solidarias



La consejera de Sanidad de Murcia, Encarna Guillén, entrega el premio al presidente del Consejo de Administración del Hospital HLA La Vega, Dr. Diego Lorenzo.

El Hospital HLA La Vega (Murcia) ha recibido el premio Salutis Libenter que entrega la Consejería de Sanidad de Murcia. Este galardón reconoce el compromiso social del centro hospitalario con diferentes entidades sin ánimo de lucro.

El premio Salutis Libenter resalta la buena gestión que ha hecho durante años HLA La Vega de su Plan de Responsabilidad Social Corporativa, en el que figuran diferentes actividades que fomentan un entorno responsable, una colaboración activa y comprometida con la formación social así como el apoyo a diferentes entidades sin ánimo de lucro. Entre ellas destacan la Fundación Jesús Abandonado, la Asociación Española Contra el Cáncer o la Federación Regional del Parkinson. En total, el hospital trabaja con una treintena de ONG y otras organizaciones con las que colabora activa y continuamente.

ASISA patrocina el Premio Nacional de Gastronomía Saludable



La Real Academia de Gastronomía ha entregado el Premio Nacional de Gastronomía Saludable 2015, creado en colaboración con ASISA y que reconoce la labor de una persona y una institución en la promoción de una alimentación saludable. Los galardonados han sido la investigadora en Nutrigenética Marta Garauet y la Fundación Española del Corazón (FEC). El galardón se entregó junto al resto de Premios Nacionales de Gastronomía en un acto en el que participó el consejero delegado de ASISA, Dr. Enrique de Porres. Marta Garauet es doctora en Farmacia, docente e investigadora de temas de nutrición, con especial énfasis en la obesidad. Su trabajo en el departamento de Nutrición y Genética de la Universidad de Tufts (Boston, Estados Unidos), junto a José María Ordovás, la impulsó a estudiar una novedosa ciencia: la Nutrigenética. Además, es creadora del programa de adelgazamiento Método Garauet, que aúna técnicas conductuales y dieta mediterránea. Garauet es académica honoraria de la Academia de Gastronomía de Murcia. Por su parte, la Fundación Española del Corazón, nacida como Fundación Hispana de Cardiología en 1967 (cambió su denominación en 1995), es una institución privada, sin ánimo de lucro, de carácter nacional y promovida por la Sociedad Española de Cardiología. Sus principales objetivos son la prevención de las enfermedades del corazón mediante la educación sanitaria de la población y el fomento y apoyo a la investigación cardiovascular en el país. La FEC, presidida por el Dr. Carlos Macaya, es miembro de prestigiosas organizaciones como la European Heart Network, World Heart Federation y la Asociación Española de Fundaciones.

Curso sobre cáncer colorrectal organizado por ASISA, HLA Moncloa e IMOnco

ASISA, el Hospital Universitario HLA Moncloa e IMOnco Fundación han organizado el Curso de Cáncer de Colon y Recto, que ha permitido revisar y actualizar los conocimientos existentes sobre esta patología tanto en el ámbito de la prevención, como del diagnóstico y el tratamiento. El curso ha contado con cerca de sesenta médicos inscritos y una treintena de prestigiosos especialistas. En el acto de inauguración, el Dr. José Vilella, director Médico Asistencial de ASISA, destacó la apuesta de la compañía por la formación continua y la alta calidad del panel de ponentes.



ASISA recibe un premio ComputerWorld 2016 por su innovación digital

El director de Informática de ASISA, José Antonio Alonso, ha recibido el premio al Mejor CIO 2016 que entrega la publicación ComputerWorld. El galardón reconoce el esfuerzo de innovación y el impulso en la transformación digital por parte de ASISA. En la selección de los premiados, la redacción de ComputerWorld valoró la labor de Alonso en el trabajo desarrollado por la aseguradora para dotar a las áreas de negocio de mayor agilidad para responder a las demandas del mercado y mejorar la experiencia del cliente. Igualmente, resaltaron el uso de soluciones innovadoras y modelos de crecimiento flexible.

ASISA DENTAL REÚNE EN SU SEGUNDO CONGRESO A MÁS DE 170 PROFESIONALES

ASISA Dental ha celebrado su segundo Congreso de Odontología, que reunió a más de 170 odontólogos que desarrollan su labor en las clínicas propias y asociadas de la compañía. En esta ocasión, el congreso se centró en la Odontología Estética. Cinco ponentes de alto nivel analizaron los últimos tratamientos y novedades en este ámbito.

La jornada, que se celebró en el Palco Presidencial del Estadio Santiago Bernabéu, fue inaugurada por el presidente del Grupo ASISA, Dr. Francisco Ivorra, que destacó la apuesta de ASISA Dental por la calidad y la formación continua de sus profesionales con el objetivo de ofrecer a los pacientes los tratamientos bucodentales más avanzados.

Tres nuevas clínicas

Por otro lado, ASISA Dental ha abierto tres nuevas clínicas propias en Alicante (Avenida Catedrático Soler, 4), Elche (Fray Luis de León, 13) y Sevilla (Avenida República Argentina, 35). Las tres están dotadas con la tecnología más moderna.



El presidente de ASISA, Dr. Francisco Ivorra, junto a los directores de ASISA Dental, Carlos Martínez y Carlos Ivorra, y algunos ponentes que participaron en el congreso.

HLA MEDITERRÁNEO CRECE CON LA POLICLÍNICA PONIENTE Y NUEVAS CONSULTAS EXTERNAS



Fachada del Hospital HLA Mediterráneo, en Almería.

El Hospital HLA Mediterráneo (Almería) ha cerrado la compra de la Policlínica del Poniente, que cuenta con dos centros, uno en El Ejido y otro en El Parador-Roquetas. Con esta inversión, HLA Mediterráneo extiende sus servicios asistenciales a los residentes en los municipios del Oeste de la provincia, que ya no tendrán que desplazarse a Almería. Además, incorpora más de una veintena de especialistas a su plantilla, compuesta por más de 200 profesionales, y se convierte en el mayor complejo hospitalario privado de la provincia.

Nuevo edificio de consultas

Los dos centros de Policlínica del Poniente se incorporan a un hospital en plena transformación, que ha puesto en marcha unas nuevas consultas externas en un nuevo y moderno edificio construido junto al hospital. Esta obra supuso una importante inversión (5 millones de euros) e incluye la puesta en marcha de 5 nuevos quirófanos, áreas de servicio y unidades especializadas.

DRA. PAULA GIMÉNEZ RODRÍGUEZ, DELEGADA DE ASISA EN ALICANTE

“LA MEDICINA NO SE PUEDE ENTENDER SIN SOLIDARIDAD Y COOPERACIÓN”

LA DRA. PAULA GIMÉNEZ ES DELEGADA DE ASISA EN ALICANTE DESDE MARZO Y DIRIGE LA UNIDAD DEL SUEÑO DE LA CLÍNICA HLA VISTAHERMOSA. DEFIENDE UNA MEDICINA CENTRADA EN LOS PACIENTES Y EN LA APUESTA CONTINUA POR LA CALIDAD



¿Por qué decidió ser médico?

¡Por vocación! Mi padre, el Dr. Leopoldo Giménez, fue un traumatólogo muy conocido en la provincia de Alicante y desde la infancia ya sentía admiración por él y decidí seguir sus pasos. Hoy estaría muy orgulloso de verme como delegada de ASISA en Alicante.

¿Cómo llegó a especializarse en Medicina del Sueño?

Realmente la especialidad de Medicina del Sueño en nuestro país no existe como tal y es parte del programa de Neurofisiología Clínica. Escoger dicha especialidad, de nuevo

se lo tengo que agradecer a mi padre, que me asesoró en esta decisión. La Neurofisiología Clínica es una especialidad muy amplia, aunque siempre tuve claro que me quería dedicar a la Medicina del Sueño. Puse mucho empeño durante los años de residencia en formarme en la patología del sueño, tanto en mi hospital, el Hospital General Universitario de Alicante, como en las Unidades del Sueño del Hospital Gregorio Marañón y la Clínica Dexeus, donde conservo grandes amigos.

¿Por qué apuesta Vistahermo-

sa por una Unidad del Sueño?

Por empeño y perseverancia. Cuando comencé a trabajar en Vistahermosa únicamente se realizaban 16 estudios de sueño al mes. No se contemplaba la consulta de sueño, ni se realizaban estudios ambulatorios. Propuse a la dirección de la Clínica crear una unidad multidisciplinar y tengo que agradecerle su confianza. Hoy es la única Unidad de Sueño privada acreditada como Centro Multidisciplinar de Medicina del Sueño en la Comunidad Valenciana y en Murcia y atendemos un volumen importante de pacientes.

¿Cómo llega a Lavinia?

Una vez más, de la mano de mi padre... El ejercicio de la medicina en Alicante no puede entenderse sin la influencia de Lavinia en una generación de médicos que impulsó el cooperativismo y lo transmitió. Por eso yo no concibo la medicina sin ese componente de solidaridad y cooperación que heredé de mi padre y que representa Lavinia.

¿Qué aporta el cooperativismo al sistema sanitario?

Aporta el verdadero sentido de la medicina: la solidaridad. Somos una organización que

ejerce una medicina basada en la confianza entre médico y paciente, sin intermediarios. Y en esa relación no cabe retribuir mediante dividiendo los beneficios creados, sino que es obligado reinvertirlos en la organización para seguir ofreciendo lo mejor al paciente.

¿Tiene futuro un modelo sanitario cooperativo en un entorno cada vez más complejo?

Sin ninguna duda y así lo confirman nuestros resultados. ASISA lleva más de 5 años creciendo por encima del sector, ha impulsado la creación del primer grupo hospitalario de capital íntegramente español y mira al exterior con decisión. Lo ha hecho siendo fiel a los principios del cooperativismo, reinvertiendo los beneficios en mejoras asistenciales e impulsando la calidad en todos sus procesos. Este camino lo impulsó el Dr. José Espriu, lo desarrolló el Dr. Francisco Carreño y lo ha consolidado nuestro Presidente, el Dr. Francisco Ivorra. Su gestión, el ejemplo de ASISA, demuestra que es posible competir y crecer centrados en los pacientes y reinvertiendo en darles una mejor asistencia.

¿Cómo debe ser una cooperativa médica en el siglo XXI?

Cada día la medicina se está mercantilizando más, lo que no me resulta agradable. Frente a esta realidad, debemos seguir defendiendo nuestra identidad y apostando por lo que nos diferencia del resto: que el médico y el paciente son iguales. Para poder hacerlo, Lavinia ha emprendido un camino de modernización y adaptación que nos permitirá mejorar el funcionamiento de la cooperativa, incorporar nuevas herramientas para gestionar mejor los recursos y ser más eficientes y ofrecer más y mejores servicios a nuestros socios. Lavinia impulsó el cooperativismo sanitario en el siglo XX y liderará su transformación en el siglo XXI.

¿Cómo han sido sus primeros



“ASISA DEMUESTRA QUE SE PUEDE COMPETIR Y CRECER CENTRADOS EN LOS PACIENTES Y REINVIERTIENDO EN ELLOS”

“TENEMOS LA OBLIGACIÓN MORAL DE IMPULSAR LA SALUD Y CONTRIBUIR AL DESARROLLO DEL CONOCIMIENTO”

meses al frente de la Delegación de ASISA en Alicante?

Sin el cariño y apoyo del personal de la Delegación, otras delegaciones, de la Dirección Territorial y, por encima de todo, del Dr. Francisco Ivorra, estaría siendo muy duro, pero afortunadamente no es así. Lo fundamental es saber enfocar el cambio de una labor asistencial a una labor de gestión y no es tarea fácil. Nuestro trabajo es distribuir los recursos de la forma más eficiente, concienciando a nuestros médicos de los costes de los procesos para unificar objetivos. Para ello hay que tener la visión general pero también la visión concreta. Por ello sigo ejerciendo en el ámbito asistencial, algo clave en el papel del gestor.

¿Qué factores explican la fortaleza de ASISA en Alicante?

En resumen, nuestra apuesta por la calidad y nuestra capacidad para adaptarnos a las necesidades de cada cliente. Para ello contamos con un cuadro médico excelente, dos hospitales propios dotados con la tecnología y las unidades más avanzadas, y una red comercial y de atención a los asegurados de alto nivel. Su trabajo explica por qué ASISA es líder en Alicante.

¿Se puede seguir creciendo?

Hace pocos años la sanidad privada no tenía mucha perspectiva de crecimiento porque la pública era incuestionable. Por unos hechos u otros esa situación no se gestionó ade-

cuadamente y hoy día, las dos se necesitan mutuamente. Creo que la sanidad privada está convenciendo, con trabajo, esfuerzo y buen hacer, a las personas que desean tener la libertad de elegir, algo fundamental y necesario en el siglo XXI. En ese escenario, los seguros de salud siguen siendo el principal acceso a la sanidad privada, por lo que hay margen para que sigan creciendo si somos capaces de adaptar lo que ofrecemos a las necesidades de nuestros clientes.

¿Qué aporta a la aseguradora contar con dos hospitales propios en Alicante?

Nos distingue del resto, pues ninguna otra aseguradora cuenta con una estructura hospitalaria propia como la que tenemos con el Grupo HLA. Y para el asegurado, tener la tranquilidad de saber que posee dos centros de prestigio que cubren todas sus necesidades sanitarias.

¿Qué ventajas tendrá para Vistahermosa y San Carlos formar parte de un gran grupo hospitalario como HLA?

Enumeraría tres: reducción de costes por proceso (al contar con una central de compras) mejorando el servicio y su precio; seguridad, mediante una política centralizada de inversiones en equipamiento y equipo humano; y calidad a través de la homogeneización de procesos y protocolos. Todo ello se traduce en más calidad asistencial y, por lo tanto, mejor atención a los pacientes.

¿Por qué invierte ASISA en patrocinios y mecenazgos?

Es un deber que tenemos con la sociedad, en línea con nuestros principios cooperativistas. Creo que es una obligación devolverle parte de lo que recibimos de ella. Además, con la recién creada Fundación ASISA se ha canalizado y mejorado todo ese compromiso social, el impulso de la salud y nuestra contribución al desarrollo del conocimiento. Es una obligación moral.

Un monstruo llamado Molokai

JORGE CRIVILLÉS Y CHUS SÁNCHEZ

UN CANAL DE 50 KILÓMETROS SEPARA LAS ISLAS DE MOLOKAI Y OAHU, EN HAWÁI. SOLO 44 PERSONAS HAN LOGRADO CRUZARLO A NADO, ENTRE TIBURONES Y FUERTES CORRIENTES. EL ÚLTIMO FUE EL ALICANTINO JORGE CRIVILLÉS, QUE SUPERÓ EL RETO EN 17 HORAS Y 54 MINUTOS. PARA ELLO CONTÓ CON EL RESPALDO DE LA FUNDACIÓN ASISA. EN ESTAS PÁGINAS NARRA SU AVENTURA SOLIDARIA

Mucha gente me pregunta por qué elegí el Canal de Molokai para mi último reto a nado, pero solo puedo responder que la intuición fue la que me guió hacia Hawái sin ser consciente del riesgo extremo al que iba a enfrentarme. Cuando tomé la decisión jamás imaginé que estaba desafiando a un monstruo llamado Canal de Molokai. Por primera vez, después de varios y peligrosos retos en aguas abiertas, dudé entre abandonar o seguir adelante a costa de perder mi vida.

Cuando decidí enfrentarme a Molokai contaba con dos cartas fundamentales: el patrocinio de la Fundación ASISA y el respaldo del colectivo de pacientes oncológicos AEAL (Asociación Española de Afectados de Linfoma, Leucemia y Mieloma). Quizá el embarcarme en una causa solidaria me hace sentir que nada me detiene.

Cuando me tiré al agua el 16 de agosto de 2016, había estudiado el canal, entrenado 9 meses, seis días a la semana, tres horas cada día, y tenía un

equipo fantástico. Sin embargo, el monstruo iba a ser más exigente que cualquier reto anterior.

Llega el día

Por fin llegó el 9 de agosto. Mi equipo (Selina Moreno Pasagali, que coordinó el reto; Rafa Pastor y Alex López, mis kayakers; mi hermano mayor, Carlos Crivillés, encargado de preparar el avituallamiento, el botiquín y captar imágenes del reto; y Chus Sánchez que asumió la comunicación y gestión de las redes sociales) y yo nos citamos en la estación de tren de Alicante y nos fundimos en un gran abrazo antes de partir hacia un objetivo muy grande. Después de más de 20 horas de vuelos, llegamos al aeropuerto de Oahu. Sentía con fuerza un nudo en el estómago.

El día de la prueba se fijó para el 16 de agosto. Todo el equipo nos pusimos en pie a las 6:30 de la mañana para preparar el

material. A las 13:05 cogimos el avión hacia Molokai y allí un taxi local nos llevó a Kepuhi Beach, una playa situada al norte de la isla donde habíamos quedado con Mike y su barco, Stellina Mare. El equipo tuvo que nadar unos 150 metros con toda la ropa y los bártulos metidos en bolsas impermeables para subir a bordo. Yo contemplaba la escena desde la orilla concentrado en las horas que me esperaban sumergido en la inmensa masa de agua que tenía ante mí.

A las 17:45 desde el barco me hicieron la señal de que ya estaban dispuestos, el kayak estaba listo, y llevaba el Shark Shield o “espanta-tiburones”. Podía comenzar. Les hice una seña y me metí al agua. El cronómetro empezó a contar y con mis primeras brazadas traté de adaptarme al nado, buscar un ritmo cómodo.

A resguardo de la isla de Molokai el mar aún no estaba muy movido y no se percibía mucho viento. Sin embargo, poco a poco, ya de noche y alejados del abrigo de Molokai, las olas fueron creciendo y al golpearme en diagonal por la espalda dificultaban considerablemente el nado. El viento también iba en aumento.

Conforme avanzaban las horas el mar empeoraba. El momento del avituallamiento era cada vez más difícil: si me acercaba al barco éste se me venía encima, o yo me precipitaba contra el casco por el empuje de una ola. Tras alguna tensión decidimos que el alimento sólido me lo darían los kayakers para evitar accidentes. La bebida, un bidón atado a un cabo largo, me la podían lanzar desde el barco.

Estoy acostumbrado, incluso me gusta nadar con olea-



je y con una mar movida, pero el Canal de Molokai es mucho más: las olas se levantaban 4 y 5 metros por encima de nuestras cabezas. Mientras nadaba, Rafa Pastor las definió como montañas negras que se abalanzaban hacia nosotros. Una ola me tiró hacia atrás para luego lanzarme con furia hacia adelante. Intenté surfear, mantener la horizontalidad y no dar brazadas inútiles que lo único que podían hacer era agotarme. Para colmo, el capitán tenía que ir variando el rumbo ya que las corrientes nos iban desviando del faro que nos observaba desde la costa de Oahu.

En algún instante observaba a los kayakers y veía como ellos también intentaban controlar la embarcación para no alejarse de mí dando contra paladas. Volcaron los dos, Rafa y Alex, cada uno en su turno. Esos incidentes fueron los que me hicieron reflexionar sobre el alto riesgo que estábamos soportando.

Sin darme cuenta, nadar se convirtió en una lucha mientras despuntaba el día. Las condiciones del mar seguían siendo malas, solo que las "montañas" que nos zarandean ahora eran azules. Es una sensación muy gratificante

cuando estás nadando y el día va apoderándose de la noche. El sol y el mar te dan fuerzas y te animan a seguir.

Rodeado de escualos

Así estaba yo, intentando disfrutar del amanecer cuando observé un bulto grande a varios metros de profundidad. Un palpito me alertó de que podía ser un tiburón. Lo era. Estaba a unos 15 metros. Traté de no preocuparme pero, de repente me quedé sin aliento: tenía dos tiburones más mucho más cerca, nadando en círculos debajo de mí. Inquieto, miré a mi alrededor y vi otros dos.

Asustado, me detuve para avisar a Rafa. Él intentó calmarme aunque su vida también corría peligro. El Stellina Mare se acercó y Mike nos preguntó cómo se estaban comportando los tiburones. Le respondimos que estaban nadando en círculos por debajo de nosotros. El capitán lo interpretó como una buena señal, significaba que los dispositivos espanta-tiburones estaban funcionando y por eso no se acercaban más. Todo eran dudas. Si me subía al barco el reto se daría por no completado. Pensaba en mi familia, en mi hijo, en AEAL, en ASISA y al mismo tiempo tenía muy claro que mi objetivo era cruzar el "monstruo".

En plena tensión y entre olas gigantes, miré hacia abajo de nuevo y uno de los tiburones se encaró hacia mí, comenzó a ascender con rapidez y el corazón me dijo que yo era su presa. Llegó el momento de actuar: agité con fuerza la manguera

del Shark Shield despidiendo unas descargas eléctricas que me recorrieron el cuerpo con tal intensidad que pensé que se me iban a caer todas las muelas, aunque prefería a toda costa vivir sin muelas que ser comido por los tiburones. Cuando el escualo ya estaba a unos pocos metros de mí, la descarga hizo su efecto y el animal retrocedió, aunque se mantuvo dando vueltas en círculo a mi alrededor. Suspiré de alivio sin sentirme seguro.

Los nervios nos estaban afectando y Rafa desde el kayak me insistió en que dejara de mirar el mar para mirarle a él a los ojos. Le obedecí mientras el grupo de tiburones comenzaba a alejarse.

Aunque tuve miedo, decidí seguir nadando; lo hice despacio, intentando no romperme el cuello mirando hacia atrás por si los tiburones regresaban. Sin darme cuenta habían transcurrido unos 30 minutos entre tiburones y el estrés era inevitable, estaba exhausto, había bajado mi ritmo de nado y aún me debían quedar cuatro horas antes de acercarme a la costa.

Algo más tarde, al fin el mar se relajó un poco al disminuir el oleaje y comprendí que la costa estaba cada vez más cerca. Volví a disfrutar de la travesía y Alex, mi otro kayaker, se tiró al agua para nadar un rato a mi lado y así ayudarme a relajarme.

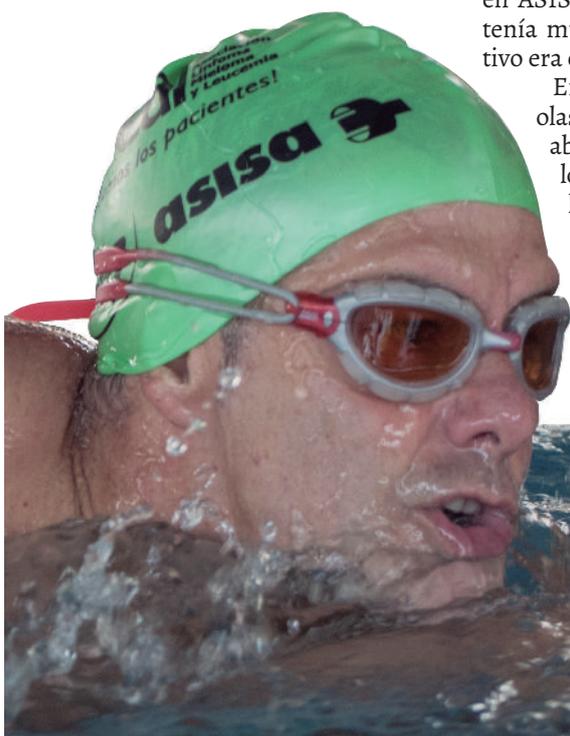
Cambio de planes

El punto de llegada previsto era Sandy Beach, pero Mike decidió a última hora poner rumbo a otra playa cercana: Makapu Beach, donde parecía que las corrientes eran más favorables. Aún así, el capitán

me alertó de que las corrientes iban a poner muy difíciles las últimas millas. Debía conservar fuerzas para afrontar esos 4-5 kilómetros. Una vez más sus conjeturas se cumplieron: después de 20 minutos nadando no me había movido del sitio intentando acercarme a Makapu Beach. Mike trató de ayudarme buscando un punto favorable de nuevo en Sandy Beach. Durante esa maniobra, el capitán decidió cambiar de plan por tercera vez y navegar hasta una cala llamada Alan David Beach. Era un tramo plagado de rocas y las olas te podían golpear contra ellas, pero Mike conocía una especie de pasillo entre las rocas, y decidió tirarse al agua para guiarme hasta que alcancé la orilla.

Los malos momentos se disiparon y solo hubo espacio para una explosión de adrenalina: grité, tiré las gafas y el gorro y me puse a bailar. Me fundí en un abrazo con Mike. Pronto llegó a tierra Rafa en el kayak y la emoción nos superó hasta llorar y reír a la vez. Mi pensamiento estaba, como siempre, con los pacientes de AEAL: hubiera querido decirles uno a uno que no hay reto imposible, que no se rindan jamás. Los tres volvimos al barco; cuando estaba a bordo me abracé a Selina, a Alex y a mi hermano. Acabábamos de vivir juntos un capítulo al borde de la locura, pero había merecido la pena.

Sin embargo, sólo sentí que todo había acabado cuando llegué al puerto de Waikiki. Allí, entre lágrimas y emoción, por fin abracé a mi hijo y a mi mujer y sentí que había vencido al monstruo, que todo estaba bien.



HLA, pionero en la comunicación electrónica con la Administración de Justicia

El Ministerio de Justicia ha puesto en marcha en el Hospital HLA La Vega (Murcia) una experiencia piloto de comunicaciones electrónicas con los órganos judiciales que permitirá reducir los tiempos, el uso de papel y los desplazamientos. Esta experiencia es un paso previo a la obligación que tendrán, a partir del 1 de enero de 2017, los hospitales, administraciones, organismos públicos y fuerzas de seguridad de relacionarse electrónicamente con la Administración de Justicia.

Para ello, el Ministerio de Justicia ha implantado, en colaboración con la Alianza de la Sanidad Privada Española (ASPE), en HLA La Vega la herramienta LexNET, que será utilizada a partir de ahora como plataforma segura de intercambio de información.

La iniciativa implantada en el Hospital HLA La Vega se engloba en el proyecto de implantación de Justicia Digital y comunicaciones electrónicas que extiende la utilización de las tecnologías de la información a los ciudadanos y profesionales en sus relaciones con la Administración de Justicia.

ASISA SE REFUERZA EN LAS REDES SOCIALES

LA COMPAÑÍA ABRE NUEVOS PERFILES EN TWITTER Y FACEBOOK Y PONE EN MARCHA UN BLOG CORPORATIVO



Captura de 'El Blog de ASISA', centrado en difundir contenidos sobre hábitos saludables.

ASISA ha reforzado su comunicación digital con un blog corporativo y nuevos canales en Twitter y Facebook (en ambos casos, @AsisaSalud), que se unen a los ya operativos en YouTube y LinkedIn y el perfil exclusivo de atención al cliente en Twitter (@Asisa_Hablamos).

A partir de ahora, los clientes también serán atendidos en Facebook. Con este paso, la compañía apuesta por facilitar

el contacto con sus clientes y seguir fomentando hábitos de vida saludable que mejoren la salud de sus asegurados y del resto de la sociedad.

Para ello, El Blog de ASISA (www.blogdeasisa.es) publicará consejos de salud y bienestar y recogerá las principales actividades corporativas de la compañía, singularmente las relacionadas con la RSC y el apoyo a la investigación.

CONSEJOS PARA CUIDAR LA ESPALDA DE LOS NIÑOS

La Red Española de Investigadores en Dolencias de la Espalda (REIDE), la Organización Médica Colegial (OMC) y la Unidad de la Espalda Kovacs del Hospital Universitario HLA Moncloa han puesto en marcha una nueva edición de la Campaña de Prevención del Dolor de Espalda con el lema "Muévete para que no te duela". La Fundación ASISA apoya esta iniciativa y colabora en la difusión de la campaña en el ámbito escolar.

El objetivo es concienciar a padres y jóvenes de la importancia de cuidar su espalda y mostrar lo fácil que puede ser

evitar futuras dolencias. Para ello, se ha editado una nueva edición de "El Tebeo de la Espalda", una publicación destinada a los niños que recoge algunos consejos para mantener la salud de su espalda y cuello. Entre ellos destacan: reducir el peso de las mochilas; practicar deporte habitualmente para desarrollar la fuerza y la coordinación muscular y aumentar la resistencia de la columna vertebral a grandes cargas; y evitar el reposo en cama cuando se tenga dolor de espalda, ya que facilitará la prolongación de la dolencia y su posible reaparición en el futuro.



NUEVA CÁTEDRA ASISA DE SALUD, EDUCACIÓN Y CALIDAD DE VIDA EN LLEIDA

ASISA y la Universidad de Lleida (UdL) han puesto en marcha la Cátedra de Salud, Educación y Calidad de Vida a través de la firma de un convenio de colaboración entre ambas entidades, rubricado por el presidente de ASISA, Dr. Francisco Ivorra, y por el rector de la UdL, Roberto Fernández.

Codirigida por el catedrático de Sociología de la UdL Fidel Molina, y por la directora de Planificación y Desarrollo de ASISA, Dra. María Tormo, esta nueva Cátedra permitirá desarrollar una investigación multidisciplinar a partir de varios ejes de trabajo: la interculturalidad, la calidad de vida, las relaciones intergeneracionales, la perspectiva del género, la mediación y resolución de conflictos, y la "nueva ruralidad". También desarrollará actividades de formación, principalmente en los másteres oficiales de Investigación en Salud y Formación del Profesorado de Secundaria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas, además de organizar otros cursos, seminarios y conferencias.



El rector de la Universidad de Lleida, Roberto Fernández, y el presidente de ASISA, Dr. Francisco Ivorra, se saludan tras la firma del convenio entre ambas instituciones.



NUEVA PROMOCIÓN DE ESTUDIANTES DE MEDICINA EN HLA MONCLOA. Hospital Universitario HLA Moncloa ha inaugurado el curso académico 2016-2017, en el que formará a 64 alumnos de los últimos cursos de Medicina de la Universidad Europea. Dirigidos por profesionales del centro, realizarán prácticas en diferentes áreas del hospital, reforzando la apuesta de HLA Moncloa por la investigación y la formación.



HLA, PATROCINADOR DEL LUCENTUM DE ALICANTE. El Grupo Hospitalario HLA es el nuevo patrocinador y proveedor oficial sanitario de la Fundación Lucentum Baloncesto Alicante. El compromiso alcanzado entre las dos entidades para esta temporada contempla apoyo económico y sanitario por parte de HLA a Lucentum en su camino de regreso a la élite del baloncesto español.



A TU SERVICIO

Responsables de Calidad del Grupo HLA



HLA MONCLOA Dr. Carlos Zarco Alonso	HLA SAN CARLOS Pedro Esteban	
HLA LA VEGA Dr. José Garre Cánovas	HLA JEREZ P. DEL SUR Dr. Andrés Sáinz de Baranda	HLA MEDITERRÁNEO Natalia Martínez
HLA EL ÁNGEL Daniel Viola	HLA VISTAHERMOSA Dra. Mariola Sirvent	HLA INMACULADA Lidia Soria / Norma Iris
HLA P. SOCORRO Yolanda Paulés	HLA ROSARIO M ^a José Moreno	HLA SANTA ISABEL Dr. Francisco Vázquez
HLA LOS NARANJOS Juan María González	HLA DR. SANZ VÁZQUEZ Daniel Fernández	HLA MONTPELLIER Jorge Maza

EL GRUPO HLA INICIA EL CAMINO PARA CERTIFICAR SU CALIDAD

EL GRUPO HOSPITALARIO TRABAJA PARA LOGRAR QUE AENOR AVALE QUE TODOS SUS CENTROS SE AJUSTAN EN SUS PROCEDIMIENTOS A LA NORMA ISO 9001:2015

El Grupo Hospitalario HLA ha hecho una importante apuesta en los últimos años por mejorar la calidad en la gestión de sus 15 clínicas y hospitales y buscar la excelencia en todos los procesos con el objetivo final de garantizar que sus pacientes reciban la mejor asistencia posible. Para ello, HLA ha establecido un sistema de gestión de calidad basado en los requisitos de las normas internacionales de calidad que le permite prestar sus servicios con un alto nivel de eficacia, promover la mejora continua y cubrir las expectativas de sus clientes, profesionales, proveedores, etc. Ahora, el Grupo HLA ha iniciado el proceso para obtener la certificación de calidad ISO 9001:2015 por parte de Aenor y convertirse en el primer grupo hospitalario privado en certificarse de acuerdo a dicha norma.

La apuesta por la calidad en HLA se ha apoyado en la implantación en todos sus centros de Green Cube, un software de gestión integral desarrollado por el Grupo ASISA, de última generación y que incorpora tecnología puntera en el ámbito internacional. La implantación de Green Cube, que incluye acceso a todos los procedimientos del sistema de gestión de calidad, ha permitido desarrollar una estrategia en esta materia basada en la formación continua y el impulso de procesos homogéneos en todos los centros. Esta apuesta se ha traducido en ahorro de costes, generación de sinergias en el interior del Grupo HLA,

HLA SERÍA EL PRIMER GRUPO PRIVADO ESPAÑOL EN CERTIFICARSE DE ACUERDO A LA NORMATIVA MÁS AVANZADA

un mejor control de riesgos y una mejora de la imagen de HLA tanto a nivel interno como externo.

Comité de Calidad

Para impulsar este cambio en la cultura corporativa, HLA ha creado un Comité de Calidad del que forman representantes tanto de los servicios centrales del Grupo como de los diferentes centros y que tiene entre sus funciones la coordinación y el impulso de medidas y procedimientos para garantizar el cumplimiento de los estándares más altos tanto en el ámbito asistencial como en la gestión administrativa o la relación con proveedores, clientes, etc.

Los primeros centros en ser auditados, junto a los servicios centrales del Grupo, serán: Moncloa (Madrid), Mediterráneo (Almería); La Vega (Murcia); San Carlos (Dénia) y Jerez Puerta del Sur (Jerez).

HLA VISTAHERMOSA CREA UNA UNIDAD DE MEDICINA DEPORTIVA

La Clínica HLA Vistahermosa ha creado una Unidad de Medicina Deportiva para atender la demanda creciente de personas que practican deporte o comienzan a hacerlo y quieren conocer su estado de salud para realizarlo en un entorno seguro y evitar actividades que puedan estar contraindicadas. Igualmente, la unidad también está orientada al deporte base y a deportistas que necesiten un reconocimiento médico de aptitud para obtener una licencia federativa. Además, ofrece al deportista amateur los medios de diagnóstico y tratamientos que se aplican a los deportistas profesionales.

HLA Vistahermosa pondrá a disposición de sus pacientes la experiencia acumulada a lo largo del tiempo como proveedor de salud de diferentes equipos profesionales en distintas modalidades deportivas. Por ello, la Unidad cuenta con personal especializado para programar y optimizar de forma individualizada un plan de entrenamiento para los deportistas según sus objetivos personales y teniendo en cuenta las características



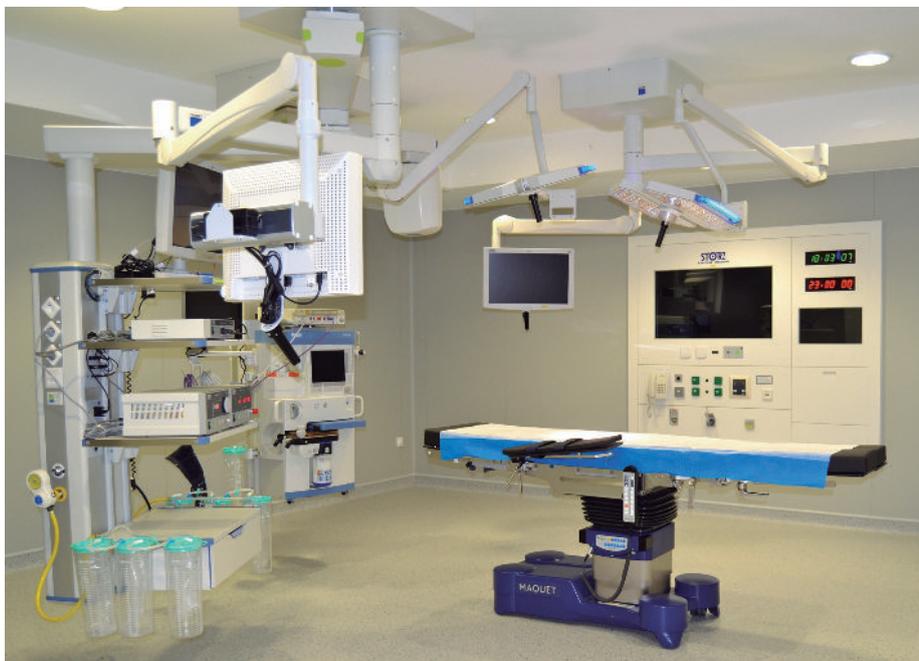
Una de las máquinas utilizadas para realizar pruebas de esfuerzo.

y exigencias específicas de cada modalidad deportiva.

Pruebas completas

La Unidad de Medicina Deportiva ofrece realizar la historia médica, exploración física, tensión arterial y electrocardiograma del deportista. Además, dispone

de un ecocardiograma para observar el corazón, sus paredes y sus válvulas desde un punto de vista morfológico y funcional y puede practicar una prueba de esfuerzo o ergometría. Igualmente, la Unidad dispone de Holter-ECG ambulatorios para monitorizar el ritmo cardíaco durante 24 horas de forma ininterrumpida.



Oftalvist llega al Hospital HLA Inmaculada de Granada

El Hospital HLA Inmaculada (Granada) ha ampliado su cartera de especialidades con la creación de un nuevo servicio de oftalmología gestionado por Oftalvist, grupo oftalmológico del Grupo ASISA con más de 20 años de experiencia en medicina ocular avanzada. Las instalaciones, integradas en el área de consultas externas del centro hospitalario, contarán con cuatro amplias consultas y un box de optometría.

Oftalvist ha dotado a las consultas oftalmológicas de HLA Inmaculada de tecnología ocular puntera y equipos de alta sofisticación para ofrecer a sus pacientes la máxima calidad y seguridad de todos los procedimientos. En este sentido, destaca la última tecnología láser de femtosegundo tanto en cirugía de cristalino como de córnea para el tratamiento quirúrgico de vista cansada y cataratas, miopía, hipermetropía y astigmatismo.

PROYECTO INFECCIÓN QUIRÚRGICA ZERO. El Hospital Universitario HLA Moncloa ha sido pionero en la puesta en marcha del programa IQZ para reducir las infecciones del sitio quirúrgico y minimizar riesgo de que el paciente sufra una infección durante una operación por la presencia de algún microorganismo patógeno. Este tipo de infecciones suponen el 77% de las causas de muerte en pacientes operados. El programa IQZ, que se extenderá a todos los centros de HLA, introduce diversas medidas preventivas que mejorarán la seguridad de los pacientes.

UNIDAD DE ARRITMIAS Y LABORATORIO DE ELECTROFISIOLOGÍA CARDIACA

PIONEROS EN EL DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LAS ARRITMIAS

EL DR. JESÚS PAYLOS DIRIGE LA UNIDAD DE ARRITMIAS DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO HLA MONCLOA, PIONERA EN EL TRATAMIENTO DE LA FIBRILACIÓN AURICULAR CON CRIOABLACIÓN



El laboratorio que dirige el Dr. Paylos ha realizado más de 3.000 ablaciones por radiofrecuencia y frío.

La Unidad de Arritmias y Laboratorio de Electrofisiología Cardíaca del Hospital Moncloa ofrece una atención altamente especializada en el diagnóstico, control y tratamiento de pacientes con trastornos del ritmo cardíaco, incluidas las avanzadas técnicas de ablación por radiofrecuencia y frío. El Dr. Jesús Paylos, cardiólogo y electrofisiólogo, es el director de esta unidad de referencia que está a la vanguardia de la medicina.

La Unidad es pionera en España en el tratamiento de-

finitivo de la fibrilación auricular paroxística, a través de la crioablación con catéter-balón, y ha obtenido excelentes resultados avalados por la comunidad científica nacional e internacional, con un 87,7% de casos de éxito en 7 años de seguimiento, según un estudio liderado por el propio Dr. Paylos y publicado en el *Journal of Atrial Fibrillation*, la revista de mayor impacto mundial en el ámbito de la fibrilación auricular.

El Dr. Paylos explica que “la fibrilación auricular es la arrit-

mia más común en los seres humanos mayores de 50 años y la arritmia más frecuente en cualquier forma de cardiopatía, pero un porcentaje muy elevado de pacientes no tiene ninguna forma de cardiopatía y algunos incluso tienen menos de 50 años de edad y sin embargo tienen fibrilación auricular. Los pacientes que tienen esta arritmia nacen con conexiones eléctricas musculares anormales entre las venas pulmonares y la aurícula. En un momento determinado, por múltiples y muy variados

factores, las venas pulmonares se ponen a descargar hasta 600 impulsos eléctricos por minuto, que hacen que la aurícula entre en fibrilación auricular, que no es más que una fasciculación muy rápida de la aurícula en la que el marcapasos natural del corazón, el nódulo-sinusal, desaparece y la aurícula se pone a fibrilar”.

Cuando esto ocurre, en lugar de tener un ritmo cardíaco regular y productivo, el corazón late de manera rápida, irregular e ineficiente. Además, la fibrilación auricular

aumenta 5 veces el riesgo de accidente cerebrovascular y es la primera causa de ictus en pacientes que no tienen ningún otro factor de riesgo.

Tal y como explica el Dr. Paylos, “específicamente la técnica para tratar la fibrilación consiste en aislar eléctricamente las venas pulmonares de la aurícula. Esto se puede hacer con dos métodos: el primero, la ablación por frío o crioblación con catéter-balón, una técnica que se ha demostrado segura en animales y humanos permitiendo el aislamiento circunferencial completo de la unión aurícula-vena, en el antro de las venas pulmonares. Otra técnica es la aplicación puntual de radiofrecuencia, que produce otro tipo de lesión térmica por calor y tiene más complicaciones que la ablación por frío (fístula aurículo esofágica, estenosis de venas pulmonares, arritmias auriculares post-ablación y trombo-embolismo), aunque no quiere decir que sea una mala técnica. De hecho los porcentajes de eficacia pueden ser más o menos similares pero tiene mucho más riesgo el tratamiento por radiofrecuencia que por frío”.

La Unidad de Electrofisiología Cardíaca del Hospital HLA Moncloa fue pionera en España en 2008 en realizar la técnica de la crioblación con catéter balón, en paralelo a los principales grupos europeos.

Así se realiza la técnica

El Dr. Paylos explica cómo se realiza la técnica: “Lo que hacemos es introducir un catéter balón a través de la vena femoral. Tenemos primero que hacer una punción transeptal, que es lo más delicado del procedimiento porque tenemos que perforar a nivel de la fosa oval, que es una membrana que separa el tabique interauricular, la aurícula izquierda de la cámara derecha. Con una aguja especial y con control radiológico o, si es necesario, control ecocardiográfico, enclavamos la membrana. Una vez que estamos en la cavi-

Procedimientos

-  Estudio Electrofisiológico Básico Diagnóstico
-  Estudio Electrofisiológico Completo Diagnóstico
-  Implante de Marcapasos Monocameral
-  Implante de Marcapasos Bicameral (Secuencia AV)
-  Implante de Marcapasos Secuencial AV Monocameral
-  Implante de Desfibrilador Monocameral
-  Implante de Desfibrilador Secuencial AV (Bicameral)
-  Implante de Desfibrilador con Sistema de Resincronización Biventricular
-  Estudio Electrofisiológico Terapéutico Ablación Transcatéter por Radiofrecuencia de Taquicardia Supraventricular
 - Taquicardia por reentrada Intranodal
 - Taquicardia mediada por vías accesorias ocultas o manifiestas (Síndrome Wolff-Parkinson-White)
 - Ablación de Flutter Auricular Común
-  Ablación de Taquicardias Ventriculares
 - Ablación de Fibrilación Auricular
 - Aislamiento circunferencial completo de las venas pulmonares por frío-ablación con catéter balón
-  Estudio de Síncope
 - Realización de Tilt-Test/Mesa Basculante: Exploración de respuestas neurológicamente mediadas del arco reflejo aferente-eferente, vagal y simpático
-  Implante de Registrador
 - Subcutáneo para síncope de causa desconocida

LA CRIOABLACIÓN CON CATÉTER BALÓN ES MUY EFICAZ PARA EL TRATAMIENTO DEFINITIVO DE LA FIBRILACIÓN AURICULAR

dad auricular, administramos dosis muy altas de heparina porque el paciente tiene que estar fuertemente anticoagulado. En la aurícula izquierda, con un catéter guía, seleccionamos las venas pulmonares, hacemos una inyección con contraste y con un catéter especial con diámetro ajustable con diez pares de polos, mapeamos en la unión de la vena con la aurícula la actividad eléctrica de esa vena y vemos si tiene potenciales musculares venosos arritmogénicos, responsables de la arritmia. Una vez mapeada y visto que el paciente tiene en esa vena, o en las cuatro venas, potenciales eléctricos musculares anormales capaces de disparar la arritmia, entonces in-

troducimos un catéter-balón (hay de dos tamaños, 28 mm y 23 mm de diámetro, generalmente utilizamos el de 28 mm), lo tenemos que acoplar bien a la unión de la vena con la aurícula y sobre él hacemos recircular óxido nítrico que al pasar del estado líquido de la bombona al estado gaseoso produce una enorme absorción de temperatura, de forma tal que en la unión de la vena con la aurícula congelamos a menos 50 grados, produciendo una lesión térmica justa-mente en esa zona”.

Esta lesión producida por frío, continúa explicando el Dr. Paylos, “es más sana, con menos riesgos y con menos problemas que la lesión por radiofrecuencia. El mecanis-

mo de acción es completamente diferente: la expansión del hielo en la microvasculatura produce desgarros, ruptura, grietas y fisuras con fuga y estasis post-reperusión, cesando el aporte de nutrientes celular y provocando una lesión histológica.

Tras la ablación, el siguiente paso es comprobar eléctricamente que no queda ninguna conexión residual. “Para hacer eso, tenemos que estimular cada uno de los polos del catéter circular dentro de la vena para ver si sale el impulso hacia fuera y después estimulamos en la aurícula izquierda, al nivel del seno coronario, para ver si entra algún impulso hacia adentro. Después de eso, administramos un fármaco que tiene acción hiperpolarizante y es capaz de sacar a la luz lesiones incompletas con tejido dormido”, explica el Dr. Paylos.

Más de 3.000 ablaciones

La Unidad de Electrofisiología Cardíaca del Hospital Universitario HLA Moncloa ha realizado más de 2.500 ablaciones por radiofrecuencia y frío, con un 98,2% de éxito. A la vista de estos datos, la conclusión es evidente: “El paciente con fibrilación auricular se puede curar, pero para ello es muy importante que tratemos la enfermedad en estadios iniciales”, advierte el director de la Unidad. Hacerlo no siempre es fácil: “El problema del diagnóstico precoz de la fibrilación auricular se encuentra agravado por la naturaleza a menudo silente del trastorno del ritmo. En aproximadamente un tercio de los pacientes con esta arritmia, el paciente no es consciente de que sufre este tipo de trastorno cardíaco”.

Por ello, su detección temprana facilita la valoración y gestión médica adecuada para proteger al paciente no sólo de las consecuencias de la arritmia, sino también de su progresión desde una condición fácilmente tratable hacia un problema mucho más complejo.



VIDA SALUDABLE

CONSEJO DE SALUD

La importancia de tener una afición

Realizar actividades que nos saquen de la rutina cotidiana tiene efectos saludables: liberan del estrés, permiten desarrollar otras capacidades, activan nuestra creatividad y sirven para motivarnos

Tener aficiones es esencial para cualquier persona. El poco tiempo que se suele tener fuera del trabajo, la vida familiar y otros compromisos sociales, debe emplearse en uno mismo, en realizar actividades que te liberen del estrés y las preocupaciones y desarrollen tus capacidades, ya sean físicas o psíquicas, y si pueden ser ambas ¡mucho mejor!

Desde coleccionar sellos, pasando por practicar alguna actividad física hasta, por ejemplo, hacer fotografías. Sea lo que sea, debe ser algo que quieras hacer y nunca tomarlo como un deber. Encontrar una afición que te permita desconectar de tu rutina puede ser una ardua tarea pero la recompensa merecerá la pena.

La definición general de afición es “una actividad que se practica en los ratos de ocio”, pero no hay que conformarse: para que realmente una actividad se convierta en algo que más que otra cosa que haces en un momento determinado, debe hacerte desconectar de la vida diaria y apasionarte, despertando emociones diferentes. Además, las actividades fuera de la rutina deberían crear un sentido de propósito, pero recuerda, un hobby se practica por gusto, no por obligación.

Activa tu creatividad

Numerosas investigaciones han demostrado que las personas con hobbies gozan de un mejor estado de salud y son menos propensos a caer en una depresión o padecer demencia, ya que las aficiones activan partes del cerebro que quizá en el día a día no se emplean.

Una de esas partes puede ser la creatividad. Para desarrollar este apartado debes plantearte preguntas y perder el miedo a salir, explorar y aprender cosas nuevas. Comienza por copiar: tratando de hacer lo que otros hacen podrás comprender mejor el proceso y comenzar así a explorar nuevos caminos. Y, sobre todo, olvídate de las barreras, recuerda que estas te las pones tú, así que rómpelas y comienza a disfrutar.

Música, lectura, cocina, pintura, fotografía... ¡Olvídate del aburrimiento, explora tu creatividad y mantente activo mientras desconectas de la rutina!



La fotografía, un hobby completo

Una de las aficiones que más se están popularizando en los últimos años es la fotografía. La bajada de precios de las cámaras réflex, que permiten al usuario tomar el control al 100% a la hora de captar la imagen, y la llegada de smartphones con potentes cámaras, han hecho que cualquier persona pueda inmortalizar sus momentos.

La fotografía cumple todos los puntos de una buena afición: te hace cuestionar lo que te rodea y te incita a explorar nuevos caminos; hay infinidad de prestigiosos fotógrafos en los que poder fijarse para comenzar a desarrollar tu propio estilo; rompe con la rutina cotidiana y te lleva a despertar tu lado creativo, aunque también el analítico y técnico.

Puede que al principio hagas fotos por instinto pero poco a poco irás descubriendo tu propia visión, educando tu “ojo fotográfico” y aprendiendo la técnica para plasmar lo que realmente ves o quieres mostrar.

Además, esta disciplina artística tiene una parte socializadora que completa el trabajo individual de ponerte metas y superarlas, una de las claves de los hobbies más saludables.

Si te gusta hacer fotos, tómatelo en serio y disfruta de ello: sal a la calle, porque siempre hay una nueva foto que tomar, emocionate con los pequeños detalles y muestra a tus seres cercanos lo que haces, sin miedo, ya que sus comentarios te harán crecer.

Por último, la fotografía puede llevarte a participar en concursos como el de ASISAFoto, que este año celebra su octava edición, y los ganadores de sus cuatro categorías (“Libre”, “Infancia y/o Maternidad” y “Naturaleza” y “Sonrisas”) pueden recibir hasta 6.000 euros de premio.

Este concurso se ha convertido ya en una referencia entre los certámenes fotográficos en España, por la cuantía de sus premios y la calidad de su jurado.

GASTRONOMÍA SALUDABLE

Fabes con almejas y esencia de gallina

Las fabes con almejas constituyen un plato de alto valor nutritivo: aporta fibra, que ayuda a disminuir los niveles de colesterol y mantener más estables los niveles de azúcar en sangre; es pobre en sodio, por lo que ayuda a combatir la hipertensión y la retención de líquidos; y tiene un alto contenido en minerales (en hierro, potasio, selenio y calcio) y vitaminas (especialmente en vitaminas del grupo B). Nacho Manzano (2 Estrellas Michelin) las acompaña con esencia de gallina y crea un elegante plato de alta cocina.



Receta original

Nacho Manzano

Ingredientes

(para 4 personas)

Para las fabes con almejas

Almejas muy frescas en crudo
500 gramos de fabes verdes (sin curación)

1/2 cebolla blanca
1 diente de ajo
1 hoja de laurel
1/2 pimiento italiano
1 sobre de azafrán
1 litro de agua mineral
Una pizca de sal

Para el aceite de perejil

150 gramos de perejil
1/2 dl de aceite de girasol
1 diente de ajo
1/2 guindilla seca

Para el jugo de gallina

1 gallina
2 puerros
1 cebolla
2 zanahorias
100 ml de jerez seco
0'8 gramos de agar agar
1'5 colas de pescado
8 litros de agua mineral natural

Preparación

Para las fabes con almejas

Se cuecen las fabes (habas) con la cebolla, el ajo, el laurel, el pimiento y un punto de sal. Cuando rompe a hervir se desespuma y se cuece a fuego mínimo con un poco de azafrán hasta que la fabe esté tierna.

Para el aceite de perejil

En Thermomix o batidora vertemos los ingredientes del aceite de perejil y se trituran hasta conseguir emulsionarlos.

Para el jugo de gallina

Se cuece la gallina a fuego lento con las verduras durante 4 horas. Se cuela el caldo, se añade el jerez y se mantiene a fuego lento dos horas más. Se filtra el jugo por estameña. Desengrasado y frío se disuelven 300 g en agar agar. Cuando rompe a hervir se echan las colas de pescado y se retira del fuego. El jugo se extiende en una placa para que se cuaje y conseguir una lámina de gelatina (2 mm de grosor).

Presentación

En un plato hondo se colocan nueve fabes escurridas y sobre estas 3 almejas crudas. Con un cortapastas de 10 cm se hace una circunferencia en la gelatina de jugo de gallina y se cubren las fabes y las almejas, dándoles calor para atemperar el agar agar. Se dibuja un cordón de aceite de perejil alrededor y se colocan unas hebras de azafrán.

Puede encontrar más recetas como esta en la colección de libros 'Gastronomía Saludable', editados por ASISA.



OCIO CON SALUD

Enoturismo en El Bierzo

El Bierzo, la comarca leonesa fronteriza con Galicia, posee un microclima en el que conviven tradiciones celtas, romanas, visigodas y templarias, maceradas durante años en valles y montañas. El declive de la minería del carbón ha dado paso a una apuesta por el desarrollo sostenible y el impulso del turismo. Un paseo por cinco bodegas permite acercarse a su gastronomía y a sus vinos, hechos con uvas godello y mencía, que combinan personalidad y buen gusto.

Bodega Castro Ventosa

Situada en Valtuille de Abajo, Castro Ventosa refleja el espíritu más tradicional de la elaboración de los vinos, heredado de generación en generación. Una visita permitirá probar sus vinos, asomarse a viñedos de más de 50 años y a una bodega de planta circular construida en hormigón y asentada bajo tierra.

Losada Vinos de Finca

En pleno Camino de Santiago, en Cacabelos, se erige el moderno y elegante edificio de la bodega Losada, del arquitecto Jesús Manzanares. En sus 2.500 metros cuadrados cobran vida los vinos mencía más destacados de esta finca, que merece una visita.

Casar de Burbia

Casar de Burbia (Carracedelo) presume de respetar la personalidad de cada pago, lo que da lugar a vinos que combinan complejidad, duración y longevidad. Siempre a partir de la tradición que se puede apreciar en la visita a su bodega.

Bodegas Estefanía

Una visita a esta bodega, una antigua lechería situada en la pedanía de Dehesas, en Ponferrada, se convertirá en un paseo por la historia de El Bierzo y la uva mencía, su variedad autóctona y protagonista única de su vino más reconocido, Tilenus.

Dominio de Tares

Dominio de Tares (Bembibre) produce vinos en tres denominaciones de origen (Bierzo, Vinos de la Tierra de Castilla y León y Rías Baixas). Una visita a sus instalaciones permitirá catarlos, disfrutarlos y conocer sus diferencias.



Asisa cuenta con la atención bucodental más completa para ti y tu familia

Con **Asisa Dental** y **Dental Familiar** tú y tu familia accederéis a una asistencia bucodental integral, con múltiples servicios gratuitos y descuentos medios del **40% en tratamientos** frente a las tarifas para particulares.

Contaréis con un gran cuadro médico en Odontología General y Especialidades, en nuestras 28 Clínicas Asisa Dental y más de 1.600 clínicas concertadas.

ASISA DENTAL

Asegurados
Desde

7,05€
persona/mes⁽¹⁾

No Asegurados
Desde

9,87€
persona/mes⁽¹⁾

ASISA DENTAL FAMILIAR

Por

13,90€
familia/mes⁽²⁾



⁽¹⁾ Prima válida para 2016 y para pago anual. Impuestos no incluidos.

⁽²⁾ Asistencia integral para toda la familia (padres, hijos y abuelos), con independencia del número de miembros. Prima válida para 2016. Impuestos no incluidos.

Empresa Colaboradora:

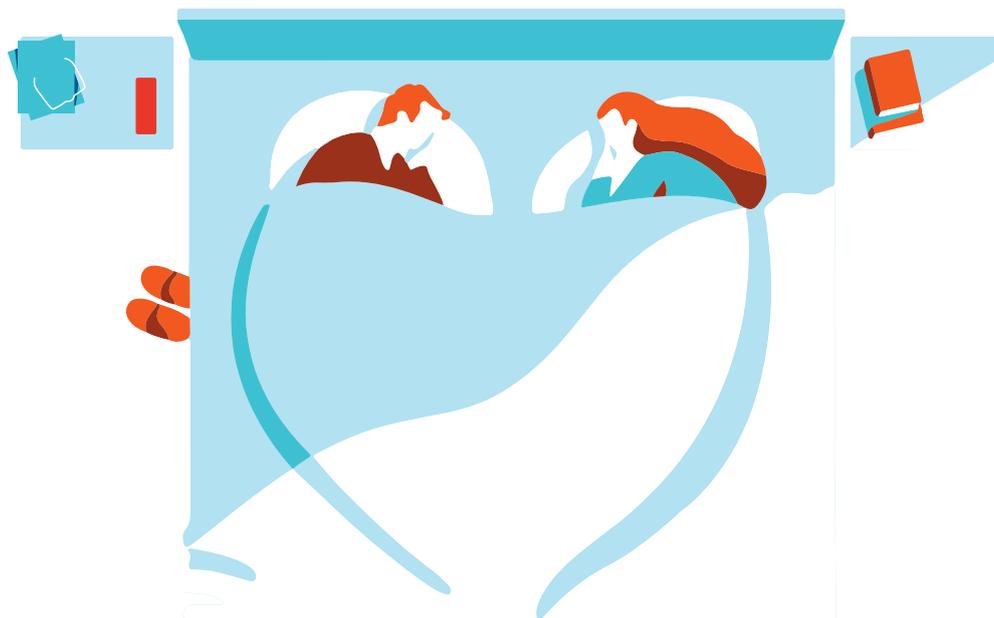


asisa.es 901 10 10 10

Nada más que tu salud
Nada menos que tu salud



Haz algo grande por tu salud



#Duerme 1HoraMás

En Asisa somos expertos en salud y sabemos que el sueño es vital para el buen funcionamiento de tu corazón, tu cerebro y todo tu organismo.

Los especialistas determinan que **una persona adulta necesita entre 7 y 9 horas diarias de sueño** para estar bien.

Sin embargo, se estima que el 80% de los españoles duermen menos de este tiempo,

exponiéndose a **sufrir hipertensión, taquicardia, depresión, pérdida de memoria, sobrepeso y diabetes**, entre otros problemas. Y como sabes, **en Asisa solo nos preocupa tu salud. Por eso invertimos todos nuestros recursos en cuidarte**, incluido este anuncio en el que te aconsejamos que duermas una hora más todos los días.

Empresa Colaboradora:

**200**
AÑOS

asisa.es 901 10 10 10

*Nada más que tu salud
Nada menos que tu salud*

asisa 