

Saludable

DICIEMBRE
2024

EL SISTEMA PÚBLICO DE SALUD DE LA RIOJA INFORMA  La Rioja



La Rioja



Rioja
Salud

riojasalud.es



LA ATENCIÓN PRIMARIA ES
EL CORAZÓN DE TU SALUD

Cuídala

Utiliza la
APP RIOJASALUD
para pedir, modificar y
anular tus citas.

Cada cita cuenta

Si no hay disponibilidad de cita y necesitas que te atiendan, puedes solicitarlo en la misma app y Rioja Salud se pondrá en contacto contigo.



Salud apuesta por mejorar la accesibilidad a la Atención Primaria

Además del teléfono y la página web, el Servicio Riojano de Salud también dispone de la app de Rioja Salud para solicitar, modificar y anular las citas médicas

La Atención Primaria es el primer punto de contacto de las personas, de las familias y de la comunidad con el sistema de salud y garantiza la continuidad de la atención; por todo ello, hay que cuidarla y potenciarla.

Con el objetivo de seguir ofreciendo un servicio de calidad y concienciar a la población de que cada cita cuenta, el Servicio Riojano de Salud ha puesto en marcha la campaña informativa **La Atención Primaria es el corazón de tu salud: cuídala.**

Se trata de recordar a los ciudadanos los diferentes canales existentes

para solicitar cita, teléfono y página web, y de la posibilidad de modificarlas y, muy importante, anularlas desde la app Rioja Salud.

Además se recuerda que si no hay disponibilidad de cita los ciudadanos que necesitan que les atienda su médico de cabecera, pediatra o enfermera, pueden solicitarlo en la misma app para que Rioja Salud se ponga en contacto con ellos.

Según datos del Ministerio de Sanidad en los centros de

salud de La Rioja los pacientes son respondidos “siempre o la mayoría de las veces” durante las primeras 24 horas en más del 60% de los casos. De hecho, la Atención Primaria de La Rioja se sitúa, junto con Navarra y País Vasco, entre las que presta un servicio más rápido.

Desde la Consejería de Salud hay una apuesta continua por reforzar la Atención Primaria. Por ello, este año se ha destinado la mayor cantidad presupuestaria de la historia en esta materia: 194 millones, a los que se suma una partida de fondos estatales de casi 1,3 millones de euros.



La Rioja creará una unidad de ensayos clínicos contra el cáncer

La Rioja será, a partir de 2025, el referente del norte de España en ensayos clínicos con medicamentos innovadores contra el cáncer. Gracias a un acuerdo entre la Fundación Rioja Salud y el START Center for Cancer Research, el CIBIR albergará esta nueva unidad que atenderá a más de cuatro millones de personas de La Rioja, Aragón, Navarra, Cantabria, Asturias, Castilla y León y el País Vasco convirtiéndose en el centro de referencia de los pacientes oncológicos.

La unidad, con áreas de consultas, tratamiento, laboratorio, farmacia y monitorización, permitirá acceder a terapias avanzadas.

Los pacientes de La Rioja, así como los de los sistemas públicos de salud de comunidades cercanas, accederán a tratamientos innovadores que buscan mejorar la calidad de vida y las posibilidades de recuperación, pero también el de-



sarrollo de alternativas terapéuticas avanzadas.

Los ensayos clínicos oncohematológicos evalúan la acción de nuevos fármacos, permitiendo que los pacientes participen en tratamientos pioneros. La nueva unidad se enfocará en analizar la seguridad y eficacia de medicamentos destinados a tratar tumores sólidos y hematológicos, contribuyendo al avance de la medicina y al bienestar de quienes se enfrentan a estas enfermedades.

En esta etapa, los ensayos se centran en estudiar el perfil de seguridad de los nuevos compuestos. Esto incluye entender cómo el organismo los absorbe y metaboliza, definir las vías de administración más efectivas, identificar efectos secundarios, analizar su eliminación y determinar la duración de su efecto. Este proceso es esencial para garantizar el desarrollo de tratamientos seguros y efectivos para los pacientes.



La Rioja mejora la atención a las víctimas de violencia de género

Los equipos de Salud, Emergencias, Servicios Sociales y Justicia de La Rioja han unido esfuerzos para lanzar el *Programa de continuidad asistencial para víctimas de violencia de género*. Este nuevo protocolo busca garantizar una respuesta más ágil y efectiva, con atención inmediata y coordinada, las 24 horas, todos los días del año. El objetivo es ofrecer apoyo personalizado, tanto social como psicológico, desde el momento en que una víctima solicita ayuda o es identificada como tal.

El procedimiento comienza en los servicios de urgencias del SERIS. Allí, tras una evaluación médica, se detecta si se trata de un caso de violencia de género. Una vez confirmado, se completa el Formulario de violencia de género y agresión sexual, que recopila datos para ser enviados a la Oficina de Atención a la Víctima del Delito. Además, se informa a la persona afectada de los recursos sociales y psicológicos que tiene a su alcance.

El protocolo activa a los servicios de Emergencias (a través del sistema SOS Rioja-112) que movilizan a profesionales especializados en atención social y psicológica. Estos equipos se trasladan al hospital para ofrecer apoyo inmediato a la víctima y coordinar otras acciones como el aislamiento del agresor, proporcionar alojamiento o pedir la intervención inmediata del equipo de intervención psicosocial. Asimismo, se evalúa la necesidad de involucrar a las fuerzas de seguridad.

ESPACIO DE LA ALIANZA RIOJANA POR LA SALUD



Pan artesano, el de toda la vida

Cuando hablamos del verdadero pan nos referimos al pan artesano, al de siempre, que es, sin duda, el que se elabora a través de métodos tradicionales, con harinas de calidad e ingredientes naturales. Este pan respeta los tiempos de fermentación y de reposo en un esmerado proceso en el que no se aceleran sus pasos.

Sin embargo, en la elaboración del pan industrial se utilizan otras técnicas, ingredientes artificiales, emulgentes y otros aditivos, que no tienen cabida en la panadería tradicional, para acelerar la producción.

Estas diferencias no solo se perciben en su color, textura u olor, tan característico del pan artesano, ¿verdad?, sino también en sus cualidades nutricionales y saludables. El pan artesano conserva todas sus propiedades y es fuente de energía, hidratos de carbono, proteínas, fibra, hierro y diversas vitaminas. Además de ser más digestivo porque no contiene elementos artificiales; como sí posee el industrial, que pierde todas las propiedades beneficiosas.

Todo lo bueno que nos aporta el pan solo se encuentra en el de verdad, en el artesano, el de toda la vida.

Eduardo Villar
Presidente de ARFEPAN

Un nuevo proyecto piloto mejora el control de la diabetes en residencias

El programa ofrecerá una atención sanitaria más precisa y coordinada

En La Rioja, cerca de 300 personas residentes en centros de mayores reciben tratamiento diario con insulina basal debido a la diabetes tipo 2, una enfermedad común en esta población pero que requiere un control riguroso para evitar complicaciones.

Para mejorar la atención a las personas mayores dependientes, el sistema riojano de salud ha lanzado un proyecto piloto en la Residencia de Personas Mayores de Lardero. El programa tiene como objetivo garantizar un control continuo de los niveles de glucosa en sangre de los residentes con diabetes tipo 2 con insulina basal y ofrecer una atención sanitaria más precisa, coordinada y personalizada.

Para ello, el Seris ha implantado sensores, que permiten la monitorización intermitente de glucosa (me-



dante el sensor Free Style Libre®) a los usuarios de las residencias que son tratados con insulina basal. Estos dispositivos del tamaño de una pequeña moneda que se colocan de forma sencilla bajo la piel, generalmente en el brazo, registran continuamente los niveles de azúcar en sangre, eliminando los pinchazos asociados al control glucémico tradicional.

Con un lector, el personal sanitario puede descargar los datos almacenados en el dispositivo, no solo para conocer los niveles actuales de glucosa,

sino también para analizar tendencias y tomar decisiones terapéuticas ya que otra de las ventajas es que este nuevo dispositivo lee los parámetros registrados hace unas horas. Además, el sistema incluye alarmas que alertan sobre posibles episodios de hipoglucemia, lo que permite actuar con antelación y reducir el riesgo de complicaciones agudas y crónicas.

La información en tiempo real mejora la capacidad de respuesta y permite una gestión más eficiente de la diabetes en un entorno residencial.

Un innovador dispositivo para tratar el dolor crónico



La Unidad del Dolor del Hospital San Pedro ha sumado a su cartera de servicios un dispositivo pionero para la estimulación medular que ofrece nuevas posibilidades para el tratamiento del dolor crónico, especialmente neuropático. Este sistema combina la compatibilidad con reso-

nancia magnética, tecnología intuitiva y la capacidad de programación remota, mejorando significativamente la calidad de vida de los pacientes.

El dispositivo utiliza electrodos delgados colocados sobre la médula espinal y una pequeña batería implantada bajo la piel. Su función es modular

las señales de dolor antes de que lleguen al cerebro, ayudando a controlar las molestias. Una de sus principales ventajas es que permite ajustar la terapia de manera remota, desde el domicilio del paciente, a través de internet. Además, su mantenimiento es mínimo: solo necesita recargarse cinco veces al año, en vez de semanalmente o a diario como otros sistemas.

Indicado para múltiples dolencias

Este sistema está diseñado especialmente para tratar el dolor neuropático, causado por lesiones o disfunciones del sistema nervioso periférico o central. Entre las patologías más frecuentes están el síndrome de espalda fallida, que ocurre tras cirugías de columna, y el síndrome regional complejo. También se utiliza en casos de dolor vascular o isquémico.



4.000 riojanos participan en un estudio

4.000 riojanos, de entre 16 y 79 años, participarán en el proyecto Cohorte IMPaCT, una investigación con 200.000 ciudadanos de toda España. Su objetivo es mejorar la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de las principales enfermedades mediante el análisis de datos a largo plazo. En La Rioja, los participantes serán seleccionados de forma aleatoria de los centros La Guindalera, Cascajos y Siete Infantes de Lara. Durante los próximos 20 años se recopilará información mediante cuestionarios, exploraciones físicas y muestras biológicas.



Mónica Ochagavía

Jefa de la Unidad de Cuidados Paliativos

Los cuidados paliativos son un derecho de todos

Como coordinadora de la Unidad de Cuidados Paliativos, celebro la iniciativa de nuestra comunidad autónoma de avanzar en la creación de una ley que regule y fortalezca la atención paliativa. Este paso representa un reconocimiento fundamental para garantizar una atención digna a pacientes con necesidades paliativas, centrado en las personas y sus familias. Es esencial resaltar que la atención paliativa no debe depender del lugar de residencia, debe ser un derecho equitativo y universal. Esta legislación garantizará la igualdad en el acceso a los cuidados paliativos, fortaleciendo los derechos de los pacientes a una atención integral con apoyo físico, emocional, social y espiritual. Además, permitirá una coordinación eficiente entre los servicios sanitarios y sociales.

En España, existe una imperiosa necesidad de una Ley Nacional de Cuidados Paliativos que establezca estándares homogéneos de atención, asegure el acceso a recursos especializados y promueva la formación y el desarrollo profesional en esta disciplina médica. La disparidad actual en el acceso a estos servicios es inaceptable y deja en desprotección a las personas que enfrentan enfermedades avanzadas o situaciones de final de vida, así como a sus familias.

En La Rioja, se dispone de una Unidad específica en Cuidados Paliativos, que cubre todo el territorio, tanto en el ámbito hospitalario como domiciliario. Se realiza una atención integral, individualizada y continuada de personas con una enfermedad en situación avanzada; de forma multidisciplinar y coordinada, tanto con Atención Primaria como con Atención Hospitalaria, residencias de mayores y centros de convalecencia.

Los cuidados paliativos no son un lujo; son un derecho fundamental.



La IA clave para mejorar la atención sanitaria

El neurólogo Ignacio H. Medrano, experto en Inteligencia Artificial (IA) aplicada a la salud, ha expuesto ante los profesionales del SERIS las ventajas del uso tecnológico de los datos masivos en las historias clínicas. Según Medrano, la IA aplicada a la medicina *“optimiza el trabajo de los profesionales al aportar mayor rapidez y precisión, permitiendo comprender mejor el comportamiento de los pacientes, sus pronósticos y evolución”*. El especialista destacó cómo la IA está logrando identificar correlaciones complejas que derivan en conclusiones clínicas útiles para la toma de decisiones en consulta.



El San Pedro digitaliza 19 millones de documentos clínicos

El Hospital San Pedro digitalizará 19 millones de documentos de tres archivos de historias clínicas: dos en el propio hospital y uno en el Centro de Salud y Especialidades de Haro. Estos documentos se integrarán en las historias clínicas electrónicas de los pacientes, en un proyecto cofinanciado por el Programa FEDER La Rioja 2021-2027 con 1,4 millones de euros. El objetivo es convertir las historias clínicas en un formato digital, incluyendo todas las pruebas y exploraciones, para su integración en el sistema de Historia Clínica Electrónica del Servicio Riojano de Salud.

