

# Saludable

OCTUBRE  
2024

EL SISTEMA PÚBLICO DE SALUD DE LA RIOJA INFORMA  La Rioja

## El nuevo Centro de Especialidades supondrá un salto cualitativo para la sanidad riojana



Recreación del nuevo Centro de Especialidades y Cirugía Mayor Ambulatoria 'Adoración Sáenz' que se construirá en la parcela del antiguo Hospital San Millán / GLR

**En la cartera de servicios prevista para el nuevo Centro 'Adoración Sáenz' destacan especialidades en régimen ambulatorio como la Unidad del Dolor, Oftalmología, además de cinco quirófanos que prestarán servicio a la cirugía sin ingreso**

El nuevo Centro de Especialidades y Cirugía Mayor Ambulatoria 'Adoración Sáenz', que entrará en funcionamiento en 2027, permitirá descongestionar la tensión asistencial del CARPA y del Hospital San Pedro, ampliar la atención a los ciudadanos y contar con un equipamiento e infraestructuras vanguardistas en la prestación del servicio sanitario. El centro supondrá un salto cualitativo en la mejora de la atención sociosanitaria.

Se construirá en la zona sur de la parcela del antiguo hospital San Millán, junto al Carpa y a la Escuela de Enfer-

mería. Será un edificio flexible y polivalente. El proyecto básico se entregará en enero de 2025 y la licitación de la obra está prevista para el segundo semestre del próximo año. La construcción podría comenzar a principios de 2026 y entrar en servicio en 2027. La inversión será de algo más de 17 millones de euros.

La cartera de servicios se basará en especialidades en procesos en régimen ambulatorio como Unidad del Dolor, Oftalmología y (en una segunda fase) Dermatología. En la Unidad del

Dolor se incluirá una sala de fisioterapia y un área de recuperación. Los quirófanos del centro prestarán servicio a la cirugía sin ingreso de otras especialidades. En el ámbito de la oftalmología se integrará el área de optometría. Asimismo, se reforzará y ampliará la fisioterapia. Este centro será atendido por más de un centenar de profesionales.

El edificio, diseñado por la UTE "CEPA-PMMT, CECMA", tendrá una superficie de 7.000 metros cuadrados en los que se distribuirán cinco quirófanos de cirugía mayor ambulatoria (semisótano), la Unidad del Dolor (planta baja) con 8 consultas y otras 20 en Oftalmología (planta primera); así como un aparcamiento subterráneo.



## La Rioja refuerza los recursos que destina a la Salud Mental

Con el objetivo de mejorar el bienestar emocional de los riojanos, Salud refuerza los recursos destinados a la salud mental con varias iniciativas.

El Programa de Innovación en Prevención, Asistencia y Mejora de la Salud y Bienestar Emocional de las personas (Saludablemente+), que se desarrolla con Fundación 'La Caixa' y cuenta con una financiación de un 1 millón de euros para desarrollarse en 2024 y 2025, ha permitido la incorporación de quince psicólogos.

Esta iniciativa se centra en dos acciones: el proyecto de bienestar emocional en Atención Primaria con diez nuevos profesionales y el proyecto para la mejora del rendimiento escolar con otros cinco psicólogos.

En Atención Primaria el programa permite la detección y atención a las dificultades emocionales leves en los centros de salud de La Rioja. Para ello, el equipo de Atención Primaria identi-

ficará a los pacientes que podrían beneficiarse del programa y no cumplen los criterios de derivación al departamento de Salud Mental. El programa se realizará a través de grupos y talleres dirigidos a jóvenes, personas mayores, en situación de vulnerabilidad y familias de niños y jóvenes vulnerables. Las actuaciones se realizarán en 8 sesiones de 100 minutos con 6-8 usuarios en el centro de salud.

El segundo de los proyectos ha sido diseñado para mejorar los resultados y el rendimiento escolar entre los estudiantes de La Rioja. La estrategia se llevará a cabo durante el curso académico 2024/2025 en todos los centros educativos de La Rioja donde se imparta 1º de la ESO.

### Cuidar a los que cuidan

Además, más de un centenar de profesionales riojanos han participado en el programa de apoyo emocional



al personal sanitario y sociosanitario, incluido en la Estrategia de Salud Mental de La Rioja. 110 personas, 83 profesionales sanitarios y sociosanitarios y 27 enfermeras, afectados por problemas de salud mental. Un apoyo emocional fundamental para mantener la buena salud mental de los profesionales que cuidan y sanan a los demás y que se ha desarrollado en colaboración con el Colegio de Psicólogos; el Colegio de Enfermería y el Colegio de Médicos. Una experiencia que se mantendrá en 2025 ampliando servicios como el apoyo emocional a los jóvenes residentes riojanos.

Dentro del Programa se tiene en cuenta, en primer lugar, la prevención, protección y promoción de la salud mental entre los profesionales del ámbito sanitario; así como la detección de estas patologías y la atención a los profesionales afectados por ellas. El programa incluye la realización de talleres de apoyo y atención psicológica, así como consultas individuales de apoyo psicológico.

## RECETA **Saludable**

### Lentejas guisadas

#### Ingredientes:

- 240 gramos de lentejas
- 1 cebolla pequeña
- 1 zanahoria mediana
- 1 puerro mediano
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 4 cucharadas soperas de tomate triturado natural
- 3 ajos
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen
- Sal y pimentón

En una cazuela se cubren las lentejas con agua fría y sin sal para que cuezan a fuego lento 30-40 minutos.

En otra cazuela se calienta aceite y se añaden las verduras troceadas. Cuando estén blandas se incorpora el tomate y se deja cocer para unificar sabores.

Mientras, en una sartén se doran los ajos y se les añade un poco de pimentón.

Cuando ambos ingredientes estén mezclados se incorporan a la cazuela de las verduras. Finalmente, se tritura hasta que quede una crema que se añadirá a las lentejas, ya cocidas, dejando hervir unos minutos para mezclar sabores.



## Inicio de las obras de ampliación del Centro de Salud de Calahorra

**Una inversión de cuatro millones de euros permitirá que en 2026 el centro doble su superficie actual**

Las obras de ampliación del Centro de Salud de Calahorra, que están a punto de iniciarse, duplicarán la superficie de atención sanitaria actual. Pasará de los 2.700 metros cuadrados actuales a 5.000. El nuevo edificio, de cuatro niveles, estará conectado al existente mediante una pasarela en las plantas sobre rasante. La actuación supondrá una inversión de más de 4 millones de euros y está previsto que las obras finalicen en 2026.

El Centro va a permitir una mejor distribución de espacios y consultas en unas instalaciones que fueron construidas en 1986 y que atiende a más de 34.650 pacientes de Calahorra, Autol, Pradejón, El Villar y Tudellilla.



El edificio albergará en el sótano cuartos técnicos, almacén y vestuarios. En la planta baja se encontrarán la consulta de Fisioterapia y gimnasio de Rehabilitación; el Punto de Atención Continuada de Urgencias (formado por observación, sala de curas y tres consultas, recepción, sala de espera y área de descanso de personal médico); y se reservará un espacio para ubicar en el futuro una unidad de ambulancias. En la primera planta se encontrarán las

tres nuevas consultas para Salud Bucodental con sus anexos, dos consultas para matrona, con sala de actividades y vestuarios. Y cuatro consultas polivalentes, con sus salas de espera y servicios. En la planta segunda estarán los espacios de uso administrativo, sala de sesiones y biblioteca y el Área destinada a Salud Mental con 8 consultas (dos de enfermería, dos de psicología y cuatro de psiquiatría) y sala de terapia grupal, salas de espera y servicios.

## 44 profesionales atenderán La Villanueva



En breve, 44 profesionales sanitarios atenderán a los cerca de 20.000 logroñeses adscritos al nuevo Centro de Salud de La Villanueva que sustituirá al más antiguo de la red, el Rodríguez

Paterna. El nuevo centro atenderá a los 10.506 usuarios del Rodríguez Paterna y también a pacientes de otros centros como Joaquín Elizalde, Gonzalo de Berceo y Espartero según

el criterio de proximidad. La plantilla contará con 12 médicos de familia; 2 pediatras; 14 enfermeras; 5 auxiliares administrativas; 2 celadores; 2 trabajadores sociales; 2 matronas y 2 Técnicos en Cuidados Auxiliares de Enfermería. Sumará una unidad de salud bucodental con odontólogo e higienista dental. De las 44 plazas, 8 serán de nueva creación y 13 estarán cubiertas por profesionales de los centros de salud Rodríguez Paterna, Joaquín Elizalde, Gonzalo de Berceo y Espartero.

La Villanueva extenderá la atención a los pacientes desde las 8,00 a las 21,00 horas.

Pedro Marco Aguilar, hasta ahora coordinador del Servicio de Urgencias del Hospital Universitario San Pedro, será el nuevo director de Zona de Salud de La Villanueva.

## Comienza la vacunación frente a la gripe y la COVID

Ya ha comenzado la campaña de vacunación frente a la gripe y la COVID. Está dirigida a mayores de 60 años, enfermos crónicos, personas institucionalizadas, mayores de 12 años con patologías, embarazadas, convivientes de personas vulnerables, personal de centros sanitarios y sociosanitarios, y personal de servicios públicos esenciales. Se prolongará mientras permanezca la circulación del virus y en función de la disponibilidad de vacunas. Se puede pedir cita a través del 941298333, o llamando al centro de salud o consultorio.



## Mejora de los consultorios de Atención Primaria



El Gobierno de La Rioja va a destinar más de 200.000 euros a las ayudas para mejorar el equipamiento y mobiliario de la red de consultorios de Atención Primaria de La Rioja. En concreto, con un importe de 232.565,39 euros, estas ayudas permitirán que los consistorios de 129 entidades locales (127 ayuntamientos y las entidades locales menores de Quintanar de Rioja y Villaseca de Rioja) puedan financiar la adquisición del equipamiento clínico y mobiliario para la mejora de sus consultorios. Un servicio fundamental en los municipios riojanos ya que se convierten en la puerta de acceso al sistema público de salud en el medio rural.

El Ejecutivo subvencionará hasta el 100% del presupuesto más económico de cada uno de los elementos en los municipios de menos de 2.000 habitantes. En el resto de casos, las ayudas alcanzarán como tope un máximo del 80% del presupuesto más económico. El pago de la subvención se realizará una vez que la entidad beneficiaria justifique haber realizado un gasto igual o superior al importe concedido.

La Rioja cuenta con más de 170 consultorios locales y auxiliares médicos que acercan la atención sanitaria al ciudadano con independencia del municipio donde reside. Su finalidad es ofrecer una atención cercana, interconectada telemáticamente con los grandes centros, con unas instalaciones y equipamiento sanitario adecuado, en la que la historia clínica única supone una herramienta clave para garantizar una asistencia de calidad y equitativa en todo el territorio regional. Se trata de centros cuya titularidad corresponde a las corporaciones locales, mientras que el personal sanitario depende directamente del Servicio Riojano de Salud.

## Los MIR se quedan a trabajar en La Rioja



Más del 80 por ciento de los residentes formados en La Rioja en Medicina Familiar y Comunitaria se queda a trabajar en el Servicio Riojano de Salud. En concreto, de los 49 residentes (MIR, FIR, BIR, PIR) que han finalizado recientemente su período formativo, se han quedado 33

médicos; 16 formados en la especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria y 17 de especialidades hospitalarias. Además, también se han incorporado a trabajar 10 residentes procedentes de otros servicios regionales de salud.

## Galeno ha actuado en más de 100 emergencias

El servicio de helicóptero para el transporte sanitario y atención a emergencias del SERIS, puesto en marcha en agosto de 2023, fue activado en más de 100 ocasiones en su primer año de actividad. Un servicio que permite prestar asistencia sanitaria inmediata y actuar en distintos puntos de La Rioja para auxiliar a personas en situación de riesgo. En este primer año, Galeno, denominación del helicóptero, fue activado en 106 ocasiones: 78 con pacientes y 28 que no se pudieron llevar a cabo por meteorología, mejoría, menor gravedad o fallecimiento.

