

Saludable

JUNIO
2025

EL SISTEMA PÚBLICO DE SALUD DE LA RIOJA INFORMA  La Rioja



El San Pedro ampliará el Servicio de Urgencias con un edificio anexo antes de que finalice 2026

Salud invertirá en la nueva construcción 1,8 millones de euros.

Las instalaciones de Urgencias aumentará en un 2,7 % su actual espacio.

El Hospital Universitario San Pedro ampliará su Servicio de Urgencias con la construcción de un edificio anexo de tres plantas, ubicado junto a la fachada oeste. La nueva infraestructura añadirá 680 metros cuadrados a la actual, lo que representará un aumento del 27% respecto a las instalaciones actuales, y permitirá una reorganización integral del servicio. Está previsto que la obra termine para finales de 2026 con una inversión de 1,8 millones de euros.

El nuevo edificio contará con una sala de espera adicional, seis consultas médicas y una de enfermería. En total, el servicio pasará a tener 16 consultas médicas, tres de enfermería y cuatro de triaje (actualmente cuenta con 11, dos y tres respectivamente). También se sumarán tres despachos adminis-

trativos, una sala de sesiones, biblioteca y espacio de formación. Además, los boxes se incrementarán de 44 a 54, gracias a la mejora de las zonas existentes.

El envejecimiento de la población y el aumento de enfermedades crónicas han elevado la demanda de atención en Urgencias, especialmente durante los picos de gripe y virus respiratorios. Entre octubre y marzo, la actividad crece notablemente. En 2024 se

atendieron 124.267 personas, un 6,3% más que en 2023.

Para 2025, se estima que las atenciones superen las 125.000, con 32.000 ya registradas en el primer trimestre. Ante esta presión asistencial, se incorporarán dos enfermeras y dos auxiliares, con posibilidad de sumar más profesionales en el futuro.



Triaje en el CARPA

El SERIS ha implantado un sistema de triaje en las urgencias del CARPA, punto de atención continuada para más de 160.000 personas en Logroño. En su primer mes, el 98% de las 3.200 urgencias fueron valoradas con este sistema, mejorando la eficiencia y los tiempos de espera.

Con este sistema se busca establecer un protocolo de clasificación de pacientes que permita asignar una prioridad adecuada, según la gravedad de los síntomas y el nivel de urgencia.

SALUD EN MARCHA



Consejos para disfrutar del verano con salud

Con el verano a la vuelta de la esquina, y ante la previsión de altas temperaturas típicas de esta estación, es importante tener presentes algunas pautas básicas para proteger la salud. Se trata de recomendaciones sencillas pero fundamentales, especialmente dirigidas a personas mayores, con enfermedades crónicas y niños.

- Beber agua y líquidos, incluso sin tener sed y con independencia de la actividad física realizada.

- Evitar las bebidas con cafeína, alcohol o muy azucaradas ya que pueden favorecer la deshidratación.

- Cuidar especialmente a menores, bebés, mujeres embarazadas, mayores y personas con patologías (problemas cardíacos, renales, hipertensión, diabetes, obesidad, cáncer, enfermedades mentales, movilidad reducida o consumo de drogas y alcohol).

- Permanecer el mayor tiempo posible en lugares frescos, a la sombra o climatizados y refrescarse cada vez que sea necesario

- Procurar reducir la actividad física y evitar realizar deportes al aire libre en las horas centrales del día.

- Vestir ropa ligera, holgada y que facilite la transpiración.

- No dejar nunca a nadie dentro de un vehículo cerrado, especialmente si se trata de niños, mayores o personas con enfermedades crónicas.

- Acudir al centro de salud si se presentan síntomas persistentes que puedan estar relacionados con el calor.

- Conservar los medicamentos en un lugar fresco ya que el calor puede alterar su composición y su eficacia.

- Hacer comidas ligeras que ayuden a reponer las sales perdidas por el sudor como ensaladas, frutas, verduras, etc...

Cómo solicitar cita en Atención Primaria

El Gobierno de La Rioja ha lanzado una campaña informativa para informar de los diferentes medios y canales que los usuarios tienen a su disposición para solicitar cita previa con los profesionales de Atención Primaria, tanto en los centros de salud como en los consultorios de La Rioja.

Además de los canales de la App y de la página web www.riojasalud.es, también se puede conseguir cita previa en Atención Primaria a través del número de teléfono 941-297729.

Por otro lado, si al solicitar cita previa con su médico de familia y/o pediatra por la App de Riojasalud o por la Web, el sistema no ofrece disponibilidad en la fecha elegida, los usuarios pueden ser atendidos en poco tiempo por otro profesional. Para ello, tan solo es necesario llenar un breve y sencillo formulario, al que se accede con un clic, y un profesional sanitario se pondrá en contacto con la persona en menos de 24 horas.



La App de Rioja Salud, que puede descargarse en <https://www.riojasalud.es/online>, ofrece el acceso a informes clínicos, pruebas diagnósticas, recetas electrónicas o partes de IT y permite la gestión de citas de Atención Primaria o la posibilidad de cambio de médico. Para poder acceder a todas las funcionalidades, el usuario debe acudir primero a su centro de salud donde le facilitarán un número que le permitirá la descarga de la aplicación y el acceso de forma automática a su historial y al de menores de 14 años a su cargo.

Para informar a los usuarios sobre los múltiples usos de esta aplicación móvil de Rioja Salud se han organizado varios talleres en los centros de salud de La Rioja.



Salud amplía las plazas de la Oferta Pública de Empleo

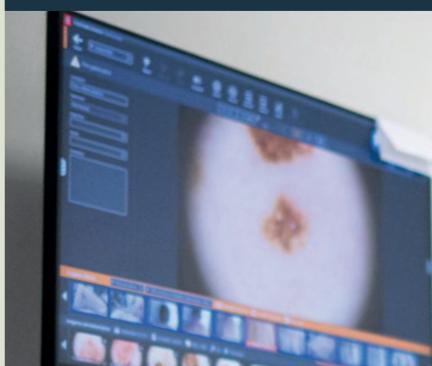
El Servicio Riojano de Salud convoca 274 plazas en su Oferta Pública de Empleo para 2025, lo que supone un incremento del 38% respecto al año anterior gracias a la incorporación, por primera vez, del Hospital de Calahorra. La oferta se reparte en 158 plazas de turno libre, 70 de promoción interna y 9 para personas con discapacidad.

Este incremento se debe a las 77 plazas asignadas al Hospital de Calahorra: 34 vacantes, 39 para interinos y 4 a promoción interna. Es la primera ocasión en que el hospital comarcal forma parte de una OPE del SERIS.

Entre las 87 plazas dirigidas a facultativos especialistas de 27 áreas, destacan 18 para médicos de familia en Atención Primaria, 6 para psiquiatras, 6 anestesistas y 6 médicos de urgencias hospitalarias. También se incluyen 69 plazas de enfermería, con 5 para matronas y 3 para salud mental.

Además, la oferta contempla puestos para administrativos y auxiliares administrativos; técnicos en laboratorio, sistemas informáticos, radiodiagnóstico, dietética y nutrición; trabajadores sociales; fisioterapeutas; logopedas; arquitectos técnicos; higienistas dentales; técnicos en cuidados auxiliares de enfermería, en farmacia, celadores, pinches y oficiales de mantenimiento.

La convocatoria es unificada para todo el Servicio Riojano de Salud y todos los profesionales podrán optar a las plazas de su categoría y especialidad, independientemente del centro al que estén vinculadas.



La teledermatología mejora el diagnóstico precoz del cáncer de piel al reducir los tiempos de espera

Este servicio ha permitido pasar de 148 a 35 días de espera para una primera consulta

El Gobierno de La Rioja ha impulsado la teledermatología en formato de consulta online, integrándola en la cartera de servicios del Hospital San Pedro. Esta iniciativa ha reducido el tiempo de espera para una primera consulta de 148 a 35 días y ha disminuido el número de pacientes en lista de espera de 4.746 a 635. Próximamente, el sistema se ampliará a Calahorra y La Rioja Baja. Este modelo evita alrededor de 4.500 consultas presenciales y ha contribuido a mejorar el pronóstico de tumores cutáneos como el carcinoma epidermoide y el melanoma, al per-

mitir su detección e intervención más temprana.

Se trata de un cribado rápido y sencillo que se hace con una cámara digital, un dermatoscopio y un ordenador con conexión a internet. El paciente recibe una valoración en menos de 48 horas con un informe médico que incluye diagnóstico y tratamiento o, si es necesario, una cita presencial con el especialista.

El proceso comienza en la consulta del médico de Atención Primaria, quien examina al paciente y toma fotografías de la lesión. Las imágenes se envían al

dermatólogo, quien analiza y elabora el informe. Si sospecha de malignidad o requiere valoración presencial, se agendará una cita en pocos días.

La teledermatología también permite diagnosticar y tratar enfermedades dermatológicas menos graves, realizar seguimiento de patologías crónicas y solicitar pruebas complementarias.

En 2024, este servicio detectó 1.294 procesos malignos, incluyendo 910 carcinomas basocelulares, 248 carcinomas epidermoides infiltrantes, 49 melanomas infiltrantes, 26 melanomas in situ y 61 lentigos malignos.



Unidad Asistencial para pacientes pediátricos

El SERIS ha creado una Unidad Asistencial especializada para atender a niños de 0 a 16 años con patologías crónicas complejas y necesidades paliativas entre las que se incluyen metabolopatías, enfermedades neurológicas graves y/o degenerativas, cardiopatías complejas, enfermedades neuromusculares y patologías oncológicas. Se estima que atenderá a unos 70 niños al año.

Esta unidad pionera busca ofrecer una atención integral, personalizada y continuada a los menores y a sus familias. Está ubicada en la planta de Pediatría del San Pedro y está dirigida por pediatras especializados y una enfermera gestora de casos, en colaboración con profesionales de Neurología, Neumología, Gastroenterología, Salud Mental, Rehabilitación y Trabajo Social.

Programa para evitar caídas en mayores

El colectivo de Enfermería de Atención Primaria va a liderar el programa para la prevención, detección y atención a la fragilidad de las personas mayores para prevenir caídas y el deterioro funcional, fomentar su autonomía y brindar apoyo a sus cuidadores.

Este programa utilizará sensores portátiles que recogerán datos del movimiento del paciente para enviarlos al sistema clínico Selene y generar un informe. Si se confirma el riesgo, se iniciarán las acciones necesarias para evitar el progreso rápido hacia fases de fragilidad. Si hay un elevado riesgo, los profesionales de enfermería y Atención Primaria, derivarán al paciente al fisioterapeuta para iniciar la terapia.



Más inversión para el Hospital de Calahorra



El Gobierno de La Rioja destinará 1,7 millones de euros al servicio de mantenimiento integral del Hospital de Calahorra para reforzar su compromiso con la mejora continua de las infraestructuras sanitarias. Esta inversión tiene como objetivo garantizar espacios seguros y de calidad para los pacientes y para los profesionales del centro de La Rioja Baja. El contrato, con un periodo de ejecución de 24 meses, abarca los equipos, instalaciones, obra civil e infraestructuras urbanas del Hospital de Calahorra (edificio, instalaciones y equipamiento, labores de gestión o funcionamiento, entre otras).



Impulso a la investigación e innovación sanitaria

La Fundación Rioja Salud pondrá en marcha 24 proyectos de investigación, desarrollo tecnológico e innovación (I+D+i) con un presupuesto de 11,6 millones de euros, en el marco del Programa Operativo FEDER La Rioja 2021-2027. Iniciativas orientadas a la investigación biomédica, el ámbito clínico y la transferencia de conocimiento al tejido empresarial que serán lideradas por profesionales de la Fundación Rioja Salud y del SERIS. La financiación contemplará la contratación de nuevo personal investigador, así como otros servicios externos (análisis de laboratorio, material fungible y equipamiento científico).



Reformas en el Centro de Salud Mental de Albelda

El Gobierno de La Rioja ha remodelado los espacios exteriores del Centro de Salud Mental de Albelda para ofrecer un entorno terapéutico más adecuado, seguro y confortable. Esta actuación busca mejorar la calidad de vida de los usuarios y promover una atención más humanizada. Entre las intervenciones destaca el cerramiento de dos zonas ajardinadas interiores, lo que permite que algunos pacientes puedan salir al exterior de forma controlada, con seguridad y en un entorno beneficioso para su tratamiento. Además, una de estas zonas ha sido equipada con una pérgola, mesas y bancos para hacer actividades terapéuticas al aire libre.

CONSULTA CON FIRMA



Adolfo Calvo

Jefe de la Unidad de Medicina Intensiva

50 años de compromiso con el paciente crítico de La Rioja

En abril se cumplieron 50 años de la puesta en marcha de la Unidad de Medicina Intensiva en el Hospital San Millán de Logroño, marcando así el inicio de la atención al paciente crítico en La Rioja.

La Medicina Intensiva es la especialidad dedicada al cuidado de los pacientes críticos, es decir, aquellos que presentan una o más disfunciones orgánicas agudas o potenciales que amenazan su vida y requieren tratamiento inmediato y continuado, con posibilidades de recuperación. Esta especialidad implica el manejo constante del paciente, incluyendo la monitorización, el diagnóstico y el soporte de las funciones vitales afectadas, así como el tratamiento de las enfermedades responsables del fallo orgánico.

La atención debe estar ajustada a sus necesidades clínicas, ser sostenible, ética, respetuosa con su autonomía y garantizar seguridad, calidad y eficiencia.

Aunque se trata de una especialidad estrechamente vinculada a procedimientos técnicos y al desarrollo tecnológico, probablemente lo que mejor define al personal de la Unidad de Medicina Intensiva es su dimensión humana. Una dimensión en la que destacaría tres vertientes: la proximidad al paciente, ante el cual el personal de la UMI tiene la responsabilidad de transmitir seguridad y calma; la empatía hacia las familias para acompañarlas en su dolor y transmitir la información de forma veraz y humana; y el trabajo en equipo. Todos los profesionales que formamos parte de la Unidad de Medicina Intensiva —médicos, personal de enfermería, TCAEs, celadores, personal de limpieza y personal administrativo— constituyimos un equipo comprometido con el cuidado del paciente crítico. La toma de decisiones conjunta, la corresponsabilidad, el aprendizaje compartido y el apoyo mutuo son pilares esenciales en la forma de trabajar del personal. El compromiso con nuestros pacientes se refleja en el trabajo diario, muchas veces silencioso y poco visible.