



Más noticias y actualidad en [www.comz.org](http://www.comz.org) Síguenos y participa en nuestras redes sociales @medicoszaragoza



## Salud y medio ambiente “

Los médicos como líderes de la lucha contra el impacto del cambio climático en el bienestar de las personas. Preocupado por el impacto que el cambio climático tiene en la salud, el Colegio de Médicos de Zaragoza ha creado una Comisión de Salud y Medio Ambiente para abordar el problema y concienciar tanto a los profesionales de la medicina como a la sociedad de la gravedad del cambio climático.

**03** Editorial

**04** En portada

Cambio climático y salud

**08** En portada

Comisión de Salud y Medio Ambiente

**10** En portada

Ciclo +Que Salud

**14** Especial Semana del Colegiado 2023

**24** La Salud a debate

**32** Noticias de tu Colegio

**40** Cartas a tu Colegio

**44** In memoriam

## ARAGÓN médico

### EDITA

Ilustre Colegio  
Oficial de Médicos  
de Zaragoza.

### DIRECTOR

Dr. Javier García  
Tirado.

### COORDINADORA

Rosa Arróspide  
Aranda

### LA TRO(B)ADORA COMUNICACIÓN.

prensa@comz.org  
latrobadora.es

### CONSEJO DE REDACCIÓN

Dr. Javier García  
Tirado  
Dr. Javier Fuentes  
Dr. Alfredo Pérez  
Lambán  
Dra. Belén Lomba  
Dr. José Manuel  
Cardiel  
Dr. Juan Calatayud

### PORTADA

Ilustración del  
doctor Rafael  
Marrón Tundidor,  
médico de  
Urgencias del

Hospital Universi-  
tario Miguel Servet.  
Presidente de la  
Sociedad  
Aragonesa de  
Medicina de  
Urgencias y  
Emergencias.  
Ilustrador y  
divulgador.  
Colaborador de la  
Sociedad  
Española de  
Medicina Gráfica.

### REDACCIÓN

Lucía Valero  
Rosa Arróspide

### DISEÑO

La Colmena  
Creativa

### FOTOGRAFÍAS

Colegio de Médicos  
y la colaboración  
de Chus Marchador.  
fotografia@chus-  
marchador.com

### PUBLICIDAD

María de Miguel  
Tel. 976 388 011.  
mrdemiguel@  
comz.org

### EJEMPLARES

100

### IMPRESIÓN

ARPIRELIEVE,  
Gutenberg, 13,  
50015 Zaragoza.

Las opiniones  
vertidas por los co-  
lumnistas no tienen  
por qué ser asumi-  
das por la revista.  
Responderán al  
derecho de libertad  
de expresión y al  
carácter demo-  
crático de una  
institución colegial  
que da cobertura  
a todos y cada uno  
de sus colegiados  
independientemen-  
te de sus creencias  
e ideas políticas.



Descarga la edición digital de  
la revista Aragón Médico  
escaneando este código QR

## LA ESENCIA DE LOS COLEGIOS PROFESIONALES Y DEL EJERCICIO DE LA MEDICINA

# H

ace pocos días celebramos la Semana Colegial, culminada por el Día del Colegiado, un día de especial realce en todos los calendarios colegiales de nuestro país con un sentido unánime: la puesta en valor de los colegios como corporaciones conformadas por y para los profesionales, con el fin último de velar por la esencia del ejercicio profesional garantizando el servicio que prestamos a la sociedad, espíritu determinante de nuestra razón de ser.

Esto conlleva que debamos ser exigentes y estrictos en el cumplimiento de la encomienda de la que nos hace depositarios los poderes públicos, y por ende la sociedad: la autorregulación de la profesión. Así, nuestro compromiso con las personas y la sociedad en su conjunto es firme e inequívoco, siendo esencial la protección de los intereses de los pacientes (consumidores y usuarios en definitiva) ante los servicios profesionales prestados por los colegiados; y también de forma concordante debemos velar con celo por la defensa de los intereses profesionales de dichos colegiados y ejercer la representación institucional exclusiva de la profesión que nos compete, lo que fundamenta la obligación legal de colegiación.

Desde los colegios de médicos debemos ser garantes de que el ejercicio de la Medicina se realice por profesionales con una cualificación homologada adecuada a unos exigentes estándares de calidad, con una aspiración de excelencia en el ejercicio de la Medicina basada en sólidos principios científicos, mantenida a través de un desarrollo profesional continuo incansable, y mediante prácticas sometidas al dictado del profesionalismo, de la deontología y de la ética médica.

Todo esto nos legitima y nos obliga a intervenir en todas las cuestiones que de una manera u otra van a incidir en el ejercicio de la profesión, siempre con el compromiso firme de garantizar la calidad y la seguridad de la práctica médica con la que tratamos a nuestros pacientes. De ahí que debamos ser muy exigentes con la implementación de las

medidas necesarias para adaptar el ejercicio de la Medicina a nuevos retos como la transformación digital y la inteligencia artificial, la telemedicina, la organización de la atención sanitaria, la evolución y metamorfosis de los valores y demandas de la sociedad, los cambios de los perfiles demográficos con su repercusión en las necesidades sanitarias de la población, el impacto de un medio ambiente cambiante en la salud global..., todo ello enmarcado en un sistema sanitario dotado de recursos limitados para atender una demanda asistencial cuyas expectativas tienden a ser ilimitadas.

Alineado con esta misión y valores, el Día del Colegiado es el paradigma de nuestro reconocimiento y vocación de apoyo al esfuerzo formativo por parte de los colegiados, a través de las becas de formación; así como de la ayuda a la Cooperación mediante el apoyo a distintos proyectos propuestos por Organizaciones no Gubernamentales para el Desarrollo. Del mismo modo brinda un homenaje a personas que por su trayectoria personal y profesional son un referente para toda la profesión y han manifestado un sentido inquebrantable de compromiso colegial, como nuestro Colegiado de Honor de este año, el Dr. Gómez Casal; también de forma análoga para equipos profesionales que son modelo de organización entregada con abnegación a su desempeño de la profesión, los Equipos Eméritos, que este año ha recaído en el Servicio Médico del Cuerpo de Bomberos del Ayuntamiento de Zaragoza.

Mi más cálida y sincera enhorabuena a quienes habéis sido en esta ocasión merecedores de estas ayudas y distinciones colegiales, y toda mi gratitud hacia los miembros de la Junta y hacia todas y cada una de las personas que conforman el equipo humano de esta Casa, entregadas con esmero e ilusión en la organización de la Semana Colegial a la par que han mantenido la atención y el quehacer cotidiano con un esfuerzo especial sobreañadido. Se trata en definitiva de escenificar el sentido de todo lo que hacemos para la colegiación y para la sociedad a la que nos debemos, convencido de que lo hemos logrado gracias a la implicación y buen hacer de los miembros de la Junta y el personal de nuestro Colegio.

**Javier García Tirado**  
Presidente del Colegio de  
Médicos de Zaragoza

## La Tierra se debilita y la salud de sus habitantes también: el impacto negativo del cambio climático en las personas ya es una evidencia

Los expertos hablan de haber alcanzado el punto de no retorno y de que la situación es urgente. Las olas de calor, las sequías y las inundaciones tienen una repercusión muy negativa en la salud y en la contaminación atmosférica y del agua

El 99% de la población respira aire contaminado y la contaminación atmosférica está asociada a más de 31.000 fallecimientos al año, siendo ya la cuarta causa de muerte en el mundo. Son algunas de las escalofriantes conclusiones de la actualización de 2022 de los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La entidad ha incluido, por primera vez, en sus Estadísticas Mundiales de Salud una sección específica sobre cambio climático y salud.

Las cifras avalan lo que los expertos llevan tiempo diciendo: con la creciente emisión de gases a la atmósfera y el consecuente aumento de las temperaturas se ha llegado a punto de no retorno y cada grado de temperatura que se consiga bajar es importante para salvar vidas.

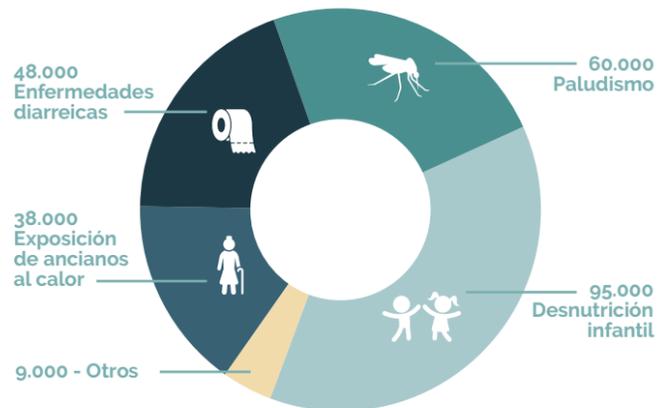
**El futuro no es nada alentador y, según la OMS, entre 2030 y 2050 el cambio climático causará unas 250.000 muertes adicionales al año por causas como el paludismo (60.000 fallecimientos), enfermedades diarreicas (48.000), exposición de ancianos al calor (38.000) o desnutrición infantil (95.000).**

En el sector epidemiológico y de la salud pública se habla de una situación "urgente". Al mismo tiempo que la Tierra se debilita, lo hace también la salud de sus habitantes, que ya están sufriendo el impacto negativo del cambio climático. Las olas de calor, las sequías y las inundaciones tienen una repercusión nefasta en enfermedades no transmisibles, como el cáncer o la cardiopatía coronaria, y también entrañan el riesgo de que vuelvan a emerger enfermedades transmitidas por mosquitos o aparezcan nuevos agentes. A consecuencia del cambio climático no se crean nuevas enfermedades, pero se exacerban, redistribuyen y amplifican muchos problemas de salud.

La contaminación atmosférica y del agua, así como la exposición a sustancias químicas son las principales causas de enfermedad y mortalidad de origen ambiental. Es una realidad con la que hay que convivir y el concepto 'One Health' (una sola salud), que surgió a principios de los 2000, cobra más sentido que nunca. Se refiere a tratar la salud humana, la salud ambiental y la salud animal como un todo.

En este contexto, a principios de este 2023, el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) creó la Comisión de Salud y Medio Ambiente para concienciar tanto a los profesionales de la medicina como a la sociedad en general de la gravedad del cambio climático. La comisión refleja el compromiso del COMZ por la sostenibilidad y el bienestar del planeta y ha desarrollado un programa anual de actividades con el objetivo de sensibilizar acerca del problema del calentamiento global, tanto dentro como fuera del ámbito médico.

MUERTES ATRIBUIBLES AL CAMBIO CLIMÁTICO



Fuente infografía: El blog de pills

## LLAMAMIENTO A GOBIERNOS Y CIUDADANOS

El calentamiento global que sufre el planeta está causado por el ser humano, en concreto por la quema de combustibles fósiles y por el modelo de desarrollo actual. Por este motivo, los expertos llaman tanto a Gobiernos como al ciudadano a que hay que cambiar de hábitos de consumo y también en materia de movilidad.

Una de las principales consecuencias de la emisión de gases de efecto invernadero es el aumento de las temperaturas, que trae consigo efectos como la desertización, el deshielo, las lluvias torrenciales y, en definitiva, un aumento de los fenómenos meteorológicos extremos. Todo ello lleva a la alteración de los ecosistemas y a la migración de especies, que abandonan sus hábitats tradicionales en busca de otros que les ofrezcan los

recursos necesarios para sobrevivir. Esto aumenta el riesgo de zoonosis, es decir, la transmisión de determinados microorganismos de animales a humanos que causan enfermedades transmisibles.

Así, para los epidemiólogos, colectivo que más centrado está en el estudio de esta situación de urgencia mundial, algunas de las claves para mitigar los daños son rediseñar las ciudades, implementar nuevos planes de prevención, apostar por la educación ambiental o poner en marcha sistemas de alerta y vigilancia especializados en cuantificar los efectos dañinos del cambio climático. De hecho, ya se habla de que esta crisis es una crisis de salud pública, ya que el cambio climático tiene numerosos impactos en la salud individual y de las comunidades.

En este sentido, el Colegio de Médicos de Zaragoza, a través de la Comisión de Salud y Medio Ambiente, está implantando nuevas políticas medioambientalmente sostenibles con la intención de reducir la huella de carbono que genera su actividad. Algunos ejemplos son la drástica disminución de la cantidad de papel que se utiliza, el fomento del reciclaje o la apuesta por la iluminación de bajo consumo. Además, se van a acometer las mejoras necesarias en los sistemas de climatización para que sean más eficientes, reduciendo así el consumo energético.

A través de estos gestos, la institución colegial busca convertirse en un ejemplo en materia de sostenibilidad y aportar su granito de arena en la lucha contra el cambio climático.

### En Cifras

**El 99% de la población** respira aire contaminado

La contaminación atmosférica está asociada a más de **31.000 fallecimientos al año**

Según la OMS, entre 2030 y 2050, el cambio climático causará unas **250.000 muertes adicionales al año**

▲ Cinco ideas clave sobre el impacto del cambio climático en la salud



**La crisis climática es una crisis de salud y de salud pública**

El calentamiento global del planeta está afectando a la salud humana de forma directa e indirecta, provocando un mayor riesgo a las poblaciones ya de por sí vulnerables, que son, además, aquellas que menos han contribuido al problema.

El cambio climático podría revertir avances en salud pública de los últimos 50 años y afecta directamente a la mortalidad: con las olas de calor o con fenómenos meteorológicos extremos o con el aumento de la temperatura de los océanos, que son los grandes absorbedores del calor del cambio climático.

Por otro lado, afecta de forma indirecta a través de la influencia en los ecosistemas, aumentando las enfermedades que transmiten mosquitos o garrapatas, o aquellas que se transmiten por el agua, por ejemplo, por las sequías, que hacen que la calidad y cantidad del agua sea menor. Además, el cambio climático tiene un efecto sobre los sistemas sociales, ya que se reduce la salud alimentaria, por el empeoramiento de cosechas; la capacidad laboral de trabajar, por ejemplo, en Pakistán a 56 grados o en Zaragoza a 43; afecta a la salud mental; y también repercute en la presión sobre los sistemas de atención de la salud.



**Hay personas y comunidades más vulnerables**

Por sus condiciones de vida y sociales, hay ciertos colectivos que se van a ver más afectados por esta crisis climática, que no viene sino a aumentar las desigualdades en salud. Así, el cambio climático afecta especialmente a los habitantes de islas que se van a ver inundadas por la subida del nivel del mar, a los de regiones de montaña, a los de las zonas polares, a los de zonas áridas o a la cuenca Mediterránea, en un entorno más próximo.

La desigualdad no sólo es geográfica, también lo es por estatus o por edad. Así, el impacto será mayor en la salud de las personas con recursos limitados, en niños y niñas, en personas mayores, en enfermos crónicos, en personas que trabajan al aire libre o en personas con discapacidad o dependientes, que ante una ola de calor tienen mucho más complicado tomar medidas.



**Mitigar los daños y adaptarse al contexto tiene beneficios sobre la salud**

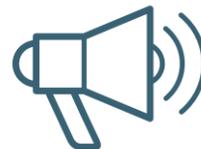
La acción por el clima, a través de la mitigación y la adaptación, tiene beneficios directos e indirectos sobre la salud y puede prevenir enfermedades y muertes relacionadas con el cambio climático. Los expertos coinciden en que no queda otra que adaptarse a los impactos del cambio climático: proteger el clima podría salvar millones de vidas.



**Las acciones por el medio ambiente y por el clima tienen beneficios colaterales**

Parte de la solución para frenar el impacto del cambio climático en la salud pasa por fomentar más el transporte colectivo, a pie o en bici, lo que conlleva beneficios para la salud, como la reducción de enfermedades respiratorias, diabetes y obesidad, o la disminución de los accidentes de tráfico.

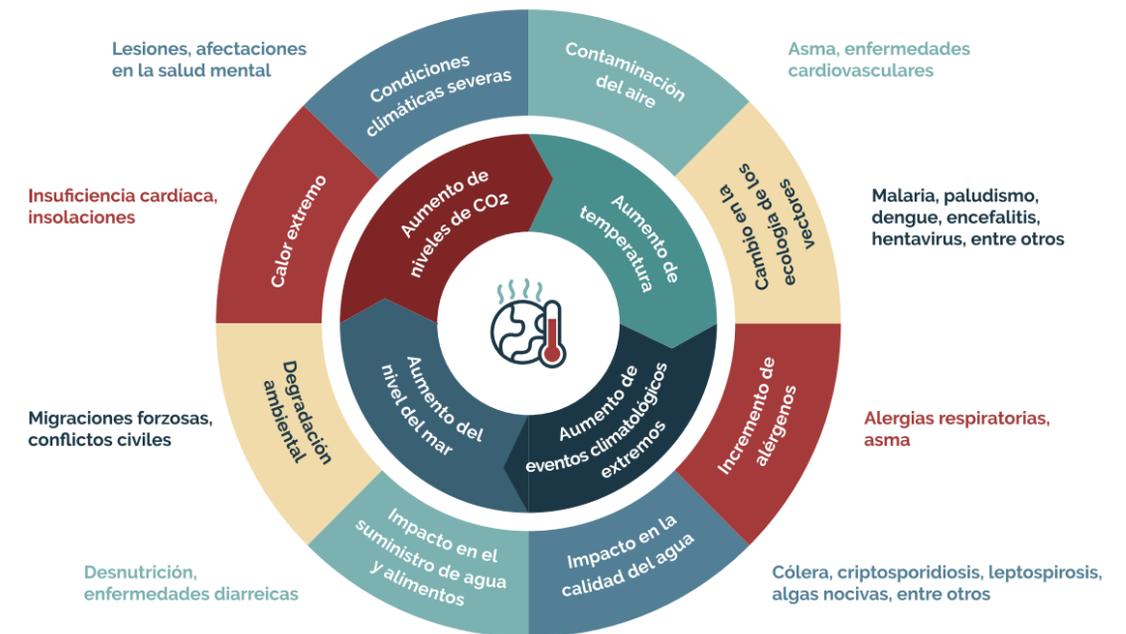
Además, el uso de energías renovables, la búsqueda de la eficiencia energética y el ahorro o la rehabilitación de viviendas para un mejor aislamiento son acciones que favorecen una menor contaminación atmosférica y la mejora de la calidad del aire.



**Comunicación, educación y acción desde el marco de la salud**

Dar una visión de la comunicación, la educación y la acción frente al cambio climático desde el marco de la salud puede ser más poderoso que otros enfoques. El ciudadano entiende antes los problemas de salud si se le habla, por ejemplo, de muertes por olas de calor que de las toneladas de CO2 emitidas a la atmósfera o la desaparición del oso polar.

**Los impactos del cambio climático y sus efectos sobre la salud**



Fuente infografía: Centre for Disease Control (CDC)

El cambio climático tiene efectos sobre la salud de las personas. Es un hecho que los expertos avalan con cifras y una situación que se considera urgente. Pero, ¿de qué manera concreta sufre el ser humano este impacto? El Centre for Disease Control (CDC) aporta una infografía donde se resumen los problemas medioambientales y cómo se materializan estos en la salud.

Una de las causas del cambio climático es el aumento de los niveles de CO2. Esto tiene como consecuencia el calor extremo, que puede conllevar insuficiencias cardíacas y provocar insolaciones. También supone la exposición a condiciones climáticas severas, lo que puede acarrear lesiones y afectaciones en la salud mental.

El aumento de la temperatura es otro indicio claro del cambio climático. A consecuencia de ello, hay más contaminación en el aire, lo que puede repercutir en enfermos con asma así como en enfermedades cardiovasculares. Que el termómetro marque cada vez más grados también hace que se dé un cambio en la ecología de los vectores, lo que favorece la proliferación de enfermedades como la malaria, el paludismo o el dengue.

Otro de los fenómenos que pone en riesgo al planeta Tierra es que están aumentando los eventos climatológicos extremos (sequías, lluvias torrenciales, grandes temporales...), con el consecuente

impacto en la calidad del agua y, por ello, la proliferación de enfermedades intestinales como el cólera o la criptosporidiosis; así como el incremento de los alérgenos y, con ello, la aparición de más alergias respiratorias y casos de asma.

El cuarto y último impacto del cambio climático según el CDC es el aumento del nivel del mar, que supone una degradación ambiental, con migraciones forzadas de población, y también un impacto en el suministro de agua y alimentos. Esto hace que, especialmente en países en vías de desarrollo, aumenten los casos de desnutrición y las enfermedades diarreicas.

## "Los médicos debemos ser líderes en salud y medio ambiente"

Los responsables de la Comisión de Salud y Medio Ambiente del Colegio de Médicos de Zaragoza hablan sobre su creación, objetivos y retos

Preocupados por el impacto que el cambio climático está provocando en la salud de las personas, desde el Colegio de Médicos de Zaragoza se ha creado una Comisión de Salud y Medio Ambiente para concienciar tanto a los profesionales sanitarios como a la sociedad en general de la gravedad del estado de conservación del medio ambiente y cómo éste afecta en la salud. La nueva comisión fue presentada el 26 de enero de este año, aprovechando la celebración del Día Mundial de la Educación Ambiental.

Sus representantes hablan sobre el porqué de su creación así como sobre los principales mensajes que se quieren lanzar, a quiénes se dirigen, cuáles son sus objetivos y qué retos se plantean de cara al futuro.

### ¿Por qué se crea esta comisión?

Principalmente para dar a conocer a la población general el impacto sobre la salud de este problema de primer orden que es el cambio climático. Además, queremos reforzar y poner en valor la figura del médico como líder en medio ambiente y salud. Es indudable que el cambio climático afecta a la salud global y, especialmente, a determinadas poblaciones, las más vulnerables. Por lo tanto, nuestra obligación como líderes en salud es abordar este tema no solo ayudando a difundir el problema e informando a la población, sino también tomando medidas que nos ayuden a demostrar que estamos por la labor de ayudar a proteger este planeta.

### ¿Cuáles son los objetivos de la comisión?

Por un lado, se pretende cambiar la estructura del propio Colegio para evitar el mínimo impacto al medio ambiente. Además, planteamos que los médicos tenemos que ser líderes

en salud y medio ambiente. Por último, queremos concienciar a la población de que el cambio climático es un problema que afecta a la salud de las personas, no solo al medio ambiente.

### ¿Cuáles son las claves para conseguir estos objetivos?

Lo más importante es concienciarse y conseguir concienciar de en qué medida afecta el cambio climático a la salud de las personas. Un tema importante es que quienes menos contribuyen al problema son los que más lo sufren, es decir, los colectivos vulnerables, por quienes tenemos que velar nosotros como médicos.

### ¿A quiénes se dirige la comisión?

Tanto a nuestros compañeros médicos como al resto de profesionales sanitarios, y también a la población en general. También queremos colaborar con otras entidades e instituciones porque frenar el impacto que el cambio climático tiene en la salud es una lucha de todos. Todos

vivimos en este planeta y esto es un problema de primer orden.

### ¿Qué medidas se están implantando y qué actividades se desarrollan desde la comisión?

Por un lado, de manera interna, en el Colegio de Médicos de Zaragoza se están implantando nuevas políticas medioambientalmente sostenibles con la intención de reducir la huella de carbono que genera nuestra actividad. Entre otras medidas, se está disminuyendo drásticamente la cantidad de papel que se utiliza, se fomenta el reciclaje o se impulsa la iluminación de bajo consumo. Además, se está estudiando la colocación de placas solares.

En cuanto a las actividades divulgativas, hasta el momento hemos organizado una andada por la salud, y el ciclo de charlas +Que salud. En las dos primeras sesiones se ha hablado, por un lado, de la alergia y el asma en primavera y, por otro, de las enfermedades relacionadas con el calor.



### ¿Qué balance se hace desde la comisión de estos primeros meses en funcionamiento?

Hacemos un balance muy positivo porque desde el principio ha habido una implicación importante de todas las personas que formamos parte de la comisión, así como apoyo desde la presidencia del Colegio.

### En cuanto al futuro, ¿qué perspectivas y retos tiene la comisión?

Tenemos por delante dos charlas más, dentro del ciclo +Que salud, una sobre el frío y las enfermedades invernales y otra sobre las transmitidas por vectores. En esa línea, el principal reto es seguir con la formación tanto de nuestros profesionales como del público en general. Además, queremos iniciar conversaciones con distintas entidades y otros colectivos del campo de la salud, como veterinarios, biólogos o farmacéuticos, para aunar fuerzas y luchar por el 'One Health', una sola salud.

La Comisión de Salud y Medio Ambiente del Colegio de Médicos de Zaragoza está formada por: Belén Lomba, Secretaria del COMZ; José Manuel Cardiel, Vicepresidente del Comz; Reyes Ibáñez, Vocal de Hospitales del COMZ; Javier García Tirado, presidente del COMZ; Gloria Fernandez Velilla, vocal de Médicos de Administraciones Públicas; Guillermo Viguera, Vocal de Médicos Jóvenes del Comz y Carmen Puig, Vicepresidenta 2ª del COMZ

## Alergias en primavera y calor en verano centran las dos primeras sesiones del ciclo +Que Salud

En este primer semestre del año, el Colegio de Médicos de Zaragoza ha organizado dos conferencias donde, a través de los expertos, se ha relacionado el cambio climático con la salud en distintos ámbitos



Charla "Calor extremo y síndromes gastrointestinales de Verano"

**L**a alergia, el asma y otras patologías de primavera así como el calor y los síndromes gastrointestinales del verano son los temas que han centrado las dos conferencias desarrolladas dentro del ciclo +Que Salud durante el primer semestre del año. La Comisión de Salud y Medioambiente del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza, fundada a principios de este año, organiza estas charlas con expertos con el objetivo de promover la salud y la vida saludable para todas las personas.

La iniciativa se lanza en el primer año de vida de la citada Comisión, que nace para tratar desde el punto de vista médico el cambio climático y cómo éste está ya afectando en la salud de las personas.

La primera conferencia se celebró el 15 de abril. 'Asma, alergias y patologías de primavera' abordó los efectos de esta estación del año sobre las personas alérgicas desde dos perspectivas: la medioambiental, es decir, cómo el cambio climático afecta al ciclo de las alergias; y la



Charla "Asma, alergias y patologías de primavera"

sanitaria, con consejos sobre cómo prevenir y mitigar sus síntomas.

La charla, que se desarrolló en el Patio de la Infanta de Ibercaja, contó con la participación de Jesús de la Osa Tomás, técnico de Educación Ambiental del Servicio de Medio Ambiente y Sostenibilidad del Ayuntamiento de Zaragoza; y el doctor Iñaki Pérez-Camo Chóliz, médico alergólogo del Hospital Royo Villanova.

En la bienvenida a este primer acto que servía para inaugurar el ciclo +Que Salud, el presidente del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ), adelantaba los motivos que han llevado a la entidad a organizarlo:

"Responde a una sensibilidad que a los que ejercemos la medicina nos preocupa mucho, porque somos conscientes del impacto que tiene el medio ambiente en la salud de las personas".

El segundo encuentro tuvo lugar el 1 de junio y versó sobre 'Calor extremo y síndromes gastrointestinales de verano'. También contó con la participación de Jesús de la Osa, junto con el doctor Rafael Marrón Tundidor, médico de Urgencias del Hospital Miguel Servet y presidente de la Sociedad Aragonesa de Medicina de Urgencias y Emergencias.

La periodista Melania Bentué fue la encargada de conducir ambas

mesas redondas y, durante la introducción, aportaba algunos datos para poner en contexto al público asistente. "En el verano de 2022 unas 4.700 muertes estuvieron relacionadas con el exceso de temperaturas, la contaminación atmosférica está asociada a más de 31.000 muertes al año y algo más de un 95% de la población respira aire contaminado", apuntaba.



**El ciclo +Que Salud se reanuda en septiembre**

### La lucha contra el cambio climático, el gran reto de la salud pública

▲ Jesús de la Osa y el doctor Iñaki Pérez-Camo intervinieron en la primera jornada del ciclo, 'Asma, alergias y patologías de primavera'

Una de las grandes conclusiones a la que se llegó con estas primeras mesas redondas del ciclo es que la lucha contra el cambio climático es el gran reto de la salud pública. El técnico Jesús de la Osa Tomás intervino en ambas conferencias, arrojando datos con el objetivo de hacer una radiografía fiel a la realidad. "El cambio climático afecta directamente a la mortalidad, con las olas de calor o con el aumento de temperatura de los océanos; pero también lo hace indirectamente: con el empeoramiento de las cosechas se reduce la salud alimentaria; con el calor extremo se merma la capacidad de trabajar; provoca desplazamiento en la población e incluso afecta a la salud mental", describió. Como consecuencia, la atención de la salud se ve presionada.

En este contexto, de la Osa se mostró decidido al comentar que ya es tarde para revertir la situación pero no para ralentizar el proceso. "No nos queda otra que adaptarnos a los impactos del cambio climático y muchos estudios lo dicen: proteger el clima podría salvar millones de vidas. Cada décima de grado que consigamos que no aumente la temperatura global ahorra muertes".

El doctor Iñaki Pérez-Camo Chóliz, médico alergólogo del Hospital Royo Villanova, habló después sobre el asma y las alergias, enferme-

dades más propias de la primavera pero que, por el cambio climático, ya no aparecen solo en esas fechas. "Según la OMS, la alergia será una epidemia no infecciosa del siglo XXI y entre un 15 y un 25% de la población se verá afectada por ella", aseguró durante la intervención.

Actualmente, hay 200.000 alérgicos en Aragón, es decir, entre un 20 y un 30% de la población. Esto se debe, según Pérez-Camo, a varios factores como el aumento de la contaminación; que el ciudadano esté expuesto a más polen y de árboles

que no son propios de la zona, sino de importación; o la higiene.

En este contexto, se han producido algunos cambios, siendo el más representativo el aumento del periodo del año con presencia de pólenes alergénicos. "Lo de que la alergia al polen es en mayo y junio se ha acabado. Hay pólenes que se pueden enlazar desde enero o febrero hasta septiembre", aseguró el doctor. En el aspecto positivo, actualmente, se ha mejorado el diagnóstico y el tratamiento, que ahora son más escalonados y personalizados.



**"Cada décima de grado que consigamos que no aumente la temperatura global ahorra muertes"**

Jesús de la Osa



**"La alergia será una epidemia no infecciosa del siglo XXI"**

Doctor Pérez-Camo

### Más de 300 aragoneses fallecieron en el verano de 2022 por el exceso de calor

La segunda conferencia del ciclo, que se celebró el pasado 3 de junio, se centró en el calor extremo y en cómo afecta a la morbilidad de la población. Se volvió a contar con la intervención de Jesús de la Osa Tomás, que aportó datos de AEMET para contextualizar la situación. Que el cambio climático incrementa la frecuencia, la intensidad y la duración de las olas de calor fue una de las principales conclusiones extraídas.

Esto viene motivado por evidencias como que la temperatura media de España ha aumentado en 1,7 grados desde la época preindustrial. Además, el verano actual abarca prácticamente cinco semanas más que a comienzos de la década de los 80. Desde esas fechas, se ha duplicado el número de días al año que se superan los umbrales de temperatura de ola de calor en la Península, mientras que los episodios fríos se han reducido un 25%. Al mismo tiempo, las noches con temperaturas mínimas iguales o superiores a 25 grados se han multiplicado por diez desde 1984 en las diez capitales españolas más pobladas.

Las consecuencias del cambio climático y, por extensión, del calor extremo en la salud de la población alcanzaron su mayor gravedad el verano pasado, el más caluroso desde que hay registros. "Hasta entonces, había de media unas

1.300 muertes por calor al año, que en 2022 subieron a más de 4.700", expuso De la Osa, según datos del MOMO (sistema de Monitorización de la Mortalidad diaria del Instituto de Salud Carlos III).

El doctor Rafael Marrón, médico de Urgencias del Hospital Miguel Servet de Zaragoza, aportó su experiencia personal en la charla, contando cómo es un día en Urgencias, donde el cambio climático se está notando a nivel asistencial. "Antes la asistencia bajaba en verano pero ahora es igual o mayor que el resto del año. Esto significa que en verano ingresa el mismo número de pacientes que en marzo o abril, entre 48 y 50 pacientes diarios, frente a los 30 que solían ingresar años atrás en verano", explicó. Una realidad que, a ojos del doctor Marrón, choca con la forma de gestionar las Urgencias. "Se siguen cerrando camas, según premisas anteriores, pero hay que adaptar la gestión a la nueva cultura del calor", añadió.

En el ámbito sanitario, habló de qué es un golpe de calor y cómo combatirlo. "Suele afectar a personas de entre 16 y 45 ó 50 años. Sobre todo, deportistas que salen a horas no deseadas o personas que trabajan al aire libre", apuntó el doctor Marrón. También expuso cuáles son los mecanismos que tiene el cuerpo para regular su temperatura corporal, que son el sudor y la vasodilatación. "Si nos encontramos

▲ Además de golpes de calor, las altas temperaturas agravan patologías crónicas de tipo respiratorio, cardiovascular o gastrointestinales

**"Hay que adaptar la gestión asistencial a la nueva cultura del calor"**

Rafael Marrón, médico de Urgencias

mareados, desorientados, hemos dejado de sudar o tenemos fatiga hay que acudir a urgencias. Para evitar llegar a esta situación, hay que buscar sombra, evitar horas centrales del día, cuando el calor es máximo, e hidratarse", resumió.

Antes de terminar, se hizo hincapié en la gastroenteritis, más fácil de contraer con calor. "Primero porque es más fácil romper la cadena del frío y que los alimentos se pongan en mal estado. Además, a las bacterias y los virus les va bien el calor", explicó. Para prevenir, el doctor Marrón recomendó no consumir alimentos crudos, cuidar la cadena de frío de los alimentos y lavarse bien las manos.

El verano de 2022 fue el más caluroso desde que hay registros y en España fallecieron más de 4.700 personas, casi cuatro veces más que en años anteriores. Fuente: Instituto de Salud Carlos III

La temperatura media de España ha aumentado en 1,7 grados desde la época preindustrial. Fuente: AEMET

El Colegio de Médicos de Zaragoza celebró su día grande el pasado 26 de mayo como broche final a la segunda edición de la Semana Colegial. El acto tuvo lugar en el Salón Ramón y Cajal del COMZ, con un nutrido público que presenció la entrega de los máximos galardones de la institución, así como la concesión de becas de formación e investigación a sus Colegiados y las ayudas económicas que la institución otorga anualmente a proyectos de cooperación.

El acto institucional contó con la presencia de la consejera de Sanidad del Gobierno de Aragón, Sira Repollés; el presidente de la Real Academia de Medicina de Zaragoza, Luis Miguel Tobajas Asensio; el rector de la Universidad de Zaragoza, José Antonio Mayoral; y la rectora de la Universidad San Jorge de Zaragoza, Berta Sáez, además del presidente de la institución colegial, Javier García Tirado, entre otras autoridades.

Durante la ceremonia, que estuvo conducida por la doctora Belén Lomba, secretaria del COMZ, se otorgó el premio al Colegiado de Honor 2023, que este año se ha concedido al doctor Francisco Gómez Casal, por su dedicación profesional durante 45 años tanto en la asistencia hospitalaria en el Hospital Clínico Lozano Blesa como en la docencia en la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza. El premio fue entregado por la consejera de Sanidad, Sira Repollés, y, previamente, el doctor Francisco Javier Castillo dedicó unas palabras de elogio al galardonado.

Por su parte, el premio al Equipo Emérito 2023 se concedió al Servicio Médico del Cuerpo de Bomberos del Ayuntamiento de Zaragoza, que lleva en marcha desde 1983 y cuya labor es atender las emergencias extra hospitalarias de la población de Zaragoza y acompañar a los bomberos en sus intervenciones. El presidente del COMZ, Javier García Tirado, fue el encargado de entregar el galardón al doctor Armando Cester Martínez, en representación de todo el colectivo, tras un laudatio de la doctora Gloria Fernández-Velilla, vocal de Médicos de Administraciones Públicas del COMZ.

## El Colegio de Médicos de Zaragoza celebra su día grande

El Día del Colegiado 2023 se celebró el 26 de mayo en el salón de actos del COMZ con la asistencia de un nutrido público para poner el broche final a la Semana Colegial



Foto de familia con todos los premiados en el Día del Colegiado 2023

Durante el Día del Colegiado se hicieron entrega, asimismo, de 21 becas de formación e investigación que permiten a los jóvenes médicos realizar tesis, rotaciones en España y rotaciones en el extranjero. El doctor Javier Fuentes Olmo, vicesecretario y coordinador del Grupo de Trabajo de Desarrollo Profesional Continuo del COMZ, fue el encargado de nombrar a los becados para recoger su distinción. Una de las ayudas irá destinada a la realización de una tesis, mientras que 12 son para rotaciones en España y 8 para rotaciones en el extranjero.

Por último, en el acto se premió con ayudas económicas a tres entidades que podrán llevar a cabo distintas iniciativas sanitarias de desarrollo y solidaridad. La rectora de la Universidad San Jorge,

Berta Sáez, entregó la ayuda a Noelia Gómez, en representación de la Asociación Malawi Salud; y el rector de la Universidad de Zaragoza, José Antonio Mayoral, hizo lo propio con el premio a la Fundación Ilumináfrica, siendo recogido por el doctor Enrique González Paules. Por su parte, Antonio de la Vega, representando a la Fundación Acción Marianista para el Desarrollo, recogió la ayuda de la mano del presidente de la Real Academia de Medicina de Zaragoza, Luis Miguel Tobajas Asensio.

El Día del Colegiado puso fin a la segunda edición de la Semana Colegial del COMZ, un programa de cinco días, con actividades culturales, formativas e institucionales, para celebrar la fiesta de los médicos de Zaragoza y poner en valor tanto la colegiación como la propia profesión.



### Ayudas del COMZ a proyectos de cooperación y desarrollo 2023:

- **Asociación Malawi Salud:** "Reduciendo la mortalidad materno- infantil en Malawi. Rehabilitación y equipamiento de los Centros de Salud de Chikowa y Lemwe. Distrito de Lilongwe. Malawi"
- **Fundación Ilumináfrica:** "Luz a tus ojos" y "Educaro contra la Ceguera en Hospital Sant Joseph en Bebedjia y Saint Michel en Dono Manga- República del Chad"
- **Fundación Acción Marianista para el Desarrollo:** "Asistencia sanitaria a mujeres gestantes y niños menores de 5 años en las zonas rurales de Nikli y Austogram (Koshoregani). Bangladesh"

### Las becas formativas de 2023 han sido otorgadas a:

- **Oier Abad Velaz:** Rotación externa en el Hospital Italiano de Buenos Aires (Argentina)
- **Maria Teresa Abós Cenarro:** Rotación externa en el Ambulatorio Penna San't Andrea-Hippolrates Exchange de Teramo (Italia)
- **Irene Antoñanzas Torres:** Rotación externa en el Kamuzu Central Hospital de Lilongwe (Malawi)
- **Isamael Bakkali el Bakkali:** Rotación en el Hospital Clinic de Barcelona
- **Andrea de los Mozos Ruano:** Rotación externa en el Hospital Infecciosas de Buenos Aires (Argentina)
- **Daniel Delfau Lafuente:** Rotación en el Hospital Vithas 9 de octubre de Valencia
- **María Espinosa Pérez:** Rotación externa en el Hospital Infecciosas de Buenos Aires (Argentina)
- **Sandra Herrero García:** Rotación en la Clínica Rotger QuirónSalud de Palma de Mallorca
- **Ana Belén Julián Gomara:** Rotación externa en el Amsterdam University Medical Center (UMC) de Amsterdam (Países Bajos)
- **Marcos Larrosa Moles:** Rotación externa en el Hospital Infecciosas de Buenos Aires (Argentina)
- **Laura Beatriz López López:** Rotación externa en el Barrow Neurological Institute (BNI) de Phoenix (EEUU).
- **Fernando Francisco Martínez Calvo:** Rotación en el Hospital Sant Joan de Deu de Barcelona
- **David Molina Herranz:** Rotación en el Hospital Sant Joan de Deu de Barcelona
- **Cristina Moreno Loscertales:** Rotación en el Hospital de Santa Creu i Sant Pau de Barcelona
- **Guillermo Pérez Rivasés:** Rotación en la Clínica Baviera de Madrid
- **Marta Plaza Cardenete:** Rotación en el Hospital Universitario La Paz de Madrid
- **Ana Roteta Unceta Barrenechea:** Tesis doctoral
- **Carla Sánchez Cortés:** Rotación en el Centro de Protonterapia de QuirónSalud de Pozuelo de Alarcón (Madrid)
- **María Soto Palacín:** Rotación en el Instituto Valenciano de Oncología (IVO) de Valencia
- **Inés Suñén Amador:** Rotación en el Hospital Vall d'Hebrón de Barcelona
- **Nora Yáñez Goñi:** Rotación en el Programa de Primeros Episodios Psicóticos de la Red de Salud Mental de Navarra

# Dr. Francisco Gómez Casal

Premio  
Colegiado  
de Honor 2023

▲ “La mejor actuación técnica puede acabar en un fracaso si no va acompañada de la actitud vocacional del médico”

El premio al Colegiado de Honor entregado por el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) este año ha recaído sobre el doctor Francisco Gómez Casal. Se licenció en Medicina en 1973 y fue especialista en hematología en el Hospital Clínico de Zaragoza. En su carrera profesional ha compatibilizado la asistencia hospitalaria y la docencia en la Facultad de Medicina durante más de 45 años.

En la faceta docente, fue profesor titular de la Universidad de Zaragoza, Vicedecano de Ordenación académica de la citada facultad y asesor del Rector para Ciencias de la Salud. Su interés como investigador se ha centrado en los cultivos celulares hematopoyéticos. A sus 73 años, el doctor Gómez Casal recibe el premio al Colegiado de Honor 2023 con gran satisfacción.

¿Cómo se siente al recibir el premio de Colegiado de Honor 2023? ¿Qué significado tiene para usted?

Este premio es un honor inesperado que me produce sentimientos de satisfacción y de agradecimiento a la Junta Directiva del Colegio de Médicos de Zaragoza. Es un reconocimiento muy relevante por la categoría de los compañeros premiados en los años anteriores.

¿Cómo entiende la Medicina desde su ámbito de acción, la Universidad?

La medicina, como la docencia, tiene un ingrediente esencial absolutamente necesario para cumplir su misión con eficacia. Se trata de la calidad humana del médico y cualquiera que haya necesitado cuidados sanitarios lo comprueba cada día. Por supuesto el conocimiento técnico es imprescindible pero si no va acompañado de la actitud vocacional del médico, la mejor actuación técnica puede acabar en un fracaso ante la persona enferma.

La formación global de la persona, especialmente en sentimientos como la compasión, la sensibilidad para ponerse en el lugar del otro o la capacidad de explicarse con sencillez son muy deseables en todas las profesiones. Pero en el caso del médico son imprescindibles y, desde luego, lo considero un objetivo prioritario en la formación universitaria del médico.

¿Cuáles son sus perspectivas sobre el futuro de la medicina y cuáles considera que serán los principales desafíos a los que se enfrentarán los médicos en los próximos años?

Parece muy claro que la progresión tecnológica, incluyendo el desarrollo de la inteligencia artificial, va a llevar a la sociedad a unas formas de vida que incluso ahora son muy difíciles de imaginar. Veo claro que en el futuro cambiará radicalmente la atención sanitaria. No hay más que ver los avances en las técnicas de imagen, en la cirugía no invasiva o en la terapéutica farmacológica para

comprobarlo. Sin embargo, el papel del médico seguirá siendo esencial porque ante ese volumen de información y de posibilidades terapéuticas la necesidad de discriminar para elegir lo más adecuado para esa persona enferma en concreto solo depende del buen juicio, a menos que a la inteligencia artificial se le dote de sentido común.

Sobre las nuevas generaciones, ¿cree que han cambiado con el paso de los años y en qué sentido?

Estas nuevas generaciones y especialmente los estudiantes de medicina, que son con los que he convivido, tienen un alto grado de preparación técnica, una motivación y una disciplina para el estudio que los hace excepcionales. En la gran mayoría de los casos, también veo un componente muy evidente de eso que en nuestros tiempos llamábamos vocación y que marca de por vida la necesidad del médico de ayudar a los demás en los tiempos difíciles de la enfermedad.



Sin embargo, convendría revisar el sistema de acceso a las facultades de Medicina. Ya llevamos muchos años con él y es evidente que deja fuera a muchos alumnos con una gran vocación de médicos, excluidos por la selección por nota. También creo que hay que insistir en la formación global del individuo (cultural, social, ética...), compatibilizada con la formación técnica. En el médico, la inmersión casi exclusiva en una condición técnica no da buenos resultados en la atención clínica.

¿Qué consejo le gusta transmitir a sus alumnos?

Más que dar consejos, valoro la eficacia del impacto de los hechos y con frecuencia sí que les he contado a los alumnos episodios que he vivido –es una de las ventajas de la edad– y que a mí me han servido de mucho. Por ejemplo, cómo aprendí la importancia de la humildad en el médico con una paciente que me estaba diciendo lo bueno que era y que no quería que la viese nadie más que yo. Entonces estaba recién acabado y me estaba hinchando de vanidad hasta que remató su comentario: “Bueno ya sabe lo que dicen, más vale malo conocido que bueno por conocer”.

¿De qué forma se va adaptando la Facultad de Medicina a los nuevos tiempos?

El llamado plan Bolonia, que ha tenido muchas grietas, ha tenido la virtud de realzar el papel de la enseñanza de competencias que, en definitiva, es lo que hace que alguien sea médico. Y desde luego la Facultad de Medicina de Zaragoza ha hecho un gran esfuerzo para conseguir que todos los hospitales y centros de salud reciban a los estudiantes de medicina y vivan en directo, incluso como protagonistas, la atención sanitaria. Creo que este aspecto de la integración de los estudiantes en el día a día es uno de los hechos de mayor trascendencia en la adaptación de la formación médica a los nuevos tiempos.

Dentro de su campo, ¿qué es lo que más le ha sorprendido en los años que lleva trabajando?

En los últimos 20 años ha habido un progreso impresionante en las tecnologías diagnósticas y terapéuticas. En el caso concreto de la Hematología ha sido sin duda una de las especialidades punteras en esta evolución, probable-

“Las nuevas generaciones tienen un alto grado de preparación técnica, una motivación y una disciplina para el estudio que los hace excepcionales”

mente porque la atención al enfermo hematológico incluye dentro de la misma especialidad la clínica y el laboratorio. Uno de estos episodios es la aparición del Imatinib, en los años 2000, que consiguió que el pronóstico de cinco años de supervivencia de la leucemia mieloide crónica se transformase en curación.

A lo largo de su carrera, ¿qué momento recuerda con especial cariño?

En mis más de 45 años de trabajo he tenido tantos momentos de gran importancia afectiva que me sería imposible elegir uno. Naturalmente estoy muy agradecido a mi profesión, que me ha dado muchos episodios en los que un enfermo siente cómo has convertido su enfermedad en un problema propio que intentas remediar. O el encuentro después de muchos años con médicos que se emocionan al decirte que escogieron ser hematólogos motivados por tus clases. No sé en qué grado influye la vanidad o los sentimientos, pero el hecho es que son episodios que te hacen sentir muy bien y que le dan sentido a un trabajo.

# Armando Cester

jefe del Equipo Médico de bomberos de Zaragoza

Premio Emérito 2023

▲ "Tenemos una capacidad de sacrificio alta, generosidad y fraternidad, pero no somos héroes. Nos gusta que nuestro trabajo se vea como algo normalizado"

El Equipo Médico dentro del Cuerpo de Bomberos de Zaragoza ha recibido el premio Emérito del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza. El servicio lleva en marcha desde junio de 1983 y su labor es atender las emergencias extra hospitalarias de la población de Zaragoza y acompañar a los bomberos en sus intervenciones. Armando Cester es el impulsor de esta unidad y su responsable desde hace 40 años. Es doctor en Medicina desde 1990 y, antes de ponerse al mando de este equipo médico, estuvo en París y Munich trabajando con sus médicos de bomberos.



¿Cómo se sienten al recibir el premio al Equipo Emérito del Colegio de Médicos de Zaragoza?

Estamos muy contentos. Cuando te dan un reconocimiento así se siente alegría y satisfacción, además de pensar que el trabajo que uno cree que está haciendo bien se ve reconocido. También me hace sentir orgulloso del equipo al que coordino porque este premio es de todos.

¿Cuál es el papel del equipo médico dentro del cuerpo de bomberos?

Somos un servicio de emergencias que acompaña a los bomberos en sus salidas para atender tanto a todos los ciudadanos de Zaragoza como a los propios bomberos.

Llevamos equipos de protección y contamos con una formación tanto médica como en acciones y maniobras que hacen los bomberos.

¿Desde cuándo existe el equipo médico de bomberos de Zaragoza?

Se creó en junio de 1983 con un médico, cinco enfermeros y una ambulancia R-12 ranchera (A-1). Ofrecíamos cobertura sanitaria a Zaragoza las 24 horas los 365 días del año y fue la primera ambulancia en cuya dotación actuaban juntos médico y enfermero.

¿Han cambiado mucho las cosas en estos 40 años?

Sin duda. Siempre ha habido una sanidad hiper desarrollada de atención en hospitales y, entonces, no había cultura de atender a una persona como si el hospital llegara hasta ella. Ahora hay médicos que atienden y estabilizan al paciente en el mismo lugar de la emergencia y después lo llevan al hospital. También hemos conseguido que se reconociera como tal la especialidad de Urgencias y Emergencias, y se han mejorado a nivel de material sanitario y de nuestros equipos de protección personal.

¿Qué desafíos han enfrentado como equipo médico en el contexto de su labor dentro del cuerpo de bomberos?

Trabajamos a pie de calle, con inclemencias del tiempo, con poca luz... Estos son algunos desafíos y también el propio de capacitación continua y permanente en nuestro propio desarrollo profesional sanitario.

¿Cómo se preparan para prestar asistencia en estos entornos?

Nos preparamos junto a los bomberos en los distintos protocolos, dando un servicio integral e integrado. Trabajar día a día con las mismas personas que participan en el rescate hace que solo con mirarte ya sepas lo que tienes que hacer. Todo está entrenado.

¿Podrían compartir alguna historia o experiencia en la que su trabajo médico haya marcado la diferencia en una situación de emergencia?

Recuerdo siempre los atentados terroristas, como el de la casa cuartel de la Guardia Civil, la explosión del autobús militar junto a San Juan de los Panetes

o la bomba en El Corte Inglés. Es lo más parecido a la guerra, una situación donde una persona provoca a otra liberadamente dolor, y eso es algo que cuesta. Lo atiendes igual que cualquier otro servicio pero te llevas a casa muchas reflexiones.

Si tuviera que destacar algo del servicio, ¿qué sería?

A nosotros nos gusta que nuestro trabajo se vea como algo normalizado porque no somos héroes. Lo único que puedo decir es que tenemos una capacidad de sacrificio alta, generosidad y fraternidad.

¿Cuántos profesionales componen el servicio actualmente?

Somos un jefe médico, 13 médicos, 13 enfermeros, 12 técnicos en emergencias sanitarias (TES) y 36 bomberos-TES. En cada intervención, la ambulancia está asistida por un médico, un enfermero y dos bomberos-TES.

¿Cuántos servicios se han prestado en estos 40 años y de qué tipo son?

Se han realizado casi 92.000 salidas, es decir, más de 3.000 al año, a una media de entre 8 y 10 cada 24 horas. Se ha atendido a unas 70.000 personas y los tipos de siniestros más frecuentes son salvamentos y accidentes de tráfico, seguido de incendios en pisos y accidentes laborales.

¿Qué proyectos tienen planeados para el futuro y cómo esperan continuar elevando el nivel de su atención médica?

Vamos a continuar profundizando en procedimientos, acreditándonos con certificados de calidad y, en definitiva, seguir mejorando. Hace apenas unas semanas que hemos incorporado ecógrafos a las tres ambulancias y todo el personal se ha formado en hacer ecografías.

Además, somos uno de los tres únicos servicios de España que apoya a los Grupos de Operaciones Especiales de la Policía Nacional (GOES). Nos entrenamos con ellos y usamos unos medios de protección concretos, como los cha-

lecos balísticos, para apoyarles en sus operaciones desde una zona segura.

¿Cuál ha sido el mayor aprendizaje que han obtenido como equipo médico del cuerpo de bomberos a lo largo de los años?

Acostumbrarnos a trabajar con otros profesionales y no pensar que la sanidad es lo único importante. Al igual que un médico militar, trabajamos en un marco referencial diferente. También adquirimos valores como la capacidad de sacrificio y la solidaridad, además de seguir siempre aprendiendo cómo se atiende la emergencia extra hospitalaria desde un punto de vista estrictamente sanitario.



**“Los atentados terroristas son lo que más me ha marcado. Los atiendes igual que otros servicios pero te llevas a casa muchas reflexiones”**

# Homenaje a los 121 médicos que se jubilan este año

El acto se celebró el 22 de mayo y sirvió para dar el pistoletazo de salida a la segunda Semana de Colegial



La nota musical la puso el coro Carmina Médicas, del COMZ



Con el acto homenaje a los colegiados jubilados arrancó la segunda edición de la Semana Colegial

# Teatro y música en la Semana Colegial 2023

El teatro y la música también han tenido cabida en la Semana Colegial 2023, una programación de cinco días con propuestas variadas donde las artes tienen su espacio. Así, los alumnos del grupo de teatro del COMZ, dirigido por Javier Casado, representaron la obra 'Noches Efímeras'. Por otro lado, se celebró el concierto de piano 'Música y Salud', a cargo del doctor Santiago Chóliz Polo, la doctora M<sup>a</sup> Teresa Calvo, el doctor Miguel Ángel Fuertes Palacio y el doctor Julio Lázaro.



Actuación del grupo de teatro del COMZ, dirigido por Javier Casado



Concierto de piano 'Música y Salud', a cargo de colegiados/as del COMZ



El acto de recibimiento de los nuevos médicos residentes se celebró en el marco de la Semana Colegial.

## Bienvenida a los 187 nuevos MIR que se incorporan a centros de la provincia de Zaragoza

El Colegio de Médicos de Zaragoza celebró el pasado 25 de mayo la recepción de los 187 MIR que se incorporan este año a centros de la provincia de Zaragoza. Con este acto simbólico de bienvenida, la institución muestra su apoyo y acompañamiento a estos nuevos residentes que inician así su etapa de formación especializada. Además, en la ceremonia, se les hizo entrega de sus carnés de colegiados.

La ceremonia se celebra una vez al año y, desde la edición anterior, se otorga, además, el Premio Mutual Médica al 'Mejor Expediente MIR del Colegio de Médicos de Zaragoza'.

En esta ocasión ha sido para el doctor Iñaki Goiri García, de 24 años, especializado en Anestesiología y Reanimación. Es el número 71 de todos los MIR de España y el primero que eligió destino en Zaragoza. Actualmente está haciendo su residencia en el Hospital Miguel Servet.

Este año, las especialidades más numerosas en la provincia de Zaragoza vuelven a ser Medicina Familiar y Comunitaria, Pediatría y Psiquiatría. El Ministerio de Sanidad ha ofertado 8.550 plazas, 362 más que en 2022, cuando fueron 8.188. En 2023, un total de 11.171 médicos se presentaron al examen MIR celebrado el 21 de

El Colegio de Médicos de Zaragoza celebró una recepción de los residentes de esta promoción como muestra de apoyo y acompañamiento en el inicio de esta etapa de formación especializada.

enero y la cifra de residentes nuevos en Zaragoza desciende algo respecto a 2022, cuando fueron 194, frente a los 187 actuales.

Desde el COMZ aprovecharon el acto de bienvenida para recordar que el MIR es "fundamental" para preparar a profesionales de alto nivel, si bien indicaron que, desde hace un tiempo, "el sistema de adjudicación de las plazas genera cierta insatisfacción entre los opositores". De hecho, este año han quedado sin cubrir en Aragón un total de 15 plazas de Medicina de Familia: tres en Barbastro, cinco en Calatayud y siete en Alcañiz.

## "Ser constante y mantenerse fuerte mentalmente, apoyándote en tus seres queridos es lo más importante"

Tiene 24 años y es de Gallur (Zaragoza). Ha quedado el número 71 de todos los MIR de España y fue el primero en elegir Zaragoza como destino para realizar la residencia. Durante los próximos cuatro años seguirá formándose en el Hospital Miguel Servet, en la especialidad de Anestesiología y Reanimación.

### ¿Qué significa para usted recibir este premio?

Es todo un honor y un orgullo que se me haya dado este reconocimiento a todo el esfuerzo que ha habido durante los meses de preparación del MIR. Son momentos de mucha presión y sacrificio y que, una vez has logrado entrar en la especialidad que quieres, seas reconocido con este premio te hace estar feliz y te da más ganas todavía de seguir aprendiendo y dedicando horas al estudio de la especialidad.

### ¿Cómo se preparó para el MIR?

Estudí en la academia MIR Asturias, en Oviedo. Su método encajaba mucho conmigo y vi que era donde más rendimiento podía obtener. Me fui los últimos siete meses allí, pero la preparación la empecé mucho antes, en septiembre de sexto de Medicina. La dinámica diaria en Oviedo era seguir la planificación de la academia, que consistía en dos horas de clase, unas siete u ocho de estudio y dos de test cada día. Es algo difícil de asumir y de cumplir diariamente porque supone dedicar casi el día entero a estudiar. Eso sí, con pequeños descansos y un rato por la tarde para hacer deporte o desconectar, en mi caso con mis compañeros de

Premio Mutual Médica al 'Mejor Expediente MIR del Colegio de Médicos de Zaragoza'. Dr. Iñaki Goiri García



piso, además de respetar siempre los domingos de descanso.

### ¿Cuál es el secreto para obtener buenos resultados?

Para mí, la clave para sacar un buen número en el MIR es dedicarle el tiempo que merece, priorizando los objetivos y manteniéndote mentalmente estable. Luego hay que tener en cuenta que entran en juego factores ajenos a uno mismo, como es la suerte o el estado en el que te encuentres el día del examen.

### ¿Qué les diría a quienes están empezando a preparar el MIR?

A los que están en sexto de carrera que prioricen objetivos y se centren en acabar Medicina y llegar frescos al intensivo. Muchas veces, nos metemos presión antes de empezar la parte más intensa del MIR, cuando hay que tener claro que no es el momento. El último curso se debe dedicar a adquirir los

conocimientos básicos, a conocer tus debilidades para saber dónde vas más flojo o qué te cuesta más, y a abordar la situación de forma realista.

A quienes empiezan el intensivo les diría que se fíen de las academias ya que lo tienen todo muy estudiado y conocen perfectamente la situación de muchos alumnos. También que no se obsesionen con los números y que se mantengan constantes y fuertes mentalmente, apoyándose en la familia. Para mí, eso es lo más importante de todo.

Además de las buenas notas, ¿qué otras aptitudes tiene que tener un buen médico en el ejercicio de su profesión?

Lo más importante para mí es tener el trato adecuado con el paciente y sus familiares, ser empático y generar un buen ambiente de trabajo con los compañeros. Si no se consigue esto, se puede eclipsar todo el conocimiento que tengas. Además, estar en continuo aprendizaje y mantenerse actualizado es vital.

### ¿Qué espera de esta nueva etapa?

Espero crecer como persona, rodeado de mis compañeros, e ir adquiriendo progresivamente los conocimientos para poder hacer mi especialidad de manera adecuada, sobre todo participando de ello en el día a día. Esto es algo que difiere mucho de cómo lo estudias en la carrera ya que va más allá de los libros. Espero, además, que sea una etapa muy importante de mi vida y que recuerde con mucho cariño.

# Representantes políticos debaten sobre el futuro de la sanidad en Aragón en el Colegio de Médicos de Zaragoza

▲ El salón de actos del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) acogió el pasado 3 de mayo un encuentro en el que se habló del mapa sanitario, la necesidad de lograr un pacto por la sanidad o el PAIMA, entre otros

El Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) organizó el pasado 3 de mayo un debate con los representantes políticos de las Cortes de Aragón sobre el futuro de la Sanidad en Aragón. En el acto intervinieron representantes de Chunta Aragonesista, Ciudadanos-Tú Aragón, Izquierda Unida, Partido Popular, Partido Socialista, Podemos y VOX. El moderador fue el doctor Juan Calatayud, vocal de Médicos de Ejercicio Privado del Colegio de Médicos de Zaragoza.

Durante el debate se trataron temas como las listas de espera de la sanidad pública, tanto en atención primaria como en quirófano, el transporte sanitario urgente, el mapa sanitario o el PAIMA (Programa de Atención Integral al Médico Enfermo en Aragón). “No es un secreto para nadie que la Sanidad no pasa por su mejor momento. Desde el estallido de la pandemia, los profesionales de la salud han visto cómo su carga de trabajo aumenta y sus condiciones laborales empeoran: la demora de las agendas, el incremento de las listas de espera, la falta de sustitutos y la jubilación masiva de sanitarios son solo algunas de las amenazas a las que ha de hacer frente la sanidad española y aragonesa en estos momentos”, narraba Calatayud en la presentación del debate.

En este contexto, el COMZ decidió organizar un debate político, previo a las elecciones del 28M, para escuchar a los representantes de las distintas formaciones en materia de sanidad. Asistieron José Luis Bancalero (PP),

Amparo Coco (Ciudadanos-Tú Aragón), Santiago Morón (VOX), Marga Deyà (IU), Itxaso Cabrera (Podemos), José María Arnal (PSOE) e Isabel Lasobras (CHA).

En general, reinó la diversidad de posturas pero también hubo puntos en los que todos coincidieron. Es el caso de la necesidad, de cara a próximas legislaturas, de llegar a un pacto por la Sanidad entre todas las fuerzas políticas. “Está claro que es necesario y fundamental. No se puede estar dando volantazos según quién esté gobernando”, aseveró Bancalero (PP). En la misma línea, Coco (CS-Tú Aragón) abogaba por “llegar entre todos a un consenso”. Morón (VOX) fue más allá, hablando de la necesidad de que haya un

pacto nacional. “Al final de lo que se trata es de buscar la equidad y la igualdad de acceso al servicio sanitario de todos los españoles”, argumentaba José María Arnal (PSOE) se posicionó en la misma línea: “Tiene que haber equidad entre todas las Comunidades Autónomas”. Por su parte, Marga Deyà (IU) matizaba que no hay que confundir “pactos con repartos” y que lo importante es “debatir sobre el modelo sanitario de forma amplia”. Para Itxaso Cabrera (Podemos) hablar de pacto es hablar a largo plazo. “La clave para alcanzar objetivos es ir realmente a la práctica”, aseveró. La representante de CHA, Isabel Lasobras, puntualizó que los pactos “son buenos pero también hay que tener en cuenta el modelo que defiende cada partido político”.



Representantes de siete de las ocho formaciones políticas con representación en las Cortes de Aragón (PP, VOX, Cs-Tú Aragón, Podemos, IU, CHA y PSOE) acudieron al debate que fue moderado por Juan Calatayud, vocal del COMZ.

Otro de los temas abordados fue el de la fuga de profesionales. “Solo teniendo en cuenta la base de datos de nuestro colegio, 850 colegiados se han dado de baja del COMZ por traslado a otras comunidades autónomas en los últimos 20 años, en muchas ocasiones por tener mejores condiciones laborales”, planteaba el moderador. En este caso también hubo consenso y las propuestas de los representantes se refirieron a fidelizar al personal sanitario con la mejora de las condiciones laborales y económicas, la equiparación de sueldos con el resto de comunidades o la ampliación del número de plazas universitarias en Medicina.

Las listas de espera son uno de los problemas más visibles del sistema sanitario actual y que más de lleno afectan al ciudadano. Prácticamente todas las formaciones coincidieron en que ésta es una realidad, pero discreparon en las soluciones. Para PP, CS y VOX el desahogo pasa por la colaboración público-privada, mientras que para IU y Podemos ésta no es la solución. Por su parte, el representante del PSOE y también director general del Salud, José María Arnal, aportó datos de su gestión: “Nuestra tarea ha sido redistribuir quirófanos, firmar convenios con el Hospital Militar o la MAZ, alquilar suelo quirúrgico, colaborar con centros privados... Hemos bajado en un 55% la lista de espera y esperamos estar en mucho menos a final de este año y a cero el próximo”.

### Destinar el 25% del presupuesto a Atención Primaria

Otras de las conclusiones obtenidas durante el debate es el consenso de todas las formaciones en que un 25% del presupuesto de Sanidad debe ir destinado a la Atención Primaria, así como la necesidad de reestructurar el mapa sanitario para garantizar un acceso equitativo a los servicios de Salud en todas las zonas de Aragón. Para el representante del PP esto pasa por “optimizar los recursos pero siempre sin perder los niveles asistenciales y con apoyo de las comarcas y del Ejecutivo

Aragonés”. Desde IU mostraron la importancia de una revisión del mapa pero centrada en la plantilla funcional. “Hay que ver qué profesionales necesitamos en cada lugar para dar atención, teniendo en cuenta la carga de trabajo”, apostilló Deyà.

El estado de las infraestructuras sanitarias de Aragón, en concreto de los hospitales, también fue tratado en este encuentro con políticos organizado por el COMZ. Entre otras mejoras, salieron a relucir la UCI del San Jorge de Huesca, el área de Urgencias del de Calatayud, la ampliación del Royo Villanova o la culminación de las obras de reforma de los hospitales de Teruel y Alcañiz, así como la dotación de estos de tecnología.

El recientemente aprobado pliego de Transporte Sanitario Urgente en Aragón fue uno de los puntos con más desacuerdo del debate. A raíz de la entrada en vigor de este nuevo pliego, las UVI móviles se desactivarán de 21.00 a 9.00 horas en las localidades de Jaca, Barbastro, Calatayud y Alcañiz. En otros puntos de Aragón, como Huesca y Teruel capital, el personal médico se sustituirá por personal de enfermería en horario nocturno (de lunes a viernes) y durante todo el fin de semana, convirtiendo las UVIS medicalizadas en Soporte Vital Avanzado a cargo de Enfermería. Bancalero, el representante del PP, habló de que con las nuevas condiciones “ha habido una merma importante en los servicios”. “Se ha alejado al ciudadano y se ha creado inquietud”, añadió.

Por su parte, la doctora Coco (CS) incidió en que para mucha población que vive lejos de un hospital lo que lo sustituye es el transporte sanitario. “Tener este servicio las 24 horas da seguridad”, zanjó. Para VOX, el nuevo pliego es el resultado de la mala gestión del Gobierno. “El transporte sanitario urgente es una herramienta necesaria para garantizar la equidad. Se

ha duplicado la partida presupuestaria para ello pero nadie está contento. Muchas localidades se quedan sin servicio de ambulancia por las noches”, expuso Morón.

Tanto IU como CHA se sumaron a la queja y al rechazo de cómo se ha gestionado este asunto. “Hasta que este no sea un modelo público desde Podemos no vamos a estar de acuerdo”, declaró Cabrera. En el polo opuesto, Arnal (PSOE) defendió que con el nuevo pliego se ha ganado en accesibilidad y en respuesta y, por consiguiente, en una mejor vertebración del territorio.

Para finalizar, en el debate se habló del PAIMA (Programa de Atención Integral al Médico Enfermo en Aragón). Se trata de un servicio gestionado por el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza desde hace más de dos décadas y que es fundamental para la salud mental de los profesionales. “Aragón es la única Comunidad Autónoma que no tiene apoyo de las instituciones a pesar de ser un programa fundamental para atender con asistencia especializada a los colegiados afectados por trastornos mentales y/o adicciones”, alertó Calatayud. Así, el programa lo sufraga el COMZ con recursos propios, desde 2009, cuando se suspendió la financiación pública.

En este sentido, las siete formaciones políticas asistentes al debate se comprometieron a recuperar la financiación pública para este programa, aportando algunos datos, como que entre el 10 y el 12% de los médicos pueden tener trastornos mentales o algún tipo de adicción.

El debate finalizó recordando que según la modificación del artículo 248 del código penal, la petición de voto es un contrato y en ese sentido los compromisos sin cumplir son fraude.

**“Los profesionales de la salud han visto cómo su carga de trabajo aumenta y sus condiciones laborales empeoran”**

Juan Calatayud, vocal del COMZ



# Quiénes fueron los representantes políticos en el debate sanitario

Al debate político convocado por el COMZ acudieron siete portavoces de sendas formaciones con representación en las Cortes de Aragón.

Quedaba menos de un mes para las elecciones municipales y autonómicas del 28M cuando el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) convocó a representantes políticos de los grupos de las Cortes de Aragón para hablar del futuro de la sanidad. A la cita acudieron siete partidos, Chunta Aragonesista, Ciudadanos, Izquierda Unida, Partido Popular, Partido Socialista, Podemos y VOX, todos ellos representados por profesionales en el ámbito sanitario o que han trabajado en el sector.



### “Siempre defenderemos la sanidad pública, universal y gratuita”

Isabel Lasobras, CHA

Isabel Lasobras es la representante de Chunta Aragonesista (CHA). Natural de Ejea de los Caballeros (Zaragoza), es licenciada por la facultad de Filosofía y Letras de la Universidad de Zaragoza, con la especialidad de Historia Contemporánea. Entre 1986 y 1990, trabajó en el archivo notarial y administrativo del Ayuntamiento de Ejea. Desde 1991, es funcionaria de la Diputación Provincial de Zaragoza. En febrero de 2020 es nombrada Secretaria General de CHA y es patrona de la Fundación aragonesista Chesús Bernal. Ha sido diputada del Grupo Parlamentario de CHA en las Cortes de Aragón en esta última legislatura y portavoz del partido en la Comisión de Sanidad. Fue la candidata número dos a las Cortes de Aragón por Zaragoza en las elecciones del 28M.

Durante el debate sanitario, defendió un modelo público, universal y gratuito, así como la necesidad de equiparar la Sanidad aragonesa a la del resto de Comunidades Autónomas.

### “Faltan médicos porque están mal pagados y mal atendidos”

Amparo Coco, Ciudadanos-Tú Aragón

La doctora Amparo Coco representó a Ciudadanos-Tú Aragón en el debate político del COMZ. Es médico de familia desde hace 35 años en el Salud, puesto que ha compatibilizado con su consulta privada de Educación Maternal por la que han pasado 15.000 familias y dos generaciones. En su faceta política, Coco ha sido militante del Partido Aragonés (PAR) durante muchos años y para estas últimas elecciones municipales se ha presentado por la coalición Ciudadanos-Tú Aragón.

Durante el debate sanitario, habló en reiteradas ocasiones de la precaria situación laboral de los profesionales de la sanidad aragonesa y abogó por dignificar los puestos de trabajo con mejores condiciones y salarios para retener talento.



### “Con 4.000 suicidios al año en España hacen falta más fondos para salud mental”

Itxaso Cabrera

Itxaso Cabrera ha ejercido la política desde hace casi diez años, siempre en las filas de Podemos. Es psicóloga sanitaria, ha ocupado el cargo de responsable de Coordinación Ejecutiva y Relaciones Institucionales de la formación morada en Aragón. Durante la pasada legislatura fue secretaria primaria de las Cortes y la portavoz habitual en la comisión de Sanidad.

En lo profesional, es licenciada en Psicología por la Universidad Pontificia de Salamanca con el Prácticum de la carrera en ATADES Zaragoza. También tiene un Máster Universitario en Salud Mental y Terapias Psicológicas en la Universidad de Deusto (Bilbao) y cuenta con experiencia como voluntaria con diferentes colectivos relacionados con personas con discapacidad intelectual o con índices elevados de pobreza.



### “El presupuesto de Sanidad es de los menos transparentes que hay dentro del Gobierno de Aragón”

Marga Deyà, IU

Marga Deyà es la representante de Izquierda Unida. Se diplomó en Terapia Ocupacional por la Universidad de Zaragoza y ha trabajado en diferentes recursos sociosanitarios como residencias de mayores, un centro de protección de menores, el CAMP y el centro de día El Encuentro, para personas con trastorno mental grave en riesgo de inclusión. Siempre ha estado vinculada a diferentes asociaciones y de 2005 a 2007 estuvo haciendo un voluntariado internacional en Paraguay, donde afianzó su vocación sociopolítica.

Después de dicha estancia, se graduó en sociología por la UNED y se afilió al Partido Comunista y a Izquierda Unida. De 2015 a 2019 trabajó como asesora en el Gobierno de Zaragoza en Común (ZEC) y en esta última legislatura ha estado trabajando en la agrupación parlamentaria de IU en las Cortes de Aragón.

### “Gracias a la colaboración público-privada se ha podido afrontar la pandemia”

José Luis Bancalero, PP

José Luis Bancalero, el representante del Partido Popular, es Médico especialista en Bioquímica Clínica y entre 2012 y 2015 ocupó el puesto de director del Área de Continuidad Asistencial del Salud. También ha sido supervisor del Área Quirúrgica de la Clínica Quirón de Zaragoza y de la UCI de la MAZ. En su trayectoria académica figura un MBA en Dirección de Empresas así como el título de Técnico de Prevención de Riesgos Laborales con la especialidad en Seguridad en el Trabajo, Higiene Industrial y Ergonomía-Psicología Aplicada. También se ha labrado camino en el campo de la investigación y la docencia, siendo tutor residente de Bioquímica Clínica en HUMS así como tutor de TFG y de TF Diplomado Sanidad. Hasta 2015 fue secretario del Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza y es Capitán del Cuerpo Militar de Sanidad, contando con cuatro condecoraciones y varias misiones en el extranjero.



### “Aragón es la segunda Comunidad Autónoma que más ha incrementado el presupuesto de Sanidad en 2023”

José María Arnal, PSOE

José María Arnal, representante del PSOE en el debate y gerente del Servicio Aragonés de Salud en la pasada legislatura, es doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Zaragoza, especialista en Pediatría y diplomado de Sanidad por la Escuela Nacional de Sanidad. Ha compaginado su actividad asistencial tanto en el Hospital Miguel Servet como en el centro de salud Actur Norte de Zaragoza. Asimismo, ejerció como jefe de servicio de Atención Primaria de la Dirección Territorial del INSALUD, director de Salud Mental y Drogodependencias del Servicio Aragonés de Salud, director del Hospital Royo Villanova, gerente del Sector Sanitario Zaragoza I, subdirector Médico del Hospital Infantil y director Médico de los Hospitales Royo Villanova y Nuestra Señora de Gracia, entre otros. En otras facetas, también ha sido concejal en el Ayuntamiento de Zaragoza, profesor asociado de la Universidad de Zaragoza y su último cargo antes de ser nombrado gerente del Salud fue el de secretario general técnico del departamento de Sanidad.

### “Hay que equiparar a los sanitarios con el resto de empleados públicos”

Santiago Morón

Santiago Morón (VOX) nació en Zaragoza en 1968. Estudió en la Facultad de Medicina de Zaragoza donde obtuvo el grado de doctor en Medicina y Cirugía. Es especialista vía MIR en Medicina de Familia y, durante más de 20 años, ha trabajado en el Servicio Aragonés de Salud así como en la Mutua de Accidentes de Trabajo FREMAP.

En el marco político, entró en VOX en noviembre de 2014 y asumió la dirección del partido en 2016. Desde 2019 es diputado de dicha formación por Zaragoza y portavoz del Grupo Parlamentario de VOX en las Cortes de Aragón. Además, ha ejercido como portavoz en el Parlamento regional en las comisiones de Sanidad, Agricultura, Ganadería y Medio Ambiente, Vertebración del Territorio, Movilidad y Vivienda; así como en Comparecencias Ciudadanas y de Derechos Humanos.



# El COMZ celebra su II Jornada de Cooperación y Solidaridad

▲ La cita fue el 20 de abril y se contó con la participación de médicos cooperantes y de jóvenes residentes que también desarrollan labores de voluntariado en diferentes entidades

El Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) celebró el pasado 20 de abril la segunda edición de su Jornada de Cooperación y Solidaridad. Como novedad, el encuentro se trasladó en esta ocasión hasta la facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza, con el objetivo de acercar la labor del voluntariado, tanto dentro como fuera de nuestras fronteras, a los estudiantes.

Tras la primera edición, celebrada en octubre de 2022, el Colegio de Médicos de Zaragoza ha vuelto a apostar por este evento que busca facilitar la cooperación en el ámbito médico sanitario y promover la formación, la transferencia de conocimientos y el asesoramiento a los profesionales.

El objetivo de la II Jornada de Cooperación y Solidaridad fue despertar el interés por la faceta más solidaria de la medicina entre los más jóvenes. De ahí su traslado de la sede del COMZ a la Universidad. De esta manera, el Colegio de Médicos de Zaragoza vuelve a apostar por un evento que busca facilitar la cooperación en el ámbito médico sanitario y promover la formación, la transferencia de conocimientos y el asesoramiento a los profesionales.

Para trasladar este mensaje se contó con la participación de médicos cooperantes, que compartieron sus experiencias en una mesa redonda, tras el saludo de bienvenida de Javier García Tirado, presidente del

COMZ. Con el doctor José Manuel Cardiel Pérez y vicepresidente del Colegio como moderador, en esta primera mesa participaron la doctora Isabel Fiteni Mera, miembro de la Junta Directiva de la Asociación Phileos; el doctor Enrique González Paúles, vicepresidente de la Fundación Ilumináfrica; la doctora Marta Zamora Lozano, miembro de la Fundación Emalaikat; la doctora Carmen Ferrer Dufol, presidenta de la Asociación Malawi Salud; y el doctor Carlos M. Pablo Alcaine, director de proyectos en Medicusmundi en Navarra, Aragón y Madrid.

Durante las jornadas también se quiso contar con la participación de quienes están empezando en el mundo de la cooperación dentro del ámbito médico. Así, en una segunda mesa redonda compartieron sus experiencias cuatro médicos jóvenes cooperantes. El moderador fue el doctor Guillermo Viguera Alonso, vocal de Médicos Jóvenes y Promoción de Empleo del COMZ. En primera persona hablaron Alba Sancho Sánchez, de Cruz Roja; Alejandro Jiménez Fernández, de Malawi Salud; Yolanda Goded Bajén, de El Refugio; y Sara Canales Villa, de la Asociación Phileos.



Participantes en la jornada de Cooperación y Solidaridad



### ▲ Asociación Phileos

Phileos es una ONG formada principalmente por médicos de Zaragoza de cirugía general, obstetricia y ginecología y medicina interna. Su objetivo principal es reforzar la asistencia sanitaria a la población desfavorecida con acceso limitado a los servicios sanitarios. El área de actuación es Filipinas, en concreto, Quezón City, la ciudad más grande y poblada de la isla de Luzón.



### ▲ Fundación Ilumináfrica

La Fundación Ilumináfrica es una entidad sin ánimo de lucro creada en 2007 por un grupo de hombres y mujeres procedentes de diferentes sectores profesionales involucrados en un proyecto común: contribuir a que las personas de los países en vías de desarrollo con déficit visuales evitables o tratables y sin recursos económicos tengan acceso a una atención visual de calidad. La Fundación trabaja en El Chad (África), uno de los diez países más pobres del mundo. La labor de los cooperantes se realiza a través de expediciones anuales, compuestas por oftalmólogos, ópticos, anestesiólogos y personal de enfermería.



### ▲ Fundación Emalaikat

La actividad de la Fundación Emalaikat nace de su entendimiento del agua como la base para reducir la carga mundial de enfermedades y para mejorar la salud, el bienestar y la productividad de las poblaciones. Partiendo de la creación de recursos acuíferos, la entidad trabaja otras áreas como la salud, la seguridad alimentaria y la educación. Actúan en el continente africano (Kenia, Etiopía, Malawi y Sudán del Sur), con MCSPA (Comunidad Misionera de San Pablo Apóstol y María Madre de la Iglesia) como socia local.



### ▲ Malawi Salud

La asociación Malawi Salud tiene como misión el desarrollo de un Programa de Cooperación con la Salud Pública de Malawi desde 2005. En colaboración con el Servicio Aragonés de Salud, su labor consiste en la remisión de profesionales y suministros al Kamuzu Central Hospital, el principal hospital público de la región central de Malawi.

Sus equipos aprenden y enseñan, trabajando codo con codo en el servicio de pediatría con los profesionales de Malawi y de otros organismos de cooperación. Anualmente, 24 profesionales (12 de ellos, MIR) se desplazan al país africano en estancias de dos meses.



### ▲ Medicusmundi

Medicusmundi nace en 1963 como la primera ONG española especializada en salud. Actualmente, cuenta con más de 4.034 socios, 366 voluntarios y 76 personas contratadas. Su objetivo es erradicar la pobreza y, para ello, se ponen en marcha proyectos que sirvan para mejorar la salud de las poblaciones vulnerables y se contribuye a la construcción de una ciudadanía global comprometida con el cambio social. Medicusmundi desarrolla su labor en las zonas más deprimidas de África y América.



### ▲ Cruz Roja

Cruz Roja es una institución humanitaria de carácter voluntario creada hace 150 años con el objetivo de proteger la vida y la salud. Promueve la comprensión mutua, la amistad, la cooperación y una paz duradera entre los pueblos. No hace ninguna distinción de nacionalidad, raza, religión, condición social ni credo político. Sus cooperantes ofrecen servicios de cooperación internacional, emergencias, vulnerabilidad social, cuidados, salud y socorros, infancia hospitalizada, tienda solidaria y campañas de prevención del VIH/SIDA. Su trabajo se desarrolla tanto a nivel local como internacional.



### ▲ El Refugio

La Hermandad del Refugio es una entidad benéfica sin ánimo de lucro y de carácter privado que desarrolla diversas obras sociales para los desfavorecidos. Sus acciones se destinan a niños, adultos y familias a nivel local para garantizarles, en la medida de lo posible, que sus necesidades básicas, como la alimentación, educación y sanidad, queden cubiertas. Su origen se remonta a Granada, a finales del siglo XVI, cuando se tiene constancia de la primera Hermandad del Refugio. Más tarde se constituye en Madrid y se va extendiendo a otras ciudades, como Zaragoza.

## II Jornada de cooperación

# Jóvenes y solidarios, así son los médicos cooperantes que participaron en la jornada

Los cuatro protagonistas de la segunda mesa redonda de la Jornada de Cooperación y Solidaridad muestran su lado más solidario y hablan de su experiencia.

La II Jornada de Cooperación y Solidaridad organizada por el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza (COMZ) contó con una mesa redonda con cuatro médicos jóvenes cooperantes como protagonistas. Son Alba Sancho, Alejandro Jiménez, Yolanda Goded y Sara Canales, cuatro jóvenes que están trabajando en distintas áreas y a los que les une su carácter solidario y las ganas de aprender y ayudar a los demás de forma altruista.

Los cooperantes muestran su lado más solidario y hablan de su experiencia en los proyectos en los que han participado y también sobre otros en los que siguen implicados, en algunos casos.



Mesa redonda de jóvenes médicos cooperantes.

### Alejandro Jiménez, cooperante de Malawi Salud

Alejandro Jiménez tiene 30 años y es un joven médico cooperante. Es pediatra y recientemente ha pasado dos meses (febrero y marzo) en Lilongüe, la capital de Malawi, trabajando en el área de Pediatría del Hospital Central de Kamuzu. "Veíamos a los niños ingresados en planta que, aunque no eran los que más graves estaban, sí necesitaban oxígeno y estaban delicados", explica. De su experiencia destaca que trabajó mucho pero también aprendió y fue muy reconfortante. "Tuve la oportunidad de ver enfermedades que en España se ven poco e incluso de aprender a realizar alguna técnica nueva", comenta.

Malawi es un país con esperanza de vida muy corta y donde la mitad de la población son menores de 18 años. "La mortalidad infantil es importante, comparada con la de España. Aunque la cifra está mejorando gracias a la ayuda internacional y a la mejora de las condiciones higiénico-dietéticas", explica Alejandro. Durante su estancia en Malawi llegó a ver a ocho pacientes en una misma cama, imagen que evidencia la escasez de medios y recursos en el que es el principal hospital del país africano. "Hay más médicos que quieren ir de los que se puede, porque el espacio es limitado y en el hospital ya tienen su propia plantilla. Allí no vas a dirigir, sino a ayudar, a aprender y a enseñar, las dos cosas a la vez", concluye.

La entidad con la que Alejandro ha realizado su cooperación en África es Malawi Salud que, en colaboración con el Servicio Aragonés de Salud, organiza estancias de dos meses en Lilongüe con 24 profesionales, 12 de ellos, MIR.

### Alba Sancho, voluntaria de Cruz Roja

Alba Sancho tiene 29 años y es residente de tercer año de Medicina Familiar y Comunitaria. Participa activamente en proyectos de cooperación del día a día, con formaciones o viajes. Actualmente, está colaborando con Amigos de Gambia, recogiendo material y enviándolo directamente al país africano, así como viajando al lugar. "Recogemos tanto material escolar como médico o ropa. El trabajo de campo que se realiza allí consiste en abrir un consultorio y pasar consulta a la gente que lo necesita", explica. Además, junto con otros voluntarios, van por los colegios que la ONG tiene y realizan curas, actividades lúdicas, reparto de material o formación en curas básicas.



## II Jornada de cooperación

Alba colabora con Amigos de Gambia desde 2019 pero su primera incursión en el mundo de la cooperación fue con Cruz Roja, entidad en la que está implicada de manera frecuente desde 2013. En este caso, participa sobre todo a través del departamento de servicios sanitarios y preventivos, tanto a nivel de Zaragoza como de todo el territorio español. "En Cruz Roja empecé siendo socorrista terrestre, después también socorrista acuática y ahora ya ejerzo como médico. La actividad consiste en ir a los servicios preventivos que tiene la entidad", explica.

Esta residente fue una de las protagonistas de la mesa redonda de médicos jóvenes cooperantes, donde compartió su experiencia con los asistentes. "Todos deberíamos cooperar en algún momento o de cualquier forma. El momento de hacer voluntariado es siempre. Es una actividad muy gratificante que, además de aportar tu granito de arena a la sociedad, te enriquece mucho como persona, siempre sales ganando", asegura.



### Sara Canales, cooperante con Phileos

Sara Canales tiene 28 años y cuando viajó a Filipinas como cooperante de la asociación Phileos estaba en su segundo año de residencia. Tiene la especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria y actualmente trabaja en el Hospital Clínico de Zaragoza. En julio de 2019 participó en la misión humanitaria de Phileos como estudiante de sexto de Medicina.

"Nuestra labor allí como estudiantes era ayudar en intervenciones quirúrgicas, atender consultas generales, suministrar fármacos a la población o diagnosticar y derivar a pacientes con tuberculosis a centros de referencia, entre otras cosas", detalla Sara. Ésta no ha sido su única experiencia con el voluntariado pero sí la primera vez que ayudaba de forma desinteresada en el ámbito sanitario.

Esta joven médico cooperante fue otra de las protagonistas de la II Jornada de Cooperación y Solidaridad del COMZ, donde trasladó parte de sus vivencias como voluntaria. "El voluntariado médico es una experiencia que te cambia la vida, cargada de aprendizajes. Es una vivencia profunda e intensa que marca un antes y un después en muchos sentidos y, sin duda, transforma nuestra forma de afrontar la vida y el día a día al volver a casa", confiesa.



### Yolanda Goded, voluntaria de El Refugio

Yolanda Goded es residente de segundo año de Medicina Familiar y Comunitaria en Zaragoza. De forma voluntaria, participa en el consultorio de El Refugio, dentro de su programa de acción social. Éste es atendido por médicos, enfermeros y auxiliares de clínica que, como Yolanda, colaboran de forma altruista. En total, el equipo está formado por unos 40 profesionales de perfiles variados, como médicos de familia, intensivistas, dermatólogos, cardiólogos u oftalmólogos. En ocasiones, pueden participar otro tipo de profesionales, como fisioterapeutas y podólogos.

La labor de El Refugio consiste en acoger a personas sin hogar y proporcionarles techo, comida, ropa, medios de higiene personal y la consulta médica, de la que forma parte Yolanda. "Empecé a colaborar hace un año y animo a compañeros de cualquier especialidad y también a estudiantes a participar en el proyecto. Toda la ayuda que podamos proporcionar es necesaria y acogida con agrado, dado que muchos de los usuarios no tienen medios para poder disponer de medicación por problemas económicos", explica.

Yolanda pasa consulta en El Refugio de Zaragoza de lunes a viernes y, sobre todo, trata problemas infecciosos agudos, abdominales y dermatológicos. "Los pacientes buscan, muchas veces, que alguien les escuche, más que una solución espectacular", asegura.



# Despedida a los 230 alumnos de Medicina de la promoción 2017-2023

El acto, que sirvió para cerrar la etapa universitaria de los estudiantes, se celebró en la sala Mozart del Auditorio de Zaragoza el pasado 3 de junio



La Universidad de Zaragoza y el Colegio de Médicos de Zaragoza celebraron el pasado 3 de junio el acto de despedida de 230 alumnos de la promoción 2017-2023 de la Facultad de Medicina. Con este emotivo encuentro, los estudiantes dicen adiós a su etapa universitaria para continuar formándose y convertirse en futuros profesionales de la Medicina.

La graduación, que tuvo lugar en la sala Mozart del Auditorio de la capital aragonesa, contó con la presencia del presidente del Colegio de Médicos de Zaragoza, Javier García Tirado; la vicerrectora de Economía de la Universidad de Zaragoza, Margarita Labrador; el decano de la facultad de Medicina, Francisco Ja-

vier Lanuza Giménez; y la profesora M<sup>a</sup> Pilar Alcalde Lapiedra.

Fue precisamente ella, la doctora M<sup>a</sup> Pilar Alcalde Lapiedra, profesora del departamento de Farmacología, Fisiología y Medicina Legal y Forense, la encargada de impartir la clase magistral ante los más de 200 alumnos que asistieron al acto de despedida.

Durante la celebración también se hizo entrega de las insignias y becas de la Facultad de Medicina a los egresados. El presidente del COMZ, Javier García Tirado, dirigió el Juramento Hipocrático y los delegados de curso leyeron la Oración de Maimónides. El acto contó, además, con una actuación del Coro del Colegio de Médicos 'Dona Nobis Pacem'.



**Este año, la encargada de impartir la clase magistral fue la doctora M<sup>a</sup> Pilar Alcalde Lapiedra, profesora del departamento de Farmacología, Fisiología y Medicina Legal y Forense**



El Auditorio de Zaragoza acogió un año más el acto de graduación de los alumnos de Medicina de la Universidad de Zaragoza, un acto que cuenta con la ayuda del Colegio de Médicos de Zaragoza.

# Emotivo acto de despedida de los 300 MIR que terminan su residencia en la provincia de Zaragoza

Con el objetivo de acompañar a lo largo de toda su carrera profesional a los médicos y de mostrar su apoyo a los jóvenes que terminan la especialidad, el Colegio de Médicos de Zaragoza, junto con la compañía Mutual Médica, celebró el pasado 8 de mayo un emotivo acto de despedida de los 300 MIR que este año han acabado su residencia en la provincia de Zaragoza.

El encuentro tuvo lugar en el salón Ramón y Cajal del COMZ y acudieron los MIR de los años 2018 y 2019 que concluyen su formación especializada en este año 2023. Se contó con las intervenciones del presidente del COMZ, Javier García Tirado; del doctor Alfredo Pérez Lambán, vicepresidente 3º del COMZ; de la doctora Gloria Fernández-Velilla, vocal de Médicos de las Administraciones Públicas del COMZ; del doctor Guillermo Viguera, vocal de Médicos Jóvenes y Promoción de Empleo del COMZ; del doctor Jorge Albareda, vocal de Tutores y Docentes del COMZ; de Carlos y Margarita Lapeña, asesores jurídicos del COMZ; del doctor Miguel Martínez, capitán médico; y de Andrés Lapeña, de Mutual Médica.

Ésta ha sido la primera vez que el COMZ organiza un acto de despedida de los MIR, con el objetivo de acompañar a los jóvenes durante toda su trayectoria y, en especial, en esta nueva etapa profesional, prestándose, además, para resolver las posibles dudas que les surjan.

“Desde el Colegio queremos arroparles, orientarles en las posibles salidas laborales que tienen, más allá de las que puede ofrecer el propio sistema sanitario público, y cómo pueden iniciar esa nueva etapa profesional como especialistas, considerando también los cambios que les aguardan a partir de este momento”, explicó Javier García Tirado, presidente del COMZ. Desde la institución, defienden que la formación MIR es un elemento clave en la disponibilidad de especialistas y que cuidar de los profesionales en formación a lo largo de este periodo y apoyarles al finalizar la residencia forma parte de las señas de identidad del Colegio.

Durante el acto de despedida se dieron respuesta a cuestiones como qué modificaciones laborales ocurren al pasar a ser médico adjunto, aspectos legales relacionados con la práctica médica y otras relativas a los seguros de responsabilidad civil profesional y a la medicina privada.

La celebración se completó con una conferencia acerca de las oportunidades que ofrece el trabajo como funcionario en las administraciones públicas y la posibilidad de desarrollar su desempeño profesional formando parte del Cuerpo de Sanidad Militar en la Especialidad de Medicina.



# Aprobada la ejecución de los presupuestos y las cuentas anuales del ejercicio 2022

El 18 de abril se celebró la Asamblea General del Colegio de Médicos de Zaragoza, donde se aprobó la ejecución de los presupuestos y las cuentas anuales del ejercicio 2022.

En ella se informó de que el ejercicio económico ha alcanzado cierta normalidad tras varios años de restricciones por la pandemia, en el sentido de que se han podido realizar en general todas las actividades colegiales.

A pesar del resultado contable obtenido, en términos presupuestarios se ha alcanzado un equilibrio presupuestario satisfactorio.



DESCUBRE CÓMO  
TE QUIERES sentir

Disfruta UNA SEMANA en Alicante en pensión completa por 445€\* habitación doble  
Del 18 al 25 de Septiembre 2023



#### Incluye:

- 7 noches en pensión completa en habitación doble.
- Autocar de ida y vuelta desde Zaragoza.
- Autocar a disposición durante toda la estancia para las excursiones y los traslados a la playa de San Juan.
- Cóctel de bienvenida el día de llegada.
- Dos noches de baile con música en vivo.
- Espectáculo y cena en el Benidorm Palace, opcional. (Coste 53€/persona iva inc.)

#### Excursiones:

- Excursión de un día completo a Torrevieja y su parque natural de la Mata.
- Excursión de medio día a Alicante para visitar la ciudad e ir de compras.
- Excursión de medio día a Orihuela, patria del poeta Miguel Hernández.
- Excursión de medio día a Campello, visita de sus ruinas y compras.



Oferta para colegiados, amigos y familiares del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza

Reservas: 965 94 20 50

Consulta todas nuestras ofertas y ventajas llamando a la oficina de PSN Zaragoza. Teléfono: 976 43 67 00

\*Suplemento habitación individual: 119 euros. Precio por persona compartiendo habitación doble en Pensión Completa. Todos los precios arriba mencionados incluyen el IVA y se mantendrán siempre que el grupo esté formado por un mínimo de 40 personas. Entradas a museos no incluidas. Oferta sujeta a disponibilidad de plazas. Suplemento guía profesional en excursiones de medio día: 5 euros por persona (solicitar con antelación).

C/ Doctor Pérez Mateos, 2 - 03550, San Juan (Alicante) Email: info@complejosanjuan.com · www.complejosanjuan.com



# Al menos 17 sanitarios fueron agredidos en 2022 y el COMZ insiste en la importancia de denunciar

Al menos 17 sanitarios fueron agredidos en 2022 según los datos registrados por el Colegio de Médicos de Zaragoza (COMZ). Del total, solo siete de los afectados presentaron denuncia y desde la institución se quiere hacer hincapié en la importancia de denunciar este tipo de incidentes para frenar su avance y no dejar que los agresores queden impunes, así como para poder elaborar estrategias de prevención.

Además, hay que tener en cuenta que dichos datos son orientativos, ya que no representan todas las agresiones que ocurren, solo aquellas que se han comunicado a través del teléfono de agresiones del COMZ.

Según los datos recopilados por la institución colegial, la mayoría de agresiones a sanitarios en Zaragoza durante 2022 recayeron sobre mujeres y la Aten-

ción Primaria fue el nivel asistencial en el que más se produjeron. De hecho, cinco de las agresiones denunciadas se produjeron en Centros de Salud de Zaragoza y dos de ellas en un Centro de Salud de la provincia.

Insultos y vejaciones fueron las situaciones más frecuentes, seguidas de las amenazas y coacciones y, en último lugar, las lesiones. El año anterior, en 2021, el COMZ recibió un total de 16 llamadas en su teléfono de agresiones, pero solo se formalizaron cuatro.

Desde el año 2010, según el registro de datos del COMZ, un total de 97 médicos han sufrido algún tipo de agresión en la provincia de Zaragoza (69,07% mujeres y 30,93% hombres). Los centros de salud son los lugares en los que más se producen (un 34,67% de ellas fueron en la capital y un 25,33%

en el resto de la provincia). Le siguen los hospitales públicos y los centros de especialidades (13,33%). En cuanto al perfil del agresor, en un 59,6% de los casos se trata de hombres, de acuerdo con el informe estadístico del registro de agresiones a colegiados del Colegio.

El número de teléfono de asistencia para aquellos colegiados que se sientan en peligro o hayan sufrido algún tipo de agresión es el 601 755 044. Funciona las 24 horas del día, de lunes a domingo, y proporciona acompañamiento y asesoramiento sobre cómo denunciar ante las autoridades policiales. Además, a través de este teléfono se guía sobre el servicio gratuito de asesoría jurídica que tiene el Colegio de Médicos de Zaragoza, indicando a la víctima los pasos que tiene que seguir para contactar con la policía y formalizar la denuncia.



Los datos de agresiones fueron presentados en rueda de prensa por el presidente del COMZ, Javier García Tirado; Margarita Lapeña, de la asesoría jurídica del COMZ, el Teniente de la Comandancia de Zaragoza de la Guardia Civil, Reyes Cerro, y la Inspectora Mercedes Garralaga, de la Unidad Provincial de Seguridad Privada.

**97 médicos** han sufrido agresiones en la provincia de Zaragoza desde 2010

Casi el **70%** de las agredidas son **mujeres**  
Cerca del **60%** de los agresores son **hombres**

TELÉFONO DE ASISTENCIA PARA AGRESIONES

**601 755 044**

Disponible las 24 horas, todos los días

# Los médicos aragoneses analizan los problemas de los hospitales para proponer mejoras al Salud

Los Colegios de Médicos de Zaragoza, Huesca y Teruel y los Sindicatos Médicos de Aragón-CESMAragon organizaron el 23 de febrero una sesión con facultativos especialistas de área en los distintos hospitales de Aragón para abordar los problemas en su trabajo diario, así como analizar los nuevos escenarios de contratación tras la modificación de las leyes que regulan la vinculación estatutaria temporal con el Servicio Aragonés de Salud.

El encuentro se desarrolló en la sede del COMZ, en Zaragoza, y se convocó tras haber logrado anteriormente un acuerdo para la mejora de la Atención Primaria. Ahora, es el turno de la hospitalaria y, para ello, se organizó esta primera jornada, 'Análisis de la Situación Actual en los Hospitales Aragoneses'. Se abordaron tres temas de importante repercusión: la contratación temporal, el papel de los tutores y las condiciones de los hospitales comarcales, y el transporte sanitario.

Durante la reunión, los médicos señalaron que indicadores como los tiempos de espera en las consultas e intervenciones muestran el deterioro en la atención hospitalaria "por la secular falta de organización y planificación de los responsables políticos" y recalcaron que la meta de estas jornadas es colaborar con la Administración en la búsqueda de soluciones que beneficien a todos los ciudadanos.

La jornada se estructuró en tres ponencias con un tiempo posterior de debate para, finalmente, aprobar las conclusiones presentadas al Gobierno de Aragón. La primera intervención fue la de Mercedes Ortín, secretaria general de CESMAragon, y trató sobre el impacto en el Salud de la ley de estabilización de empleo y las modificaciones de la Ley 55/2003 del Estatuto Marco de los Servicios de Salud con las repercusiones que ha tenido en la nueva contratación de FEAS temporales.

La segunda ponencia, a cargo de Jorge Albareda, jefe de Estudios del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa, se centró en poner en valor la figura del tutor de residentes hospitalarios en el sistema sanitario aragonés, así como su papel en el trabajo de los MIR, desde una perspectiva legal.

En una tercera ponencia, se abordaron los problemas específicos que afectan a los hospitales comarcales y también se habló del actual escenario del transporte sanitario en la Comunidad Autónoma, para valorar si es el adecuado o es susceptible de mejorar. Como ponentes, intervinieron Pilar Borraz, presidenta de la Junta de Personal del Sector de Alcañiz, y FEAS del Colegio de Médicos de Huesca. Para seguir avanzando en la mejora de las condiciones de trabajo en los hospitales de Aragón, se va a celebrar una segunda jornada. En este caso, estará centrada en la saturación que están soportando los Servicios de Urgencia hospitalarios.



## Noticias de tu colegio

### Santiago Oliván, colegiado del COMZ, Campeón de España del Campeonato de Ciclismo para Médicos

Santiago Oliván, colegiado del Colegio de Médicos de Zaragoza, es el campeón de España del Campeonato de Ciclismo para Médicos. La XIV edición de este popular evento deportivo entre la profesión médica se celebró en Salamanca, el pasado 3 de junio. Oliván se hizo con el oro registrando un tiempo de 2:32:11, tras completar una distancia de 87 kilómetros. Por parte del COMZ también participaron Máximo Pérez y Miguel Ángel Ibáñez. La prueba ciclista fue organizada por el Club Deportivo Ciclista PROMESAL (Promesas Salmantinas), con la colaboración del Colegio Oficial de Médicos de Salamanca.



### Alcanzamos el XII Torneo de Pádel y el XIII Torneo de Golf del Colegio de Médicos de Zaragoza

El pasado 2 de junio se disputaron las finales del XII Torneo de Pádel del COMZ. En el torneo se proclamaron campeones Jorge Iranzo y Manuel Castillo en la Categoría Masculina; Trinidad Cortés y Severiano Cortés en la Categoría Mixta; y Amelia Campos y M<sup>a</sup> Carmen Saenz en la Categoría Femenina. Asimismo, el 12 de mayo se celebró el XIII Torneo de golf del Colegio de Médicos de Zaragoza. En él resultó primer clasificado en la categoría de caballeros Miguel A. Gómez Santos, y en la categoría de damas, Sonia Peña Vicente.

### El Colegio de Médicos de Zaragoza estrena perfil en Instagram y LinkedIn

El Colegio de Médicos de Zaragoza estrena perfil en Instagram (@medicoszaragoza) y página corporativa de LinkedIn (Colegio de Médicos de Zaragoza) con nueva imagen. Desde la entidad colegial se anima a todos los colegiados a difundir las publicaciones, dar likes y, en general, ayudar a difundir el contenido del COMZ usando el hashtag #medicoszaragoza. El objetivo es llevar las redes al siguiente nivel y mejorar los canales de comunicación con la colegiación, con la fiel creencia de que una sociedad bien informada es una sociedad más saludable.

## Noticias de tu colegio

### Nuevas sesiones del Foro de Deontología del COMZ

Durante el primer semestre de 2023, el Colegio de Médicos de Zaragoza ha celebrado nuevas sesiones del Foro de Deontología Médica. Durante éstas se han abordado temas como los aspectos éticos del triaje en un incidente con múltiples víctimas, la bioética y su relación con la ciencia y los valores humanísticos, la situación de la Formación Sanitaria Especializada, y la aplicación de la LORE (Ley Orgánica Reguladora de la Eutanasia en España), así como la perspectiva evolutiva actual.

En esta edición el Foro ha alcanzado más de 800 asistentes.

### La sala de exposiciones del Colegio de Médicos de Zaragoza acoge 'Momentos de acuarela', de Irene Vázquez

La sala de exposiciones del Colegio de Médicos de Zaragoza (C/ Ana Isabel Herrero, 3-5) ha acogido hasta el 27 de junio la exposición 'Momento de acuarela', de Irene Vázquez. Desde su infancia, la artista ha tenido inquietud hacia las artes plásticas, pero no fue hasta el confinamiento de 2020 cuando comenzó a pintar de manera continuada. Por el juego de transparencias, que trasmite frescura y ligereza, la acuarela es la técnica en la que más disfruta.

La autora es médico de profesión y desde hace 16 años ejerce en el Hospital Miguel Servet de Zaragoza como especialista en Cirugía Cardiovascular. Su faceta personal como pintora se ha podido conocer en esta exposición, compuesta obras originales, pintadas a mano. Algunas son únicas y de creación personal, mientras que otras son copias de autores que inspiran a la pintora, como Idoia Lasagabaster, Alex Hillkurtz o Pedro Rubén López.



#### MOVIMIENTO COLEGIAL ENERO-JUNIO 2023

Altas nuevas: 164

Altas nuevas procedentes de otros colegios: 55

Reingresos: 25

Bajas por traslado otras provincias: 87

Bajas por otras causas: 17

Fallecidos: 13

Jubilados: 94

Número total colegiados: 8.069

# Intentos autolíticos por paracetamol

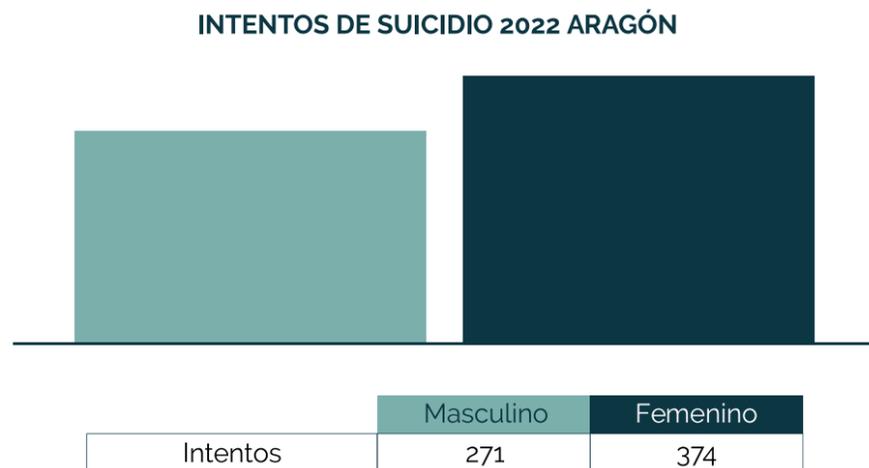
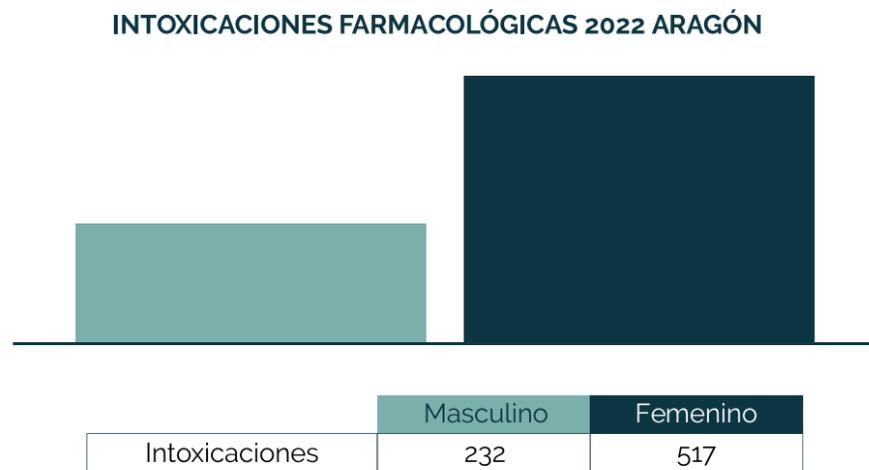
Además del grado de intencionalidad suicida a la hora de elegir el método, la disponibilidad de la sustancia tóxica parece ser un factor determinante en su utilización.

**El paracetamol, se vende en cualquier farmacia.**

El riesgo de suicidio puede existir fundamentalmente entre otras causas psicosociales, en el contexto de trastornos mentales que puedan padecer las víctimas: trastornos de ansiedad, depresión, psicosis y también en trastornos de la personalidad. Se observa un incremento en los últimos años, del número de casos psiquiátricos atendidos por diferentes motivos causales y sería motivo de estudio.

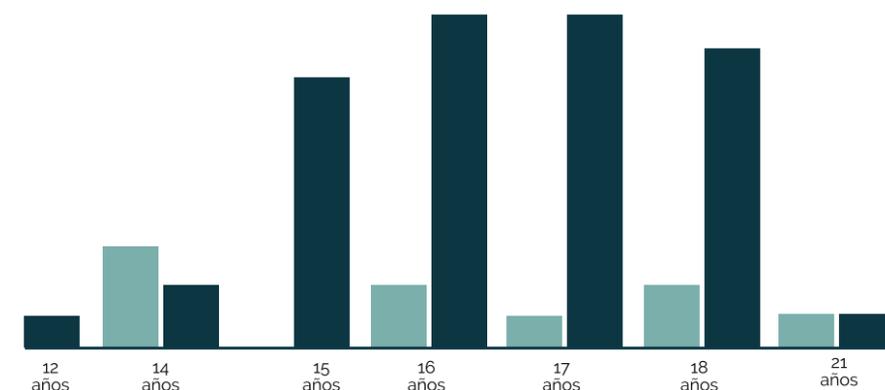
El aumento exponencial de los trastornos mentales relacionados con cuadro depresivos y ansiedad está suponiendo también un importante aumento en el número de atenciones por intentos autolíticos desde el 061 Aragón (se trata de avisos que pasan para regulación telefónica por el equipo de médicos y enfermeros a través de su Centro Coordinador de Urgencias y Emergencias, CCU).

Existe un gran volumen de pacientes, que entran en el CCU 061 a través de una llamada telefónica como avisos Emergentes por Intoxicaciones Farmacológicas de origen mixto por diferentes sustancias ( ansiolíticos , neurolépticos , AINES, opiáceos...) a cualquier edad y observamos también pacientes con Intentos de Suicidio que constituye un preocupante número de casos de predominio en mujeres , muchos de ellos realizan varias tentativas y llama la atención que sucede a cualquier edad incluso desde la adolescencia.



En el caso de intoxicaciones por paracetamol hay un aumento de casos de sobredosis por ingesta de este analgésico, un perfil de paciente con frecuencia mujer joven o incluso adolescente que sigue un patrón muy similar con cuadros de ansiedad y depresión que van acompañados de mucha desesperanza. También son atendidos casos de comportamiento destructivo de niños y adolescentes vulnerables que presentan autolesiones corporales con cortes.

# INTENTOS AUTOLÍTICOS EN ADOLESCENTES Y JOVENES DURANTE 2022 EN ARAGÓN



	Masculino	Femenino
12 años	0	1
14 años	3	2
15 años	0	8
16 años	2	10
17 años	1	10
18 años	2	9
21 años	1	1

El Paracetamol (acetaminofeno) es el metabolito activo de la acetanilida (actualmente en desuso) perteneciente al grupo de los p-aminofenoles. Posee propiedades analgésicas y antipiréticas, escasa capacidad antiinflamatoria y su uso ha ido incrementándose, sustituyendo paulatinamente a la aspirina. Dado que no provoca alteraciones en el pH hemático ni de la coagulación, a dosis terapéuticas la aparición de efectos secundarios es menor.

Determinados factores como la edad, dieta carental, el estado nutricional deficiente, el alcoholismo o la asociación con ciertos fármacos, aumentan la susceptibilidad al paracetamol.

Los efectos lesivos del Paracetamol se atribuyen específicamente al metabolito activo, la N-acetilbenzoquinonimida, normalmente neutralizada por el glutatión y eliminada como ácido mercaptúrico. La aparición de efectos tóxicos por paracetamol en adultos tiene lugar tras la ingestión de 10-15 g (150-250mg/kg de peso), mientras que el efecto letal aparece con dosis superiores a 20-25 g.

En la complejión de un adolescente, una dosis de 8 gr de paracetamol puede resultar letal.

Cuando este metabolito excede a la síntesis del glutatión por su alta dosis,

provoca lesiones hepáticas, fundamentalmente necrosis centrolobulillar.

En ciertas series publicadas la nefrotoxicidad y necrosis tubular renal inmediata por paracetamol alcanza el 8,9%, sin que se haya podido identificar factores predictivos para esta complicación.

En los casos mortales además, pueden desarrollarse infecciones respiratorias por gérmenes gramnegativos, edema cerebral y coagulación intravascular diseminada.

En ciertos países anglosajones, las intoxicaciones por paracetamol suponen la causa más común de sobredosis en los servicios de admisión hospitalaria. Los diferentes estudios sobre las ventajas de la limitación en la venta del paracetamol, han coincidido en señalar un notable descenso en la morbilidad y mortalidad por este fármaco.

Sin embargo, el suicidio probablemente posee una dimensión más amplia y la restricción puede conllevar la elección de otros métodos igualmente eficaces. Resulta obvio, que el conocimiento acerca de los posibles métodos para cometer suicidios es difícilmente contenible, basta citar los ejemplos de jóvenes y adultos que obtienen dicha información a través de Internet (en las redes sociales y por mensajería ins-

tantánea circulan manuales de suicidio con paracetamol y otros métodos).

Las intoxicaciones van en aumento por intento autolítico ; son más frecuentes en mujeres que en hombres y en personas con alguna patología mental. La mejora de la atención a las personas en riesgo de suicidio implica actuar sobre diferentes factores de riesgo y promover los factores de protección que puedan influir en la conducta.

Bajo nuestro punto de vista esto requiere de acciones específicas que contemplen proporcionar información a la población (divulgación y sensibilización en el entorno familiar, social y profesional de la persona ) mediante la formulación y difusión de estrategias de prevención del suicidio, creando protocolos para mejorar la detección e intervención ante conductas autolíticas.

**Dra. Margarita Clavería Gutiérrez**  
Médico Regulador  
CCU 061 Aragón

**Diego Lagunas Pardo**  
Director de Enfermería  
061 Aragón

## Cartas a tu colegio

No hay duda de que la Medicina es dinámica. Y no solo por el avance de la ciencia y la tecnología, sino por los cambios sociales, demográficos, políticos, climáticos y un largo etc. que la afectan directamente. Es tal la presión a la que le someten estas influencias que la medicina se ha hecho muy flexible y capaz de adaptarse, como pocas disciplinas, a cualquier escenario al que deba enfrentarse. El ejemplo más notable, reciente y, al mismo tiempo dramático, ha sido la pandemia COVID-19, durante la cual podría decirse que por un tiempo la medicina rigió el mundo. Al decir de algunos líderes de opinión, incluso, lo hizo de manera dictatorial. Al mismo tiempo, la medicina se ve comprometida por retos y tensiones. Por ejemplo, la irrupción e inevitable implantación de la "inteligencia artificial" en muchos ámbitos de la vida, cuya naturaleza, a juzgar por algunas opiniones serias, puede comprometer la esencia del ejercicio médico. Al mismo tiempo que flexible y adaptable, la grandeza de la medicina reside en su anclaje a valores y principios inmutables, muchos de ellos presentes ya en el juramento hipocrático y actualizados en el Código Deontológico vigente. El compromiso con la persona enferma, desde el respeto a su autonomía y valores; la proximidad y empatía, la comprensión; el estudio exhaustivo y el afán de actualización; el juicio crítico y reflexivo, siguen siendo el eje central del ejercicio médico, especialmente el clínico.

Sin embargo, son otros factores, más prosaicos y concretos, los que, en mi opinión, suponen el reto más importante para los sistemas sanitarios tal y como los conocemos actualmente. Es posible que la medicina no cambie en su fundamento, pero el ejercicio profesional puede hacerlo y hacerlo de un modo crítico, hasta el punto de ser insostenible. En este no deseado fracaso del sistema de salud de nuestro país tienen mucho que ver los responsables políticos

que no han estado a la altura de las necesidades y retos a los que la evolución demográfica y los cambios sociales le ha ido exponiendo. Sometidos al escrutinio de las urnas, a menudo han interpretado las necesidades del sistema sanitario a través de un prisma ideológico, ignorando la realidad, y la consecuencia, como se está viendo, ha sido funesta. La realidad nos muestra que la inversión financiera directa, con ser crucial, no es el determinante único del funcionamiento del sistema sanitario. Hay, a mi juicio, tres cuestiones que están socavando los cimientos del sistema hasta hacerlo insostenible en un futuro nada lejano.

El primero es la Atención Primaria (AP) que ni puede estar dotada por debajo de sus necesidades, ni permanecer aislada de la Atención hospitalaria. El paciente accede al sistema a través de la AP y si encuentra dificultades acudirá directamente a las Urgencias hospitalarias con las nefastas consecuencias que todos conocemos y no requieren explicación. El médico de AP debería ser el eje del sistema sanitario con un acceso franco a toda la información sobre el paciente. Desde la Atención hospitalaria se les debería contemplar con un respeto y admiración acordes a su importancia. El segundo aspecto amenazante, insuficientemente estructurado, es el abordaje decidido de la cronicidad y la pluripatología. El enorme consumo de tiempo y recursos que ocasionan los pacientes con enfermedades crónicas se concentra en unos pocos, los últimos, años de su vida. No es un grupo especialmente numeroso de personas, pero si complejo, que requiere mucho esfuerzo para mantener una calidad y esperanza de vida mínimas. Es cierto que existe un "plan de cronicidad" pero lo es solo nominalmente. Su abordaje práctico requiere un análisis mucho más profundo y coordinado de lo que se ha hecho hasta ahora. Además, implica un reto, hasta ahora soslayado por las autoridades, por su

complejidad, como es la incorporación, coordinación o articulación, como quiera denominarse, junto con una adecuada dimensión y financiación, de los servicios sociales y los sanitarios. Y, el tercer aspecto, inmiscuido en los otros es, a mi juicio, el diseño de una carrera profesional clara, razonable, explícita, exigente y atractiva para los profesionales sanitarios, que abarque desde el inicio de su trayectoria hasta el fin de sus carreras.

Probablemente el análisis peca de simple y deja fuera aspectos importantes. Al mismo tiempo, es muy difícil en tan poco espacio proponer además soluciones a problemas de tanto calado, aunque se pueden delinear las líneas maestras. De nuevo, en mi opinión, probablemente incompleta o equivocada, el comienzo de la solución sería el diálogo. Todos los partidos, especialmente los de gobierno, deberían sentarse y, más allá de matices ideológicos, pactar las bases de una sanidad eficiente y viable, porque todos los ciudadanos, independientemente de nuestra ideología, así lo queremos y así lo necesitamos. Algo que quedó patente de modo unánime en el reciente debate entre partidos que se celebró el pasado 3 de mayo en el iCOMZ. La gestión sanitaria debería profesionalizarse para evitar que los ingentes recursos que consume el sistema sanitario se administren, en buena parte, por la inercia de un sistema con los frenos gripados. Debería reconocerse el valor y esfuerzo de los sanitarios y remunerarlos, y no solo económicamente, de modo acorde a su importante papel social. Eso haría verdadera la tan manida frase, que todos hemos escuchado alguna vez de la boca de nuestros gestores, acerca de que "el mayor activo del sistema sanitario es su personal". Estas y, sin duda otras, medidas ayudarían a encontrar el camino que hace tiempo perdimos.

**Juan Ignacio Pérez Calvo.**  
Médico Internista.

## Cartas a tu colegio

Al hilo de la elección de plazas para la formación sanitaria especializada (Mir en el caso de los médicos), quería exponer algunas reflexiones. Vaya en primer lugar mi respeto y consideración para todas las especialidades médicas incluida la Dermatología, a la que voy a referirme a continuación. Es una especialidad muy bonita y completa, aunque es realmente sorprendente que se haya elegido por 23 de los primeros 100 aspirantes. 95 de los primeros 400 y haya agotado sus 120 plazas en el número 566. Bien entendido que tener un buen número en el Mir no garantiza ser un gran profesional y a la inversa.

Como he expuesto antes, la Dermatología es una especialidad muy interesante, pero cuando se les pregunta a los aspirantes por las razones de su elección casi

siempre aluden a la "calidad de vida" lo que indirectamente lleva a pensar en la falta de esa calidad de vida en otras especialidades. ¿No será que se están haciendo las cosas mal? ¿No habrá que mejorar las condiciones de trabajo en otras especialidades (guardias, turnicidad, formación, etc)? Me resisto a pensar y, sinceramente no creo, que sea la comodidad de los aspirantes, el motivo principal de la elección de los futuros dermatólogos. Es estupendo que tengan esa calidad de vida pero habría que mejorarla en otras especialidades.

En cualquier caso, lo que es evidente, es que se deberían realizar profundos cambios en muchas especialidades médicas y con ellos, siendo lo más importante, conseguir una excelente asistencia a toda la población.

**Vicente Villar Sebastián.**  
Médico de Familia jubilado.



**medioffice**  
**CALL CENTER MÉDICO**  
**¡ SUS PACIENTES SIEMPRE ATENDIDOS !**

933 637 350  
www.medioffice.es

- Atención Telefónica Médica Especializada
- Transferencia y desvío de llamadas
- Gestión de Citas - Concertación de Visitas
- Seguimiento de las consultas de sus pacientes
- Envío de mensajes (mail, sms, whatsapp)
- Información de servicios, convenios con mutuas y tarifas
- Agenda Médica - Software Médico en la nube
- Trabajamos on-line con el software de su consulta o centro médico
- Atención robotizada inteligente (IA), fuera de horario

## DR. ALBERTO SÁENZ CUSÍ

Hace unos meses que despedimos con gran dolor a nuestro jefe del instituto oncológico Quirónsalud de Zaragoza. Escribo para los que no tuvisteis el placer de conocerlo unas palabras que destaquen parte de lo que nos ofreció a nosotros.

Alberto nació el 22 de noviembre de 1956 en Barcelona y se graduó en la universidad de Barcelona en el año 1979. Realizó su formación MIR en el Hospital de la esperanza entre 1980 y 1984 y comenzó a trabajar como especialista de oncología en el casi recién estrenado servicio del Hospital Clínico de Zaragoza en julio de 1987. Así mismo puso en marcha el servicio de oncología en la medicina privada de Zaragoza en 1994 al principio compaginando ambas cosas, aunque dedicándose de forma plena al ejercicio privado desde mayo del 2018.

Los que nos hemos formado como residentes en el Hospital Clínico Universitario de Zaragoza no olvidaremos nunca las particularidades de nuestro Alberto puesto que no es una persona que pase desapercibida. Ese genio distraído que casi nunca llevó el cuello de la bata bien plegado sobre la camisa y nunca presumió de encontrar nada en aquella mesa desastre de su despacho en la planta 11 del clínico, que coronaba un cartel que rezaba "por favor no ordenar nunca esta mesa". Con paciencia infinita Alberto nos enseñó la medicina que creía que se debía practicar; que era una medicina humana, cercana, que no enten-

día de relojes ni de horarios. Puede que fuera hombre de pocas palabras en consulta, pero el que haya estado al otro lado de la mesa sabrá a ciencia cierta que ese médico que leía sin prisa los informes estaba allí solo para dedicarle a él su tiempo.

Mi Alberto se despidió del Clínico en una fiesta ochentera que organizó su amiga y compañera Pilar. Como todo lo que rodeaba a Alberto fue algo especial, espontáneo, divertido. Decía adiós a la medicina pública y ponía en marcha un proyecto al que se dedicó en cuerpo y alma los últimos años de su trayectoria profesional y de su vida: montar el instituto oncológico Quirónsalud de Zaragoza.

Cuando me llamó por teléfono para formar parte de esa locura sin dudarle le dije que sí y de nuevo tuve la gran suerte de volver a trabajar de su mano y de sus consejos. Alberto no trataba pacientes, Alberto los cuidaba, los miraba, hablaba con él y con sus familiares, los iba a ver a casa, charlaba con ellos de vino, de fútbol, de restaurantes...

Hace algo más de un año que supimos que se nos acababa el tiempo de compartir con Alberto. Todos estos meses hemos esperado que se obrara el milagro porque eso a veces pasa en oncología y, no cansábamos de repetirnos, nuestro Alberto se lo merecía. No puedo imaginarme lo que debe suponer para un oncólogo diagnosticarse de un cáncer avanzado conociendo, a

ciencia cierta, lo que eso significa. Sin posibilidad de "endulzar la cruda realidad" Alberto se enfrentó a la información con una serenidad y una entereza que nos paralizó a los demás en más de una ocasión. Durante estos meses, de tres líneas de quimioterapia, Alberto nos dio lo más preciado que tenía: su tiempo. Un tiempo que él, más que nadie, sabía que era finito. El, que sabía que el cronómetro estaba en marcha, nos ofreció un pedacito de sus buenos ratos y compartió con nosotros lo más grande que nos podía ofrecer: pequeños grandes momentos. Momentos de un vinito en casa, de una cena meticulosamente preparada con los miembros de los equipos, momentos de consultas en floresta, de "vida" en definitiva.

Sé que se nos ha ido un buen oncólogo, un médico excepcional y una bellísima persona y por eso lloramos tu pérdida amigo mío. También sé, porque nos lo dejaste bien claro, que no querías que lloráramos tu muerte, sino que celebráramos tu vida. Así que alzo mi copa por ti amigo mío: "No podré olvidar el dolor que sentí por tu pérdida, pero tampoco la experiencia de haberte tenido en mi vida".

Buen viaje amigo. Te echaremos de menos.

**Dra. Elena Aguirre Ortega**

## COLEGIADOS FALLECIDOS. ENERO-MAYO 2023

NOMBRE	FALLECIMIENTO
PINA LEITA, JOSE IGNACIO	26/01/2023
ABAD ALEGRIA, FRANCISCO	03/02/2023
MOZOTA BERNAD, SATURNINO	06/02/2023
URIETA SOLANAS, ANTONIO	07/02/2023
FERRER CRESPO, LUIS	28/02/2023
PEREZ GRACIA, ALFONSO	02/03/2023
BAIGET FAGES, JUAN	11/03/2023
SAENZ CUSI, ALBERTO	28/03/2023
GARBAYO CHIVITE, ANGEL	10/04/2023
IRIARTE IRURZUN, FRANCISCO JAVIER	12/04/2023
FERRER PERALTA, MIGUEL	26/04/2023
CHARLEZ AZLOR, ANTONIO LUIS	13/05/2023
AZORIN CORRAL, JOSE LUIS	30/05/2023

# Mapa de riesgos: Qué es y por qué es tan importante para el aseguramiento

Estar asegurado equivale a estar cubierto ante cualquier imprevisto y, por lo tanto, hay que tener en cuenta los riesgos a los cuales se enfrenta cada persona en su día a día para valorar la idoneidad de contratar un seguro con el que hacer frente a situaciones inesperadas.

## ¿Qué es el mapa de riesgos?

Conocer tu propio mapa de riesgos es el primer paso para darte cuenta de la necesidad de disponer de un buen seguro, pues permite detectar de donde pueden surgir hechos inesperados. Factores como la edad, la profesión, los compromisos personales o el patrimonio, entre otros, pueden ser la causa de que sobrevengan eventualidades para las cuales hay que estar preparado. Por eso, es recomendable revisar y actualizar periódicamente el mapa de riesgos a los cuales tiene que enfrentarse cada persona según sus circunstancias, para ver si las coberturas actuales de su cartera de seguros son las adecuadas, si hay que realizar ajustes o si conviene contratar una póliza nueva y más apropiada a su realidad cotidiana.

## Identificar bien el riesgo

Del mapa personalizado de cada persona dependerá la importancia que cada seguro pueda tener en su caso. Los seguros se pueden clasificar en diferentes grupos:

- Seguros que te cuidan a ti y a tu familia. El abanico disponible es muy amplio: desde el seguro de salud hasta el de asistencia en viaje

o los seguros de vida, accidentes, de dependencia, decesos o baja laboral. Los seguros de protección familiar ayudan a protegerte a ti y a tus seres queridos ante el impacto económico que supone cualquier imprevisto.

- Seguros que cuidan de tus bienes. Aquí se incluirían el seguro del automóvil –que es obligatorio para todos–, el seguro del hogar y el de locales comerciales, entre otros. Estas pólizas cubren el patrimonio frente a posibles hechos accidentales y/o imprevistos (incendio, robo y otros hechos) así como frente a pérdidas a consecuencias de fenómenos atmosféricos o catastróficos
- Seguros vinculados a la responsabilidad personal y profesional. No deben subestimarse las contingencias de las que somos, directa o indirectamente, responsables. Las pólizas de responsabilidad civil, así como algunas pólizas de las denominadas multirriesgo (p.e. Hogar o Comercio) ofrecen protección en caso de que se provoquen daños a terceros de forma involuntaria. Por ejemplo, una gotera ocasiona desperfectos en el vecino del piso de abajo, la responsabilidad como cabeza de familia, como propietario de un animal doméstico, etc. O un Seguro de Responsabilidad Civil por la actividad profesional que responde ante cualquier incidencia del ejercicio de esta.

## ¿Por qué es importante el mapa de riesgos?

Trazar un mapa de riesgos y revisar los seguros es una garantía de prevención. Los años pasan y nuestras circunstancias cambian, y estos cambios, sean pequeños o grandes, nos pueden afectar en el ámbito económico, con sobrecostos derivados de una duplicidad de coberturas, y en una reducción de tu grado de protección, ya sea por exposición a nuevos riesgos o porque las coberturas que tienes contratadas están obsoletas o son insuficientes. Por eso es tan importante hacerse una póliza adecuada a las necesidades de cada uno, como tenerlas actualizadas a las circunstancias del momento.

## Cómo te podemos ayudar desde Arabrok

Desde Arabrok, ofrecemos la posibilidad de disfrutar gratuitamente de un mapa de riesgos a los colegiados del COMZ. Una vez realizado por un asesor experto, te entregará un informe detallado de tu grado de protección actual y las soluciones aseguradoras necesarias para que disfrutes de una protección integral adaptada al momento. Si estás interesado en recibir una revisión gratuita de tus seguros, te atenderemos en:

La sede del Colegio de Médicos de Zaragoza, en paseo Ruiseñores, 2, abierta de lunes a viernes de 8.00 a 20.00 horas.

Nuestra oficina en el Paseo de la independencia, 5, principal derecha, Zaragoza. El horario de atención es de lunes a viernes de 9.00 h a 19:30 h

El teléfono gratuito 900 83 16 26 o en el 976 38 80 11 ext. 154 / 156

Los correos electrónicos [info@arabrok.es](mailto:info@arabrok.es) o [seguros@comz.org](mailto:seguros@comz.org)

Te recordamos que, con el fin facilitar el servicio a los colegiados, los asesores de Arabrok se desplazarán al hogar, puesto de trabajo o donde se les requiera.

# Asesoramiento asegurador personalizado para los colegiados



Como correduría colaboradora del COMZ, te asesoramos desde el primer día para que tengas una cobertura aseguradora adaptada a los riesgos y necesidades del momento.



Asesoramiento personalizado



Soluciones a medida



Compañías líderes



Gestión integral de siniestros



Atención multicanal



Revisión gratuita de seguros

## Solicita una revisión gratuita de seguros

[www.arabrok.es](http://www.arabrok.es)  
[info@arabrok.es](mailto:info@arabrok.es)  
900 831 626

Oficina:  
Pº Independencia, 5, pral. dcha  
50001 Zaragoza

Sede del COMZ:  
Paseo Ruiseñores, 2  
50006 Zaragoza

## Profesionales al servicio de profesionales

El COMZ actúa como colaborador externo de ARABROK MEDIACION SL. NIF B-01766625. Domicilio social: Paseo Independencia 5 pral. dcha, 50001 Zaragoza. Inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza, al tomo 4479, folio 66, hoja número Z-67410, inscripción 1a, con clave DGSFP J3848. Póliza de Responsabilidad Civil y capacidad financiera conforme el art. 157 del RDL 3/2020, de 4 de febrero, de transposición de la Directiva (UE) 2016/97, sobre la distribución de seguros.

El Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza actúa como colaborador externo de Arabrok Mediación S.L. NIF B-01766625, inscrita en el Registro administrativo de la DGSFP, clave J3848. Póliza de responsabilidad civil y capacidad financiera de acuerdo con el art. 157 del Real Decreto Ley 3/2020, de 4 de febrero, que transpone la Directiva (UE) 2016/97, de 20 de enero, sobre la Distribución de seguros.

---

# Condiciones especiales de financiación para colegiados y colegiadas (y sus familiares)

**Confianza, cercanía y trato personalizado, tres pilares de la relación profesional**

---



LABORAL Kutxa ofrece al personal sanitario y no sanitario del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza, y por ende a sus familiares, condiciones preferentes de financiación para la adquisición de su vivienda habitual o de su segunda vivienda, así como para revisar la idoneidad del préstamo que tienes en la actualidad.

LABORAL Kutxa, es una de las entidades financieras de referencia de Zaragoza en la concesión de préstamos hipotecarios y en proporcionar financiación personal, con destino a adquisición de bienes y servicios, así como para afrontar obras menores.

Cualquier persona del Colegio y sus familiares, podrán disponer de un asesor personal exclusivo. Un gestor, con nombre y apellidos, que facilitará información exhaustiva y asesoramiento personalizado, adaptado a las necesidades individuales.

Cada solicitud recibirá un estudio detallado, tanto para la adquisición de una nueva vivienda, como para analizar si tu actual hipoteca puede ser mejorada. También ofrecerá orientación sobre otro tipo de necesidades financieras y fiscales. Una oportunidad exclusiva para el Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza.

✓ **Un buen asesoramiento garantiza una correcta elección.**

✓ **¿Hipoteca fija o variable? Flexible, adaptada a tus necesidades.**

✓ **Financiación a tú medida para ti y tu familia.**



---

Persona de contacto en LABORAL Kutxa:

**Luis Puente Mansilla**

976 695 322 · 639 987 484

[luisalberto.puente@laboralkutxa.com](mailto:luisalberto.puente@laboralkutxa.com)

---