

# Salut i Força

El periódico que promueve la salud en Baleares

Del 13 al 26 de Junio de 2011 • Número 202 • Año IX - 2ª Época

• EJEMPLAR GRATUITO



El sol que  
más caliente  
ya está aquí

Los socorristas de Cruz Roja en las playas de Baleares ofrecerán información a los bañistas para sensibilizarles sobre la necesidad de proteger su piel adecuadamente de los efectos negativos de los rayos solares. Este será uno de los efectos de la nueva campaña 'No dejes que el sol cambie la foto de tu perfil'.

La campaña ha sido presentada en la Plaza España de Palma, escenario que ya viene siendo habitual para la difusión de estas iniciativas, con la participación de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), Cruz Roja y el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Baleares (Cofib), entidades implicadas en el proceso. *Págs. 11 a 15*

## Actualidad



Un nuevo equipo para navegar por el cerebro

## Entrevista

Manuela García  
*“Hay que saber ofrecer reconocimientos económicos y científicos para captar talentos”*



## Eivissa i Formentera

El doctor Sergio Sánchez Cerrato se incorpora al servicio de Oncología del Hospital Can Misses



## Menorca

Los nutricionistas del Hospital Mateu Orfila ofrecen consejos sobre hábitos alimentarios saludables



## M E N O R C A

# El electrocardiograma digitalizado llega a la Atención Primaria de Menorca

## REDACCIÓN MENORCA

El Centro de Salud Virgen del Toro de Maó ha formado parte, en los últimos meses, de una experiencia piloto en el proceso de digitalización del electrocardiograma. El médico Josep Maria Coll y la enfermera Rosa Díaz son las personas que han participado en el desarrollo de la misma. Coll asegura que "no ha sido fácil y que como todas pruebas piloto ha tenido algunos pequeños problemas, que hemos podido solucionar a posteriori."

Las ventajas del proceso de digitalización son destacados. Josep Maria Coll, explica que "aunque el paciente a nivel físico no nota ningún cambio y se hace el electrocardiograma como es habitual, tiene muchas soluciones prácticas". Una de las principales ventajas es que una vez realizada la prueba, el electrocardiograma envía el resultado (a través de la red informática) a la historia clínica electrónica del paciente. La imagen mejora con resolución respec-



Una profesional del Centro de Salud Virgen del Toro, realizando un electrocardiograma digitalizado.

to a las imágenes digitalizadas actuales. La mejora de la seguridad del paciente es otro de los avances del nuevo proceso de digitaliza-

ción. Coll añade "esperamos que un futuro sea accesible por otros especialistas".

Uno de los requisitos básicos

es que el paciente lleve su tarjeta sanitaria en el momento de realizar la prueba, aunque la identidad del paciente también

se puede introducir manualmente.

La valoración a día de hoy es positiva y dado el éxito de la experiencia, se implantará progresivamente en todos los centros de salud de la isla de Menorca.

A grandes rasgos, por tanto, las ventajas son la rapidez, la desaparición del papel (siempre que se quiera), la eliminación del riesgo de pérdida de documentos y accesibilidad a la historia clínica del paciente. Como añade Coll "ahora tenemos una nueva buena herramienta organizativa interna". Hay que valorar también algunas observaciones y es que como todo proceso moderno de digitalización, siempre se depende de la buena conexión a la red del Servicio de Salud.

Junto con Josep Maria Coll y Rosa Díaz, han hecho posible esta experiencia Amador Ruiz del Grupo Funcional de la Historia Clínica e-SIAP; Inés Florit, informática de Atención Primaria de Menorca, y la gente de la OTIC, IBIT y Philips.

## Los nutricionistas del Hospital Mateu Orfila ofrecen consejos sobre hábitos alimentarios saludables

Se encargaron de desmentir mitos erróneos y de advertir del peligro de las dietas milagro

### REDACCIÓN MENORCA

Pensar que la fruta engorda, que el pan es malo o que no es bueno beber agua durante las comidas son algunos de los falsos mitos sobre la alimentación que los expertos tratan de desmentir desde un asesoramiento profesional. Los tres dietistas-nutricionistas del Hospital Mateu Orfila han querido difundir entre el personal sanitario y los pacientes de paso por el centro los consejos sobre hábitos alimentarios saludables coincidiendo, con la celebración del Día Nacional de la Nutrición que, este año, se convocó con el lema "Pon ejercicio a tu plato".

Por eso, se distribuyeron trípticos informativos para concienciar a la gente de la importancia del ejercicio físico y con las pautas a tener en cuenta desde el punto de vista de la correcta hidratación, alimentación y las recomendaciones a la hora de practicar una actividad física. Se trata de pautas pensadas para gente de todas las edades que no presentan ninguna patología ya que, en casos de obesidad, desnutrición o de trastornos alimen-



Los tres nutricionistas del hospital informando al personal sanitario desde la mesa.

tarios, es imprescindible contar con un tratamiento personalizado por parte de los profesionales.

Cati Bosch, nutricionista que forma parte del equipo de cocina del Hospital; Alicia Vi-

dal, responsable de las consultas externas de dietética y nutrición, y Josep Lluch, vinculado al servicio de Farmacia del centro, quisieron reivindicar también una profesión joven que por otra parte, tiene un elevado gra-

do de intrusismo. Aseguran que el abordaje es muy diferente en el caso de una persona que tiene que perder dos kilos o paciente con obesidad que debe perder veinte o más. Ante la proliferación de dietas milagro, recordar que hay que desconfiar de todas aquellas propuestas que prometen perder peso de manera muy rápida y desaconsejan de manera radical el famoso método Dunkan, desautorizado por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria, la Asociación Española de Dietistas y nutricionistas o el Colegio de Dietistas y Nutricionistas de las Islas Baleares, entre otros. La obesidad es multifactorial y precisa de un abordaje desde el punto de vista médico, farmacológico y desde la actividad física, recuerdan los tres profesionales.

Un error frecuente es confundir el tener una vida activa con hacer ejercicio físico. Los dietistas-nutricionistas explican que la actividad física ayuda a mejorar el control del peso corporal y el estado metabólico a la vez que tiene beneficios sobre la salud mental y emocional, sube la autoestima y mejora el riesgo de partir ansiedad o depresión.