

BOLETÍN SEMANAL DE ACTUALIDAD DEL ICOMEM

# EL VIERNES

NÚMERO 3. VIERNES 30 DE ABRIL DE 2021

PRÓXIMOS CONTENIDOS DE  
ICOMEM MEDIA

ICOMEM MEDIA ESTRENA LOS  
COLOQUIOS MÉDICOS A LA  
CARTA

UN 25% DE LOS  
MÉDICOS HA ESTADO  
DE BAJA POR  
MOTIVOS  
RELACIONADOS CON  
LA COVID-19

MÉDICOS POR EL MUNDO  
SERÁ EL NUEVO ESPACIO  
DEDICADO A LA  
COOPERACIÓN  
SANITARIA DEL ICOMEM

MAÑANA SE CELEBRA  
EL CONCIERTO  
HOMENAJE AL  
COMPOSITOR ANTÓN  
GARCÍA ABRIL

CURSO DE VISUAL ABSTRACT  
PARA DAR UNA VUELTA A LA  
COMUNICACIÓN CIENTÍFICA

FELIZ VIERNES



Ilustre Colegio  
Oficial de Médicos  
de Madrid



# VIERNES

Un día más, nos acercamos al fin de semana agradeciendo que le dedique estos minutos al ICOMEM.

Esta semana, el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos (CGCOM) ha pedido, con motivo del Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo, avanzar en la protección de la profesión médica con la declaración de "profesión de riesgo".

Llevamos más de un año de pandemia y en este tiempo muchos médicos han sufrido el contagio por COVID-19 en el desarrollo de la asistencia prestada a pacientes enfermos. A lo que se suma la nada desdeñable cifra de profesionales fallecidos por esta causa en el ejercicio de su profesión.

Hoy escribo estas líneas en memoria de los que ya no están, y en la de aquellos que permanecen en primera línea de batalla luchando por salvar vidas. Los profesionales de la salud no sólo están en riesgo de infección, también tienen gran probabilidad de desarrollar estrés continuo o caer en la depresión. En este número recogemos el estudio que analiza las repercusiones de la COVID-19 sobre la salud y el ejercicio de la profesión de los médicos de España. Porque las secuelas no solo físicas, también psicológicas, son insalvables especialmente para quienes viven día a día lo que este virus está haciendo con cada una de las víctimas.

No hay duda de que la profesión médica es de riesgo. Ahora, falta el reconocimiento.

Feliz fin de semana.

El Viernes,



# ACTUALIDAD ICOMEM

## ➔ CUATRO MESES DESDE EL INICIO DE LA VACUNACIÓN



Esta semana se han cumplido cuatro meses desde que España comenzó la vacunación contra la COVID-19. El ICOMEM arrancó su propia campaña #ICOMEMvacuna el pasado 26 de marzo.

En sesenta y cinco días el ICOMEM ha administrado 9.800 dosis.

Estos días, nuestro país ha recibido cuatro millones de vacunas, el récord hasta la fecha. Esto permitiría alcanzar los cinco millones de vacunados con la pauta completa la semana que viene.

## ➔ COLOQUIOS A LA CARTA EN ICOMEM MEDIA

Bajo el sello Punto de Encuentro, el ICOMEM estrena una serie de coloquios de alto nivel intelectual sobre asuntos de actualidad médica y científica que son noticia.

El primero de estos diálogos lo conduce el Dr. F. Javier Martín - Sánchez, vicesecretario de la institución colegial. En él analiza el síndrome post-COVID y sus secuelas junto con la Dra. Mari Cruz Martín-Delgado, jefa de la Unidad de Cuidados Intensivos del H. Universitario de Torrejón y presidenta electa de la Federación Panamericana e Ibérica de Medicina Crítica y Terapia Intensiva, y los doctores José María Molero, especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, y Emilio Bouza, experto en Enfermedades Infecciosas y Microbiología.

En el programa que pueden ver en ICOMEM Media desgranarán el Documento de Posicionamiento elaborado por el Comité Científico de COVID-19 del ICOMEM presidido por el Dr. Bouza.



## ➔ CURSO DE VISUAL ABSTRACT

Curso de apreciación, análisis y realización de **VISUAL ABSTRACTS**



Una nueva metodología de Comunicación Científica ha llegado para quedarse.

Algunas revistas como Annals of Surgery ya emplean esta técnica conocida como Visual Abstract, el soporte principal para difundir de forma amena y viral la ciencia del siglo XXI.

Si quieren saber más sobre el impacto de estas escenas de divulgación gráfica y sanitaria y cómo crearlas, el próximo 11 de mayo, a las 18:00 de la tarde, pueden ver el webinar de Visual Abstract. Los profesores, son Guido Rodríguez de Lema y Juan Sánchez-Verde, los dos médicos e ilustradores gráficos creadores de Yo, Doctor.

Inscripciones aquí



El doctor Martín-Sánchez considera de vital importancia la realización de estos encuentros "en un tiempo en el que se hace imprescindible la búsqueda de referentes que generen certezas tanto en la profesión médica como en la población general".

Los invitados explican, entre otras cuestiones, si el síndrome post-COVID es un asunto frecuente en las consultas de Atención Primaria, si son más habituales las secuelas en los pacientes que han estado críticos o semicríticos o cómo se diferencia el síndrome post-COVID del síndrome post-UCI.

En próximas ediciones estudiarán la investigación en el desarrollo de las vacunas, los cambios recientes en la gestión hospitalaria durante la pandemia, los conceptos sobre el final de la vida o la importancia de mejorar la atención de los centros sociosanitarios.

Este primer coloquio se encuentra ya disponible en la plataforma ICOMEM Media y es accesible para todos aquellos que quieran disfrutar del conocimiento científico, con rigor y a la carta. Pueden hacerlo a través de esta dirección <https://www.icomem.es/media>



## EL COLEGIO

### ➔ CONCIERTO HOMENAJE A ANTÓN GARCÍA ABRIL

El Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Madrid, retransmitirá en directo y en streaming, el próximo día 1 de mayo, un concierto homenaje al compositor Antón García Abril, recientemente fallecido.

La Escolanía JMJ, acompañada al piano por Alberto Álvarez, y bajo la batuta de su director, David de la Calle, interpretará la 'Colección de Canciones infantiles' del compositor. Música de gran belleza compuesta especialmente para voces blancas.

La Escolanía JMJ nació en 2015 dentro de la Orquesta Sinfónica y Coro JMJ. Los niños de la Escolanía JMJ ensayan todas las semanas en Madrid, y gracias a su trabajo y a la dirección de David de la Calle se han convertido en un referente del panorama musical actual.

El evento que se realiza por iniciativa de la Vocalía de Médicos Jubilados, tendrá lugar a las 12:00 del mediodía en el Gran Anfiteatro del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Madrid



García Abril es autor de música orquestal, música de cámara, obras vocales y bandas sonoras para películas y series de televisión.

La 'Colección de Canciones infantiles' las realizó García Abril sobre textos de Federico Muelas que evocan el mundo de la infancia.

La **emisión en directo** puede seguirse mañana sábado desde aquí: [VER EL CONCIERTO EN DIRECTO](#)



### ➔ LA COOPERACIÓN TENDRÁ SU ESPACIO EN ICOMEM MEDIA

ICOMEM Media apuesta por trasladar la actividad del Colegio y dar valor a sus acciones solidarias. Las Ayudas a la Cooperación tendrán su espacio de diálogo específico en la programación on line del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Madrid.

El ICOMEM ha decidido este 2021 incrementar la cuantía de las Ayudas a la Cooperación Sanitaria Juan Bartolomé. Más de 80.000 euros han sido destinados a los sistemas sanitarios más desfavorecidos. Esta institución se enorgullece de ello, y por eso quiere entrevistar a los directores de los proyectos ganadores. Las once entidades que han obtenido las Ayudas concedidas por la Vocalía de Empleo y Cooperación del ICOMEM explicarán las principales motivaciones, necesidades y carencias que encontraron en los puntos de actuación.



Los protagonistas de estos programas serán Aztivate ONG, Fundación Rementería, Cirujanos Ortopédicos de España para el Mundo, Fundación Emalaikat, Fundación Alaine, Fundación Recover, Fundación Mozambique Sur, Arcoses España, Fundación Dilaya, Fundación Esperanza y Alegría y la Fundación Española de Cooperación Sanitaria.



# COVID-19

## UN 25% DE LOS MÉDICOS HA ESTADO DE BAJA POR MOTIVOS RELACIONADOS CON LA COVID-19

El estado de salud de los médicos españoles ha empeorado notablemente durante la pandemia, llegándose a alcanzar prevalencias muy elevadas de malestar y deterioro físico, mental y emocional que pese a ligeras mejoras, nunca llegan a recuperarse.

Así se desprende del estudio Repercusiones de la COVID-19 sobre la salud y el ejercicio de la profesión de los médicos de España realizado por la Fundación Galatea, la Organización Médica Colegial (OMC), el Colegio de Médicos de Barcelona y Mutual Médica y las profesoras Núria Mas, de IESE Business School y Judit Vall, del Institut d'Economia de Barcelona (IEB-UB), con la participación de 4.515 médicos españoles.

El informe evalúa el impacto de la pandemia sobre la salud física y mental de los profesionales en tres momentos:

- antes de la pandemia
- durante la primera ola (marzo-abril)
- último trimestre de 2020

Según el estudio, un 25% de los médicos ha estado de baja en algún momento desde el inicio de la pandemia por motivos relacionados con la COVID-19 (han sido positivos o presentaron sintomatología), un 2% ha sido hospitalizado y el 8% ha vivido la muerte de algún compañero de trabajo por esta causa.

Según el informe, los profesionales duermen menos y peor- un 27% duerme menos de 6 horas, el doble que antes de la pandemia, que representaba un 14%.

Además, un 23% considera que su salud es mala o regular. Asimismo, seis de cada diez presentan algún indicador de fatiga, dolor o estrés y la misma proporción sufre síndrome de burnout (estrés que se cronifica y cursa en forma de hartazgo y agotamiento, más aún ante la expectativa de "no ver el final del túnel").

En consecuencia, se registra un incremento del consumo de tranquilizantes e hipnóticos: del 18,6% al 29,4%.

Las energías de los médicos están al límite, tal como muestran diversos indicadores: el 51% afirma sentirse "sobrepasado" y menos preparado física y emocionalmente ante nuevas olas, ya que se van enfrentando a ellas sin haber podido recuperarse de las anteriores.

Cabe reseñar, que un tercio de los profesionales han tenido que enfrentarse a dilemas éticos, ante los cuales la mejor manera de gestionarlos acostumbra a ser en equipo (61%).

Por ello, el 20% se ha planteado adelantar la jubilación cuando llegue el momento y hasta el 34% ha llegado a barajar la idea de abandonar la profesión, aunque reconocen que no lo harán.

No obstante, los profesionales se han sentido masivamente apoyados por sus compañeros y equipos en los peores momentos de la crisis (83%) y también por los pacientes (82%), pero solo uno de cada tres médicos ha percibido el apoyo de su organización y de los gerentes y directivos de sus centros de trabajo.

Para el Dr. Tomás Cobo, presidente de la Organización Médica Colegial, estos datos ponen de relieve "el tremendo esfuerzo realizado por la profesión y la necesidad de cuidar al que cuida desde todas las instancias posibles".

Indicadores de estado de salud			
	Antes COVID	Marzo-mayo	Después
Percepción salud mala o regular	6,9	...	23,2
Duermen menos 6 horas	14,1	...	27,1
Dificultad para dormir	9,4	44,7	32,8
Tienen a menudo pensamientos de "no poder más"	12,3	50,0	40,0
Se sienten quemados en su trabajo	20,8	47,0	47,5
Consumo de tranquilizantes o hipnóticos	18,6	...	29,4
Presentan algún indicador de fatiga	19,7	58,5	51,5
Presentan algún indicador de dolor	13,8	35,9	36,0
Presentan algún indicador de estrés	13,7	51,3	41,6
Presenten algún indicador de fatiga, dolor /o estrés	30,8	69,5	62,7
Dimensiones de Burnout			
Agotamiento personal	24,9	74,0	61,8
Agotamiento profesional	33,3	60,9	54,2
Agotamiento relacional	18,6	36,3	34,5

# YA DISPONIBLE EN ICOMEM MEDIA



## I Ciclo de Orientación Laboral

Moderado por el **Dr. Alfonso Prada Cañizares**, vocal de Médicos para la Promoción de Empleo y Cooperación Internacional, **Dra. Cristina Sánchez Díaz**, Vocal de Médicos en Formación y la **Dra. Alina Ortega Briones**, médico especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología.

Ponentes:

- **Irene García Martínez**, Consultora Senior en Gestión del Cambio en el Área de P&O de Watch&Act. Lideró la Oficina de Promoción de Empleo Médico de Calidad (OPEM) en FPS de la Organización Médica Colegial.
- **Concepción Sánchez Megías**, Politóloga y Máster en Dirección de Recursos Humanos y Organización Empresarial. Experta en Empleo, Talento y Recursos Humanos.
- **Berta Mateos Romero**, Profesora miembro del equipo docente del Grupo CEF. – Udimas adscrita al área de marketing. Emprendedora y fundadora de Impacta con LinkedIn
- **Dra. Pilar Rico Nieto**, Médico especialista en Medicina del Trabajo y Medicina Preventiva Laboral.
- Raquel García Centeno, Directora Territorial Mutual Médica Zona Centro Sur.
- **María García Puente**, Especialista en Ciencias de la Salud y en la gestión de bibliotecas médicas.



## Presentación del Documento Síndrome post-COVID, del Comité Científico del COVID-19 del ICOMEM

Dirigido por el **Dr. F. Javier Martín-Sánchez**, vicesecretario del ICOMEM

Invitados:

- **Dra. Mari Cruz Martín-Delgado**, jefa de la Unidad de Cuidados Intensivos del H. Universitario de Torrejón y presidenta electa de la Federación Panamericana e Ibérica de Medicina Crítica y Terapia Intensiva.
- **Dr. José María Molero**, especialista en Medicina Familiar y Comunitaria
- **Dr. Emilio Bouza**, experto en Enfermedades Infecciosas y Microbiología y presidente del CCI sobre COVID-19.



# PRÓXIMAMENTE, EN ICOMEM MEDIA



## SEMANA DEL 3 AL 9 DE MAYO

### Investigación sobre la COVID-19. Lunes 3 de mayo



Dirigido por **Dra. María Cordón**, vocal de Médicos de Ejercicio Libre del ICOMEM

Invitados:

- **Margarita del Val**, viróloga, inmunóloga y epidemióloga del CSIC.
- **Dr. Vicente Larraga**, virólogo del CIB-CSIC.
- **Dr. Emilio Bouza**, experto en Enfermedades Infecciosas y Microbiología y presidente del CCI sobre COVID-19.

---

### Gestión Clínica en tiempos de pandemia. Miércoles 5 de mayo



Dirigido por el Dr. Luis Cabeza Osorio, vocal de Médicos de Atención Especializada y Hospitales.

Invitados:

- **Dr. Fernando Prados Roa**, Coordinador General del Hospital de Emergencias Enfermera Isabel Zendal.
- **Dr. Juan José Ríos Blanco**, Director Médico del H.U. La Paz.
- **Dr. Juan Pablo García Capelo**, Director Gerente del H.U del Henares.

# CALENDARIO

## 1 MAYO

---

- Retransmisión en directo en streaming del concierto homenaje al compositor Antón García Abril.

## 4 MAYO

---

Conferencia Vocalía de Jubilados. Ciclo de Historia de Madrid: "El Madrid de Enrique IV" 18:00 (streaming).

## 5 MAYO

---

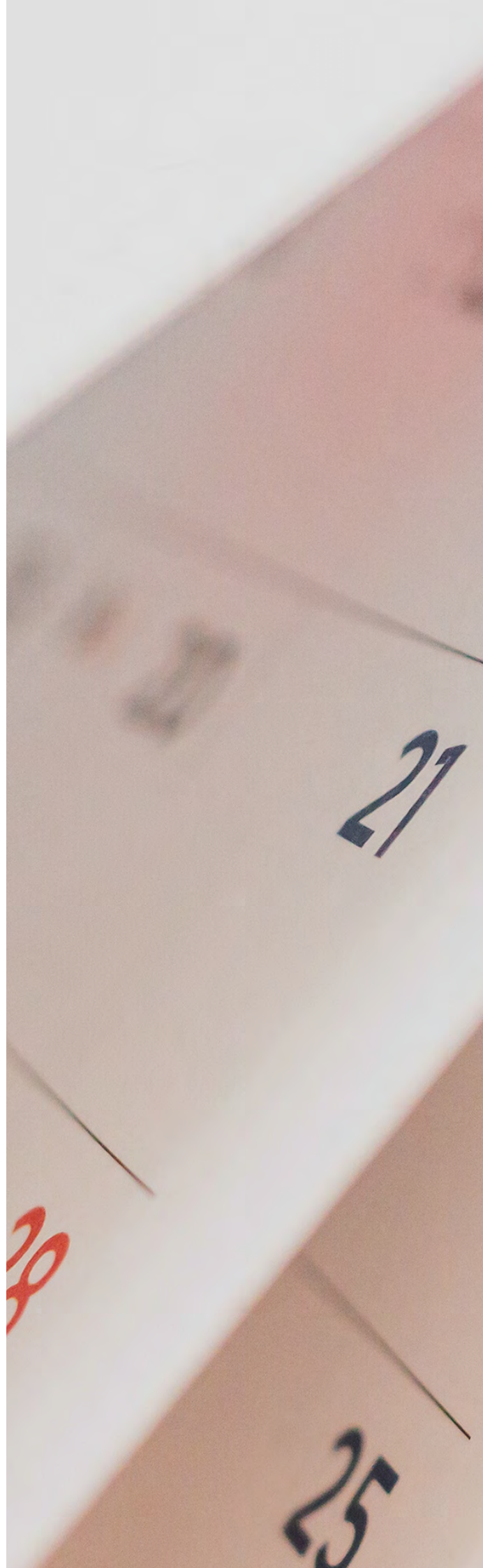
- Conferencias Historia del Arte Hospital 12 de octubre. 11:00-13:00 (streaming).

-

## 7 MAYO

---

Conversación en Inglés para Médicos Jubilados.  
9:00 - 10:30  
10:30 - 12:00  
12:00 - 13:30





**Si alguien desea una buena salud, primero debe preguntarse si está listo para eliminar las razones de su enfermedad. Solo entonces es posible ayudarlo.**

**HIPÓCRATES**



**FELIZ VIERNES**