

# Marián GARCÍA

DOCTORA EN FARMACIA



PILAR BENITO

**Visita** La farmacéutica va a clausurar mañana por la tarde la Jornada sobre Seguridad Alimentaria que ha organizado el Colegio de Farmacéuticos de Murcia con la conferencia 'Superalimentos, rico rico y sin fundamento'.

## perfil

Bloguera **Al mes,**  
**600.000 visitas**

Manchega de nacimiento, y con raíces castellano- viejas, como ella dice, actualmente vive en Madrid y es madre de dos niños. Doctora en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid, también tiene un Grado en Nutrición Humana y Dietética y es diplomada en Óptica y Optometría. Compagina el despacho en la farmacia con la docencia en la Universidad Isabel I de Castilla. Su interés por la divulgación sanitaria le llevó a abrir el blog [boticariagarcia.com](http://boticariagarcia.com) hace tres años, una página que tiene ya 600.000 visitas mensuales. «Básicamente, hago lo que cada día con mi bata blanca en la farmacia, pero por escrito». Además, participa en programas de televisión y radio: «Vamos, que si veo un micro abierto, me engancho», comenta. Y también escribe y hace vídeos semanalmente para un diario.



» *«Vivimos en la salud del postureo, con alimentos de propiedades fantásticas; pero luego, la nevera está llena de comida procesada»*

La doctora en Farmacia y miembro de la Academia Santa María de España de Murcia, Maríán García, acaba de publicar su segundo libro sobre salud y nutrición, que en esta ocasión dedica a los progenitores primerizos: 'El moco radioactivo'. Al igual que en el primer caso, 'El paciente impaciente', la joven farmacéutica aborda «desde el rigor,

pero también con humor», las angustias y los agobios que sufren quienes se estrenan con la paternidad y la maternidad. Tanto desde su blog, como desde sus artículos y ahora desde sus libros, intenta poner un poco de cordura en una sociedad «sobreinformada por culpa de Internet» y en lo que ella denomina la «salud del posturo».

**A** caba de salir, hace un mes concretamente, su segundo libro sobre divulgación sanitaria. ¿Por qué *El moco radioactivo*?

El primer libro surgió a raíz de mi blog *boticariagarcía*, que empecé a escribir por luchar contra el Dr. Google, porque todo el mundo tiene la impresión de que lo sabe todo; y en la farmacia nos da mucha rabia de que nos llegue gente diciendo 'Es que he leído en Internet...'. Al poco de comenzar con el blog, me contrataron para escribir el *Paciente Impaciente*, que es un libro de anécdotas con un claro ingrediente de humor, con perfiles de pacientes, entre ellos la madre primeriza, la paciente cotilla, el paciente rural... Y la gente reconoció estos perfiles, funcionó muy bien. Para mí supuso un punto de inflexión en mi proyección pública y mi objetivo de hacer divulgación sobre la salud y la nutrición. Y dos años después, la editorial me propuso hacer otro. Pero en esta ocasión tenía claro que no quería un libro de humor sino más divulgativo, y por mi experiencia en la farmacia, los más ávidos de información son los padres primerizos. Están angustiados porque todo es nuevo y tiene a un ser indefenso que cuidar. Y tienen más preguntas que nadie.

¿Qué lo diferencia de otros libros de ayuda?

Antes de escribirlo recorrí librerías para ver lo que se había publicado hasta ahora. Y comprobé que eran manuales un poco serios, pero por mi experiencia en el blog, la gente lo que valora mucho es el sentido del humor, porque entra mejor la información. Y así es este libro, basado en el rigor y evidencia científica, pero con un punto de humor y visualmente atractivo. Y el título ya dice bastante. Es un manual útil, que cuenta las cosas tal y como son, pero con humor. Da armas para enfrentarse contra la legión de abuelas, cuñadas y vecinas dispuestas a decirnos cómo hacer las cosas.

Desde luego el título da mucho que pensar...

Es una realidad, porque hay bebés que pueden tener cólicos, o estreñimiento u otitis. Pero todos tienen mocos. Y con el título en sí hago un guiño a los siete años que estuve en la farmacia de un pueblo de Cuenca, a la que venía todos los días un señor que se lavaba más bien poco y que tenía una legaña a la que le llamábamos radiactiva, porque cada día era más grande, como una estalactita.

Ha comentado que su salida a la red fue para hacer frente al Dr. Google. Por su experiencia, ¿que daño hacen estas consultas desde el punto de vista de la salud?

La clave está en que no tenemos que sentirnos culpables por mirar en Google, pues es inevitable, porque ahora tenemos unas herramientas que no teníamos hace 15 años. Y es bueno que queramos utilizarlas. Pero lo que hay que hacer es formar al paciente, y a la sociedad en general, en cuáles son las fuentes de información fiables, que además no suelen ser las que aparecen en los primeros resultados de búsqueda de Google, que no siempre son los más rigurosos. Estamos sobreinformados por culpa de Internet.

¿Y cómo llegamos a estas páginas?

Yo en el libro le dedico un capítulo que he denominado 'La pregunta del millón', en el que doy cuatro claves muy básicas para que cualquiera que entre una página web busque determinados aspectos que le permitan saber si esta web es fiable o no. Por ejemplo, el autor debe aparecer con nombre y apellidos y dónde trabaja. Otro que al final, o dentro del



«El profesional de la salud debe estar muy bien formado e informado para satisfacer la demanda de los pacientes, que cada vez utilizan más Internet»

«Nadie tiene que sentirse culpable por consultar en Google asuntos relativos a la salud; pero hay que ofrecerles herramientas para que acudan a los mejores sitios»

«Mi nuevo libro da armas para enfrentarse a la legión de abuelas, cuñadas y vecinas que te dicen cómo cuidar a tu hijo recién nacido, con rigor pero desde el humor»



texto o con enlaces, incluya las fuentes científicas en las que se ha basado mi información, pues si no me lo he podido inventar. También hay que tener en cuenta el recorrido de la página web o el blog. No digo que las más veteranas sean las mejores, pero es cierto que las hay flores de un día o plataformas que nacen para vender determinadas cosas. Estas no pueden compararse con las que tienen tras de sí cierto bagaje. Y, por último, que no haya conflicto de intereses.

¿A qué se refiere?

A todas las páginas que pertenecen a laboratorios o industrias de todo tipo, como alimenticias. Pueden que estén bien, y no digo que lo que comentan sea mentira, pero sí es muy probable que haya un sesgo informativo, barriendo para casa. Es decir, que den la información que les interesa, como que tiene alto contenido en 'x' vitamina, pero omiten que también tiene muchos azúcares. No mienten, pero no relatan todas las características del alimento.

¿Hace referencia o recomienda algunas páginas en el libro?

Sí, pongo ejemplos concretos de webs que son rigurosas con la información pediátrica y que existen para que un padre o madre sepa que en lugar de buscar en Internet 'síntomas conjuntivitis' con carácter genérico, puede mirarlo en la Cadena Americana de Pediatría o en la Asociación Española de Pediatría, donde hay artículos escritos por profesiona-

les de cada sector sobre problemas concretos. Por ello, la información que se van a encontrar ya ha pasado un filtro.

¿Han cambiado mucho las preguntas que le hacen ahora los padres primerizos a las que solían hacer?

En general, sigo sobre los mismos temas. Lo que más preocupa al principio es la lactancia, la alimentación. Pero sí han cambiado algunos detalles desde que en 2005 empecé a trabajar. Por ejemplo, antes sólo había dos marcas de chupete en tres colores; ahora, tú buscas en Amazon y te salen 17.896 resultados, dato real. Y sobre cada uno, hay media docena de comentarios. De ahí que haya muchísima más información, que yo llamo 'infoxicación', que genera mucha angustia y más dudas. Y también ha cambiado el hecho de que antes se tenían más hijos y ahora sólo uno, por ejemplo, con lo que focalizas en él toda tu energía.

¿Dónde deja este panorama al profesional de la salud?

Es un reto, porque cuando una persona llega a la farmacia, por ejemplo, ya ha mirado antes todo en Internet y cuando se va, va a contrastar lo que tú le has dicho. De ahí que tengamos que estar muy bien formados e informados para satisfacer esta demanda, que es real y va a más.

¿Es luchar contra Internet?

Al revés, creo que el objetivo es que los profesionales estemos más en la red. En mi blog tengo ahora 600.000 visitas mensuales, y son consultas a una farmacéutica. Yo lo hago porque me gusta la divulgación, escribir y comunicar. Pero no se nos puede exigir a los profesionales que lo hagamos individualmente, pues es una carga extra y conlleva una responsabilidad. Deberían participar más en esto las instituciones sanitarias y dedicar recursos a departamentos de divulgación. Se nos llena la boca de decir que hay que estar al lado del paciente, pero es que ahora el paciente está en Internet también. Dar una charla en un centro de mayores, por ejemplo, puede llegar a 20 ó 30 personas. En Internet, llegas a miles e incluso puedes ahorrar mucho dinero con la prevención sanitaria.

Mañana clausura una jornada sobre Seguridad Alimentaria organizada por el Colegio de Farmacéuticos de Murcia. ¿Que va a exponer?

En mi conferencia hablaré de los superalimentos, que es mi cruzada particular. Se nos intenta vender, y está muy de moda, que consumir determinados alimentos poco comunes localmente, y caros, tienen unas propiedades fantásticas para nuestro organismo, como las bayas de goji, las semillas de chía, o el kale, que es la berza de toda la vida. Hace un año empecé a hablar de ello, porque ni las bayas tienen más antioxidantes que otro tipo de frutas, ni ninguno de estos productos tiene en exclusiva las propiedades que se dicen. Así no hay ninguna necesidad para estar exportando y consumiendo este tipo de alimentos; que no digo que sean perjudiciales, pues me parece fantástico que los consuma quien quiera y su bolsillo se lo permita.

Pero está claro que queda mejor decir que comes kale que no berza...

Por supuesto. Vivimos en el mundo del marketing y muy de cara para afuera. La salud tiene mucha importancia, pero es la salud del posturo: Me tomo el kale o las semillas de chía, pero luego sigo teniendo la nevera llena de alimentos procesados y no me muevo nada. Pero 'vende' muy bien y la industria lo aprovecha, para sacar nuevos productos que no son necesarios.

EL MOCO RADIOACTIVO  
Y OTROS DESVELOS DE PADRES PRIMERIZOS



Autora de dos libros de divulgación

• Maríán García se estrenó hace dos años en el mundo editorial con la publicación de *El Paciente Impaciente*, en el que aunaba ficción y profesión haciendo divulgación sanitaria. Ahora le toca el turno a los padres y madres primerizos que encontrarán respuestas a preguntas como chupete sí, o no; o ¿es mejor que duerman boca arriba o boca abajo?, en *El moco radioactivo*.

ENTREVISTA

23

DOMINGO

ABRIL

2017

La Opinión

PÁGINAS

8/9

## El servicio de Hematología del hospital de Cieza alerta de que no puede atender urgencias

► El único especialista que pasa consulta en el Lorenzo Guirao advierte de que los pacientes tienen que ser derivados al Morales Meseguer

CLAUDIO CABALLERO

El servicio de Hematología del Hospital de la Vega Lorenzo Guirao de Cieza se encuentra en una situación de mínimos, hasta el punto de que solo existe un especialista para dar servicio a los tres municipios de la Vega Alta con una población cercana a los 60.000 habitantes. Hace unos meses, fueron los propios usuarios de esta especialidad los que alzaron la voz al ver cómo las citas de sus consultas se alargaban, ya que el único hematólogo, que exime de cualquier responsabilidad a la gerencia del Área IX y cuyas reivindicaciones se dirigen directamente a la Consejería de Sanidad, no da abasto para atender a la gran demanda existente.

La situación es especialmente grave en Urgencias, cuyos facultativos también se han quejado por no «poder echar mano» de un hematólogo de guardia ante determinadas situaciones, teniendo que derivar a los pacientes con las molestias de transporte que ello supone al Hospital General Universitario Morales Meseguer de Murcia. Además, las situaciones podrían ser muy serias puesto que, según se explica, «no existe un circuito

entre el Hospital de Cieza y el Morales Meseguer ante una posible transfusión incompatible y sobre todo tras una cirugía de urgencia».

El gerente del Área IX de Salud, Carlos Arenas, ya reconoció hace unos meses esta situación después de la demanda vecinal, coincidiendo en la necesidad de darle una solución cuanto antes para que, al menos, se refuerce el servicio tanto en consultas externas como en Urgencias. El gerente añadía la necesidad de mejorar la especialidad de Endocrinología, donde solo hay un especialista para atender a los municipios de Cieza, Abarán y Blanca.

### Exigen un refuerzo a Sanidad

Los propios alcaldes de la comarca trasladaron a la Consejería de Sanidad que las especialidades médicas de Digestivo, Radiología, Alergología, Rehabilitación, Cuidados Paliativos, Reumatología y Ginecología precisan de un refuerzo, una situación que también defienden los vecinos a través de la Plataforma Hospital de Cieza, y cuyo portavoz, Carmelo López, trasladó hace unos días al alcalde de Abarán, Jesús Molina, durante una reunión.

Otra de las reivindicaciones que lleva camino de convertirse en histórica es la de reforzar el servicio de Radiología, sobre todo en Urgencias. Según los regidores, «no es coherente que un hospital comarcal de las características del nuestro no disponga de radiólogo las 24 horas del día, para atender urgencias». Además, en cuanto a Endocrinología, alertan de que «las listas de espera son grandes». Dicen también que existen problemas en Alergología y que las listas de espera en Traumatología superan los 400 días.

El gerente matizó que en lo que se refiere a la especialidad de Digestivo, el servicio está desarrollando programas de detección de cáncer de colon y se ha reforzado con consultas por las tardes. En cuanto a Radiología, Arenas explicó que desde que se abrió el hospital, las urgencias se están atendiendo en el Morales Meseguer, aunque el año pasado, «solo hubo que trasladar 55 pacientes a este centro, lo que significa una media de un enfermo a la semana». El resto, dice el gerente, «se han podido informar a distancia y al instante».

## Muere un hombre de 74 años ahogado en una playa de Mazarrón

► La víctima fue rescatada del agua en una zona rocosa de Percheles, pero los sanitarios no pudieron salvar su vida

L. O.

Un hombre de 74 años, cuya identidad no fue facilitada, falleció ayer por la tarde como consecuencia de sufrir un síndrome de inmersión en la playa de Percheles, situada en el término municipal de Mazarrón, según indicaron fuentes del Centro de Coor-

dinación de Emergencias en un comunicado.

Los servicios de Emergencias se desplazaron a las 16.19 horas a la mencionada playa para atender a un vecino que se encontraba en una zona de rocas. El hombre pudo ser rescatado del agua, pero los servicios sanitarios no pudieron salvar su vida.

En el lugar de los hechos, una patrulla de Guardia Civil custodió el cuerpo sin vida, según agregaron las mismas fuentes de Emergencias.

## Ingresadas cinco heridas tras un accidente en Fuente Álamo

L. O.

Cinco vecinas, con edades entre los 35 y los 50 años, resultaron ayer heridas tras sufrir un accidente de tráfico en Fuente Álamo y tuvieron que ser trasladadas al hospital Virgen de la Arrixaca. Una de ellas, una mujer de 42 años, se encontraba ayer en estado grave, ya que presentaba una fractura abierta y traumas en la cabeza, la cara y el cuello.

Los hechos ocurrieron a las 14.17 horas, cuando el número del 112 recibía varias llamadas alertando de un siniestro acaecido en la carretera RM-2, kilóme-

tro 19, próximo a Cuevas de Reylo y en dirección Alhama de Murcia.

Las personas que llamaron señalaron que el vehículo había volcado y que uno de los heridos había quedado atrapado en el coche. Al lugar de los hechos se desplazaron una patrulla de Guardia Civil, bomberos del CEIS, así como ambulancias de la Gerencia del Servicio Murciano de Salud, que trasladaron a tres de los heridos al hospital, mientras que una ambulancia convencional llevó a las otras dos heridas.

SUBVENCIONA:

Región de Murcia



Servicio Regional de Empleo y Formación

### CURSO "ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS EN LA INDUSTRIA"

Localidad: Puente Tocinos, Murcia.

Lugar de impartición: C/Mayor, 55. Polígono Industrial Camposol. Plaza Norte.

Nº de Expediente: PL-2015-131/4

Dirigido a: Planes de formación. Trabajadores Ocupados.

Nº de horas: 50 horas.

Nº de alumnos: 14 alumnos.

Perfil: Trabajadores del sector de la industria. Cupo disponible para desempleados y otros sectores. No se requiere estudios.

Calendario: Del 11 de Mayo al 25 de Mayo de 2017.

Horario: 42 horas de Teleformación (Online) de 16:00 horas a 20:00 horas.

8 horas presenciales los días 11 y 25 de Mayo, de 16:00 horas a 20:00 horas.

Plazo de inscripción: Hasta el 9 de Mayo de 2017.

### CURSO GRATUITO

ORGANIZA:

**Traza**  
Consultores

TRAZA CONSULTORES  
C/ Mayor, 55. Plaza Norte.  
Polígono Industrial Camposol.  
Puente Tocinos.  
Inscripciones llamando al  
968 93 23 12

COFINANCIA:



C's alega que la comisión «es un órgano ineficaz» y que «sólo ha mantenido tres reuniones». ENRIQUE SOLER

## C's deja la Comisión de Investigación sobre la situación del Ayuntamiento

Cehegín

ENRIQUE SOLER

El grupo municipal de Ciudadanos anunció que abandona la Comisión de Investigación municipal sobre la situación económica del Ayuntamiento de Cehegín. «Es un órgano ineficaz, sin apenas actividad real y un auténtico paripé de cara a la galería por parte del equipo de Gobierno»,

declaró el portavoz local, Jerónimo Moya.

C's justificó su decisión en el hecho de que la comisión apenas haya mantenido tres reuniones en lo que va de mandato, después de acumular diez meses de retraso en su constitución: «No hay un plan de trabajo definido y no hay verdadera voluntad política de que la comisión funcione», dice Moya.

La comisión tuvo su origen el 1 de septiembre de 2015, con la aprobación de una moción para su creación, propuesta por el PP y apoyada por el PSOE, partido que gobierna en minoría en Cehegín. Fueron necesarios diez meses para que el equipo de Gobierno llevara de nuevo a Pleno la constitución de la comisión y su régimen de funcionamiento, aprobado el 1 de julio de 2016.



## «LA PRENSA ESTÁ ANTE UNA NUEVA GRAN OPORTUNIDAD»

El directivo publicitario más influyente del mundo asegura que «si los contenidos digitales son buenos, los lectores pagarán por ellos» P10



Martin Sorrell

## SAVIA FRESCA EN LOS FOGONES

Una valiente promoción de jóvenes cocineros consolida la gastronomía creativa de la Región sin olvidar el producto y los sabores de la tierra P54



## HOY

DVD: EL MIEDO ESPERA EN LA TINIEBLA POR SOLO 1 €

RELOJ NARANJA TIME2U POR SOLO 6,95€



## UN ENTIERRO DE RÉCORD

Cientos de miles de personas se entregan al desfile más internacional y completo de todos los tiempos P15 A 21

La Gran Vía de Murcia, anoche, abarrotada de espectadores para recibir los juguetes que lanzaron los sardineros desde las carrozas. :: VICENTE VICENS / AGM

# Sanidad prohibirá a los enfermeros hacer turnos superiores a doce horas

La Consejería se ve obligada a implantar esta medida tras la advertencia de Trabajo, aunque no afectará al personal médico

La advertencia de la Inspección de Trabajo sobre los potenciales riesgos de las largas jornadas laborales en los servicios hospitalarios ha llevado a Sanidad a mover ficha. La Consejería tiene previsto comunicar esta próxima semana a la Mesa Sectorial su decisión de prohibir los turnos superiores a doce horas que se vienen realizando sobre todo entre el colectivo de enfermeros. Los médicos, que suelen hacer guardias de 24 horas, se librarán de esta medida. P11

na a la Mesa Sectorial su decisión de prohibir los turnos superiores a doce horas que se vienen realizando sobre todo entre el colectivo de enfermeros. Los médicos, que suelen hacer guardias de 24 horas, se librarán de esta medida. P11

**Elecciones francesas.** Las presidenciales más inciertas se celebran hoy bajo la amenaza del terrorismo P43 A 45

**Las raíces murcianas de Mélenchon.** El candidato de la izquierda enorgullece a sus parientes P12

**González blanqueó «dinerillo B»** en guarderías y planeaba negocios con Zaplana, según el juez P39

**Una caldera.** El Real Murcia espera un apoyo masivo ante El Ejido en su nuevo asalto al 'playoff' P60

## 25 años en el apeadero

Los festejos del AVE Madrid-Sevilla acentúan el maltrato ferroviario que sufre la Región P3 A 5

**BONO DESCUENTO**  
Con este bono el precio es de 3 €, por persona

Válido hasta 4 personas

Horario

Sábado y Domingo de 10:30h a 21:00h.

Lunes de 10:30h a 20:30h.

Si necesita más bonos descárguelos en www.ifepa.es

DEL 29 ABRIL AL 1 MAYO 2017  
**15 SALÓN VEHÍCULO OCASIÓN**  
La mejor ocasión para encontrarlo



Precio: 5€ entrada - 3€ con bono  
Horario: Sábado y Domingo de 10:30h a 21:00h. Lunes de 10:30h a 20:30h.  
Recinto de Ferias y Exposiciones de la Región de Murcia  
Avda. General Mola, 17. Apdo. 37 - 30700 Torre Pacheco - Murcia  
T. +34 968 33 63 63 www.ifepa.es

ifepa

# Corazones valientes

## 2.500 adultos viven con alguna cardiopatía congénita en la Región

JAVIER PÉREZ PARRA

✉ jpparra@laverdad.es

Más del 85% de los niños que nacen con una malformación cardíaca sobreviven gracias a la mejoras en la cirugía y los tratamientos

**MURCIA.** Marta Vivo tiene bastantes cosas en común con Carmen Chacón. Quizá lo de menos sea que, como la exministra de Defensa, también esta joven murciana de 24 años padece una cardiopatía congénita. Lo que les une es la actitud. Marta, como hizo Chacón, se pone la vida por montera y no deja que la malformación cardíaca con que nació le impida cumplir sus sueños, le atemorice o le encierre en el rol de enferma. «Siempre lo he normalizado y vivido sin drama. No afecta a mi vida diaria», subraya Marta, ilusionada con las prácticas que acaba de comenzar en una empresa de Madrid tras terminar un máster en Marketing y Comunicación.

Estudiante brillante, las cuatro intervenciones quirúrgicas por las que pasó en su infancia no le hicieron bajar el ritmo: terminó el Bachillerato con nota, cursó Derecho y Administración y Dirección de Empresas (ADE) y ahora está dispuesta a lanzarse de lleno al mercado laboral. Todo ello con un marcapasos implantado desde los nueve años y con visitas periódicas a su cardiólogo. A Marta Vivo le diagnosticaron su cardiopatía una semana después de haber llegado al mundo. Su sangre presentaba bajos niveles de oxígeno, y los médicos descubrieron la causa en su corazón: tenía un único ventrículo. «De pequeña las

**«Siempre lo he normalizado y vivido sin drama. No afecta a mi vida diaria y nunca me he visto como una enferma», cuenta Marta Vivo, de 24 años**

**La Arrixaca cuenta con una consulta para la atención de los pacientes a partir de la adolescencia; es insuficiente para atender la alta demanda**

uñas y los labios se me ponían morados; luego ya no», recuerda Marta. Las cuatro intervenciones a las que se sometió a los 2, 4, 6 y 9 años de edad permitieron resolver ese problema: ahora la sangre de Marta se oxigena convenientemente en los pulmones y su único ventrículo se encarga de lanzarla a las arterias. En la última de las operaciones, tuvieron que implantarle un marcapasos. Desde entonces no ha vuelto al quirófano, aunque sí ha necesitado algún cateterismo. Su vida cotidiana es como la de cualquier chica de su edad, y las precauciones las marca el sentido común. «Cuando era pequeña, lo único que no hacía en el colegio era deporte. Me cansaba y no podía. Esa es mi única limitación: no voy a correr una maratón», bromea.

### «Sin sobreprotección»

Su madre, María José Ibáñez, está orgullosa de su hija. «Siempre he intentado no protegerla en exceso, no tenerla en una burbuja, porque ese es uno de los principales riesgos a que se enfrentan los padres de niños con cardiopatías congénitas. La sobreprotección no es buena», subraya. María José preside la asociación Todo Corazón de Murcia, que trabaja para apoyar a las familias de afectados por cardiopatías. El reto, ahora, es mejorar la atención a los pacientes adultos. Porque las cardiopatías congénitas han dejado de ser enfermedades pediátricas que condenaban a los afectados a una vida corta, en su mayor parte sin superar la infancia. Las mejoras en los diagnósticos y técnicas quirúrgicas permiten que el 85% de los pacientes lleguen actualmente a adultos, destaca José Manuel Guía, jefe de Cardiología Pediátrica de La Arrixaca.

El seguimiento y la atención a estos pacientes obliga a una adaptación del sistema sanitario, porque los recursos y equipos siguen enfocados sobre todo a la atención pediátrica. La Arrixaca cuenta con una Unidad de Cardiopatías Congénitas del Adulto formada por José Manuel Guía y José Antonio Hurtado, con una consulta semanal. «Por aquí pasan pacientes desde los 14 a los 70 o incluso 75 años», explican.

La asociación Todo Corazón pide que se refuerce la unidad, y que pase a ser además de referencia regional. La atención que se ofrece en esta consulta de La Arrixaca es equiparable a la de cualquier gran hospital de España, con profesionales de acreditada experiencia. Pero Murcia está por detrás de otras comunidades en cuanto a recursos disponibles, lamenta María José Ibáñez. Pone el ejemplo de Sevilla, donde se ha creado un protocolo para facilitar la transición de los niños a las consultas de adultos.

El diagnóstico ha sido una de las claves en la mejora de la supervi-



Marta Vivo, estudiante de Marketing y Comunicación, afronta su cardiopatía (ventrículo único), con normalidad y sin «rol de enferma». :: LV



José Manuel Guía y José Hurtado, en La Arrixaca. :: N. GARCÍA / AGM

encia. Muchas cardiopatías se detectan antes del nacimiento, gracias a las ecografías que se realizan a partir de la semana 12 de gestación. Pero lo más relevante son los avances en cirugía. Muchas de estas enfermedades pueden solucionarse ahora de forma definitiva en

el quirófano. En otros casos no es posible llegar tan lejos, pero al menos se consigue paliar el problema y garantizar más supervivencia y una buena calidad de vida. A La Arrixaca se desplaza, varias veces al mes, José María Caffarena, cardiólogo del Hospital San Juan de Dios

### LAS CLAVES

► **¿Qué son las cardiopatías congénitas?:** Son malformaciones en la estructura del corazón que se producen por una alteración durante su proceso de formación.

► **¿Cuál es su incidencia?** Las cardiopatías congénitas afectan a un recién nacido de cada cien. Cada año nacen en la Región unos 150 niños con alguna de estas cardiopatías. Gracias a las mejoras en el diagnóstico, las técnicas quirúrgicas y los tratamientos, el 85% de estos niños llegan hoy en día a la edad adulta. En la Región viven unos 2.500 adultos con cardiopatías congénitas.

► **¿Cuáles son las cardiopatías congénitas más habituales?** Las más habituales (un 30% de los casos) son las comunicaciones intraventriculares. En muchas ocasiones no requieren tratamiento y se cierran espontáneamente.

► **¿Cuáles son las más complejas?** Entre las cardiopatías más complejas destacan aquellas en las que la sangre no se oxigena adecuadamente (cardiopatías congénitas cianóticas). Las más habituales, en este campo, son la tetralogía de Fallot (hay una comunicación entre los ventrículos y estrechez en la salida de la arteria pulmonar, lo que requiere cirugía) y la transposición de grandes vasos.

► **Transposición de grandes vasos corregida o 'corazón al revés':** Es la enfermedad que padecía Carmen Chacón. El ventrículo izquierdo realiza las funciones de ventrículo derecho, y viceversa. Esto provoca que, aunque los flujos sanguíneos sean normales, el corazón vaya resistiéndose, ya que el ventrículo derecho, anatómicamente preparado para realizar un esfuerzo bajo (llevar la sangre no oxigenada a los pulmones), se ve obligado a soportar una alta presión, propia del ventrículo izquierdo, para lanzar la sangre oxigenada a todo el organismo a través de la aorta. Pero, además, Chacón padecía otra cardiopatía: un bloqueo auriculoventricular, un trastorno en la conducción eléctrica entre las aurículas y los ventrículos cardíacos.

► **Ventrículo único:** Es otra de las cardiopatías congénitas que, como la transposición de grandes vasos, provoca un problema de oxigenación en la sangre. Los pacientes cuentan con un solo ventrículo que funcione, donde confluye la sangre tanto de la aurícula derecha como de la izquierda. Mediante cirugía se intenta corregir esta situación, de forma que la sangre no oxigenada pueda llegar a los pulmones y luego sea bombeada a la aorta por el ventrículo funcionando.

de Barcelona, para intervenir los casos más complejos. En total, cada año pasan por el quirófano unos 70 niños por cardiopatías congénitas en la Región. Gracias a estas operaciones, la gran mayoría de ellos podrá un día, como Marta Vivo, salir a comerse el mundo.

# Sanidad prohibirá los turnos superiores a 12 horas tras la advertencia de Trabajo

La medida afectará a las jornadas de los enfermeros en numerosos hospitales, pero no a las guardias médicas

:: J. P. PARRA

**MURCIA.** La Consejería de Sanidad prohibirá las jornadas ordinarias superiores a 12 horas, lo que afectará a numerosos servicios hospitalarios donde actualmente los profesionales -sobre todo enfermeros- realizan turnos de 14 horas. La medida, que se llevará la próxima semana a la Mesa Sectorial, no afectará sin embargo a las guardias médicas, pese a que suponen una acumulación de 24 horas laborales. La razón estriba en que las guardias se corresponden con jornada complementaria, y no con la ordinaria.

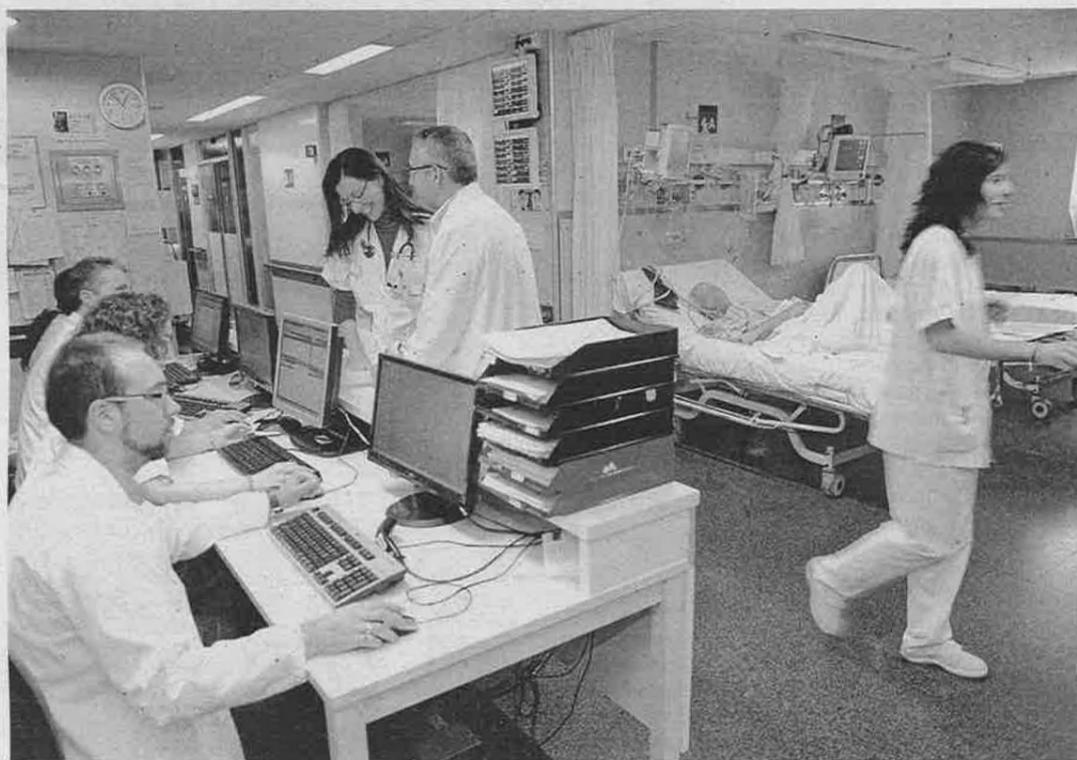
Sanidad ha tomado la decisión de prohibir los turnos de 14 horas después de que la Inspección de Trabajo advirtiese en un informe de los potenciales riesgos de las largas jornadas para los pacientes y para los propios sanitarios. El dictamen, del que informó en exclusiva 'La Verdad', recordaba que los turnos ordinarios no deben superar las 10 horas de acuerdo a la regulación regional, aprobada por Consejo de Gobierno, y que solo en casos excepcionales, por «razones organizativas o asistenciales», es posible llegar a las 12 horas, que es el máximo que marca la legislación nacional.

En definitiva, la Inspección de Trabajo advirtió al Servicio Murciano de Salud de que estaba incumpliendo la normativa al permitir jornadas ordinarias de 14 horas en servicios como la UCI de La Arrixaca, germen del conflicto. Ante esta situación, Sanidad ha decidido trasladar a la regulación autonómica la posibilidad de que haya turnos de hasta 12 horas -algo que no está actualmente recogido, lo que planteaba dudas legales- al tiempo que quedará claro que no puede haber turnos superiores a ese límite.

La UCI de La Arrixaca ya se ha visto afectada por esta decisión. Los turnos de 14 horas fueron suspendidos a principios de mes, y los enfermeros han vuelto a las siete horas en jornada diurna y a diez en los turnos nocturnos. Pero otros muchos servicios hospitalarios se encuentran en la misma situación. También en la UCI pediátrica de La Arrixaca se hacen jornadas ordinarias de 14 horas, mientras las matronas suman en paritorios 24 horas seguidas. Asimismo, y según datos facilitados por la delegación de SATSE en La Arrixaca, las 14 horas están establecidas en las plantas de los hospitales de Yecla y Caravaca.

## También facultativos

Aunque representan una minoría, también hay médicos con jornada ordinaria superior a 12 horas: es el caso de los Servicios de Urgencias de Atención Primaria (Suap) y las Unidades Móviles de Emergencias (UME). Que-



Profesionales sanitarios en el servicio de Urgencias de La Arrixaca. :: G. CARRIÓN

## La Inspección puso en duda la legalidad de las jornadas de 14 horas, y alertó de potenciales riesgos para pacientes y trabajadores

da por ver si la medida que el miércoles se llevará a la Mesa Sectorial afecta a todos estos casos o si finalmente se establece una excepción con respecto a los médicos de UME y Suap, como pretende el Sindicato Médico. «Las jornadas de los médicos en estos servicios están aprobadas y cumplen con la normativa», defiende Francisco Miralles, presidente de esta organización sindical.

De momento, lo que plantea el SMS es que el personal destinado en hospitales que venga realizando jornadas ordinarias de 14 o más horas «pasará

## Duro enfrentamiento entre sindicatos

La polémica ha derivado en una nueva guerra entre el Sindicato Médico (CESM) y SATSE, mayoritario en la Enfermería. Si CESM acudió a la Inspección de Trabajo a denunciar los turnos de los enfermeros de la UCI de La Arrixaca, SATSE anuncia ahora que llevará a los tribunales la resolución del SMS. «Rechazamos la propuesta de Sanidad por considerar que los turnos se pueden realizar voluntariamente, como se venía haciendo hasta ahora», explica Luis Esparza, secretario de Acción Sin-

## LAS CLAVES

► **El origen del conflicto:** La polémica surge del enfrentamiento entre el exjefe de la UCI de La Arrixaca, Mariano Martínez-Fresneda, y la dirección del hospital por los turnos de 14 horas de la Enfermería. Martínez-Fresneda fue destituido.

► **Se «infringió la normativa»:** Tras una reclamación de Martínez-Fresneda, el SMS reconoció que se «infringió la normativa» al aprobar turnos de 14 horas sin justificarlos ni cumplir los trámites. Después, la Inspección de Trabajo emitió un informe poniendo en duda la legalidad de esta jornada.

a realizar turnos de 12 horas si así lo autoriza el director gerente, atendiendo a razones asistenciales u organizativas que justifiquen la realización del turno». En definitiva, se trata de apli-

car lo que dice la legislación nacional, obviada hasta ahora, al menos en el caso de la UCI de La Arrixaca. El propio director gerente del SMS, Francisco Agulló, admitió el pasado mes de enero, en un dictamen, que se había «infringido la normativa» al establecerse los turnos de 14 horas sin justificar la decisión por motivos asistenciales u organizativos, y sin pasar por Mesa Sectorial.

La resolución de Agulló se produjo a raíz de una reclamación de Mariano Martínez-Fresneda, exjefe de la UCI de La Arrixaca. El cese de Martínez-Fresneda, en 2014, tras un duro enfrentamiento con la dirección del hospital a cuenta de los turnos de 14 horas, está en el origen del conflicto, que ha terminado por salpicar a todo el SMS. Especialmente después de que la Inspección de Trabajo advirtiese del posible incumplimiento de la normativa y de los «perjuicios» potenciales para pacientes y trabajadores.

do sola en esta guerra. El secretario de Organización del SPS, Antonio Martínez, denuncia que «los médicos incumplen la normativa al sumar jornada ordinaria a las guardias», de forma que llegan a acumular 31 horas.

Por su parte, Javier Lanza, secretario general de la Federación de Sanidad de CC OO, achaca la polémica a «un enfrentamiento personal entre el exjefe de la UCI de La Arrixaca y el director de Enfermería, Pablo Fernández», y lamenta que «hayan metido a los trabajadores en esto». Lanza defiende que la acumulación de turnos, para conciliar, «es habitual en todas las comunidades».

## EN BREVE

### El estrés afecta más a estudiantes murcianos

#### EDUCACIÓN

:: **EFE.** El nivel de satisfacción con su vida de los estudiantes españoles de 15 años es bastante alto y también su sentimiento de pertenencia al centro educativo, pero sufren ansiedad por los estudios y, si se analiza por comunidades autónomas, se ve que los que más se angustian son los canarios, seguidos de los murcianos y los extremeños. Mientras que los que lo hacen menos son los gallegos, según el estudio 'El bienestar de los estudiantes', presentado por la OCDE.

### Sesenta trámites podrán hacerse 'online'

#### TECNOLOGÍA

:: **LV.** La Consejería de Desarrollo Económico, Turismo y Empleo está llevando a cabo un proyecto de digitalización para que los 60 procedimientos administrativos de la Dirección General de Energía y Actividad Industrial y Minera se puedan realizar a través de internet. Antes de final de año estarán disponibles estos procedimientos electrónicos para que profesionales y empresas hagan uso de ellos 'on line'. Uno de los más demandados es el de registro de instalaciones eléctricas de baja tensión.

### Homenaje a Ayala de transportistas gallegos

#### POLÍTICA

:: **EP.** El exdiputado nacional del PP Andrés Ayala fue homenajeado el viernes por la noche en La Coruña, durante un acto organizado por la Federación Gallega del Transporte de Mercancías (Fegatramer). Ayala fue reconocido por su apoyo al sector del transporte de mercancías por carretera y, en especial, por su ayuda a Fegatramer, cuando en su día se trasladaron a Madrid para promover la introducción de la llamada acción directa del transporte en la ley 15/2009 del Contrato de Transporte Terrestre de Mercancías.

### El fundador de Comarth cambió de empresa

#### ECONOMÍA

:: **LV.** El empresario José Antonio Martínez anda metido en un nuevo proyecto del que pronto habrá noticias y que volverá a vincular a la Región con el extranjero. Martínez fue el fundador de Comarth Engineering en una nave industrial alquilada en la pedanía murciana de San José de la Vega y se desvinculó de esta empresa el 20 de enero de 2015 cuando vendió su última acción. Dos años después de su marcha la empresa de coches eléctricos ha entrado en concurso voluntario de acreedores.

LA ZARABANDA  
GARCÍA MARTÍNEZ

## El tertuliano insolente

Constituye estrategia perversa solapar al otro para que no se le entienda



**T**ertulianos los hay de todo pelaje, aunque son excepción los que no se rinden al dictado de algún interés partidario. No es fácil encontrar profesionales de la opinión que sean siquiera una pizca independientes. En esa curiosa fauna que componen no más de una veintena de personajes 'nacionales' que han hecho de la tertulia profesión, los hay también que funcionan solamente por la paguica. (En provincias se actúa gratis).

Algunos tertulianos no hablan por convencimiento de lo que dicen, ni por complacer a una ideología partidaria concreta. En realidad son actores interpretando el papel de oponerse por sistema. Así toma temperatura el contraste de los pareceres (¿se acordáis?) y se capta mejor la atención del espectador ingenuo.

Los tertulianos no suelen serlo de una sola tertulia. Su manera de trabajar en circuito me recuerda el Londres de mis años mozos. Una de sus ofertas más atractivas era el estriptis, que en España nos lo tenía prohibido Franco. Las señoritas del desnudo integral se pasaban la noche yendo en bici (o en bicimoto) de un tugurio a otro. Igualico, igualico -o, por lo menos, parecido- que los barberos de antiguamente, afeitando y pelando a los señoritos a domicilio.

Hay un ejemplar de tertuliano execrable, que se distingue de todos los demás por su perversidad. Es el que no le permite al oponente manifestarse. Nada, no hay medio humano de que deje que se exprese. La táctica es simple, pero exasperante: largar el discurso solapando el de su contrario, de manera que no se le entienda nada a ninguno de los dos. Estamos, ya digo, ante una estrategia friamente meditada, aunque se quiera presentar como consecuencia natural del fragor de una discusión enconada.

Resulta exasperante. No tanto para los que enfrentan sus respectivas verborreas, como para los idiotas que seguimos atendiendo al aparato, en lugar de apagarlo de un papirotazo. (Pues solo así podríamos poner a bajo cero el 'share' ese que mide las audiencias de los programas de cara a los anunciantes). Estos tertulianos cargados de cinismo los tengo yo por horriblos. Son pervertidos machos cabríos, que bailan aquelarres horribles en las noches de ese monte pelado que es la televisión española (y no solo la Televisión Española).

SANSÓN



### LA FRASE

**JUAN MARÍA VÁZQUEZ**  
SECRETARIO GENERAL DE CIENCIA E INNOVACIÓN DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA



«El proyecto del Observatorio Oceanográfico no está ahora en el mapa»

### EN PRIMER PLANO

**ENCARNA GUILLÉN**  
CONSEJERA DE SANIDAD



**Regulación de horarios.** La Consejería de Sanidad ha tomado la decisión de prohibir los turnos superiores a 12 horas entre el colectivo de enfermeros que trabajan en los hospitales públicos de la Región. La medida, que no afectará al personal médico, será planteada esta próxima semana a los sindicatos en la Mesa Sectorial. Y todo apunta a que habrá voces que se opongan.

**FRANCISCO**  
ENTRENADOR DEL UCAM MURCIA



**Sabe llevar la presión.** Si algo demostró ayer el UCAM con su crucial triunfo en el campo del Girona es que no le afecta la presión. Tras caer con el Rayo, el equipo estaba a solo dos puntos del descenso y tenía que afrontar una salida al campo del segundo. Todo parecía en contra y encima empezó perdiendo, pero el equipo de Francisco no se dejó amilanar y remontó.

## A mí, con normalidad

Lo que es anormal es la consideración que tiene este país de ir a declarar como testigo en un proceso judicial

JOSÉ ANTONIO MARTÍNEZ ABARCA



**A**mí me parece bien que el presidente del Gobierno español vaya a declarar como testigo por la supuesta financiación 'B' del PP de Génova, 13. Como ha dicho el propio Rajoy, que es un hombre de orden, él afronta esto «con total normalidad». Lo normal, en efecto, debe ser enfrentado con normalidad. Muchos presidentes en activo en regímenes democráticos de nuestro entorno, perfectamente honrados, han tenido que prestar declaración en casos variopintos, y no ha pasado nada de nada. Normalidad burocrática y para nada extraordinaria, sin tampoco resultar desafiante, como aquel exalcalde de San Javier, Pepe Hernández, que me dijo una vez, muy torero: «He dejado aviso de que, si viene a buscarme la Guardia Civil, estoy jugando al golf».

Se podrán decir cosas del actual presidente del Gobierno, pero no que trate de apartarse alguna vez de lo considerado sensato. Rajoy es un testigo valioso por los cargos orgánicos que ocupaba en el PP en la época que se investiga, y su deposición ante el juez es la consecuencia natural. Con total normalidad. Lo que es anormal, de una total anomalía, es la consideración que tiene este país de ir a declarar como testigo en un proceso judicial. Algo se ha podrido en España respecto a las garantías ciudadanas básicas. Se empezó considerando condenados a los meramente investigados, y ya vamos porque la opinión pública y mucha de la publicada tiene también por culpable convicto a un señor que va a un juicio a decir lo que sabe y a echar una mano a los jueces en el mantenimiento de la salud del Sistema. A lo único que contribuye es a

aumentar esa psicosis colectiva española que consiste en creer, falsamente, que en España hay más corrupción institucional que en las más calvinistas democracias occidentales.

Rajoy no está siendo investigado, y por tanto sólo puede colaborar con la Justicia hablando como testigo, para arrojar luz sobre unos hechos en los que el PP debe ser el primer interesado en depurar lo antes posible. Y no ya es que deba declarar como testigo de unos hechos concretos, que según algunos de los imputados en este caso de contabilidad 'B' desconocía, sino algo mucho más importante, como testigo de una época. Incluso para no enterarse de lo que supuestamente pasaba, Rajoy estaba en aquella época del PP nacional en una situación privilegiada. Si luego algunos hacen uso populista de la imagen de un presidente declarando ante un tribunal, el problema en todo caso es de la escasa formación democrática de quienes se tragan esa mercancía averiada, y no de una declaración que es de las cosas más normales que puede hacer esa normalidad con patas llamada Mariano Rajoy.

Rajoy es un testigo inapreciable de, al menos, los últimos treinta y cinco años de la política española, con sus muchas luces e inevitables zonas de sombra, lo habitual en las mejores democracias. Que Rajoy deponga con normalidad ante la Justicia es el sanísimo indicio de que la única y obscena 'trama' que existe en España es la de los que denuncian la existencia de ese invento.