



SCGiG NOTÍCIES

NEWSLETTER de la SOCIETAT CATALANA de GERIATRIA i GERONTOLOGIA
Volum01_Núm.02_Any2023

Benvolgudes sòcies i benvolguts socis,

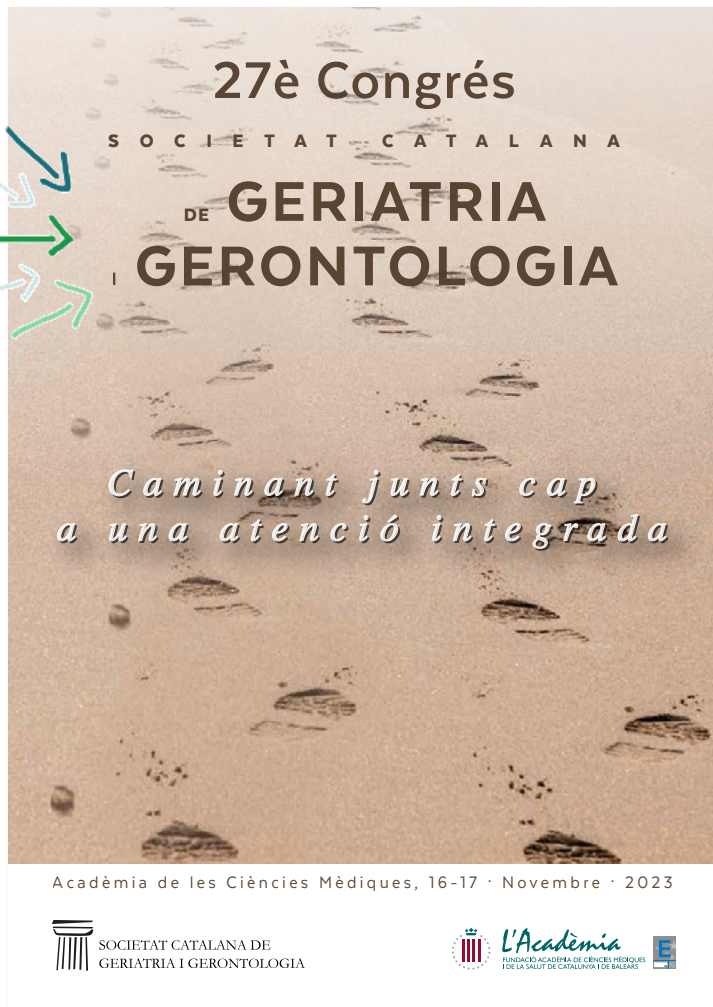
El què rebeu avui és la segona **NEWSLETTER** trimestral realitzada per la junta de la societat i que té l'objectiu d'informar-vos de forma continuada.

Unes de les a activitats realitzades durant aquest trimestre és el treball conjunt amb el Parc Sanitari Pere Virgili per organitzar el **proper congrés de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia, que tindrà lloc els dies 16-17 Novembre 2023** amb el lema **"CAMINANT JUNTS CAP A UNA ATENCIÓ INTEGRADA"**.

Aquest Congrés pretén ser un espai per la reflexió , compartir experiències i fer aflorar l'evidència i el coneixement en l'atenció integrada, un model necessari per avançar i donar resposta a les necessitats de la creixent població d'edat avançada.

Des del Comitè organitzador esperem complir les vostres expectatives i esperem la vostra assistència i participació.

PROGRAMA
CLICK!



CONTINGUTS

_INTRODUCCIÓ

_LÍNIES d'ACTUACIÓ i _PROPERES ACTIVITATS

1_FORMACIÓ

- _Beques
- _Jornades i cursos d'interès realitzats

2_COMUNICACIÓ i DIVULGACIÓ

- _Geribloc
- _Grup de treball d'endoscòpies

3_IMPACTE SOCIAL

- _Senior Lab
- _Altres Activitats

4_DOCENCIA

- _Compromís

_ENTREVISTA ALS SOCIS:

ANA GIL MÉNDEZ
ROBERTO D. CORTÉS

_ENHORABONA!

_LÍNIES d'ACTUACIÓ i _PROPERES ACTIVITATS

1 FORMACIÓ

_Beques

La Societat ha ortorgat **3 Beques Vicenç Mercader de 1.500€** per a assistir al proper **Congrés de la Societat Europea de Geriatria** que tindrà lloc a **Helsinki** del **20 al 22 de setembre** d'aquest any.

FELICITEM ALS TRES GUANYADORS!!

Autor ▶ **Joan Ars Ricart**

Títol ▶ Associations of quality and intensity of physical activity with cognition in healthy swedish elders adults

Autora ▶ **Maria Alejandra Zambrano Gustin**

Títol ▶ Satisfaction of caregivers of dementia patients in the use of a telematic tool

Autora ▶ **Clarissa Catalano**

Títol ▶ Consumption of inappropriate drugs by elderly catalans: a study of temporal evolution over 7 years

_Jornades i cursos

Les Jornades i Cursos d'interès que es van realitzar són:

27 abril 2023 **_3a Jornada de Cardiogeriatria de Catalunya**

13 juny 2023 **_Webinar: La cura de persones grans, un repte del segle XXI**

Cal destacar també que socis i membres de la junta van participar en **el passat Congrés de la SEGG**, celebrat del 7 al 9 de juny a Pamplona. La **tresorera de la Junta de la SCGiG Maria Victòria Farré** va ser ponent en un **taller sobre metodologies docents** que ens poden ajudar en l'aprenentatge de la geriatria al grau de medicina.



2 COMUNICACIÓ i DIVULGACIÓ

_Geribloc

El proper setembre tornem a reiniciar **EL GERIBLOC** <https://www.scgig.cat/geribloc>, liderat per la vocalia residents. **La seva coordinadora serà la Selene Itzel Lira Macias**, MIR de l'Hospital de Mollet. I en breu informarem a totes les unitats docents perquè puguin participar en la realització dels comentaris d'articles rellevants per la nostra pràctica clínica.

_Grup de treball d'endoscòpies

S'ha publicat el segon i últim document del grup de treball d'endoscòpies en gent gran amb en col·laboració la Societat Catalana de Digestiu i de la CAMFIC i d'accés lliure per tothom fins 25 de juliol

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0210570523003357?dgcid=author>

Si voleu recuperar el primer document realitzat està disponible a l'apartat documents d'interès de la SCGiG

<https://scgig.cat/docs-interes>

3_IMPACTE SOCIAL

_Senior Lab

La nostra presidenta **Esther Roquer** va participar en la jornada de presentació del **Senior Lab**.

Senior Lab, que és un espai per redefinir la societat, ara longeva, i cocrear-la amb totes aquelles persones i entitats compromeses en aquest propòsit. Actualment, seguim treballant amb el laboratori d'innovació per construir plegats una societat longeva.



↗ ↘ ↙ ↕ ↖
[El Senior Lab, una mirada ciutadana en una "societat longeva. canalreustv.cat](https://www.canalreustv.cat)



↗ ↘ ↙ ↕ ↖
[L'era de la 'societat longeva'. reusdigital.cat](https://www.reusdigital.cat)

_Altres activitats

La Junta ha realitzat altres activitats al respecte.

Participació en un reportatge a BTV sobre els centenaris a Catalunya – [Barcelona s'acosta al miler de persones centenàries | GRÀFICS. beteve.cat](https://www.beteve.cat)

Participació al Diari El País sobre soledat no desitjada. [Una revisión de estudios con 2,2 millones de personas muestra cómo la soledad aumenta el riesgo de morir | Salud y bienestar | EL PAÍS. elpais.com](https://www.elpais.com)

4_DOCÈNCIA

_Compromís

Des de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia, es manté el compromís amb la formació de la Geriatria. La necessitat creixent d'especialistes MIR i EIR de Geriatria és un fet però a més, ens cal ser més atractius i retenir el talent que hem format. Durant el més d'abril es van escollir les places dels residents de primer any i s'ha objectivat que la Geriatria no ha estat una especialitat amb alta demanda i també a més a més, tenim un percentatge no despreciable de renúncia de plaça.

Des de la nostra junta, volem seguir contribuint a visualitzar l'especialitat de geriatria per a futurs metges i infermers. Dels aspectes fonamentals per millorar la tria de l'especialitat de geriatria per les places MIR i IIR és la presència del seu ensenyament en el grau de medicina i d'infermeria en totes les facultats de Medicina i d'Infermeria, per tal que els estudiants la coneguin; és per això que des de la societat s'impulsaran iniciatives per conèixer quin és l'estat de l'aprenentatge de la geriatria a les facultats catalanes així com per promoure la seva visualització durant el proper congrés de la societat catalana de geriatria i gerontologia amb una taula sobre l'ensenyament de les pràctiques clíniques de geriatria en els estudiants del grau de medicina i d'infermeria. A més, s'ha proposat la reactivació del grup de treball per fomentar i incentivar l'especialització de la geriatria.

Cal seguir treballant per encoratjar, fer visible i aportar valor a la nostra especialitat holística professional i humana.

[I per finalitzar, podeu consular l'entrevista al soci dirigida a una IIE i MIR](#)



Entrevista al soci: ANA GIL MÉNDEZ

1a enfermera especialista de geriatría a l'Hospital Universitari Parc Taulí a Sabadell



Bon dia,

Et podries presetar breument?

Hola soy Ana Gil Méndez, R2 de enfermería geriátrica en el Hospital Universitario Parc Taulí.

Llevo dos años en Cataluña pero mis orígenes son gallegos. En el año 2020 me gradué en Enfermería en la Universidad de Vigo y luego durante unos meses intensivos de estudio,

preparé el examen EIR obteniendo plaza en Sabadell. De un mes a otro mi vida da un giro radical y con toda la ilusión me instalo y me incorporo al Centro Socio Sanitario Albada que pertenece al Hospital Universitario Parc Taulí donde estos dos años me he formado.



Com vas arribar al mon de la geriatría?

Al graduarme, surgió la duda de que hacer, y la verdad que la idea de hacer la especialidad siempre lo tuve en mente, entendiéndola como un proceso de formación y una oportunidad de trabajar en otro hospital con el enriquecimiento que eso conlleva.

Què és el què més t'agrada de l'especialitat?

El contacto directo con los pacientes. El contacto en planta cuando le estás realizando una valoración geriátrica integral o bien cuando estás haciendo un test de disfagia. Nos permite conocer al paciente de una manera holística y pudiéndole acompañar

en todo el proceso asistencial al igual que a su familia. Esto último se puede hacer en todas las especialidades pero sin embargo, desde mi opinión tratamos a pacientes en un momento de su vida concreto, en los últimos años de vida con lo que eso conlleva: una fragilidad muchas veces desconocida, una complejidad mínimamente estudiada con los cuidados que demanda y necesita y sobretodo atendemos y acompañamos a mucha población que se encuentra en un estado de soledad muy llamativo. Cada vez más población envejecida, más compleja y más sola.

Acompañar esta soledad es algo importante y cuando se consigue coordinar tu trabajo asistencial con trabajo social y se busca la mejor opción para poder darle la mejor ubicación de cara a un alta, es muy gratificante saber que al menos estará en mejores manos y que tú y el equipo habéis hecho todo lo posible para conseguirlo. Al igual que tenemos la oportunidad de poder acompañar a personas en situación de últimos días que necesitan un cuidado o un apoyo mayor y tu siendo enfermera y en mi caso geriátrica, se lo puedes proporcionar.

*Además, no solo me quedo con que trabajamos con un rango de edad muy agradecido, sino que además, en algunas ocasiones estamos a tiempo de poder hacer una intervención tanto asistencial, educativa o social que permite mejorar la calidad de vida y eso para mí es importante, porque significa que se hace un buen trabajo y que cuidamos, que para mí es la palabra que recoge el valor esencial de nuestra profesión: **cuidar**.*



Tens interès en alguna àrea en especial?

Con respecto a lo del área, la verdad que ahora mismo después de dos años de formación por muchos dispositivos y equipos de diferentes niveles asistenciales podría desempeñar mi trabajo cargada de motivación e ilusión en cualquiera área, pero tengo claro que después de este tiempo de formación, dedicación y apuesta por el ámbito geriátrico me encantaría poder trabajar y aplicar todo lo aprendido, aunque como todo, el proceso de formación y aprendizaje siempre continua porque nuestra profesión si se diferencia de otras es que tienes que estar actualizada y lo mejor formada para poder proporcionar el mejor cuidado.

Quins punts forts creus que té la teva unitat docent?

Lo que destacaría de mi unidad docente lo primero es la valentía, la valentía de embarcarse en la acreditación de plazas para poder realizar ahí la especialidad y por otro lado destaco la motivación y la perseverancia con la que hemos trabajado conjuntamente para poder crear un buen plan formativo y conseguir llevar comunicaciones a congresos tanto a nivel autonómico como nacional, así como buscar las mejores rotaciones y los mejores docentes para formarme lo mejor posible. Siempre hay margen de mejora, pero eso también es lo que me gusta de esta UDM es que se fue construyendo a poquitos, pero siempre incorporando mejoras para poder conseguir los objetivos marcados tanto a corto como a largo plazo.

Estas immersa en algun projecte de recerca, ja sigui a nivell nacional o internacional?

Pues mira hace unos meses que termine con mi trabajo fin de residencia [TFR] que va sobre el estudio del nivel de complejidad en nuestro centro socio sanitario concretamente en las plantas de geriatría -agudos (UGA) y la unidad de cuidados paliativos . Esta valoración del nivel de complejidad la realice con ayuda de otras enfermeras del socio sanitario aplicando la herramienta del hexágono de la complejidad (HEXCOM), una herramienta muy desconocida pero la verdad que muy útil e innovadora que permite calcular fácilmente

el nivel de complejidad, pero no solamente centrándonos en una población en concreto o en una complejidad clínica solamente, sino que abarca todas las dimensiones de la persona. Tras este trabajo y muy satisfecha de los resultados pues la verdad que nos estamos planteando un trabajo de investigación aumentando la muestra e incluyendo otras unidades de ingreso sirviendo este trabajo que mencioné antes como prueba piloto.

Siguiendo con esta línea de investigación me encantaría poder desarrollar un estudio multicéntrico, ya que creo que es una línea de investigación muy interesante y ojalá poder expandirlo y trabajar a nivel internacional. Trabajando todo se puede conseguir así que no cierro puertas a poder colaborar en estudios futuros, la verdad que yo encantada. Siempre en movimiento.

Ara que ja acabes la residència, quina seria la recomanació que faries als residents de primer any?

Que pregunten y que no tengan miedo a todo lo que van a vivir estos dos años. Son dos años intensos pero que, si se toman con actitud, con mirada de oportunidad de formación y sobre todo desde el principio se crea, consolida una buena red de apoyo, el resto viene solo.

Recomendación que pregunten a otros residentes, ya sean médicos, enfermeros o de otras especialidades, que creen grupo de apoyo, que se pregunten cosas y que busquen motivaciones u objetivos a alcanzar en una rotación. Que pregunten todo lo que quieran, porque nadie nace aprendido y se está en un proceso de formación que luego una vez que entras en la dinámica del trabajo como tal pues es más difícil.

Pero sobre todo mi recomendación y lo que a mí me funcionó es disfrutar de todas y cada una de las rotaciones, aprovechar estos meses para conocerse más tanto a nivel personal como profesional ya que vivirán experiencias y situaciones que nunca antes se habían planteado y ahí es cuando te das cuenta de los recursos y herramientas que se tienen o se han desarrollado



estos años para poder hacerle frente de la mejor manera.

Que disfruten de los ratitos que se están con los pacientes, de cada uno se aprende. Que disfruten y se apoyen en los compañeros, en otros resis o gente interna del hospital y en su familia y amigos porque son los pilares que nos mantienen para poder superar esta aventura de la residencia.

Tornaries a fer la residència de Geriatria?

Por supuesto. No me lo pensaría. Como todo reto tiene sus cosas buenas y sus cosas no tan buenas, pero de estas también sales reforzado y se aprenden. Ahora mismo puedo decir que después de formarme como enfermera especialista, siento que he encontrado mi sitio y donde quiero poner en practica todo lo aprendido y seguir formándome con la motivación de buscar la excelencia en los cuidados, porque lo que quiero es cuidar, pero cuidar mucho y bien.

Antes de despedirme, me encantaría dar las gracias a la Sociedad Catalana de Geriatria y Gerontologia por el espacio y por contar conmigo para poder

comunicar mi experiencia. Creo que la difusión tanto de conocimientos como de experiencias reales hace que se conozca nuestra especialidad y que ojalá sirva de reclamo para futuros residentes y futuros enfermer@s y que algún día contemos con el reconocimiento que nos merecemos.

Agradecer públicamente a mi Unidad docente y a mis coordinadoras de residencia por ser parte logística y administrativa en este reto.

A mis compañeros de profesión por todo el tiempo dedicado en formarme, acompañarme y sobre todo por todo el cariño recibido.

Pero sobre todo quiero agradecer a Ingrid Bullich porque sin ella esto no tendría sentido y no sería la profesional que soy porque toda residente necesita una madrina y yo en ella la he encontrado. Y finalmente a mi familia y amigos por ser pilares importantísimos desde el inicio.

Agradecida de corazón a todas y cada una de las que participó y me acompañó en mi proceso formativo.

Una enfermera feliz

Entrevista al soci: **ROBERTO D. CORTÉS**

R3 de Geriatria Consorci Hospitalari de Vic



Bon dia,

Et podries presetar breument?

Soy Roberto D. Cortés P., nací en Caracas, Venezuela, he realizado mis estudios de pregrado de medicina en la Universidad Central de Venezuela. He entrado a la especialidad en el año 2020, durante la pandemia COVID-19. Actualmente estoy finalizando el 3er año de geriatría en el Consorci Hospitalari de Vic.



Com vas arribar al mon de la geriatria?

En el país donde nací, la especialidad es poco conocida, al llegar acá y ver en la práctica clínica tantos pacientes mayores, sinceramente, la elección fue un impulso.

Què és el què més t'agrada de l'especialitat?

Me agrada comprender de forma holística al paciente geriátrico para enfocar de forma efectiva el tratamiento de sus patologías y poder contribuir en mejorar su entorno emocional, social, funcional y mental.



_Tens preferència per alguna àrea?

Estoy interesado en Orto geriatria, Cardiogeriatría, Psicogeriatría, Urgencias geriátricas, Oncogeriatría, Unidad de caídas, fragilidad y sarcopenia.

_Quins punts forts creus que té la teva unitat docent?

Considero que son: Fragilidad, Modelo de prescripción centrada en la persona de edad avanzada, Cuidados paliativos, PADES, Psicogeriatría y Unidad de caídas.

_Formes part d'algun projecte d'investigació nacional i internacional?

Desde principio, me ha llamado la atención este campo. He logrado asistir al Congreso de la Sociedad Española de Geriatría en Madrid en junio 2022 por medio de un estudio retrospectivo que realicé en la unidad de geriatría de agudos del hospital donde estoy.

Posteriormente, gané la beca Vicent Mercader para asistir al congreso europeo de geriatría celebrado en Londres el año pasado por medio de un trabajo que hice durante mi segundo año de residencia, sobre la influencia de la fragilidad en los pacientes de edad avanzadas hospitalizados en una unidad de agudos por neumonía.

Actualmente me encuentro realizando mi tesis doctoral relacionado con la cardiogeriatría, en la escuela Doctoral de la Universidad de Vic. Y valoro la posibilidad de asistir al Congreso Europeo de Geriatría que se realizará en Helsinki este año.

_Quin llibre recomanaries?

Se debería comenzar leyendo el Tratado de Geriatría para residentes de la SEGG, y profundizar más las bases sobre todo los síndromes geriátricos con la 2ª edición del Tratado de medicina geriatrica: Fundamentos de la atención sanitaria a los mayores; incluye dentro de sus referencias bibliográficas algún artículo y revisión publicado en la SEGG. Como complemento de la base está disponible "Learning Geriatric Medicine: a study guide for medical students 2018, editorial Springer". A nivel de urgencias, se tiene Geriatric Emergency Medicine de Christian Nickel.

Referente a la orientación del escenario clínico y objetivo terapéutico hay que apoyarse a enfocar al paciente mayor de acuerdo al Model de prescripció centrada en la persona (PCP); per a persones fràgils, amb multimorbiditat, cronicitat complexa (PCC) o avançada (MACA), de Núria Molist.

Existe la guía de ortogeriatría del grupo de trabajo de la SCGiG que la verdad está muy bien elaborada para los residentes, desglosa de forma resumida y detallada aspectos a nivel preoperatorio, postoperatorio y seguimiento de pacientes de edad avanzada con fractura por fragilidad y traumática. Por otro lado, la guía de cardiogeriatría de la Sociedad Española de Cardiología, nos habla de las principales patologías cardíacas más prevalentes de los pacientes mayores.

A nivel palitativo, tenemos la 4ta edición del manual de control de síntomas en pacientes con cáncer realizado por el Instituto Català d'Oncología, que de forma minuciosa nos desglosa la valoración y el tratamiento de los síntomas intercurrentes en pacientes oncológicos y no oncológicos.

_Quins paper creus que tot resident de geriatría ha de llegir?

- Frailty, severity, progression and shared decision-making: A pragmatic framework for the challenge of clinical complexity at the end of life. European Geriatric Medicine 6 (2015) 189 - 194. Nos explica una perspectiva de mejorar la toma de decisiones de acuerdo al objetivo terapéutico que se encuentre el paciente mayor sobre todo en las etapas finales de la vida.*
- World guidelines for falls prevention and management for older adults: a global initiative. Age and Ageing 2022; 51: 1-36. Tuve la oportunidad de presenciar su estreno durante el Congreso Europeo de Geriatría en septiembre de 2022, nos desglosa recomendaciones para enfocar y tratar las caídas en nuestros pacientes.*
- ESPEN practical guideline: Clinical nutrition and hydration in geriatrics. Clinical Nutrition 41 (2022) 958e - 989. Nos hace recomendaciones sobre diagnóstico, tratamiento, requerimientos nutricionales a nivel hospitalario y en seguimiento por consultas de los trastornos nutricionales en el paciente mayor que muchos clínicos no toman en cuenta.*
- Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia in Different Dementia Disorders: A Large-Scale Study of 10,000 Individuals. J Alzheimers Dis. 2022;87(3):1307-1318. Nos proporciona una primera mirada por medio de un estudio de cohortes sobre los diferentes síntomas psicológicos y conductuales más prevalentes en pacientes con demencia.*



- *Quantifying Anticholinergic Burden and Sedative Load in Older Adults with Polypharmacy: A Systematic Review of Risk Scales and Models. Drugs Aging. 2021 Nov;38(11):977-994.* *Evalúa las fortalezas y limitaciones de las herramientas disponibles para cuantificar la carga anticolinérgica relacionada con la medicación y la carga sedante en adultos mayores.*

Quines recomanacions faries als residents de primer any

- *Como primer axioma, recomiendo realizar las primeras guardias de urgencias con un residente mayor de geriatría en el hospital que se encuentre realizando la residencia, para tener una mirada más próxima, integral y ajustada de la especialidad de cara a las urgencias.*
- *Me ha sido de utilidad indagar artículos de guía clínicas, documentos de consensos de las revistas de la especialidad donde uno se encuentre rotando y/o tenga interés particular; sugiero buscar el apartado de pacientes de edad avanzada o ancianos (últimamente tiende a aparecer en este tipo de artículos)*
- *Durante las rotaciones fuera del servicio (neurología, medicina interna, endocrinología, cardiología, UCI, nefrología, neumología, reumatología, entre otras);*

aprender de la subespecialidad ajustada a la geriatría, no a adultos jóvenes o pediatría; debido que nos formamos en tratar a pacientes de edad avanzada.

- *Si te interesa la investigación, se puede empezar desde el primer año de la residencia. Si escasea o no se proporciona este campo en el hospital donde te encuentres, sugiero hablar con otros servicios del mismo hospital o escribir a los grupos de trabajos de la Sociedad Catalana de Geriatría o residentes de geriatría de Cataluña que pueden ofrecer herramientas.*
- *Se puede asistir a los congresos de geriatría desde primer año de la especialidad, sería más provechoso y conveniente llevar un trabajo de investigación. No hay que esperar en el último año de la residencia para realizarlo.*
- *Por último, e importante realizar mínimo una actividad recreativa durante la residencia, deporte, baile, música, y/o mantener algún hobby para sobrellevar la residencia.*

Tornaries a fer la residència de geriatría?

Espero encontrarme en otro multiuniverso realizando también esta especialidad.

ENHORABONA!

No volíem acabar aquesta NEWSLETTER sense felicitar a l'**Equip d'Urgències de l'Arnau de Vilanova de Lleida** per la seva **Acreditació internacional pel model d'atenció Geriàtric a ucies.**

