

FUTURO

Junio 2020 N°11

SINGULAR

Revista de **Atam**



CAMPAÑA

La ansiedad, un fuerte impacto en la vida de los niños y adolescentes

T-RESUELVE

Tu servicio telefónico de orientación familiar

ARTÍCULO

Abordaje de los problemas visuales

EVENTOS FUTURO SINGULAR 2019

El fenómeno de la complejidad en la salud y la discapacidad

REPORTAJE

Nueva web del Equipo Clínico

equipoclinico.atam.es

EDITORIAL

Salud, información y ambiente

A lo largo de la Historia, la visión que ha tenido el médico sobre la enfermedad ha venido determinada por la información de que ha dispuesto en cada momento. Consecuentemente, el concepto de salud ha experimentado una significativa evolución de acuerdo con el marco social y cultural de cada momento.

En el actual momento histórico, la sociedad interconectada nos provee de una información radicalmente mayor y cualitativamente distinta. Esta información no hace referencia exclusivamente al estado del organismo sino también a los condicionantes ambientales en los que se desempeña. Cada vez contamos con más evidencias de la influencia que tiene la interacción entre individuo y ambiente. Cuando hablamos de salud tendremos que trascender el concepto de enfermedad y penetrar en la noción de funcionamiento. La salud se mide en términos de capacidad para interactuar con el hábitat, procesar energía y producir trabajo útil para la vida.

De ahí que nos remitamos a la definición de la OMS, para quien la salud es "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades." Hasta hoy hemos carecido de la información, del conocimiento, de la técnica y de la epistemología para poder aplicar este enfoque. Sin embargo, todo parece indicar que la revolución técnica del siglo XXI nos va a proveer las herramientas técnicas y metodológicas para actuar sobre nuestro estado general de salud y sobre nuestro bienestar. El cuidado de nuestra salud dejará de adoptar una posición reactiva y se constituirá en una acción proactiva, en una forma dinámica de entender la vida. Mediremos la salud en términos de funcionamiento vital.

Si algo ha caracterizado a ATAM a lo largo de estos años es precisamente su labor por abanderar un cambio de mentalidad que permita enfocar la salud desde un nuevo paradigma. Por estas razones, ATAM viene desplegando una intensa activi-

dad de innovación en el seno de su equipo clínico para comprender cómo la información que produce el mundo conectado nos permitirá avanzar hacia nuevos modelos predictivos y herramientas preventivas.

Este giro ha resultado clave para la aplicación de las Ciencias de la Complejidad a la práctica clínica. El paradigma de la salud basada en la complejidad considera a la persona como un todo, más allá de la suma de sus diversos órganos, considera que las causas que afectan a la salud son multifactoriales y surgen de la interacción de la persona con el hábitat.

“Un hombre sabio debería darse cuenta de que la salud es su posesión más valiosa.”

Hipócrates

Por ello el Equipo Clínico de ATAM aplica una sistemática de trabajo basada en un conjunto de referencias de bienestar que consideramos la base de la intervención en la discapacidad, la cronicidad y la dependencia. Analiza a cada persona en su globalidad, y atiende no solo a factores físicos y mentales sino al contexto social, familiar y personal. Estudia y estructura las interrelaciones entre ellos. Nuestro objetivo, singular y único, es el bienestar de la persona a través de la prevención de la discapacidad y la intervención sistémica.

En este nuevo número de nuestra revista Futuro Singular queremos plasmar el enfoque singular del Equipo Clínico de ATAM que, en sus diferentes servicios, incorpora la medicina basada en la complejidad, el trabajo en equipo y la tecnología para dar respuestas únicas a problemáticas cada vez más emergentes entre nuestra masa social. Actualmente su desempeño abarca áreas tan diversas como los problemas de la adolescencia, la fatiga visual, el estrés o los trastornos del sueño.

ÍNDICE

La ansiedad, un fuerte impacto en la vida de los niños y adolescentes

PÁG

4



T-Resuelve Tu servicio telefónico de orientación familiar

PÁG

7



El fenómeno de la complejidad en la salud y la discapacidad

PÁG

10



Abordaje de los problemas visuales

PÁG

16



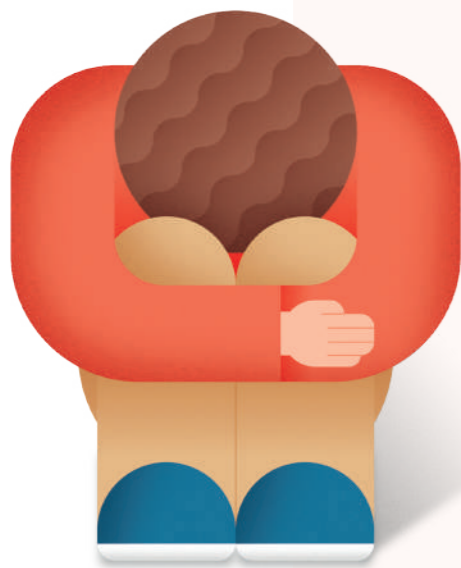
Lanzamiento de la nueva web del Equipo Clínico

PÁG

20

ENTREVISTA

La ansiedad puede suponer un fuerte impacto en la vida de los niños y los adolescentes



Los problemas de ansiedad en la infancia son difíciles de detectar. Un abordaje adecuado minimiza sus consecuencias

El desarrollo de los trastornos de la ansiedad involucra una compleja interrelación entre lo biológico, lo psicológico y el entorno. En la actualidad suelen ser trastornos infradiagnosticados, ya que muchas veces sus síntomas pueden pasar desapercibidos al confundirlos con temores considerados normales durante el desarrollo.

Existen algunos factores de riesgo como la exposición continua a estrés moderado (recibir constantes burlas, conflictos familiares o eventos traumáticos), la sobreprotección paternal o la personalidad del niño; los más tímidos, con baja sociabilidad y que tienden a manifestar miedo a las experiencias novedosas pueden tener una mayor tendencia a sufrir ansiedad.

Cuando la ansiedad es sostenida en el tiempo puede evolucionar a trastorno depresivo, por lo que es muy importante comprender cuáles son los factores de protección y progresar en desarrollar estrategias de prevención.

Un niño con un alto grado de recursos personales, -una buena red de apoyo social y familiar-, cuenta con herramientas protectoras suficientes para enfrentarse y superar las situaciones adversas de su vida cotidiana.

En el Equipo Clínico de ATAM contamos con cerca de 40 años de experiencia en el abordaje de los problemas que se manifiestan en la infancia y la adolescencia.

Miguel Ángel Blázquez es psicólogo y está especializado en neuropsicología. En esta entrevista nos explica en qué consiste la ansiedad en niños y adolescentes, que síntomas o comportamientos presentan y algunas claves y estrategias para combatirla en familia.

Si observas algún cambio de comportamiento o empeoramiento brusco de los resultados académicos de tus hijos, puedes consultar al Equipo Clínico de ATAM llamando al 91 709 80 91 o a través de la web: equipoclinico.atam.es

Solicita cita en el **91 709 80 91**
equipoclinico.atam.es

¿Qué es la ansiedad?

La ansiedad es una respuesta adaptativa que se presenta ante un peligro y que tiene como objetivo preparar el cuerpo para superar dicha situación. La ansiedad en sí misma nos ayuda a superar situaciones que de otra manera sería imposible afrontar. Ejemplo de ello, es salir corriendo de un peligro inminente o incluso preparar un examen cuando está próximo.

La ansiedad supone un problema cuando se vuelve patológica, es decir, cuando la intensidad, duración y frecuencia de la misma aparece de manera exagerada en relación al estímulo o situación que dio origen o, incluso, en ausencia de este. Esto supone que aparezca ante situaciones que no presentan un peligro para nuestra integridad física, por ejemplo, superar una prueba, hablar con personas desconocidas, viajar en metro, enfrentarse a una enfermedad leve, etc.

¿Cree que la ansiedad es un trastorno muy frecuente hoy en día?

La ansiedad se ha convertido en una de las enfermedades con mayor incidencia en la población mundial. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) casi un 10% de la población mundial tiene ansiedad y según los pronósticos estas cifras van en aumento, ya que su incidencia se ha incrementado en un 50% en los últimos diez años.

¿Es cada vez más frecuente la ansiedad en adolescentes?

La ansiedad es la primera causa de consulta en las unidades de psiquiatría en adolescentes, superando a la depresión y los problemas de conducta. Las causas pueden ser muy diversas, desde el nivel socioeconómico hasta adicciones.

El estilo de vida occidental actual demanda un ritmo frenético, que crea necesidades de acceder a nuestros deseos inmediatamente o atender a múltiples estímulos simultáneamente. Este nivel

de actividad y autoexigencia provoca que, cuando repetidamente una situación no ocurre como esperábamos o se retrasa algo que querríamos tener inmediatamente, se produce un estado de anticipación, malestar e inquietud. La ansiedad se produce por esa anticipación continuada, por el miedo al futuro y a que no podamos cumplir nuestras expectativas.

En los adolescentes esto se potencia, ya que unido a lo mencionado, aparecen los cambios típicos de esta etapa evolutiva. Por lo que es necesario potenciar una inteligencia emocional adecuada con estrategias de afrontamiento óptimas unidas al desarrollo de las habilidades sociales.

¿De dónde surge la ansiedad infantil?

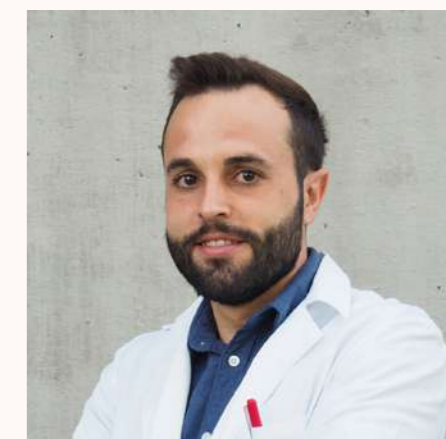
Los niños viven en un mundo de adultos, donde tienen sus ocho horas de colegio y posteriormente como hay que adaptar la hora de recogida al horario de trabajo de las familias, se les suman clases extraescolares como fútbol, baloncesto, natación, aprendizaje de idiomas y/o clases de música, así como aprender a tocar algún instrumento. Unido a todas estas actividades tenemos las tareas escolares diarias como los deberes y estudiar. Además, podemos añadir otro factor más como es la presión por sacar buenas notas, que se realiza desde el entorno donde se desenvuelven los niños. Por otro lado, podemos añadirle la presión indirecta que reciben los niños por la falta de conciliación laboral-familiar que presentan muchas familias.

Si unimos todos estos factores tenemos un conjunto de elementos estresores que si no se manejan adecuadamente van afectando a nuestra salud emocional.

¿Cómo reconocer que mis hijos puedan estar sufriendo ansiedad?

Para detectar estos problemas en la infancia y adolescencia, tenemos que

observar si aparece algún cambio significativo en el comportamiento. Los síntomas pueden ser muy variados, pero entre los más comunes podemos encontrarnos: mayor nerviosismo o inquietud, sudoración excesiva, dolor de estómago, insomnio, preocupaciones excesivas, problemas de autoestima, aislamiento social, descontrol emocional, aumento o disminución del apetito, tensión muscular, tics nerviosos o incluso, mareos debido a la tensión acumulada.



Dr. Miguel Ángel Blázquez
Neuropsicólogo del Equipo Clínico de ATAM

“La ansiedad puede llegar a tener un importante impacto en todas las esferas de la vida, limitando la adaptación personal, familiar y social de los niños”

¿Por qué dice que la ansiedad puede derivar en un trastorno depresivo?

La ansiedad aparece como señal de que algo no funciona bien, tanto a nivel biológico, social, familiar, emocional y/o laboral. Debemos entenderlo como una señal clara de agotamiento o de saturación, pero si no somos conscientes de la situación y no ponemos solución, el problema puede persistir en el tiempo o cronificarse, generando un bucle de pensamientos que se retroalimenta a sí mismo y puede dar paso a un trastorno depresivo. Si trabajamos en una detección precoz y conseguimos cambiar hábitos que nos están perjudicando, se puede invertir esta tendencia, consiguiendo una pronta y efectiva recuperación.

¿Existen estrategias de prevención para combatir la ansiedad?

Como en todas las patologías, la prevención es fundamental para evitar sufrir una enfermedad. En el caso de la ansiedad tenemos que cambiar hábitos de la vida diaria. Por ejemplo, la realización de ejercicio físico moderado de manera periódica, dormir mínimo 8 horas, tener periodos de descanso o desconexión con la rutina y seguir una dieta variada, son medidas protectoras de la ansiedad.

A nivel psicológico, tenemos que aprender a enfrentarnos activamente a los problemas que puedan surgir, tomar decisiones siguiendo una manera lógica y decidida, sin estar continuamente analizando el problema y las soluciones. Es importante tener una rutina organizada, pero variada, con tiempos marcados para cada actividad y centrarse en la actividad que se está haciendo. También debemos ser claros y objetivos con nosotros mismos, es decir, si hacemos algo bien, ser capaces de reconocerlo y felicitarnos, pero si hacemos algo mal, reconocer y analizar nuestros errores sin miedo y sin culpa. Es importante ser asertivo con los demás y consigo mismo, ya que evitará crear situaciones tensas que provoquen malestar.

¿Cómo puede apoyar el entorno familiar al adolescente que sufre ansiedad?

Es muy importante el modo de comunicación que tengamos implantado en la unidad familiar. Si la forma de comunicarnos es directiva e incluso agresiva, va a favorecer la aparición de la ansiedad. Tampoco beneficia convivir en un entorno pasivo en el que todos los miembros se desentienden de las distintas situaciones. La forma más adecuada sería teniendo una comunicación fluida, dinámica y participativa en la que se puedan establecer conversaciones de cualquier tipo sin miedo a ser juzgados, apareciendo expresión de emociones y que los receptores las reciban y sepan dar una respuesta a las mismas.



Estrategias para disminuir la ansiedad

- 1** Compartir momentos o situaciones agradables con los más pequeños: juegos, charlas, etc.
- 2** Hacer partícipes a los niños en distintas decisiones, como por ejemplo, la elección de actividades extraescolares (puede elegir una la familia y otra los propios niños).
- 3** Dejar o proporcionar tiempo libre para jugar, pintar o la actividad que los niños decidan.
- 4** Intentar que los niños vivan en un mundo de niños y no en el de los adultos, dejando que se desarrollen a su ritmo.
- 5** Practicar actividades de ocio y/o deportivas en familia.
- 6** Trabajar de manera individual o en familia técnicas de relajación, respiración profunda, mindfulness (infantil) y/o yoga. Todas ellas nos ayudarán a conocer mejor nuestro cuerpo y a trabajar de manera activa en su buen funcionamiento.

T - RESUELVE

T-Resuelve

Tu servicio telefónico gratuito de orientación familiar

Dudar es un atributo humano y para intentar resolver gran parte de esas dudas que pueden surgir en el ámbito familiar, ATAM pone a disposición de sus socios y familias T-Resuelve.

T-Resuelve es un servicio de orientación familiar gratuito donde los usuarios son atendidos por trabajadores sociales y especialistas en diferentes campos, que conocen los recursos adecuados y proporcionan información personalizada al interesado.

T-Resuelve no es un servicio nuevo. Inicialmente la atención se prestaba centrada fundamentalmente en el ámbito social y psicológico y conforme se han ido detectando nuevas necesidades de los usuarios, se han incorporado otros servicios que consideramos importantes para nuestros socios: el área nutricional, el consejo médico y el asesoramiento jurídico y legal.

Con estas nuevas incorporaciones ATAM ha querido responder a las necesidades demandadas en el entorno familiar y dar continuidad a las acciones dirigidas a ayudar a sus socios y sus familias.

¿Cómo te podemos ayudar? ¿Qué tipo de dudas te vamos a resolver?

En el ámbito social, te resolveremos dudas con respecto a ayudas a las que puedes optar, forma de solicitarlas, recursos existentes en tu zona según tus necesidades específicas...

Si lo que te preocupa es la actitud de tu hijo adolescente, el excesivo tiempo que pasa con el móvil o la falta de comunicación contigo, puedes llamar a T-Resuelve y un profesional del ámbito psicológico te atenderá de manera personalizada.

Si es un consejo médico lo que necesitas,

también puedes contar con nosotros. No vamos a hacerte un diagnóstico, pero sí vamos a orientarte para que tengas un correcto autocuidado de la salud y que resuelvas dudas generales que te permitan afrontar de forma adecuada tus inquietudes.

También podemos ayudarte a ampliar tus conocimientos sobre nutrición. Qué debemos comer en el embarazo, qué alimentos debemos evitar dar a una persona diabética, o cómo alimentar a nuestro bebé, por ponerte un ejemplo.

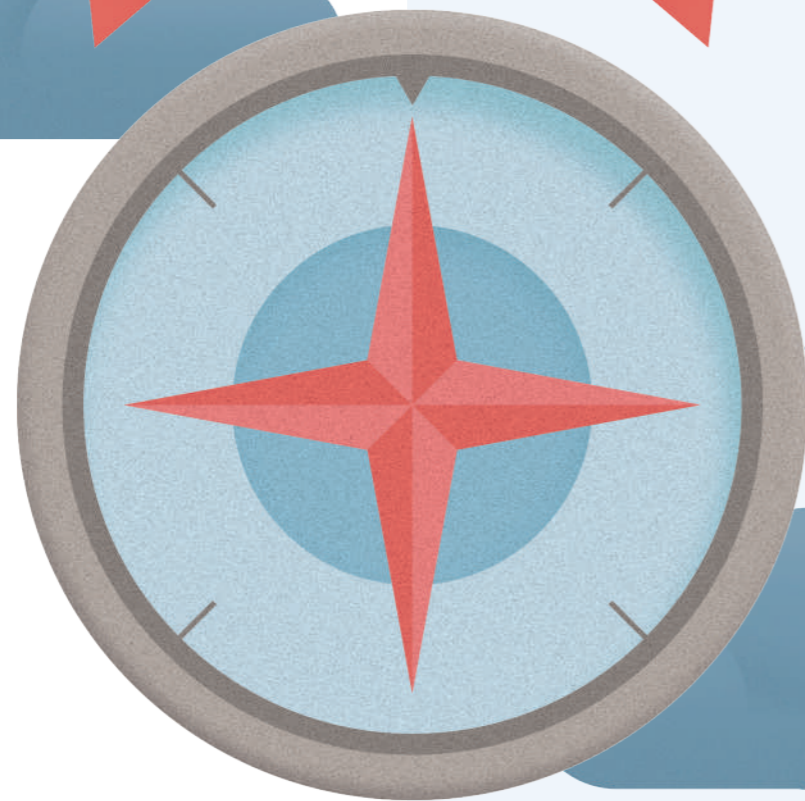
Si quieres ampliar información sobre temas como la accesibilidad, testamentos, tramitaciones y reclamaciones, tutelas y curatelas, incapacitaciones e impuestos o cualquier aspecto jurídico relacionado con la discapacidad y/o dependencia, nuestros especialistas en asesoramiento jurídico y legal, te pueden echar una mano.

T-Resuelve tiene como objetivo final la promoción de la autonomía en todos los ámbitos de la vida. Se constituye sobre una red de atención con cobertura nacional que proporciona información de acuerdo con la situación personal y geográfica de la persona atendida.

Los profesionales del servicio realizan una escucha activa para poder orientar a la persona de acuerdo con sus necesidades y sus circunstancias concretas. Los miembros del equipo actúan desde 18 puntos diferentes de la geografía española y conocen los recursos económicos y asistenciales, públicos y privados, locales y autonómicos para informarte adecuadamente.

Puedes contactar con nosotros en el teléfono gratuito **900 33 00 01** de lunes a viernes, en horario de **9:00 a 18:00**.

T-Resuelve



01



Psicológico

Mi hijo adolescente está siempre en casa, no sale y no sé como ayudarlo.
 Mi hija con 6 años todavía no lee bien, ¿debo consultar a un especialista?
 Mi mujer está muy estresada, tiene episodios de ansiedad ¿cómo puedo ayudarla?

02



Social

¿Cómo puedo acceder a ayudas públicas?
 Busco un logopeda. ¿Pueden recomendarme alguno?
 ¿Qué ayudas existen para el cuidado de personas mayores y cómo solicitarlas?

03



Nutrición

¿Cómo puedo ayudar a mis hijos con sobrepeso?
 Mi madre ha perdido mucho peso y casi no come. ¿Qué puedo hacer?

04



Jurídico

¿Puedo obligar a la comunidad de vecinos a instalar un ascensor?
 Si alguno de mis familiares es dependiente, ¿tengo ventajas fiscales?
 ¿Cómo solicitar una plaza de estacionamiento para personas con movilidad reducida en mi calle?

05



Médico

Si a un familiar le han diagnosticado cáncer, ¿sería recomendable que me hiciera un chequeo?
 Llevo un tiempo notando ardores de estómago, ¿debería acudir al médico o cambiar mi dieta?

¿Qué es?

Es un servicio telefónico de **orientación familiar GRATUITO**.

Los usuarios son atendidos por trabajadores sociales y especialistas en diferentes campos que proporcionan información personalizada con el fin de resolver las inquietudes en el ámbito familiar.

¿Para quién?



Socios



Familiares de socios

Horario de atención: **lunes a viernes de 9:00 a 18:00.**
 Teléfono gratuito: **900 33 00 01**

REPORTAJE

El fenómeno de la complejidad en la salud y la discapacidad



Nos encontramos en una etapa única de la historia en la que la revolución tecnológica y científica está derribando los pilares conceptuales sobre los que se sustenta nuestra visión del ser humano, de la enfermedad, del envejecimiento, de la cronicidad, de la dependencia y de la discapacidad. Al calor de estos avances surgen corrientes de pensamiento que en ocasiones reducen la humanidad a un mero repositorio de algoritmos bioquímicos.

A su vez, el desarrollo del mundo digital y conectado está provocando un incremento exponencial de la complejidad en las sociedades humanas y en nuestras propias vidas. Se trata de una complejidad que, por su fundamento tecnológico, puede ser empleada como herramienta para empoderar a los seres humanos en vez de abrumarles.

Sin embargo, esta profunda transformación no llegará desde las estructuras actuales tal y como están configuradas hoy. Se requiere el desarrollo de un nuevo modelo de instituciones sociales de apoyo a las personas.

Con estos planteamientos de fondo, y con las ciencias de la complejidad como hilo conductor el pasado 24 de octubre, bajo el título "El fenómeno de la complejidad en la salud y la discapacidad. Ciencia, tecnología y humanismo", Madrid acogió la IV edición de Futuro Singular.

Desde hace algunos años ATAM viene promoviendo un movimiento científico, tecnológico y social que ayude a crear un nuevo modelo de institución social, mediante la aplicación de la tecnología al bienestar y empoderamiento de los colectivos más vulnerables: personas con discapacidad, enfermos crónicos y personas dependientes.

Como parte del citado movimiento nace este espacio de debate y diálogo en el que participan expertos en Neurociencia, Biología, Ingeniería Biomédica, Inteligencia Artificial, Big Data y Management. El objetivo es reflexionar sobre las implicaciones que los avances en estas disciplinas del saber puedan tener en el bienestar y la integridad de los seres humanos. Es un espacio vivo y en cada edición se acometen, desde diferentes aproximaciones, los impactos que la revolución técnica provocará sobre el cuidado de la salud y la autonomía personal.

En esta ocasión nos hemos centrado en el nuevo abordaje del cuidado de la salud mediante la aplicación de la tecnología digital, en la generación de sistemas inteligentes y en las oportunidades que nos deparará la capacidad exponencialmente mayor de computación de datos. Además, se han analizado los cambios que se requieren en la configuración de las organizaciones sociales para hacer efectiva esta nueva forma de entender el cuidado de la salud basado en la aplicación de las ciencias de la complejidad a la medicina.

“Necesitamos avanzar hacia una nueva comprensión de lo que significa el organismo humano entendido como un todo”

Ignacio Aizpún



María Luz de los Mártires Almingol, Directora General de Sistemas de Información y Equipamientos Sanitarios del Servicio Madrileño de Salud, fue la encargada de realizar la apertura institucional del encuentro.

Tras su intervención Ignacio Aizpún, director general de ATAM, apuntaba en la primera ponencia de la jornada, "Organizaciones humanas para un mundo complejo", la necesidad de intentar comprender el significado de la vida humana desde la termodinámica y los modelos matemáticos asociados a la complejidad, la probabilidad y la no linealidad, para poder explotar todo el potencial que nos ofrece la revolución tecnológica y científica.

También nos planteaba que "la vida es un proceso gradual de incremento de la complejidad, la información, el conocimiento, la individualidad y la diversidad". Y destacaba que "la revolución tecnológica nos va a permitir acceder a una información que no solamente es mayor, sino cualitativamente diferente, ya que nos va a permitir avanzar en la comprensión de los patrones que rigen el funcionamiento del organismo humano".

Ignacio Aizpún exponía finalmente que "la tecnología penetra en nuestras vidas de forma cada vez más rápida y más profunda y esto trae consigo una nueva visión del ser humano y una nueva interpretación del hecho de la discapacidad, en la que las organizaciones sociales tienen la responsabilidad de posicionarse y asegurar que la tecnología sea aplicada para el bienestar y empoderamiento de los colectivos más vulnerables".

Tras su interesante intervención tuvo lugar el panel "La realidad del organismo complejo" moderado por la Doctora Lola Morón, psiquiatra, divulgadora científica y experta en neuro-



“Reconocer la complejidad, hallar los instrumentos para describirla y efectuar una relectura dentro de este nuevo contexto de las relaciones cambiantes del hombre con la naturaleza son los problemas cruciales de nuestra época.”

Ilya Prigogine



ciencia, que entrevistó al Doctor Jorge Trainini y a la Doctora Marta Bertolaso quienes analizaron y debatieron acerca del impacto que ha tenido el desarrollo de las ciencias de la complejidad en la comprensión del organismo humano y el papel que juega la actividad mental en la salud de la persona.

El Doctor Trainini, cirujano cardiovascular y pionero de la medicina basada en la complejidad, abogó por recuperar la dimensión más humanista de la profesión médica a partir de un nuevo paradigma que supere el fenómeno de la fragmentación provocada por el alto grado de especialización de la medicina moderna.

Por su parte, Marta Bertolaso, bióloga, doctora en Filosofía de la Ciencia y profesora en el Campus Biomédico de Roma, apuntó la posibilidad de comprender mejor algunas patologías como el cáncer a través del funcionamiento de los organismos biológicos complejos.

Tras la pausa fue el turno del Doctor Jorge Sepulcre, neurólogo e investigador de la Harvard Medical School, que a través de su ponencia "De la neurona al conectoma humano" y de una interesante charla con la neuróloga del Equipo Clínico de ATAM Isabel Bustamente, profundizó en la teoría de redes neuronales y los avances en el estudio del conectoma humano. Con su intervención nos introdujo en el nuevo enfoque que viene adoptando la neurociencia más avanzada para comprender el funcionamiento del cerebro entendido como un sistema de sistemas.

Toda esta visión sistémica de la realidad se muestra presente en los fundamentos que sustentan la plataforma tecnológica Vivelibre que se encuentra desarrollando ATAM en la actualidad. Dicha plataforma fue presentada en primicia por Héctor

“Estamos aquí para mejorar radicalmente la vida de las personas vulnerables”

Héctor Díez



“Las instituciones sociales de hoy sufrirán una (R)evolución o desaparecerán porque se han vuelto ingobernables y ya no cumplen con sus propósitos”

Fredmund Malik

Díez (director de Transformación digital de ATAM), David Prieto (director de la Cátedra de BIG DATA de la UCAM) y Alejandro García (responsable de los proyectos de innovación clínica de ATAM). Mediante una combinación de tecnologías que incluyen el BIG DATA, la Inteligencia Artificial y el Internet de las Cosas, la plataforma se constituirá en un sistema cognitivo capaz de producir conocimiento para mejorar la salud y la autonomía de las personas con discapacidad, los mayores dependientes y los enfermos crónicos.

Al final de la presentación, Marta Valencia, presidenta de la Fundación DFA, que ha colaborado conjuntamente con ATAM para la implantación de las soluciones tecnológicas de Vivelibre en Aragón, ofreció su testimonio desde la interesante posición de los usuarios.

Para cerrar la jornada, Kirstie McAllum, Doctora en comunicación organizacional y profesora de la Universidad de Montreal, entrevistó a Fredmund Malik, Dr. en Economía y uno de los mayores expertos mundiales en management. El Dr. Malik planteó las claves para la gestión de las organizaciones sociales en un mundo profundamente transformado

por la tecnología, explicando a la audiencia los fundamentos científicos de un modelo de gestión de organizaciones sociales, que resulta imprescindible para navegar por un entorno extraordinariamente más complejo, incierto y dinámico que el que tuvieron que afrontar las organizaciones humanas del siglo XX.

Durante todo el evento quedó de manifiesto que la comprensión de los principios que rigen las leyes de la complejidad se va a constituir en un elemento nuclear para una nueva forma de avanzar en el conocimiento científico y, particularmente, para la interpretación de la discapacidad y la cronicidad.

Más de 500 profesionales tuvieron la oportunidad de asistir a este encuentro, representando a instituciones y ámbitos muy diversos, como son el sector social y socio sanitario, sociedades científicas, el mundo académico, la industria sanitaria o el sector tecnológico, pudiendo disfrutar durante unas horas en el auditorio de la sede social de Telefónica en Madrid del fantástico viaje que representa uno de los eventos más importantes relacionados con el mundo de la salud, la discapacidad y la tecnología, Futuro Singular.



RED DE PUNTOS DE ATENCIÓN A FAMILIAS

SERVICIO	TELÉFONO	DIRECCIÓN
Andalucía Occidental	954 222 577 954 226 881	C/ Amador de los Ríos, 60, 41003 Sevilla
Andalucía Oriental, Ceuta y Melilla	958 206 102 958 209 477	C/ Escultor Martínez Olalla, 9 (Edif. Marsella) Local 2, 218003 Granada
Aragón	876 258 388	C. Andador Luis Puentes Gracia, 6, 50008 Zaragoza
Asturias	985 782 913	C/ General Elorza, 64 Bajo, 33001 Oviedo
Baleares	971 717 505	La Rambla, 15-2º, 07003 Palma de Mallorca, Islas Baleares
Canarias	928 413 579 922 246 065	C/ López Botas, 15 Bajo, Oficina 35001 Las Palmas de Gran Canaria (Las Palmas) C/ Afilarmónica Nifú-Nifá, 40. Local-38005 Santa Cruz de Tenerife
Castilla y León	983 292 867 983 305 428	C/ Renedo, 14. Local 4 - 47005 Valladolid
Cataluña	934 493 671	C/ Sant Antoni M ^a Claret, 132-134. Local C-2, 08025 Barcelona
Extremadura	924 301 062	C/ San Juan de Dios, 11, 06800 Mérida (Badajoz)
Galicia	981 575 031 986 277 088	Rua Dublín, 3 - Bajo - locales 2 y 5, 15707 Santiago de Compostela (La Coruña) Rúa As Teixugueiras, 15 - 36212 Vigo (Pontevedra)
Comunidad de Madrid y Castilla La Mancha	917 123 145	C/ Alcalá, 265, Centro de negocios Iberdrola (entrada por c/ Ventas) 28027 Madrid
Navarra y La Rioja	948 279 640	Avda. Pio XII, 5 entreplanta dcha, 31008 Pamplona (Navarra)
País Vasco y Cantabria	944 472 166 944 472 812	C/ Puente de Deusto, 3 - Bajo - 48014 Bilbao
Comunidad Valenciana	963 156 228 963 156 000	C/ Gobernador Viejo, 14 - Bajo - 46003 Valencia
Región de Murcia	968 234 445	C/ Periodista Encarna Sánchez, 12-30007 Murcia

ARTÍCULO

Abordaje de los problemas visuales

La vista es uno de los cinco sentidos que poseemos, y es considerado por algunos como el más importante por diversas razones:

- El 50% del cerebro se dedica al procesamiento visual.

- Estamos casi todo el día viendo y aunque pestañeamos, nuestro cerebro completa ese instante de modo que percibimos una imagen continua.

- Reorganizamos nuestras experiencias a través de la vista.

El 80% de la información que recogemos a lo largo del día lo hacemos a través de los ojos, y por ello resulta imprescindible que la cuidemos lo mejor posible.

¿Cuándo empiezan a aparecer los problemas en la vista?

Los problemas oculares pueden aparecer desde la infancia, y en esta etapa puede detectarse una cierta hipermetropía de tipo fisiológico, debido a su menor tamaño respecto al de la edad adulta. Al crecer, la hipermetropía va disminuyendo y puede comenzar a aparecer la miopía si hay tendencia genética. Las miopías magnas también pueden estar presentes desde el principio y aumentar con los años.

Si tu hijo tiene dificultad para ver la pizarra en el colegio o se sienta muy cerca para ver la televisión, es muy probable que tenga miopía.

Por otro lado, el astigmatismo suele estar presente desde el nacimiento, aunque puede modificarse con el crecimiento. El niño percibe una visión deformada de los objetos, tanto de cerca como de lejos.

También es común en los niños el estrabismo. Se trata de una desviación de los ojos, es decir, cuando el niño bizquea. Cuanto antes se diagnostique más fácil será la corrección.

Otro de los problemas que podemos encontrar en niños es la ambliopía. Es importante evaluar la salud visual de los niños antes de los 4 años para prevenir y diagnosticar precozmente el ojo vago.

La mayoría de los niños no acuden al oftalmólogo hasta que la familia o el colegio detecta algún problema. Si tu hijo se frota los ojos constantemente y se queja de dolores de cabeza, es muy posible que tenga algún problema oftalmológico.

Es importante realizar revisiones en edades tempranas y no esperar a que aparezcan los problemas. Las revisiones son fundamentales para poder aplicar medidas preventivas adecuadas.



Patologías en la edad adulta

En la edad adulta y conforme nos vamos acercando a una edad más madura suelen aparecer las siguientes patologías:

Presbicia

A partir de los 40-45 años es quizá uno de los problemas oculares más recurrentes, ya que está asociado al envejecimiento. Algunos síntomas de la presbicia son la dificultad de enfoque para cerca, la necesidad de alejar el texto y una mayor dependencia de la luz. La solución es sencilla y pasa por el uso de lentes de hipermetropía.

Cataratas

Otra de las patologías que se presentan con la edad son las cataratas. Estas pueden comenzar a una edad muy variable, dependiendo de la genética familiar y de otros muchos factores personales. La persona suele notar dificultad de enfoque, borrosidad sobre todo de lejos y variación de su visión con la luz ambiental.

El tratamiento consiste en la extracción del cristalino dañado y sustituirlo por una lente intraocular.

Glaucoma

El glaucoma es una lesión del nervio óptico producida por una tensión ocular alta. Por ello, es recomendable que cualquier persona a partir de los 45 años efectúe controles anuales de la tensión ocular, puesto que ésta aumenta con los años.

El tratamiento consiste en colirios para bajar la presión ocular, pero sólo detiene la progresión. Por tanto, el diagnóstico precoz es fundamental.

Degeneración macular asociada a la edad (dmae)

La sintomatología suele comenzar por encima de los 60 años con disminución de la visión central, así como deformación de las imágenes, sobre todo las líneas rectas.

En algunos casos tiene tratamiento con inyecciones intravítreas para mejorar el edema macular, pero su detección precoz puede frenar el avance con aporte de complejos vitamínicos, omega 3 y luteína y zeaxantina.

C A M P A Ñ A

Campaña gratuita de Prevención de Problemas visuales del Equipo Clínico de ATAM para sus socios

En ATAM hemos adoptado un cambio de mentalidad para enfocar la salud desde un nuevo paradigma. No queremos ver la salud como la ausencia de enfermedad, sino que queremos promover el bienestar personal.

Por ello, desde nuestro Equipo Clínico realizamos campañas de prevención con el objetivo de detectar posibles alteraciones o patologías y proponer soluciones de apoyo que retrasen el deterioro y permitan a la persona una vida más saludable.

ATAM pone en marcha para todos los socios una campaña gratuita de prevención de problemas oftalmológicos.

La campaña recoge acciones concretas para cada una de las etapas del desarrollo de la persona. Especialmente, en estos momentos se enfoca en aquellos derivados de la fatiga visual que se deriva del exceso de horas frente a distintas pantallas y que puede derivarse del teletrabajo y las clases online.

UN DIAGNÓSTICO PRECOZ
es esencial para detectar y prevenir problemas visuales

80% de la información la recogemos a través de los ojos

¿Cuándo pueden aparecer los problemas visuales?

INFANCIA
Hipermetropía/ astigmatismo
Estrabismo
Obstrucción lagrimal

+ 40 AÑOS
Presbicia
Posibilidad temprana de glaucoma y cataratas

ADOLESCENCIA
Miopía

+ 60 AÑOS
Cataratas
Glaucoma
Degeneración macular

¿DÓNDE?
Unidad especializada de oftalmología del Equipo Clínico de ATAM en Pozuelo de Alarcón

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA LA CAMPAÑA?
Pueden participar en la campaña todos los **socios de ATAM**

El objetivo es realizar una revisión oftalmológica con el fin de detectar posibles alteraciones o patologías tales como: ambliopía u ojo vago, en los niños; y cataratas, glaucoma o degeneración macular, en los mayores de 40 años.

Disponemos de los mejores especialistas en el campo de la oftalmología y los medios técnicos que nos permiten realizar una amplia exploración oftalmológica en nuestros pacientes. Esto nos permite determinar cuáles son las necesidades de cada persona y así poder orientar en la aplicación de las medidas preventivas que mejor se adapten a cada situación.

La mayoría de estas patologías tienen solución o puede frenarse su evolución si se detectan de manera precoz. Por tanto, desde el Equipo Clínico de ATAM animamos a todos los socios a participar en la Campaña de Prevención de problemas visuales.

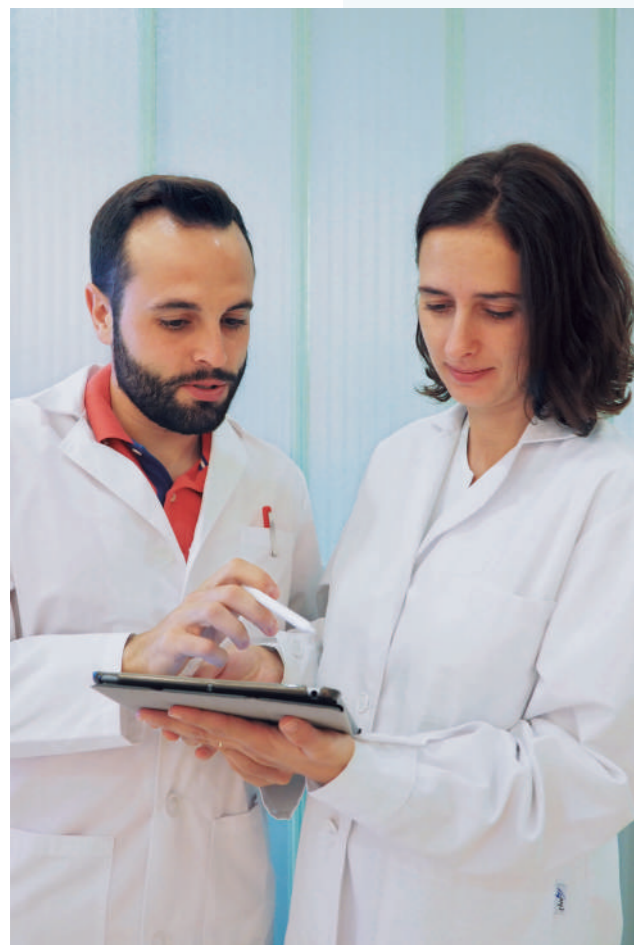
Las consultas tendrán lugar en las instalaciones del Equipo Clínico de ATAM, de lunes a jueves, en horario de mañanas de 9:00 a 12:30 horas, en Calle Camino Largo del Monte, 13 Ed. C2, 28223 Pozuelo de Alarcón.

Puedes pedir cita en el teléfono 91 709 80 91.

REPORTAJE

Lanzamos una nueva página web para acercarte el Equipo Clínico de ATAM:

equipoclinico.atam.es



El Equipo Clínico de ATAM es una unidad especializada en el diagnóstico, la valoración y la orientación que surge de una entidad social con más de 45 años de experiencia en el abordaje de la discapacidad y una concepción única del concepto de salud.

En ATAM no entendemos la salud solamente como la ausencia de enfermedad, sino que queremos promover el bienestar personal y empoderar a las personas para alcanzar su máximo potencial.

Para lograr este objetivo, durante estos años hemos llevado a cabo numerosas acciones tales como campañas de prevención, proyectos de innovación, etc. Ahora, añadimos uno más, la nueva página web del Equipo Clínico de ATAM.

Esta página detalla los servicios y especialidades que ofrece el Equipo Clínico, y que van más allá de los que presta una policlínica tradicional. También recoge información sobre las distintas campañas de prevención que se ofrecen a nuestros socios, consejos y recomendaciones de nuestros especialistas y temas de actualidad.

Proponemos una nueva forma de hacer y de ayudar a las personas basada en una larga trayectoria de investigación que vinculamos a la resolución de los problemas de salud más actuales. Estas líneas de actuación se pueden resumir en cinco claves:

- **Diagnóstico detallado:** basado en la historia clínica y la exploración física, enfatizando los aspectos funcionales para orientar las actuaciones posteriores.

- **Valoración multifuncional y sistémica:** teniendo en cuenta todas las circunstancias que inciden en cada situación individual, en lo que se refiere a las diferentes dimensiones del ser humano: social, biológica y psicológica.

- **Orientación centrada en la persona:** enfatizando las capacidades e incorporando los apoyos adecuados para la máxima autodirección, participación social y desarrollo de la personalidad.

- **Seguimiento:** desde el convencimiento de que el estado de salud de la persona es un continuum evolutivo y que sus necesidades varían con el desarrollo vital.

- **Prevención:** definiendo estrategias singulares para cada persona y su familia.

¿Qué especialistas me van a atender?

El Equipo Clínico de ATAM actúa como una unidad integrada. En una sola visita te verán todos los especialistas que necesitas y se reunirán para valorar tu caso conjuntamente y ofrecerte soluciones que involucran diversas disciplinas:

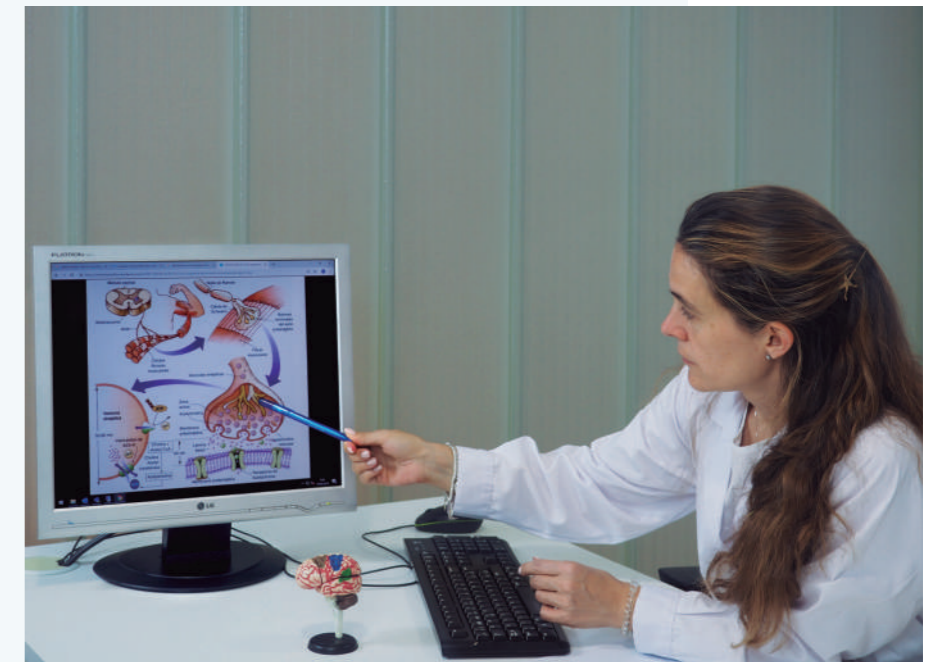
- **Medicina física y rehabilitación:** encargada del diagnóstico, evaluación, prevención y tratamiento de la discapacidad física encaminados a facilitar, mantener o devolver el mayor grado de capacidad funcional e independencia posibles.

- **Medicina de Familia:** observa al paciente en su conjunto y en su contexto, dirigiendo su actuación principalmente hacia la prevención, con el objetivo de retrasar la aparición de la discapacidad y la dependencia, utilizando como herramienta fundamental la promoción de la salud de nuestros usuarios.

- **Oftalmología:** especializada en detección temprana de patologías oftalmológicas y en oftalmología pediátrica que, con un enfoque funcional, enlaza la salud visual con los problemas neurológicos, y del desarrollo.

- **Psiquiatría:** aborda diferentes áreas del ámbito de la psiquiatría, como la psiquiatría infantil, la psiquiatría de la discapacidad, la psiquiatría de los procesos degenerativos -como las demencias- y la elevada incidencia de síntomas psiquiátricos en enfermedades como la Epilepsia o la Esclerosis Múltiple... Facilitamos el acceso a las diferentes psicoterapias e integramos los factores sociales de cada biografía para hacer una valoración holística y personalizada de cada caso que se nos presenta.

- **Psicología:** estudia la conexión entre el comportamiento, los factores emocionales, el funcionamiento general y el rendimiento intelectual atendiendo al



contexto social, académico, personal y familiar de cada persona.

- **Neurología:** realiza un abordaje completo de los problemas relacionados con el sistema nervioso, mediante un análisis funcional y estructural. Se realiza una valoración del paciente desde la perspectiva de la Medicina basada en la Complejidad, en la que el foco de atención está centrado en el paciente y se hace una valoración global.

¿En qué tipo de cuestiones me pueden ayudar?

En ATAM estamos convencidos de que no es el usuario quien debe perseguir a cada especialista, adaptándose a interminables y aleatorias listas de espera. Nuestro objetivo, singular y único, es el bienestar de la persona a través de la prevención de la discapacidad y el tratamiento en equipo. Por ello, en los diferentes servicios que ofrecemos se integran diferentes especialistas que podrán ofrecer un diagnóstico multidisciplinar con un valor muy superior al que ofrecería la visión de un solo especialista.



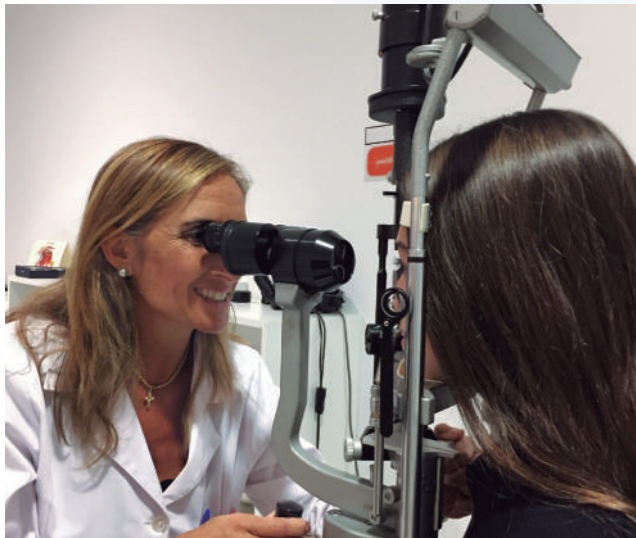
• **Prevención de la dependencia:** Tiene como objetivos principales la promoción de la autonomía y el envejecimiento activo, sensibilizar a la población general en la importancia de la adquisición de hábitos de vida saludables e identificar a los adultos vulnerables. Además, se valoran los indicios de problemas potenciales no diagnosticados o no abordados previamente. En este servicio intervienen las especialidades de: medicina de familia, medicina física y rehabilitación, neurología y psicología.

• **Valoración de la fragilidad:** Con esta valoración se pretende detectar a las personas mayores de 60 años con mayor riesgo de progresar hacia la discapacidad. Valorar la fragilidad consiste en analizar la vulnerabilidad de una persona o su predisposición a desarrollar enfermedades o procesos adversos como hospitalizaciones, cirugías e inmovilidad prolongada, que conducen al deterioro o incluso la pérdida de su capacidad funcional, que en muchos casos supone depender de otras personas. La fragilidad es un buen predictor de efectos adversos de salud a corto, medio y largo plazo. Participan las especialidades de: medicina de familia, medicina física y rehabilitación, neurología y psicología.

• **Detección y prevención de enfermedades neurodegenerativas:** Detección de posibles factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades neurodegenerativas con el fin de promover hábitos de vida saludable que retrasen el impacto del deterioro en las actividades de la vida diaria. Participan las especialidades de: medicina física y rehabilitación, neurología, psicología y psiquiatría.

• **Valoración funcional:** Nuestra metodología se basa en un abordaje integral con el objetivo de diagnosticar y detectar las consecuencias que diferentes patologías pueden tener sobre el funcionamiento del individuo, para facilitar, mantener o devolver a la persona el mayor grado de capacidad funcional e independencia posibles. Para ello identificamos los diferentes componentes que afectan a la realización de las actividades cotidianas de una persona y planteamos estrategias para mantener o mejorar su capacidad y su autonomía. En este servicio participan: medicina física y rehabilitación, neurología, psiquiatría y psicología.

• **Valoración de los trastornos del estado de ánimo:** Valoramos el estado del ánimo, rasgos de la personalidad y en general el estado mental de la persona; abordamos enfermedades como la depresión, la ansiedad y las alteraciones de regulación emocional tanto en niños como en adultos, desde un enfoque preventivo y dirigido a la optimización del funcionamiento y las capacidades del individuo. Intervienen: neuro-



logía, psiquiatría, medicina física y rehabilitación y psicología.

• **Valoración de los trastornos del neurodesarrollo:** Realizamos la valoración de los trastornos del neurodesarrollo con la intención de identificarlos precozmente y con el fin de orientar hacia una atención temprana de los trastornos.

Se evalúan trastornos relacionados con la adquisición del lenguaje, retraso madurativo, trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad, trastornos del espectro autista, alteraciones de conducta, etc. Participan: neurología, psiquiatría infantojuvenil, oftalmología, medicina física y rehabilitación y psicología.

• **Valoración de las dificultades del aprendizaje:** En esta valoración, analizamos todas las posibles causas que inciden en el bajo rendimiento escolar de cada niño y se orienta en un plan de apoyos destinado a mejorar la capacidad de adaptación y

aprendizaje.

Aborda situaciones como la dislexia, la discalculia, altas capacidades, trastorno del aprendizaje no verbal, digrafía, disortografía, etc. Para valorar estas dificultades del aprendizaje intervienen la especialidad de psicología y la de oftalmología.

• **Valoración neuro-oftalmológica:** A través de un análisis detallado del funcionamiento ocular y cerebral (atendiendo a técnicas específicas para valorar la respuesta funcional), podemos llegar al diagnóstico específico del problema y proponer la intervención más adecuada. En la mayoría de los casos se requiere de una valoración multidisciplinar en la que suelen intervenir neurología y neuro-psicología para proponer una solución adecuada.

Teléfono: **91 709 80 91**

Sitio web: equipoclinico.atam.es

Equipo Clínico de ATAM



Una unidad especializada en el diagnóstico, valoración, orientación y prevención de la discapacidad y la dependencia.

En el Equipo Clínico de ATAM creemos firmemente en el derecho de las personas con cualquier tipo de dificultad a llevar una vida plena. Nos avalan cerca de 40 años de experiencia ofreciendo soluciones personalizadas para la mejora de las condiciones vitales de las personas con discapacidad, mediante un abordaje integral que tiene en cuenta todos los factores que afectan a su estado de salud. Nos comprometemos a ofrecerte herramientas para abordar el cuidado de tu salud y el control de tu propia vida.

Nuestros profesionales realizan consultas clínicas en las instalaciones de Pozuelo de Alarcón (Madrid) y también mediante videoconsulta.



INFORMACIÓN Y CITAS

91 709 80 91

Horario de atención de lunes a viernes de 8:00 a 14:00



equipoclinico.atam.es

Atam