

# SCLEDYN



## ACTUALIDAD DE LA SOCIEDAD CASTELLANO LEONESA DE ENDOCRINOLOGÍA, DIABETES Y NUTRICIÓN



## BALANCE MUY POSITIVO DE NUESTRO CONGRESO REGIONAL

Queremos desde aquí expresar nuestro agradecimiento a todas las personas que participaron en nuestro Congreso Anual en el que, a las ponencias de gran interés, se sumó una excelente noticia, la incorporación a nuestra Sociedad de profesionales de Cantabria tras su aprobación en la Asamblea General.

Con esta incorporación seguimos creciendo y aprendiendo juntos.

Bienvenidos.

### EN ESTE NÚMERO

---

**XXXIV CONGRESO REGIONAL CELEBRADO EN ÁVILA**

---

**PAPEL DEL ESPECIALISTA EN ENDOCRINOLOGÍA**

---

**ACTIVIDADES DE FORMACIÓN**

---

**SCLEDYN EN LOS MEDIOS**

## Congreso Regional en Ávila: 3 y 4 de noviembre

Cumpliendo con nuestra cita anual los días 3 y 4 de noviembre celebramos nuestro Congreso en Ávila con la presencia de más de 130 participantes.

En el acto de inauguración contamos con la presencia del Alcalde de Ávila, Jesús Manuel Sánchez Cabrera que acompañó al Presidente del Comité Organizador, Dr. Antonio López-Guzmán y al Presidente de SCLEDyN Dr. Daniel de Luis Román.



Tras la inauguración se inició la primera mesa coloquio: **Intervención nutricional y Dietética**, moderada por la Dra. L.P. Llamocca Portella (Ávila), con la participación de:

- Dra. Irene Bretón Lesmes (Madrid) que habló sobre **“Patrones dietéticos, dieta sostenible. Impacto medioambiental.”**
- Dra. María M. Morales Suárez-Varela (Valencia) cuya intervención se centró en las **“Bases científicas y beneficios potenciales de la dieta de ayuno intermitente.”**
- Dr. Luis Miguel Luengo Pérez (Badajoz) que habló sobre el **“Abordaje dietético de pacientes con errores innatos del metabolismo.”**



La segunda de las mesas coloquio se inició bajo el título **“Endocrinología, identidad de género”** moderada por el Dr. Daniel de Luis Román (Valladolid). En ellas participaron:

- Dr. Marcelino Gómez Balaguer (Valencia) que habló sobre la **“Atención psicosanitaria a las personas con incongruencia de género en la época de la despatologización.”**
- Dra. Amadora Moral Martos (Barcelona) que centró su intervención en la **“Atención a menores transexuales, transgénero y de género diverso.”**
- Dra. Emilia Gómez Hoyos (Valladolid) que abordó la **“Medicina transgénero. Situación actual en Castilla y León.”**



La primera jornada concluyó con la celebración de la Asamblea de la Sociedad en cuyo orden del día se incluía la aprobación de la entrada en la Sociedad de profesionales de Cantabria además de la aprobación de las cuentas anuales y el informe sobre las diferentes actividades realizadas por los distintos grupos de trabajo.

Se entregaron además nuestros premios anuales que en esta ocasión han sido para:

- PREMIO MEJOR COMUNICACIÓN CIENTIFICA AREA ENDOCRINOLOGIA SCLEDYN 2023:**  
Satisfacción asociada a la terapia hormonal de afirmación de género. IP Dra. Emilia Gómez.
- PREMIO MEJOR COMUNICACIÓN CIENTIFICA AREA NUTRICION SCLEDYN 2023:**  
Relación de la valoración de la ingesta con la composición corporal en pacientes oncológicos. IP Dña. Olatz Izaola.
- PREMIO MEJOR COMUNICACIÓN CIENTIFICA AREA DIABETES SCLEDYN 2023:**  
Relación del grado de calidad de vida y estrés relacionado con la diabetes, índice de riesgo glucémico y glucométricas clásicas en diabetes tipo I. IP Dr Gonzalo Diaz.
- PREMIO MEJOR COMUNICACIÓN CIENTIFICA AREA RESIDENTES SCLEDYN 2023:**  
Beneficio renal y metabólico del empleo de i nhibidores del cotransportador de sodio-glucosa tipo 2 en pacientes con diabetes mellitus tipo II. IP Dra. Paloma Perez
- BECA DE INVESTIGACIÓN:** Dr. David Barajas  
“Diaberse: Educación diabetológica desde el metaverso”



La segunda jornada comenzó con las comunicaciones orales de médicos internos residentes con la moderación de la Dra. Estefanía Santos Mazo (Burgos) para dar, posteriormente paso a la mesa coloquio sobre "Diabetes" moderada por la Dra. Cristina Abreu Padín (Segovia) con la participación de:

- Dr. Pablo Abellán Galiana (Castellón) que habló sobre **"Insulinas inteligentes sensibles a la glucosa"**.
- Dr. Juan José Gorgojo Martínez (Madrid) que abordó el tema **"Insulina Icodec: análogo de insulina basal de administración semanal"**.
- Dr. Luis Castaño González (Bilbao) que centró su intervención en la **"Inmunoterapia en fases precoces de la Diabetes Mellitus tipo 1"**.

La conferencia de clausura fue moderada por la Dra. Manuela Moreira Rodríguez (Palencia) y corrió a cargo del Dr. Javier Aller Pardo (Madrid) que habló sobre "Terapia con radioligandos en tumores neuroendocrinos".

La clausura del Congreso corrió a cargo de el Dr. César de la Hoz González, Subdirector médico del Complejo Asistencial de Ávila junto con el Presidente del Comité Organizador y el Presidente de SCLEDyN.





# EL CONGRESO EN IMÁGENES





## EL CONGRESO EN IMÁGENES





## EL CONGRESO EN IMÁGENES





## EL CONGRESO EN IMÁGENES





## EL CONGRESO EN IMÁGENES





## EL CONGRESO EN IMÁGENES





## CANSANCIO LLAMATIVO, AUMENTO O PÉRDIDA DE PESO SIN CAUSA APARENTE, HIPERTENSIÓN, OBESIDAD O ALTERACIONES MENSTRUALES DEBEN SER OBJETO DE ESTUDIO POR PARTE DEL ESPECIALISTA EN ENDOCRINOLOGÍA

**Dr. Luis Cuellar**

Un endocrinólogo es un médico especialista de las enfermedades de las hormonas, del metabolismo y de los problemas nutricionales.

Además de la labor asistencial, los endocrinólogos realizan una actividad investigadora y de búsqueda de nuevos tratamientos en las enfermedades que atiende. Por otro lado, colaboran en la formación de otros médicos y colectivos sanitarios.

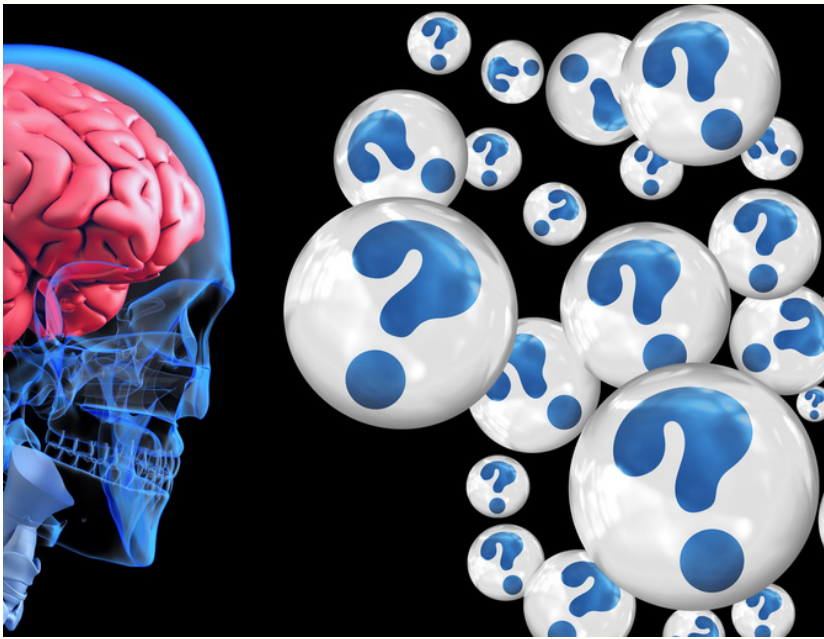
**SÍNTOMAS QUE DEBEN SER ANALIZADOS POR UN ENDOCRINÓLOGO**

En forma de resumen todas las glándulas endocrinas pueden presentar problemas por exceso o déficit en la secreción de hormonas, así como en el tamaño de las mismas.



Algunos de los principales síntomas más frecuentes que deben ser atendidos por un endocrinólogo son:

- Alteraciones menstruales
- Hipertensión
- Obesidad, desnutrición o trastornos del comportamiento alimentario
- Cansancio llamativo, que además de múltiples causas puede estar originado por una problemática endocrina diversa: diabetes mellitus, alteración de la función tiroidea, alteración de la producción hormonal de la hipófisis o de las glándulas suprarrenales



comportamiento alimentario, déficits nutricionales y vitamínicos, alimentación equilibrada o específica para determinadas enfermedades), tiroides (glándula localizada en la parte anterior del cuello encargada de producir las hormonas tiroideas que de forma ocasional son inadecuadas, o la aparición de nódulos tiroideos), páncreas (productor de insulina y otras hormonas específicas para realizar la digestión), errores innatos del metabolismo

#### - Estatura baja

La problemática de la salud atendida por el especialista en Endocrinología y Nutrición es muy diversa y se pone de manifiesto al realizar una analítica casual, sin expresar síntomas (ocurre en muchas enfermedades endocrino-metabólicas), o porque el paciente tiene una sintomatología específica, como la que acabamos de describir.

#### ENFERMEDADES Y ÓRGANOS QUE SON VALORADOS POR EL ESPECIALISTA EN ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

Las enfermedades y/u órganos que son valorados por el especialista en Endocrinología y Nutrición, de forma más frecuente, son: (Diabetes Mellitus tipo1, 2 gestacional y otras), glándulas suprarrenales (productoras de cortisol y catecolaminas principales hormonas del estrés y aldosterona que controla los niveles de sodio y potasio así como la tensión arterial), hipófisis (situada en la base del cerebro, responsable del funcionamiento de otras glándulas endocrinas como tiroides, gónadas, suprarrenal, lactancia, crecimiento.....), lípidos (colesterol y triglicéridos), metabolismo del hueso (osteoporosis, alteración de los niveles de calcio), nutrición (obesidad, desnutrición, trastornos del





## 19 DE SEPTIEMBRE: DÍA MUNDIAL DEL COLESTEROL

### EL COLESTEROL ALTO ELEVA EL RIESGO DE INFARTOS O ICTUS CEREBRALES

**Dr. Daniel de Luis**

#### ¿QUÉ ES EL COLESTEROL?

El colesterol es un tipo de grasa que todos necesitamos para que funcione nuestro organismo, por ejemplo, es necesario para mantener de manera adecuada las membranas de las células y para sintetizar multitud de hormonas que denominamos esteroideas, algunas que nos ayudan a mantener la tensión arterial y el metabolismo y otras los caracteres sexuales (estrógenos y testosterona). No obstante, en unos niveles circulantes elevados pueden ser perjudiciales para nuestra salud, produciendo un mayor riesgo cardiovascular, con presencia de infartos de miocardio o ictus cerebrales.

#### ¿QUÉ OCURRE CUANDO TENEMOS UN EXCESO DE COLESTEROL "MALO"?

Lo que sucede en nuestro organismo cuando tenemos un exceso de colesterol circulante es que este se deposita en la pared de las arterias, generando un proceso inflamatorio en la arteria que produce un progresivo estrechamiento de su luz y originando un proceso de isquemia en los tejidos que irriga esa arteria (arterioesclerosis).

También podemos tener otras enfermedades relacionadas con esta elevación del colesterol como el hígado graso, pancreatitis o los cólicos biliares producidos por cálculos (piedras) en la vesícula. Por simplificar, podemos comentar que cifras de colesterol total por encima de 200 mg/dl pueden ser ya peligrosas.

No obstante, tenemos que diferenciar el colesterol malo (LDL colesterol- low density lipoproteins-) que empeora el riesgo cardiovascular y el colesterol bueno HDL-colesterol (high density lipoproteins), que protege nuestras arterias.

Del "colesterol malo" no deberíamos superar el límite de 130 mg/dL, aunque lo indicado en algunas guías internacionales es una cantidad aún menor, por debajo de 100 mg/dL en los pacientes que ya han sufrido un evento cardiovascular (infarto, angina, ictus, etc.) o incluso cifras por debajo de 70 mg/l o 55 mg/dl, todo ello en función del riesgo cardiovascular y de la Guía clínica utilizada. Respecto al colesterol "bueno", la concentración ideal debe ser superior a 40 mg/dL en el hombre y 50 mg/dL en la mujer.





## **LA DIETA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA, ALIADOS PARA CONTROLAR NUESTRO COLESTEROL MALO**

Cuando tenemos los niveles de colesterol malo elevados deberíamos acudir a nuestro médico para iniciar un tratamiento.

El primer peldaño del tratamiento es una alimentación equilibrada, con poco contenido de grasas malas como son las grasas saturadas (carnes rojas, vísceras, grasas de cerdo o cordero, bollería, queso curado...) y elevada en alimentos saludables que ayudan a reducir la concentración en sangre del colesterol LDL.

A estas recomendaciones dietéticas se une la práctica de actividad física aeróbica de intensidad moderada de tres a cinco veces por semana.

En algunas ocasiones es necesario utilizar fármacos para alcanzar los niveles adecuados.



## **RECOMENDACIONES PARA NUESTRA DIETA EN CASO DE COLESTEROL ELEVADO**

No solo es importante restringir la cantidad total de la grasa y colesterol en la dieta, sino que también es importante la calidad de la grasa de esta dieta, para aumentar el consumo de grasas monoinsaturadas (aceite de oliva) y polinsaturadas (pescado azul y aceite de semillas), y limitar, a su vez, el consumo de grasas saturadas de carnes y lácteos enteros





# SCLEDyN EN LOS MEDIOS

<https://www.ahoraavila.com/sanidad/congreso-autonomico-de-endocrinologia-en-avila>

<https://cadenaser.com/castilla/leon/2023/10/10/avila-acogera-un-congreso-en-el-que-se-abordaran-los-problemas-derivados-de-la-identidad-de-genero-ser-avila/>

<https://www.diariodeavila.es/noticia/zc60881f1-915d-6ce0-b874c02a60b3629a/202310/el-congreso-regional-de-endocrinologia-en-noviembre-en-avila>

<https://www.tribunaavila.com/noticias/348846/la-diabetes-mellitus-y-la-obesidad-a-debate-en-avila>

<https://www.tribunaavila.com/noticias/346062/avila-acoge-el-xxxiv-congreso-anual-de-endocrinologia-de-la-region>

<https://www.lavanguardia.com/vida/20231009/9287669/xxiv-congreso-sociedad-cyl-endocrinologia-centrara-identidad-genero.html>

<https://avilared.com/art/72282/avila-acogera-el-xxxiv-congreso-de-la-sociedad-castellano-leonesa-de-endocrinologia>

<https://www.diariodeavila.es/noticia/zdd0b71f0-0b70-644a-4d716c25b2bbe6d8/202311/los-trastornos-de-patologia-tiroidea-son-prevalentes-en-avila>