

### FELICITACIÓN DEL EQUIPO DIRECTIVO

El equipo directivo del HUIC felicita las Fiestas a todos los profesionales del hospital. La directora Gerente, **Almudena Santano**, acompañada del director Médico, **José Gilberto González**, la directora de Enfermería, **Pilar Pacheco**, el director de Gestión, **Sergio Ruiz Adán** y la responsable de Recursos Humanos, **Mónica González**, recorrió las diferentes dependencias del centro para **felicitar en persona y desear lo mejor para el año 2025 a los trabajadores/as de todas las unidades y servicios.**

Os dejamos una **pequeña muestra** fotográfica. El **reportaje gráfico completo** estará **disponible en Intranet.**















### NINGÚN MAYOR SIN REGALO

Como en años anteriores, **la Fundación Sacyr ha donado regalos para los mayores.** La Gerente de la Sociedad Concesionaria, Violeta Paniagua, en representación de la Fundación Sacyr, hizo entrega de los regalos, que se repartieron entre los mayores ingresados en las unidades de hospitalización.



### CONCURSO DECORACIÓN NAVIDEÑA

La Directora Gerente, Almudena Santano, ha hecho entrega este viernes de los premios a los ganadores del **V Concurso de Decoración Navideña**. Tras visitar cada una de las unidades participantes y después de una ardua deliberación, el Jurado ha emitido el siguiente fallo:

**Premio "ex aequo" para:**

**1.UNIDAD DE REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA: DECORACIÓN NAVIDEÑA MÁS INTERACTIVA.** En reconocimiento a su innovadora decoración y experiencia , que ha brindado una inmersión interactiva trasformadora hacía el espíritu navideño.



**2.UNIDAD DE GESTION CLÍNICA DE SALUD MENTAL: DECORACIÓN NAVIDEÑA MAS PARTICIPATIVA.** En homenaje a su asombrosa ornamentación navideña, que ha integrado a los pacientes como el alma de su impulso.



Asimismo, el jurado quiere reconocer otros dos servicios y unidades que han destacado por su propuesta decorativa, mediante las siguientes

### Menciones de Honor:

#### 1. CONSULTAS DE CARDIOLOGÍA: DECORACIÓN NAVIDEÑA

**MAS IMMERSIVA** En tributo a su magnífica y sofisticada ornamentación navideña, que nos envuelve en la genuina esencia de la época festiva.



#### 2. UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS: DECORACION NAVIDEÑA INTENSIVA Y PREVENTIVA.

En homenaje a su invaluable y resplandeciente decoración navideña, que inspira la prevención incluso en la mágica época de Navidad.



La directora Gerente también entregó el premio al ganador del Concurso de Felicitación Navideña del HUIC, **Víctor Torrejón Martí**, de 11 años, cuya dibujo ha inspirado la felicitación oficial de Navidad del hospital.

### GALERÍA ENTREGA DE PREMIOS



### GALERÍA ENTREGA DE PREMIOS



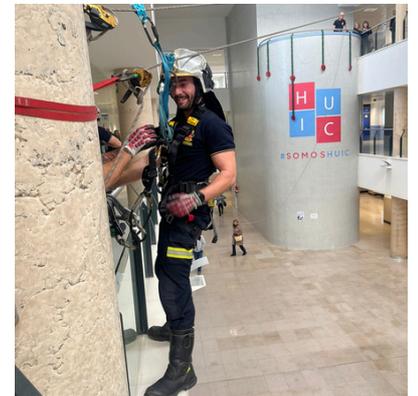
### ABRACADABRA

Continuando con la programación de actividades de Navidad 2024, el jueves la Maga Amelie, ilusionista voluntaria de la **Fundación Abracadabra**, visito el Hospital de Día para enseñar el poder de la magia solidaria. Gracias a la **iniciativa de Fundación Sacyr**, los pacientes disfrutaron de una hora de diversión a través del ilusionismo de Amelie que les mostró las cosas mágicas e imposibles que pueden suceder delante de sus ojos.



### VISITA BOMBEROS COMUNIDAD

Un equipo de Bomberos de la Comunidad de Madrid, acompañado de efectivos del Parque de Bomberos de Parla, visitaron el hospital llenando de ilusión y de regalos a los más pequeños. La iniciativa forma parte del programa de visitas de los profesionales del Cuerpo de Bomberos regional a los niños ingresados en los hospitales públicos de la región.



Los miembros del servicio de extinción de incendios recibieron el calor de los pequeños, que acogieron con los brazos abiertos la presencia de estos profesionales, haciéndoles disfrutar con su presencia, y amenizando su estancia en el hospital.



### CARTA DE DESPEDIDA DIRECTOR RRHH HUMANOS

Apreciados profesionales del HUIC. Un año más, en estas fechas y como decía la canción, toca hacer balance de lo bueno y malo del año y expresar los mejores deseos para el nuevo año que se aproxima. Pero este año, es especial; con el año 2024 finaliza también una dilatada vida laboral de 45 años, la mía, y el 30 de diciembre me jubilo.



Con todos vosotros y con otros que en su momento iniciaron nuevas aventuras en nuevos destinos, he compartido los últimos diecisiete años. Han sido diecisiete años en los que hemos vivido juntos la alegría de abrir un hospital, la zozobra de ver como podíamos ser externalizados y dejar de formar parte de este tesoro nacional que se llama SNS, el triunfo de ser reconocidos como un hospital perteneciente al SERMAS y, más recientemente, la tragedia de la terrible pandemia del COVID-19, pandemia qué, aunque nos arrebató la vida de muchos conciudadanos, nos ha hecho más fuertes y preparados.

No quisiera olvidarme de nadie, Equipo Directivo, Staff, Jefes y Supervisores, profesionales sanitarios, profesionales de gestión, delegados y representantes sindicales, profesionales de la Sociedad Concesionaria y empresas concesionadas, UCR, Laboratorio, profesionales informáticos y, en definitiva, todos y cada uno de los profesionales que prestan servicio en nuestro querido hospital. Por todo lo vivido y compartido durante estos años, muchas gracias. Gracias de todo corazón a todos y cada uno de vosotros, por vuestra implicación y por vuestra colaboración, por vuestra comprensión y por vuestra paciencia.

Permitidme que tenga un recuerdo y un reconocimiento especial para mi gente, la que más me ha ayudado y la que más me ha tenido que aguantar en los muchos momentos de tensión vividos, el personal de RRHH. Gracias Mónica, gracias Marta, gracias Silvia, gracias Maika, gracias Adrián, gracias Vanessa, gracias Antonia, gracias Elena, gracias Miriam, gracias Conchi, gracias Sonia, gracias Sandra, gracias Raúl, gracias Santiago y gracias Jaime, tú has sido para mí uno más de RRHH. Gracias por vuestra paciencia y por vuestra lealtad.

Pues, volviendo al principio, lo dicho; Feliz Navidad en familia y que 2025 os colme a vosotros y a los vuestros de salud, felicidad y trabajo. Un abrazo muy fuerte y hasta siempre.

**José Manuel González Álvarez**

Director de Recursos Humanos

### CAFETERÍA DE PERSONAL

Recordamos que, con motivo de las fiestas navideñas, el **horario de la cafetería de personal** será el siguiente:

**24 y 31 de diciembre 7:00h - 21:00**

**25 de diciembre y 1 de enero 8:00h - 23:00h**

### MENÚ CENA DE NOCHEBUENA

#### PRIMEROS

Crema de calabacín con crujiente de jamón

Canelones cinco setas

#### SEGUNDOS

Pollo relleno de ciruela y champiñón con parmentier de patata

Colitas de rape a la marinera con cebolla caramelizada

#### POSTRE

Tarta Selva Negra

### COMIDA DE NAVIDAD

#### PRIMEROS

Arroz caldoso navideño

Lombarda rehogada con manzana, pasas y panceta

#### SEGUNDOS

Entrecot con salsa de champiñón con tomate provenzal

Vieiras gratinadas con pimientos asados

#### POSTRE

Pudin de chocolate

### CENA DE NOCHEVIEJA

#### PRIMEROS

Tosta de queso y cebolla caramelizada

Coca de verduras al gratén

#### SEGUNDOS

Solomillo al roquefort con patata provenzal

Atún encebollado con bilbaína de piquillos

#### POSTRE

Dulces navideños y uvas de la suerte

### COMIDA AÑO NUEVO

#### PRIMEROS

Sopa de frutos del mar

Crema de calabaza con quenelle de queso

#### SEGUNDOS

Carrilleras al Pedro Ximénez con patatas a las finas hierbas

Tortillitas de camarón con arroz aromático

#### POSTRE

Flan de turrón

### ESCUELA MADRILEÑA DE SALUD

#### CURSO

#### Síndrome de Turner

El Síndrome de Turner es una enfermedad genética causada por la ausencia completa o parcial de un cromosoma X en una mujer, ya sea en todas sus células o solo en un porcentaje de ellas. Esto da lugar a que una sola copia del gen normal es incapaz de producir proteínas en cantidad o calidad suficiente para asegurar la función normal.



#### AULA VIRTUAL

#### Degeneración macular asociada a la edad

La degeneración macular es un trastorno ocular que destruye lentamente la visión central y aguda, lo cual dificulta la lectura y la visualización de detalles finos. La enfermedad es más común en personas de más de 60 años, razón por la cual a menudo se denomina degeneración macular asociada con la edad.



En esta aula virtual de la escuela de salud de la Comunidad de Madrid hablaremos sobre la degeneración macular asociada a la edad (DMAE), sus signos y síntomas, su diagnóstico y su tratamiento y cuidados.

### VÍDEO

#### **Batch cooking o cómo cocinar para una semana**

Actualmente la falta de tiempo hace que tengamos que recurrir a alimentos preparados, no tan sanos como los producidos por nosotros, poder planificar los menús adecuadamente y elaborar varias raciones para distintos días, conservándolas mediante congelado o semiconserva, evitando así repetir la misma comida varios días seguidos, es la forma de comer saludable ahorrando tiempo y dinero



Este vídeo de la escuela de salud de la Comunidad de Madrid enseña la forma de cocinar alimentos para varios días de forma saludable y económica.

### VÍDEO

#### **¿Qué son los principios inmediatos? Proteínas, grasas, hidratos de carbono y otros conceptos importantes**

Los principios inmediatos son nutrientes, elementos en los que se descomponen los alimentos tras su digestión en el aparato digestivo, para pasar a sangre. Aportan energía al organismo y pueden ser de tres tipos: hidratos de carbono, grasas y proteínas. Conocer dónde están presentes es especialmente importante en ciertos problemas de salud, como la diabetes o enfermedades cardiovasculares.



En este vídeo de la escuela de salud de la Comunidad de Madrid le explicaremos los nutrientes y elementos de los alimentos que son imprescindibles para la supervivencia