

CURSO DE INICIACIÓN A LA PROFESIÓN

KIT DE SUPERVIVENCIA



1 FEBRERO / 17 JUNIO 2021

●○○ CURSO DE NIVEL BÁSICO

KIT DE SUPERVIVENCIA

ORGANIZACIÓN

Fundación SECOT

DIRECCIÓN

Manuel Monteagudo de la Rosa

Vocal de Docencia y Formación Continuada de la SECOT

Alex Santamaría Fumas

Vocal de Innovación y Nuevas Tecnologías de la SECOT

COORDINACIÓN

Elena Vacas Sánchez

Mariano Balaguer Castro

DIRIGIDO A

Médicos Internos Residentes de Cirugía Ortopédica y Traumatología de primer año (promoción 2020-2025).

OBJETIVOS

1. Adquirir habilidades de la "profesión" en el hospital. No tanto conocimientos teóricos y técnicas procedimentales, que se adquirirán más adelante, como comportamientos y actitudes fundamentales para una mejor adaptación al medio hospitalario. Un curso de "ciencia básica" del comportamiento de los residentes al comenzar su andadura profesional.

2. Ilusionar con la profesión en torno a la SECOT

3. Aprender nociones básicas de investigación y de nuevas tecnologías aplicadas a la formación a través de talleres específicos.

SUPERVISORES Y PONENTES

44 Capítulos divididos en 6 Temporadas, cada uno con uno o dos supervisores de bloque encargado/s de su organización y supervisión. Treinta y cinco autores (adjuntos jóvenes) representantes de la mayor parte de las Comunidades Autónomas del territorio nacional.

Supervisores de Temporadas:

- Temporada 1 (supervivencia social): **Alfonso Prada Cañizares**

- Temporada 2 (supervivencia psicológica): **Anna Carreras Castañer**

- Temporada 3 (supervivencia asistencial): **Ignacio Aguado Maestro y Manuel Cuervas-Mons Cantón**

- Temporada 4 (supervivencia formativa): **Mariano Balaguer Castro**

- Temporada 5 (supervivencia informática): **Mariano Balaguer y Elena Vacas Sánchez**

- Temporada 6 (supervivencia estadística e investigadora): **Elena Vacas Sánchez**

Ponentes:

- **Ignacio Aguado Maestro.** Hospital Universitario Río Hortega (Valladolid)

- **María Álvarez Postigo.** Hospital Universitario de Getafe (Madrid)

- **Fadi Ammari Sánchez-Villanueva.** Hospital Universitario Virgen del Rocío (Sevilla)

- **Mirentxu Arrieta Salinas.** Hospital Universitario de Basurto (Bilbao)

- **Mariano Balaguer Castro.** Hospital Clínic Barcelona

- **Marta Bonjorn Matí.** Hospital Universitari Arnau de Vilanova (Lleida)

- **Anna Carreras Castañer.** Hospital Clínic Barcelona

- **Iván Copete González.** Hospital Universitario La Fe (Valencia)

- **Manuel Cuervas-Mons Cantón.** Hospital General Universitario Gregorio Marañón (Madrid)

- **Luis Miguel Díaz Rojas.** Hospital Universitario de Badajoz

- **Daniel Escobar Sánchez.** Hospital Universitario de Basurto (Bilbao)

- **José Luis Esteban del Castillo.** Hospital Universitario Virgen de la Victoria (Málaga)

- **Javier García Coiradas.** Hospital Clínico San Carlos (Madrid)

- **Manuel García Carmona.** Complejo Hospitalario de Jaén

- **Juan García Navarro.** Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca (Murcia)

- **Sergi Gil González.** Hospital Universitario de Igualada (Barcelona)

- **Ángel González Fernández.** Hospital General Santa María del Puerto (Cádiz)

- **Sergio López Hervás.** Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (Barcelona)

- **Alejandro Lorente Gómez.** Hospital Universitario Ramón y Cajal (Madrid)

- **Gonzalo Luengo Alonso.** Fundación Jiménez Díaz (Madrid)

- **Francesc Antoni Marcano Fernández.** Hospital Parc Taulí Sabadell (Barcelona)

- **Gonzalo Martínez Municio**. Hospital Clínico Universitario de Valladolid
- **Guillermo Menéndez Solana**. Hospital Universitario Marqués de Valdecilla (Santander)
- **Rodrigo Merino Rueda**. Hospital Universitario 12 de Octubre (Madrid)
- **Melodía Molinero Montes**. Hospital Sierrallana (Torrelavega, Cantabria)
- **Montserrat Monfort Mira**. Hospital Parc Taulí Sabadell (Barcelona)
- **Beatriz Olías López**. Hospital Universitario de Canarias (Tenerife)
- **Mónica Pèlach i Nadal**. Hospital Universitari Dr. Josep Trueta (Girona)
- **Oskia Pena Goñi**. Hospital García Orcoyen Estella (Navarra)
- **Eloi Piella Prat**. Hospital Universitari Joan XXIII (Tarragona)
- **Alfonso Prada Cañizares**. Hospital General de Villalba (Madrid)
- **Jorge Rodríguez Martínez**. Mutua UMIVALE (Valencia)
- **Elena Vacas Sánchez**. Hospital Universitario 12 de Octubre (Madrid)
- **Alfonso Vaquero Picado**. Hospital Universitario La Paz (Madrid)
- **Joan Vilanova Laguna**. Consorci Sanitari Integral-Moissès Broggi (Barcelona)

- Liberación de contenido por Temporadas para realización a demanda.
- Sesión en directo al finalizar cada Temporada y previa a la liberación del siguiente (con participación de supervisores y autores) con el objetivo de:

1. Resolución de dudas
2. Fijación de conceptos importantes

Fechas a recordar

Fecha de comienzo: 1 Febrero 2021

Fecha de finalización: 17 Junio 2021

Evaluación

Recordamos que para obtener el certificado final del curso, que se descargará desde el área privada de socios, es necesario haber visto todos los vídeos de todas las temporadas y haber asistido a las sesiones directo al final de cada temporada.

ORGANIZACIÓN

- 44 Capítulos de no más de 10 minutos de duración.

PROGRAMA

TEMPORADA 1 (SUPERVIVENCIA SOCIAL)

Supervisor: Alfonso Prada Cañizares

Objetivos: Dictar normas de comportamiento del residente, en el Servicio y en el Hospital.

Disponible a partir del 1 de febrero de 2021

Sesión en directo: 18 de febrero de 2021

1.1. "Auctoritas y potestas"

Reflexionar y distinguir entre el liderazgo ("auctoritas") y el poder/jefatura ("potestas").

Alfonso Prada Cañizares

1.2. El "conducto reglamentario"

Conocer el "cauce procedimental" en los asuntos del servicio en base a las jerarquías, repasando estas.

L. Rodrigo Merino Rueda

1.3. Cómo recorrer el hospital en 2 minutos.

Herramientas para no perderse. Puntos claves de un hospital

Describir qué ubicaciones son clave en un hospital de nivel II - III.

Melodía Molinero Montes

1.4. Quién es quién en un hospital. El hospital cabe en la palma de tu mano.

Describir roles de cada cargo y, sobre todo, cómo llegar a

ellos mediante caminos directos o bypass. Explicar cómo abrir "puertas cerradas" y la importancia de los "contactos hasta en el infierno".

Mirentxu Arrieta Salinas

1.5. Roles hospitalarios en el Servicio de COT: del "R jefe" al "don nadie". Quién policía y quién ladrón. Cada uno en su casa y Dios en la de todos

Quién es quién en un servicio con unidades y un mínimo de 5 residentes. Describir los "colaterales" al servicio con los que trabajamos día a día.

Alfonso Prada Cañizares

1.6. Manual de bienvenida. El residente "amigo"

Los primeros días en un hospital. Qué hacer y a quién dirigirse.

Iván Copete González

TEMPORADA 2 (SUPERVIVENCIA PSICOLÓGICA)

Supervisora: Anna Carreras Castañer

Objetivos: Proporcionar estrategias de afrontamiento para el inicio de la Residencia.

Disponible a partir del 19 de febrero de 2021

Sesión en directo: 10 de marzo de 2021

2.1. Manejo del estrés

Herramientas y estrategias para mejorar la resiliencia del residente.

Anna Carreras Castañer

2.2. Higiene del sueño

Pautas para estar "fresco" a las 8:00 de la mañana en la sesión clínica.

Gonzalo Luengo Alonso

2.3. Cómo preguntarle a un adjunto sin ser destruido con la mirada. Preguntas persuasivas para respuestas convincentes en plena guardia.

Los trucos para caer bien sin parecer pelota. Trucos en las relaciones humanas. Introducción a los diferentes espectros de la personalidad de las personas (azul, rojo, verde y amarillo)

Daniel Escobar Sánchez

2.4. Cómo afrontar situaciones de crisis (qué hacer, a quién acudir...)

Qué situaciones bloquean al R1 (descripción) y cómo gestionarlas respecto a "a quién busco" y "cómo procedo".

Guillermo Menéndez Solana

2.5. Los de pie molan, los de rodilla ni me miran. Gestionar los súbitos cambios de ambiente

Cómo debe ser la progresiva y rápida integración a una Unidad.

Fadi Ammari Sánchez-Villanueva

2.6. Nena, ¿cuándo viene la doctora? Me pides la RMN sí o sí. Agresiones varias en urgencias

Manejo de situaciones críticas. Técnicas básicas para resolución de conflictos nivel R1.

Joan Vilanova Laguna

2.7. Manual rápido de supervivencia para los peores momentos de las guardias

Técnicas de control del estrés.

Oskia Pena Goñi

2.8. Qué pedir operar de R1 y cómo pedirlo

Checklist para R1 y técnicas básicas de negociación.

Todos

TEMPORADA 3 (SUPERVIVENCIA ASISTENCIAL)

Supervisores: Manuel Cuervas-Mons Cantón e Ignacio Aguado Maestro

Objetivos: Repasar los aspectos básicos de la práctica asistencial en Cirugía Ortopédica y Traumatología.

Disponible a partir del 11 de marzo de 2021

Sesión en directo: 21 de abril de 2021

3.1. La historia clínica en COT: lo esencial

Resaltar la importancia en COT de la anamnesis y la exploración física: Las decisiones se toman sobre pacientes y no sobre "radiografías".

Manuel Cuervas-Mons Cantón

3.2. Las fracturas más frecuentes

Checklist de las fracturas más frecuentes (no por regiones sino por frecuencia).

Ignacio Aguado Maestro

3.3. Pruebas complementarias en COT: ¿Cuál y cuándo pedir las?

Checklist de Patología - Prueba.

Alfonso Vaquero Picado

3.4. Fundamentos de asepsia y antisepsia

El sufrimiento del traumatólogo cuando una prótesis se infecta.

Manuel García Carmona

3.5. Fundamentos de tromboprofilaxis

Repaso de las patologías ortopédicas y traumatológicas a las que tienes que hacer tromboprofilaxis.

Gonzalo Martínez Municio

3.6. El dolor y la desorientación también lo manejan los traumas. Guía rápida para una guardia complicada

Lista rápida para los diferentes niveles de dolor en planta y urgencias.

Juan García Navarro

3.7. Cómo hacer un yeso "nivel Dios" sin mancharme el pijama

Descripción con 5 tips y un video por cada tipo de vendaje/yeso.

Manuel Cuervas-Mons Cantón

3.8. La trauma también es Ortopedia. ¿Cuándo NO se debe operar NUNCA?

Patología-indicación errónea-justificación.

Jorge Rodríguez Martínez

3.9. Haz crecer el radiólogo que llevas dentro

RX, TC y RM - lesiones más frecuentes e identificación en la PC - VISUAL.

Luis Miguel Díaz Rojas

3.10. Errores más frecuentes que seguro cometerás

Checklist.

Marta Bonjorn Matí

3.11. Evitar el sudor frío. Manual rápido para evitar ver a un juez

Ejemplos de "cagadas penales" a modo de historias. Ángel González Fernández

3.12. Mi primera guardia como residente. Ya eres médico de verdad y sabes más de lo que crees

Listado de patologías básicas y recursos imprescindibles para las guardias de R pequeño.

Javier García Coiradas

TEMPORADA 4 (SUPERVIVENCIA FORMATIVA)

Supervisor: Mariano Balaguer Castro

Objetivo: Ordenar los recursos existentes.

Disponible a partir del 22 de abril de 2021

Sesión en directo: 13 de mayo de 2021

4.1. Listado de cursos recomendados por año de residencia

Listado por subespecialidad y "lista de favoritos" de los autores.

María Álvarez Postigo

4.2. Los tutores de COT: ¿En qué nos pueden ayudar?

Descripción gráfica del papel del tutor con el residente

José Luis Esteban del Castillo

4.3. ¿Qué se espera de mí como residente de COT?

Obligaciones.

Sergio López Hervás

4.4. Cómo organizar el tiempo de estudio

Técnicas de organización del tiempo de trabajo y estudio L.

Rodrigo Merino Rueda

4.5. Mi residente mayor. Como ordeñar un miura.

Trucos para conseguir que tu R mayor te tutorice. Qué y cómo pedirlo.

Montserrat Monfort Mira

4.6. ¿Por dónde empiezo? Del libro de "bolsillo " a la App que no existe

¿Dónde me estudio la cirugía de mañana?

Fadi Ammari Sánchez-Villanueva

4.7. Formación transversal: idiomas/máster/¿otros?

¿La residencia debe ser una época en la que sólo debemos estudiar y aprender sobre COT? Necesidad de formación complementaria. ¿Es un buen momento?.

Beatriz Olías López

4.8. Orthoevidence: Sesiones bibliográficas fáciles

¿Qué es una sesión bibliográfica? ¿Se pueden hacer en inglés? Cómo aprender a hacer lecturas críticas (copiando) las críticas de Orthoevidence.

Mariano Balaguer Castro

TEMPORADA 5 (SUPERVIVENCIA INFORMÁTICA)

Supervisores: Elena Vacas Sánchez y Mariano Balaguer Castro

Objetivo: Acercar los conceptos básicos que utilizaremos a lo largo de la residencia.

Disponible a partir del 14 de mayo de 2021

Sesión en directo: 26 de mayo de 2021

5.1. Apps y webs de COT útiles (anatomía, AO, etc):

Toda la información disponible en tiempo real.

Sergio Gil González

5.2. Excel, Word y Power Point: yo creía conocerlos, pero...

Trucos básicos para un manejo eficaz: guía rápida.

María Álvarez Postigo

5.3. Telemedicina: el COT también visita sin tocar

Descripción de los métodos actuales y validados de visitas a distancia.

Mariano Balaguer Castro

5.4. Manejo de datos sensibles de pacientes

Cómo no "cagarla" por despiste o torpeza.

Elena Vacas Sánchez

TEMPORADA 6 (SUPERVIVENCIA ESTADÍSTICA E INVESTIGADORA)

Supervisora: Elena Vacas Sánchez

Objetivo: Dominar las bases de la estadística para sobrevivir a los requerimientos de un R1. Introducción a la investigación.

Disponible a partir del 27 de mayo de 2021

Sesión en directo: 17 de junio de 2021

6.1. Tipos de estudios frecuentes en COT (Case report/Serie de casos/C-C...)

Pincelada práctica sobre los diferentes estudios y el nivel de evidencia.

Alejandro Lorente Gómez

6.2. Guías de publicación (STROBE/CONSORT/CARE)

Cómo publicar los resultados para no omitir información

Mònica Pelach i Nadal

6.3. Manejo de Pubmed para "dummies"

Cómo busco "el artículo" en 2 minutos para preparar la sesión trampa de última hora.

Eloi Piella Prat

6.4. Manejo básico de un gestor de referencias.

¿Cómo he podido sobrevivir sin ello?

Ignacio Aguado Maestro

6.5. Manejo básico de bases de datos (son tus amigas). Big Data!

Beneficios de bases de datos masivas... nunca sobra información!

Elena Vacas Sánchez

6.6. Guía rápida para la interpretación de resultados (y que no te engañen)

Errores frecuentes de presentación e interpretación de resultados.

Francesc Marcano Fernández

CONFLICTOS DE INTERÉS: Ninguno de los miembros de la SECOT, director, coordinador o profesores de los cursos, reciben de forma directa o indirecta (a través de empresas u otro modo de organización) estipendio o consultoría alguna por su participación. Su carácter es exclusivamente altruista. Los fondos percibidos por este curso se dedican a financiar los programas formativos de la SECOT.

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO

Secretaría FUNDACIÓN SECOT
C/ Fernández de los Ríos, 108 - 2º izqda. · 28015 Madrid
Tel.: +34 91 544 10 62
Fax: +34 91 455 04 75

secot@secot.es
www.secot.es
Programa del curso:
<https://www.secot.es/formacion/index.php>

INSCRIPCIONES

- Solicita tu beca de inscripción gratuita al curso como Socio SECOT R1.
- Residentes socios SECOT (R2-R5): 110 euros.
- Residentes no socios: 150 euros.
- Especialistas socios SECOT: 180 euros.
- Especialistas no socios: 200 euros.



INSCRIPCIÓN GRATUITA SOCIOS SECOT

Este curso está dirigido a residentes en primer año de formación de Cirugía Ortopédica y Traumatología, Socios Secot.