

Una publicación del Hospital Pablo Tobón Uribe



# alma

DEL HOSPITAL  
PARA TODOS

Nº 6  
Abril/Junio  
2017

Tecnología al servicio  
de la urología

Medicina sexual,  
más allá de la impotencia

Los cálculos: esas piedras  
tan pequeñas y tan dolorosas



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro





# Los deberes: camino seguro a los derechos

*Andrés Aguirre Martínez, Director General*



La naturaleza del ser humano es no estar ceñido de un todo y por el todo a las leyes naturales, a los impulsos biológicos que determinan la vida de los demás seres vivos. Esto debido a que cuenta con una inteligencia que es capaz de analizar intereses de segundo orden, es decir, no solo visualizar la acción sino ser capaz de deliberar

acerca del propósito que está detrás de ella, lo que realmente mueve a actuar. Así por ejemplo, puede elegir comprar flores y comprender que lo hace porque quiere regalárselas a un ser querido y expresarle su afecto. Esta naturaleza es la que le permite pensar un mundo que está más allá de lo biológico. Así puede entenderse, que a este nivel mencionado, existe el instinto de supervivencia, de conservar la vida. Pero a nivel humano, este instinto se transforma en una aspiración: la de tener una vida digna.

Esa aspiración lo lleva a imaginar y construir ese mundo de dignidad, un mundo que no está constituido por cosas tangibles, sino que está basado en un proyecto “inventado, mantenido y parcialmente realizado”, en el que se da respuesta a qué vida es preferible, un mundo basado en el derecho, que de acuerdo con el diccionario es: “Facultad del ser humano para hacer legítimamente lo que conduce a los fines de su vida.” Ese derecho da lugar a una especial protección y a la vez que abre posibilidades a la propia vida. Hay derecho a que no se coaccione la libertad de pensar, a la vez que esa libertad

de pensamiento posibilita poder idear nuevas realidades. Esta aspiración de una vida humana digna queda plasmada en la “Declaración Universal de los Derechos Humanos” acogida por la Organización de Naciones Unidas en el año de 1948.

Este mundo de los derechos no es como el mundo físico, que no necesita de la intervención humana para funcionar porque sus leyes son inexorables: la ley de la gravedad opera con independencia de nuestro asentimiento o disasentimiento. “Los derechos son un proyecto de humanidad mantenido en alto esforzadamente... son una insegura tienda de campaña que protege a los hombres sólo mientras alguien sostiene las lonas levantadas.” J. A. Marina. Y este proyecto de humanidad, que es concebido de manera inteligente, solo puede hacerse realidad mediante el concurso de una voluntad transformadora, consciente de que si desea un mundo de protección y posibilidades, se hace necesario cumplir con una pautas de comportamiento que lo hagan posible. Si se

desean los derechos, se desean los deberes, lo que cambia la perspectiva miope de interpretar los deberes como algo impuesto y que perturban la comodidad de la vida. Si se quieren los derechos, los deberes son el camino seguro, y la vía natural y deseable para poder avanzar en pos de ellos. El que rechaza el deber, está implícitamente negando un mundo más humano. ¿Se quiere vivir una vida segura, sin violencia? No existe otra vía que el deber de respetar a los demás. ¿Se reclama justicia? El camino es el deber del reconocimiento del otro.

El derecho es el efecto de actuar conforme a unos deberes, que son causa de aquellos. No existe en esta dimensión, la generación espontánea. El fruto de una vida llena de derechos, es la siembra de una actuación conforme a sus deberes correlativos. Sin estos, no existen aquellos. ☘

**El que rechaza el deber, está implícitamente negando un mundo más humano.**



**Por:** Carlos Alberto Uribe T.  
M.D. Urólogo - Jefe Servicio Urología





# Urología, un servicio que crece y se especializa

Más de dos décadas de historia, sumado a la tecnología y lo competente de su personal convierten a esta unidad en un referente de calidad entre los pacientes.

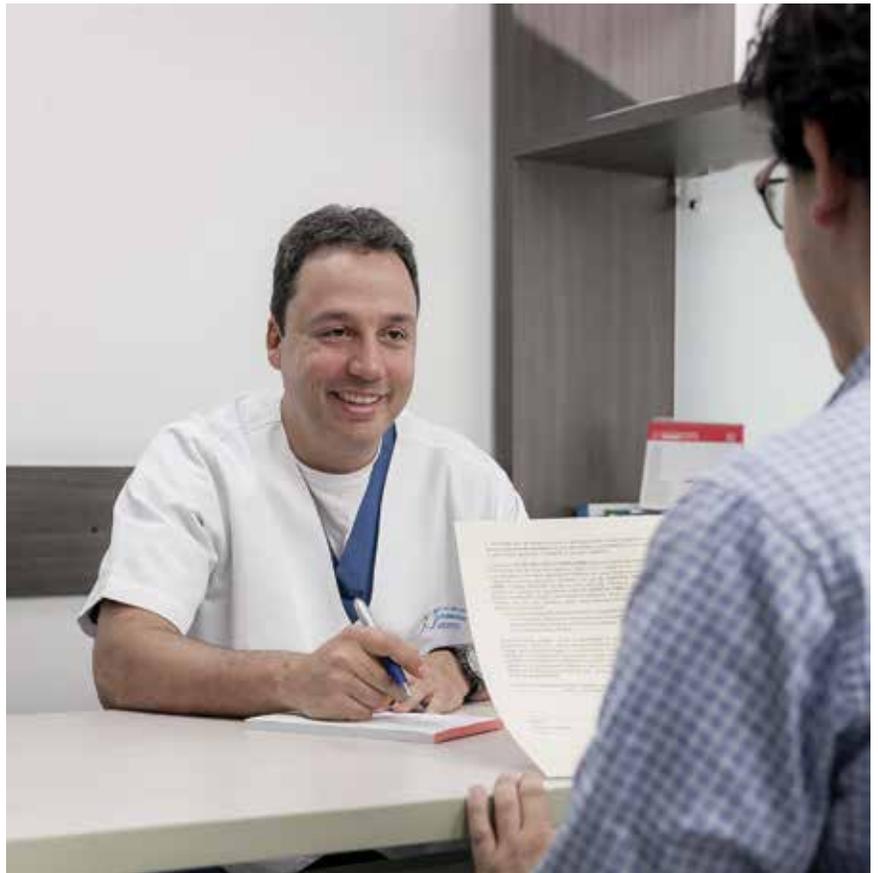


establecer un servicio genuino de una especialidad cualquiera, implica para una institución tener el recurso humano y técnico durante las 24 horas del día para resolver los asuntos propios de esa disciplina, implica tener una historia, seleccionar adecuadamente el personal, rodearlo de las ayudas específicas que se recomiendan, ponerlo a interactuar con otras especialidades, proveer con los equipos apropiados, mantenerlos y actualizarlos cuando se requiera.

Existen servicios que por sus características son considerados de mediana y baja complejidad, y realizan lo que se conoce como segundo nivel de atención. Otros, por su parte, le apuntan a la alta complejidad, realizando tercer y cuarto nivel de atención en medicina. Para alcanzar este último es necesario, además de resolver los asuntos propios de la especialidad, tener recursos para encargarse de las sub-especialidades, un nivel más alto en la pirámide de atención y, quizás, el máximo al que se puede aspirar en nuestro país.

El servicio de urología del Hospital Pablo Tobón Uribe se acerca a los 50 años de historia ininterrumpida desde que se fundó con el inolvidable doctor Férrez Raúl Flórez Silva. Desde ese tiempo se ha consolidado un equipo humano de valor enfocado a las subespecialidades de la urología:

- Oncología.
- Endourología y laparoscopia.
- Urología funcional.
- Urología reconstructiva.
- Medicina sexual.



## Atención y formación de calidad

El Hospital en sí mismo es un complejo organismo donde se interactúa con otros servicios como cirugía, anestesia, radiología, infectología, cuidado crítico y radioterapia, apoyados por un competente equipo de enfermería y paramédico, que ha vivido el proceso de crecimiento de la urología durante tantos años y ha sido soporte fundamental para mejorar el qué hacer diario con los pacientes.

Por estas características especiales del Hospital Pablo Tobón Uribe, la docencia es algo fundamental y creciente. Es imposible encontrar un sitio donde un residente de urología se exponga mejor a los casos que posibilitan y validan su formación como futuro urólogo, por eso, en el Hospital esta actividad es incesante y quizás aumente aún más en los próximos años.

La mayor meta del servicio de urología es armonizar el crecimiento técnico y los adelantos científicos con la realidad del sistema de salud colombiano para lograr un servicio de excelencia.

El futuro es promisorio y brillante y el Hospital Pablo Tobón Uribe y su equipo de Urología trabajan cada día enfocados en este y en nuestros pacientes, nuestra prioridad. ✕✕



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

## SERVIRTE CON EL ALMA

veilado Supersalud Julio/2017



# UROLOGÍA DE ALTA COMPLEJIDAD



PIDA SU CITA

**360 4788**

- Oncología urológica • Urología funcional • Urología femenina
- Urología infantil • Medicina sexual y reproductiva
- Disfunción eréctil, disfunción sexual femenina, endourología, litiasis y laparoscopia urológica



ESTÁNDAR DE ORO  
EN LA SALUD MUNDIAL



Citas: (57+4) 360 4788 - Conmutador: (57+4) 445 9000 - Fax: (57+4) 441 1440  
Calle 78B # 69-240 - Medellín, Colombia



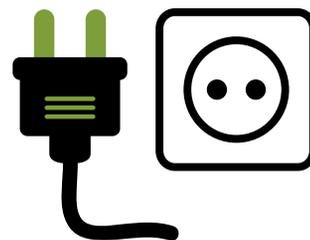
**Por:** Irma Ospina G.  
M.D. Urologa

# Estimulación nerviosa, **el presente de la urología**

Esta especialidad médica avanza al ritmo de la tecnología y ofrece, entre otros, tratamientos mínimamente invasivos y exitosos.



Desde hace varias décadas, la estimulación eléctrica de las raíces nerviosas de la columna es utilizada como tratamiento de varios problemas en urología, por esa razón, en el Hospital Pablo Tobón Uribe se dispone de dos procedimientos que utilizan esta tecnología:



1. **NEUROMODULADOR DE RAÍCES SACRAS O INTERSTIM:**

Esta terapia que existe desde 1980, consiste en implantar un dispositivo o aparato en las raíces nerviosas de la región sacra, de manera percutánea, es decir atravesando la piel con una simple aguja. Con este procedimiento se envían impulsos eléctricos que inhiben señales anómalas, bloqueando su llegada al cerebro y de esta manera se modifica el comportamiento de la vejiga, los músculos de la vecindad y la sensibilidad al dolor de la vejiga que en algunos pacientes es una pesadilla.

**¿En qué situaciones acudir a esta ayuda terapéutica?**

Está indicada en vejiga hiperactiva, incontinencia urinaria de urgencia, retención urinaria crónica, alteraciones del vaciado de la vejiga que no sean obstructivas, dolor pélvico crónico, incontinencia fecal y estreñimiento crónico rebelde a los tratamientos usuales.

2. **NEUROESTIMULADOR DE RAÍCES SACRAS ANTERIORES S.A.R.S.:**

cuando existe una lesión medular, por trauma usualmente, se pierde la conexión con la región pélvica, quedando el paciente, con una actividad caótica en el momento de orinar y defecar. Estas vejigas neurogenicas postraumaticas, pueden generar riesgo de daño renal e infecciones urinarias a repetición. Sin embargo los pacientes con lesión medular pueden tener buen control de su vejiga, con tratamientos médicos, manejo de los hábitos diarios y cateterismos vesicales intermitentes.

Existen casos en los que a pesar de todo esto, el paciente presenta infecciones urinarias a repetición, incontinencia urinaria u otras complicaciones asociadas al uso de sondas como úlceras en el pene o cálculos. En esos casos podría usarse el implante de un neuroestimulador de raíces sacras anteriores o S.A.R.S.

Este dispositivo ayuda al paciente a orinar sin usar sondas, también ayuda a regular el vaciamiento del colon y en algunos hombres puede ayudar a las erecciones. El procedimiento se realiza en el quirófano y consiste en exponer los nervios de la región sacra para posteriormente conectar unos electrodos. Estos electrodos van conectados a unos cables localizados debajo de la piel, es decir, desde la región posterior hasta un lugar en el tórax, allí a través de una antena receptora, las señales externas facilitarían el funcionamiento final del dispositivo.

Luego de este procedimiento, el paciente debe recuperarse de su cirugía. Pasados unos días se pone en funcionamiento el dispositivo externo desde una caja de control externo. ☒

## INDICACIONES DEL S.A.R.S

Debe ser usado en pacientes que...





**Por:** Federico Gaviria G.  
M.D. Urólogo





# Reconstrucción urinaria, **ahora es posible**

Más funcional que estética, así es esta intervención que promete devolver calidad de vida a los pacientes.

Pareciera extraño y hasta traído de los cabellos, que hoy la cirugía reconstructiva avance hacia otras especialidades como la urología. Definitivamente, se trata de un progreso fundamental que devuelve a las personas una nueva oportunidad para recuperar su vida social y hasta sus propios espacios.

■ **¿Qué es la cirugía reconstructiva en urología?**

Es una intervención que permite, como su nombre lo indica, reconstruir alguna parte de la vía urinaria, principalmente la uretra luego de algún daño por trauma, infecciones o procedimientos previos.

■ **¿Qué beneficios tiene para quienes se la practican?**

Este tipo de cirugía permite recuperar la vía urinaria y mejorar la calidad de vida de aquellos pacientes que no pueden tener una micción adecuada ni espontánea y que, en muchos casos, dependen de una sonda permanente.

■ **¿Cuáles son las consecuencias de quienes no acuden a esta cirugía y la necesitan?**

Los pacientes que no se llevan a reconstrucción de la vía urinaria solo tienen dos escenarios posibles: persisten obstruidos por la estrechez, principalmente, en la uretra, o tienen una sonda permanente que les alivia temporalmente la obstrucción. Si no se reconstruyen están sometidos a riesgos altos como infecciones urinarias recurrentes, alteración de la función renal, sonda permanente y formación de cálculos. Sin contar con la alteración de la calidad de vida que les genera esta situación.

■ **¿Qué diferencia a esta nueva alternativa de lo que se venía haciendo?**

Durante años el tratamiento para la estrechez de la uretra no ha sido el adecuado. En muchas ocasiones, se les ofrece a los pacientes tratamientos con dilataciones o procedimientos diferentes a la reconstrucción, lo que no está indicado en la mayoría de los casos y trae malos resultados. Por esa razón, es necesario difundir más el tratamiento adecuado de esta patología y enfocarlo en la cirugía reconstructiva que ofrece un tratamiento más definitivo y con resultados funcionales muy superiores.

■ **¿Cómo se procede en este tipo de cirugía?**

Lo que hacemos es identificar, a través de estudios diagnósticos previos, dónde se encuentra el daño, realizamos una reparación que requiere reseca el segmento comprometido y restablecer la vía urinaria para el paso adecuado de la orina. En algunos casos utilizamos otros tejidos, entre ellos, injertos de la mucosa de la boca.

■ **¿Qué instituciones pueden realizar cirugía reconstructiva de urología?**

Esta es una intervención compleja, que requiere de experiencia en el tema y debe realizarse en un hospital que maneje alta complejidad. Solo así se garantizan todos los recursos para esta patología, tanto humano como de tecnología.

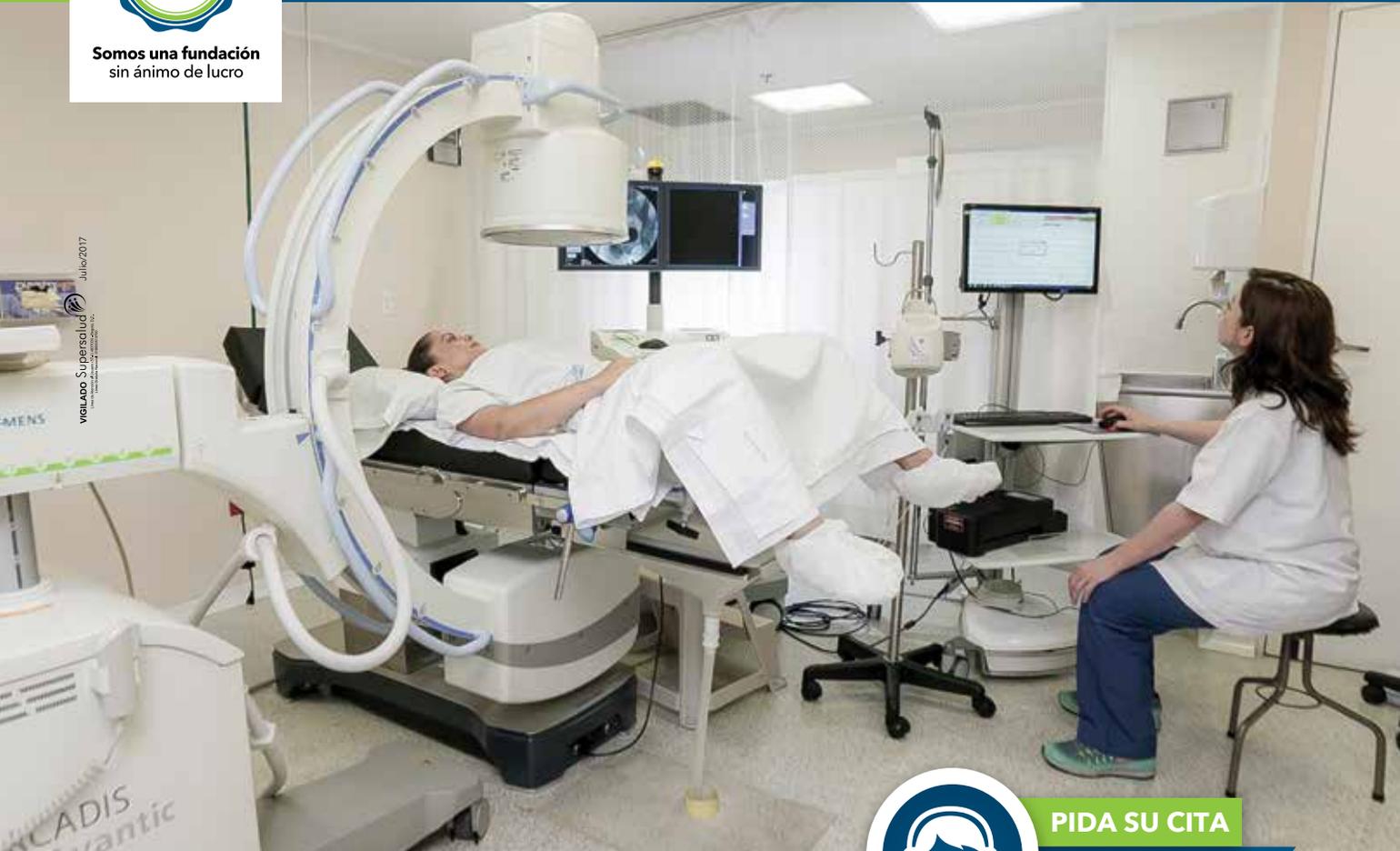


\*Sobre todo, cuando hay estrechez en la uretra.



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

## SERVIRTE CON EL ALMA



PIDA SU CITA

360 4788

# VIDEOURODINÁMIA

- Incontinencia urinaria masculina.
- Incontinencia urinaria femenina recidivante y compleja.
- Obstrucción del tracto urinario femenino.
- Disfunción miccional.
- Obstrucción del tracto urinario inferior de pacientes jóvenes (ayuda a descartar obstrucciones primarias de cuello de la vejiga o con cirugías previas).
- También se ha considerado para pacientes con residuo de orina elevado después de la micción y reflujo de alto grado.
- Pacientes pediátricos con micción no coordinada o enfermedades neurológicas.



ESTÁNDAR DE ORO  
EN LA SALUD MUNDIAL





**Por:** Irma Ospina G.  
M.D. Uróloga



# Tecnología al servicio de la urología

Incontinencia urinaria, disfunciones en el piso pélvico y otras alteraciones producto de enfermedades neurológicas, ahora tienen posibilidad de tratamiento gracias a subespecialidades médicas y avances en tecnología.

**¿Urología funcional?** La cualificación de los profesionales en el campo de la medicina parece no tener límites y esta subespecialidad de la urología es prueba de ello. El Hospital Pablo Tobón Uribe ha sido pionero en urología funcional en la ciudad y, desde hace varios años, lidera procesos relacionados con esta área, contando con modernos equipos y recursos diagnósticos para la atención de sus pacientes.

Incontinencia, alteraciones en el piso pélvico y otras que llegan con la edad, el embarazo o, incluso, producto de ciertos traumas, ya no tienen por qué ser motivo de gran preocupación, pues el Hospital cuenta con herramientas como la urodinamia y la videourodinamia para lograr diagnósticos oportunos.

Pero **¿de qué se trata todo esto?** La urodinamia es un procedimiento donde se evalúa la funcionalidad vesical, provocando la micción (orinar) a través del llenado artificial de la vejiga con agua, por medio de una sonda vesical. En el caso de la videourodinamia, se trata de una prueba de alta complejidad donde reemplaza el agua por medio de contraste y se suma un registro de rayos X, ideal para los pacientes con daños por enfermedad neurológica o cuando las pruebas convencionales han fallado en brindar información para el manejo de patologías complejas.

## Otros tratamientos

Cuando se trata de incontinencia urinaria y otras alteraciones, las opciones son múltiples y van desde el manejo conservador hasta la intervención quirúrgica con mallas o esfínteres urinarios artificiales. Sin embargo, existen otras alternativas como:

### Pesario

Este procedimiento es útil para pacientes con alto riesgo quirúrgico o quienes, por voluntad, no quieren someterse a la cirugía. Se trata, entonces, de un dispositivo de relleno elaborado con silicona que se deja dentro de la vagina para corregir el prolapso. Inicialmente, se hace una medición para encontrar el tamaño y la forma más adecuada para corregirlo. Posteriormente, se acude a cambios periódicos evaluando, en cada revisión, integridad y buen estado de la mucosa vaginal. Otra opción para los prolapsos es la colocación de mallas vaginales.

### Instilaciones vesicales

Enfermedades complejas como la cistitis intersticial, el dolor pélvico crónico o infecciones urinarias a repetición, son patologías casi siempre de carácter crónico que afectan la calidad de vida de los pacientes. Para su tratamiento, es posible acudir a sustancias que, al tener contacto con la vejiga producen una mejoría importante en los síntomas. Se trata entonces, de las instilaciones vesicales, medicamentos que se ponen dentro de la vejiga por medio de una sonda vesical, su mecanismo de acción es recubrir y regenerar la capa de mucosa vesical.

### Toxina botulínica

Útil tanto en la parte estética como funcional, esta sustancia permite bloquear la actividad muscular y las fibras que llevan las señales de sensibilidad pélvica al cerebro. Para los casos de incontinencia urinaria, síndrome de vejiga hiperactiva, dolores pélvicos crónicos y cistitis intersticial, esta alternativa resulta ideal. También se usa en el esfínter uretral externo, principalmente, en pacientes con enfermedades neurológicas, mejorando así el control de la orina.

### Neuroestimulación

Esta opción es cada vez más admitida en urología. Al respecto, el Hospital cuenta con dos terapias de neuroestimulación: la neuromodulación sacra y la neuroestimulación de raíces sacras anteriores. Ambas generan estímulos eléctricos hacia los nervios que controlan la vejiga.



De esa manera, en la unidad de Urología Funcional y Neurourología del Hospital Pablo Tobón Uribe, queremos dar esperanza y ayudar a los pacientes que, muchas veces, encuentran un final feliz a sus enfermedades crónicas, complejas y de difícil manejo. Queremos mejorar su cuerpo, su calidad de vida y su entorno.



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

## SERVIRTE CON EL ALMA

vigilado Supersalud  
Julio/2017

# PET-CT

## TÉCNICA DE DIAGNÓSTICO NO INVASIVA

El PET-CT permite realizar imágenes que muestran el metabolismo y el funcionamiento de tejidos y órganos.



PIDA SU CITA

445 9254 / 9255

### Brinda las siguientes utilidades:

- Diagnostica la benignidad o malignidad de una lesión detectada por otros métodos de imagen.
- Establece el diagnóstico previo al planteamiento terapéutico de un cáncer conocido.
- Identifica tumor residual y cambios producidos postcirugía, quimioterapia o radioterapia.
- Localiza la reaparición de tumores sospechosos clínicamente a través de marcadores tumorales.
- Permite valorar tempranamente la respuesta a un esquema terapéutico y la búsqueda del tumor primario en pacientes con metástasis de origen desconocido.
- Conduce a una imagenología molecular funcional del cáncer en el cuerpo entero.



ESTÁNDAR DE ORO  
EN LA SALUD MUNDIAL

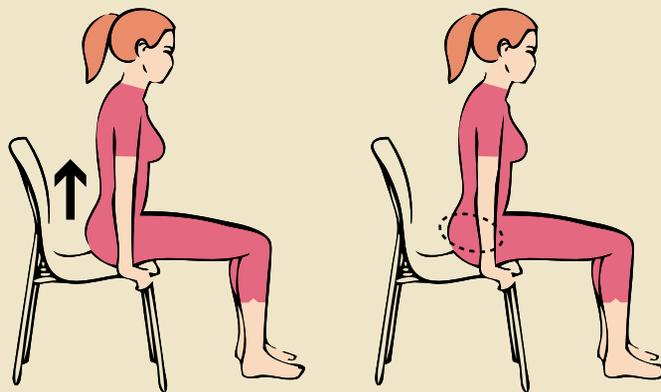


EL HOSPITAL CON ALMA  
**Pablo Tobón Uribe**

# Ejercicios de fortalecimiento del **suelo pélvico**

El suelo pélvico es un grupo de músculos cuya función es sostener los órganos que se encuentran en la parte baja del abdomen como la vejiga, el útero y la porción final del intestino.

Estos ejercicios que se proponen van dirigidos a fortalecer el suelo pélvico con el propósito de reducir los episodios de incontinencia urinaria



# 1

### Posición:

Sentada, con los pies totalmente apoyados en el suelo. Las rodillas tienen que estar a la altura de las caderas (evitar asientos bajos). Manos apoyadas a los lados de las caderas.

### Autoelongación:

Estirar la columna lo máximo posible (como si quisiéramos crecer) con la barbilla metida. Mantener esta postura.

### Ejercicio:

- Inspiramos lentamente.
- Contraemos suelo pélvico (es **IMPORTANTE** no ayudar con el abdomen y las piernas).
- Espiramos lentamente mientras mantenemos la contracción de suelo pélvico.
- Relajamos la posición durante el tiempo de descanso.

Este ejercicio debe convertirse en un hábito en determinados esfuerzos de la vida diaria como la tos, estornudos, levantar pesos, saltos, etc.



# 2

### Posición:

Sentada, con los pies totalmente apoyados en el suelo. Manos apoyadas a los lados de las caderas.

### Autoelongación:

Estirar la columna lo máximo posible (como si quisiéramos crecer) con la barbilla metida. Mantener esta postura. La columna se ve más desplazada hacia adelante.

### Ejercicio:

- Inspiramos lentamente.
- Contraemos suelo pélvico (es **IMPORTANTE** no ayudar con el abdomen y las piernas).
- Espiramos lentamente mientras mantenemos la contracción de suelo pélvico.
- Relajamos la posición durante el tiempo de descanso.



# 4

### Posición:

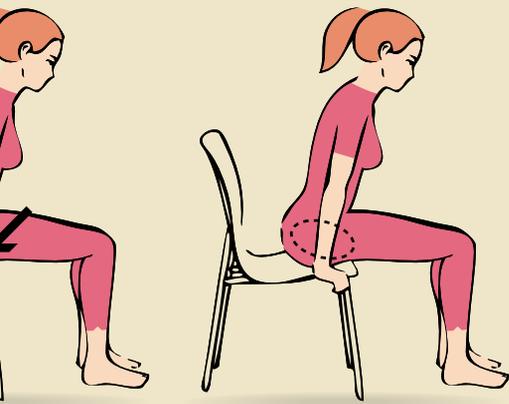
De pie, con los brazos totalmente extendidos. Piernas ligeramente separadas.

### Palpación:

Una mano sobre el abdomen y la otra sobre el suelo pélvico.

### Ejercicio:

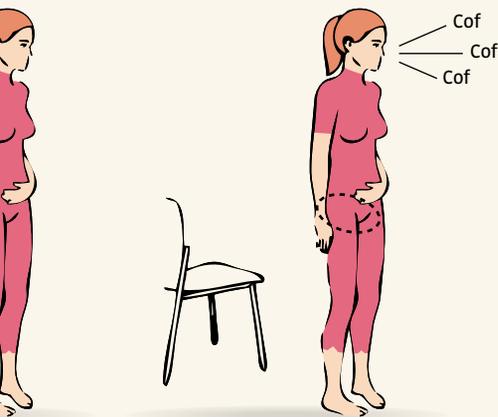
- Contraer suelo pélvico.
- Toser manteniendo la contracción de suelo pélvico. Es importante que se realice este ejercicio con la boca cerrada. Este ejercicio es esencial para el suelo pélvico.



...es totalmente apoyados en el suelo. Las rodillas a la altura de las caderas (evitar asientos bajos). Los lados de las caderas.

...o máximo posible (como si quisiéramos crecer) da. Nos inclinamos ligeramente hacia adelante, estiramos el peso y la contracción ligeramente hacia la zona vaginal. Mantener esta postura.

...amente.  
...o pélvico (es IMPORTANTE no ayudar con el abdomen y las piernas).  
...amente mientras mantenemos la contracción de suelo pélvico.  
...posición durante el tiempo de descanso.



...s a lo largo del cuerpo. Las piernas separadas.

...omen, bajo el ombligo.

...vico.  
...o la contracción del suelo pélvico.  
... la mano del abdomen no sea empujada hacia afuera.  
...l único en el que no hay repeticiones rápidas y lentas.  
...mo aprendizaje y utilizar como protección durante el tiempo de descanso (tos, estornudos, saltos,...).



# 3

## Posición:

De pie con una silla detrás. Piernas ligeramente separadas y las puntas de los pies hacia adentro.

## Autoelongación:

Apoyamos las manos en el respaldo de la silla (detrás). Estirar la columna lo máximo posible (como si quisiéramos crecer) con la barbilla metida. Mantener esta postura.

## Ejercicio:

- Inspiramos lentamente.
- Contraemos suelo pélvico (es IMPORTANTE no ayudar con el abdomen y las piernas).
- Espiramos lentamente mientras mantenemos la contracción de suelo pélvico.
- Relajamos la posición durante el tiempo de descanso.



# La de Carlos Mario Calad Ortiz, **una historia con final feliz**

Cuando parecía ya no tener esperanzas y pretendía hallar una solución fuera del país, el Hospital Pablo Tobón Uribe lo devolvió a la vida.

# C

uando Carlos tenía 10 años sufrió un accidente, con consecuencias para el futuro. "El accidente ocurrió en mi casa. Yo jugaba fútbol con mi hermano, tiré el balón al techo y al escalar para recuperarlo el muro me cayó encima", recuerda Carlos. Una fractura en la pelvis, daño en la uretra y un defecto al caminar derivados del accidente, parecieron temas superados después de un tiempo.

Casi 44 años después una obstrucción en la uretra lo devolvió a la época del accidente. Dolores, molestias, infecciones, dificultad para orinar fueron las razones que lo motivaron a consultar en Barranquilla, la ciudad en la que vivía en ese momento. Luego de una valoración por urología, el diagnóstico no era nada alentador: la uretra se había cerrado y no había solución, debía resignarse a vivir con una cistostomía, es decir, una sonda que sale de la vejiga a través de las paredes del abdomen para eliminar la orina. Aparentemente, sin esperanzas, Carlos sentía que aún faltaba algo por hacer, pero renunciar a mejorar su calidad de vida no era la opción.



Un día sin pensarlo, una nueva oportunidad apareció donde menos esperaba. En televisión, un urólogo del Hospital Pablo Tobón Uribe hablaba de los diferentes tratamientos que en esta especialidad ofrecía la institución, así que fue allí donde Carlos puso sus esperanzas y confió su vida.

Con 54 años, diabetes, infecciones recurrentes del tracto urinario, sobrepeso y un problema urológico significativo, un grupo de urólogos del Hospital valoró su condición y ante la complejidad de las lesiones, fue remitido al doctor Federico Gaviria, quien tenía la tarea de evaluar la viabilidad de una reconstrucción de uretra.

### Múltiples intervenciones

Cirugía tras cirugía, así se buscó mejorar la calidad de vida de Carlos y para este proceso fue necesario el apoyo de medicina interna, ortopedia, infectología, cirugía plástica y psiquiatría, la situación no era fácil.

Siempre acompañado por Adriana, su esposa, Carlos debió enfrentar sangrados, fiebres, fístulas y falla renal. El momento más duro vino luego de la primera cirugía, en cuidados intensivos. Adriana recuerda

que era Jueves Santo y pidió que le pusieran a su esposo los santos óleos, el Viernes Santo mejoró y el Domingo de Resurrección volvió a la vida.

Durante 24 meses de altibajos, Carlos seguía con la certeza de que vivir el resto de su vida con una sonda no era la opción y fue luego de la cuarta cirugía, en la que participaron además de urología, ortopedia y cirugía plástica que sintió una mejoría definitiva. La intervención de 12 horas consistió en un injerto de uretra realizado con mucosa bucal.

Hoy Carlos sonríe cuando recuerda que pudo retomar su vida. "Regresé a trabajar como ingeniero de minas en una mina de carbón, volví luego de 24 meses y me recibieron con calidez. Tuve fe, esperanza en un mañana mejor, confianza y credibilidad en quienes me trataban. Tenía la perspectiva de hacerme una reconstrucción fuera de Colombia, pero siempre supe que mi última esperanza era en el Hospital Pablo Tobón Uribe". ☺☺

"Pasar por esto no fue fácil, siempre está la incertidumbre. Estoy muy agradecido con esta institución, mi segunda casa, donde todos me conocen y saben mi nombre. A las personas que veo con necesidades de salud, les digo vayan al Hospital Pablo Tobón Uribe"



Por: Jorge Alejandro Gaviria S.  
M.D. Urólogo



# Los cálculos: esas piedras tan pequeñas y tan dolorosas

Entre médicos y pacientes la conclusión es la misma: los cólicos ocasionados por los cálculos renales están entre los dolores más fuertes que puede tolerar el cuerpo.

Los cálculos renales son piedras que se forman en la orina, en este caso en el riñón por alteraciones metabólicas que pueda tener el paciente. Mientras sean pequeños, no causan ningún tipo de síntoma, pero al desprenderse del riñón y bajar por el uréter, que lo comunica con la vejiga, causan cólicos muy dolorosos.

Entre las razones que los provocan están la herencia, el ambiente y la alimentación. Esta última causada, principalmente, por la falta de hidratación y las dietas ricas en proteínas.

Los cálculos pueden afectar a cualquier persona, sin importar su sexo o edad y se ubican, generalmente, en riñones y vejiga.

Cuando un cálculo en la vejiga está obstruyendo la salida de orina, generalmente requiere manejo quirúrgico por endourología. Al igual que los cálculos renales mayores a 1 centímetro, para lo que se requieren equipos más avanzados y mayor experiencia del médico, por tratarse de un órgano vital.

Es importante que las personas que experimenten dolor agudo y fuerte consulten a su médico, quien a través de exámenes adecuados -el más utilizado es el urotac-diagnosticará si se trata de cálculos renales y del manejo que deban tener. Los cálculos renales no tratados pueden generar infecciones urinarias severas, incluso dañar el riñón completamente y llevar al paciente a diálisis.

## Procedimientos para el manejo de cálculos

- Ureteroscopias flexibles con láser: a través de la uretra, navega por todos los conductos urinarios y con un láser pulveriza los cálculos y extrae.
- Cirugía percutánea renal: Por medio de un orificio en la espalda que llega hasta el riñón y con un endoscopio se fragmentan cálculos y se extraen.

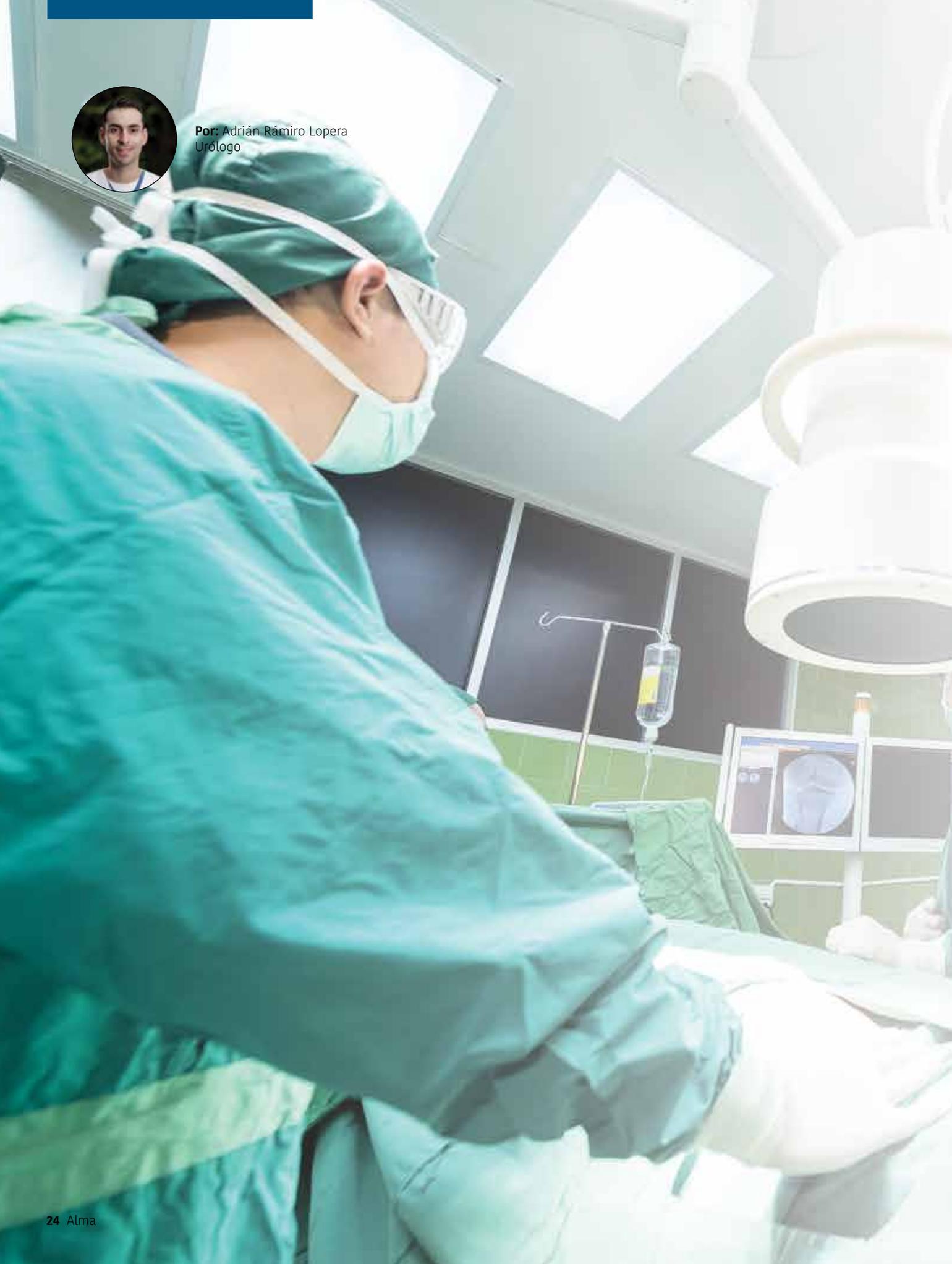
## ¿Qué es la endourología?

Es el manejo endoscópico, ya sea por orificios naturales o creados por la patología urológica.

Anteriormente, enfermedades como cálculos renales, hiperplasia de próstata y uréteres debían ser manejados con cirugía tradicional, lo que conllevaba a mayor tiempo de recuperación, y de riesgos inherentes al procedimiento.



Por: Adrián Rámira Lopera  
Urólogo



# La laparoscopia en urología del Hospital

Realizada por diferentes centros asistenciales de la ciudad, este método se convierte en una nueva alternativa para atender a los pacientes y mejorar su calidad de vida.

Además de contar con médicos entrenados especialmente en cirugía laparoscópica, el Hospital Pablo Tobón Uribe ofrece a los pacientes que serán intervenidos mediante esta técnica, todas las ayudas diagnósticas necesarias para planear adecuadamente su proceso. A la vez que cuenta con el apoyo de urólogos oncólogos que participan en las cirugías relacionadas con cáncer. Para conocer más sobre este método, aquí te contamos algunos detalles.

## ¿Qué es la laparoscopia?

Es una técnica quirúrgica que ha aportado grandes avances: mejor visualización de las estructuras, menor sangrado intraoperatorio, menor convalecencia postoperatoria, menor dolor y no menos importante, menores defectos estéticos. Consiste en hacer la cirugía a través de orificios pequeños, mediante la utilización de instrumentos especiales y visión magnificada a través de una cámara, así el cirujano puede maniobrar mejor sin necesidad de introducir sus manos en la cavidad del paciente.

## ¿Para qué tipo de casos es recomendada?

Mediante esta técnica quirúrgica se pueden realizar las siguientes cirugías:

- Nefrectomía radical.
- Nefrectomía parcial.
- Pieloplastia.
- Pielolitotomía.
- Ureterolitotomía.
- Reimplantes ureteral.
- Corrección de fistulas genitourinarias.
- Corrección de prolapso de órganos pélvicos.
- Cistectomías parcial y radical.
- Prostatectomía radical.
- Varicocelelectomía.

## ¿Qué consulta tiene en el hospital?

Aunque no tiene un espacio destinado, específicamente, para programar cirugías mediante esta técnica, sí ofrece consulta de urología diaria con especialistas capacitados en este método quirúrgico.

## ¿Qué ayudas diagnósticas ofrece el hospital?

La institución cuenta con todas las ayudas necesarias para los pacientes que serán intervenidos mediante esta técnica: tomografía de abdomen simple y contrastada, tomografía de abdomen simple y contrastada multiparamétrica con fases excretoras, resonancia magnética de abdomen, urosonografía, PET Scan. 





**Por:** Carlos Humberto Martínez G.  
M.D. Urólogo



# El Pablo, **un hospital seguro en urología oncológica**

El Hospital Pablo Tobón Uribe es una institución completamente dotada para tratar pacientes con el máximo nivel de complejidad médica, cuenta con la Unidad de Cancerología y el grupo de urología oncológica para el manejo integral de la patología maligna genito-urinaria.

Para nadie es un secreto que, en la actualidad, la mayoría de los cánceres son diagnosticados de manera incidental, razón por la que la detección temprana es esencial para un tratamiento exitoso. Pero ¿cómo identificarlos a tiempo? El grupo de urólogos oncólogos del Hospital utiliza algunos métodos para la detección temprana del cáncer urológico:

- Cáncer de riñón, uréter y vejiga puede presentarse con sangre en la orina o sangre microscópica en el examen de orina.
- Los tumores renales pueden detectarse al realizar estudios de imágenes abdominales por otras causas como ecografías o tomografías, por ejemplo.
- Problemas al orinar puede ser un signo de cáncer de uretra.
- El cáncer de próstata es el tipo más común detectado en los hombres y se presenta sin síntomas, se detecta por elevación de antígeno específico de próstata en la sangre o por la detección de un nódulo en la próstata cuando se hace el examen rectal.
- Una masa palpable testicular o el agrandamiento de un testículo puede también deberse a la presencia de malignidad.
- El cáncer de pene puede empezar como una lesión pequeña o una úlcera en el pene o la región inguinal.

## Servicios de calidad internacional

El Hospital Pablo Tobón Uribe ha sido premiado con múltiples galardones en diferentes áreas: gestión de calidad hospitalaria, investigación, seguridad y salud ocupacional, entre otras. Además, cuenta con la Acreditación Joint Commission International que se considera como el estándar de oro en el cuidado de la salud a nivel mundial. Dicha distinción reconoce el servicio oncológico en una posición de la más alta calidad, internacionalmente hablando, y cuenta con programas que incluyen el tratamiento de los pacientes basado en la excelencia clínica, la investigación y con el beneficio de una aproximación multidisciplinaria de todos aquellos que se presenten con cáncer genito-urinario incluyendo cáncer de próstata, vejiga, riñón, testículo, uréter y pene.

Los pacientes con cáncer de próstata y de origen genito-urinario del hospital son evaluados por un equipo de múltiples especialidades médicas, todos expertos en urología oncológica (especialidad quirúrgica), oncología clínica (quimioterapia), radioterapia, patología e imágenes diagnósticas. El equipo multidisciplinario colabora y coordina cada paso del cuidado del paciente incluyendo el diagnóstico, análisis y tratamiento tanto médico como quirúrgico.

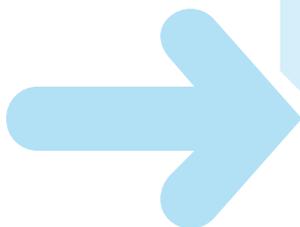
## Los expertos

El grupo de urología oncológica está integrado por cirujanos experimentados que fueron subespecializados formalmente en centros reconocidos en Norteamérica y tienen una amplia trayectoria científica y académica. Cuentan con experiencia en cirugía tradicional abierta de alta complejidad y cirugía laparoscópica y de mínima invasión.

Así mismo, los pacientes que reciben radioterapia cuentan con tecnología de alto nivel y con radioterapeutas oncólogos con amplia experiencia en el tratamiento de cáncer genito-urinario. El equipo de oncología clínica es reconocido por su liderazgo a nivel nacional y cuenta con participación en estudios de investigación que amplían las posibilidades terapéuticas de los pacientes.

Igualmente, los pacientes también se benefician de recursos especializados de alta tecnología de imágenes y tienen acceso a programas de manejo psicológico y emocional además de tratamiento de rehabilitación oncológica y fisioterapia, acorde con las necesidades específicas de cada uno.

El grupo de urología oncológica hace esfuerzos por educar y acompañar al paciente y a sus familias durante el diagnóstico, tratamiento y el proceso de recuperación.



Entre las diferentes capacidades que se tiene disponibles en el servicio están:

- Experiencia y conocimiento en el estado del arte de las opciones de tratamiento y terapias de investigación de cáncer urológico.
- Acceso coordinado a todos los especialistas y recursos necesarios disponibles en el Hospital Pablo Tobón Uribe.
- Experticia en el manejo médico de la patología oncológica urológica.
- Experticia en cirugía de riñón incluyendo nefrectomía parcial abierta y laparoscópica.
- Experticia en realización de cirugía de vejiga mínimamente invasiva y cirugía radical de vejiga con reconstrucción con conducto ileal o neovejiga ortotópica.
- Experticia en cirugía radical de próstata con técnica conservadora de nervios.
- Experticia en realización de linfadenectomía retroperitoneal secundaria a malignidad testicular.
- Radioterapia con tecnología 3D conformal e IMRT.
- Estado del arte en imágenes diagnósticas TAC con multidetectores, Resonancia multiparamétrica de próstata 3 Tesla y PET CT.
- Se cuenta con investigaciones clínicas (clinical trials) en cáncer de próstata, cáncer de riñón y cáncer de vejiga.

## ¿Qué es la próstata?

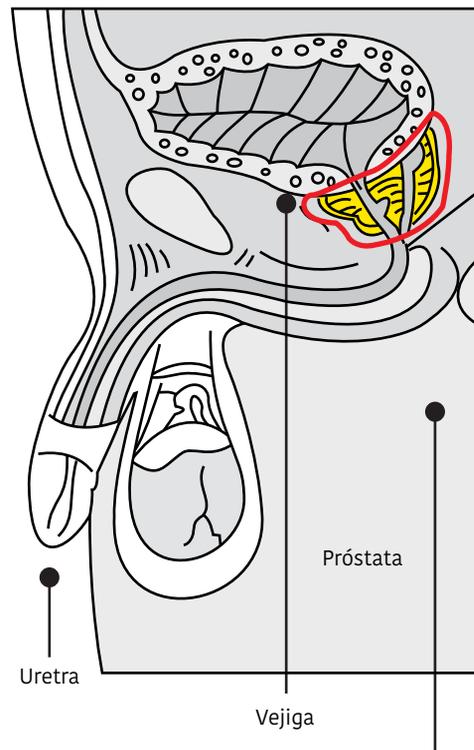
La próstata **hace parte del sistema reproductor** del hombre. Está ubicada en frente del recto y debajo de la vejiga; rodea la uretra, que es el tubo por donde fluye la orina hacia el exterior del organismo.

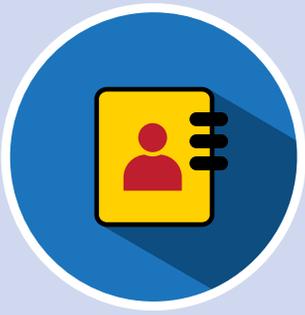
Una próstata sana es **casi del tamaño** de una ciruela.

La próstata produce una parte del fluido seminal, que durante la eyaculación **ayuda a transportar** los espermatozoides.

Las hormonas masculinas (andrógenos) hacen que la próstata crezca. Los testículos son la **fuentes principal** de hormonas masculinas, incluyendo la testosterona que también es producida por las glándulas suprarrenales, aunque en pequeñas cantidades.

Si la próstata crece demasiado, puede comprimir la uretra, lo cual **puede causar problemas urinarios** al hacer lento o detener el flujo de la orina desde la vejiga al pene.





## NUESTROS ESPECIALISTAS

### ■ José Jaime Correa Ochoa

Urología, Urología Oncológica  
jjcorrea@jjcorrea.com  
www.jjcorrea.com  
Citas: 445 9146 - 360 4788

### ■ Federico Gaviria Gil

Urología, Urología Reconstructiva  
www.federicogaviriagil.com  
Citas: 445 9146 - 360 4788

### ■ Alejandro Gaviria

Urología  
agaviria.urologo@gmail.com  
Citas: 360 4788

### ■ Adrian Lopera Toro

Urología  
aloperaurologo@gmail.com  
Citas: 360 4788

### ■ Carlos Humberto Martínez González

Urología, Urología Oncológica  
cmartinez@hptu.org.co  
Citas: 445 9148 - 360 4788

### ■ Irma A. Ospina Galeano

Urología Funcional y Neurourología  
irmaospinagaleano@gmail.com  
Citas: 360 4788

### ■ Juan Fernando Uribe Arcila

Urología y Medicina Sexual  
medicinasexual@une.net.co  
www.medicinasexual.org  
Citas: 360 4788

### ■ Carlos Alberto Uribe Trujillo

Urología, Endourología y Laparoscopia  
www.carlosauribe.com  
Citas: 445 9146 - 360 4788

# ES FÁCIL SER UN SUPER- HEROE

ENCONTREMOS JUNTOS  
NUEVOS TRATAMIENTOS,  
MIENTRAS TE AYUDAMOS  
EN TU ENFERMEDAD

Haz parte de nuestros **proyectos de investigación** con medicamentos:

- Artritis reumatoide
- Lupus eritematoso sistémico
- Diabetes
- Cáncer
- Asma en niños
- Diabetes en niños.

Julio de 2017  
Vigilado Supersalud  
Ministerio de Salud y Protección Social

**¿ESTÁS INTERESADO O CONOCES  
A ALGUIEN INTERESADO EN PARTICIPAR  
EN ALGUNA DE NUESTRAS INVESTIGACIONES?**

Teléfonos: (4) 360 4788 opción 5 - (4) 445 9753  
Correo: investigaciones@hptu.org.co  
Calle 78B #69 240 - Noveno piso (norte)  
Medellín, Colombia



ESTÁNDAR DE ORO  
EN LA SALUD MUNDIAL



EL HOSPITAL CON ALMA  
Pablo Tobón Uribe



**Por:** Juan Fernando Uribe A.  
M.D. Urólogo – Experto en Medicina Sexual

# Medicina sexual, más allá de la impotencia

Además de los problemas de deseo sexual en hombres y mujeres, esta subespecialidad de la urología está en condiciones de ofrecer consejería y asesoría en reproducción, además del tratamiento de enfermedades venéreas.

**¿Por qué ir a una consulta de medicina sexual?** De acuerdo con los especialistas, los principales motivos por los que consultan los pacientes son:

- Disfunción eréctil.
- Enfermedad de Peyronie y otras fibrosis de pene.
- Problemas de eyaculación y orgasmo.
- Alteraciones en el deseo sexual.
- Disfunción sexual femenina.
- Andropausia y envejecimiento.
- Penología.
- Efebología, es decir, el estudio de todos los fenómenos de la adolescencia y la pubertad.

## La consulta en el Hospital

- En términos de medicina sexual, la institución ofrece consultas de este tipo los lunes de 1:00 a 3:00 p.m.
- El Hospital cuenta con todos los métodos de laboratorio y radiología que apoyan el diagnóstico, entre los que se destacan la ecografía doppler de pene, las cavernosografías y todos los exámenes de hormonas.
- Las cirugías más comunes son por curvaturas de pene, fibrosis e implantación de prótesis de pene.
- Además de un urólogo con entrenamiento en medicina sexual, el Hospital cuenta con otros urólogos con experiencia en temas como uretra, que apoyan el trabajo, además de medicina interna, psiquiatría y fisiatría, cuando es necesario.

### ¿Por qué consultar en el Hospital?

La ciudad tiene un déficit de profesionales entrenados, específicamente, en el tema de medicina sexual. Muchos de los tratamientos los ofrecen médicos generales y aun personal que ni siquiera es médico. **Por eso invitamos a los interesados a aprovechar el servicio que ofrece el Hospital Pablo Tobón Uribe.**



**Por:** Juliana Marín R.  
Coordinadora de Mercadeo Social

# El sueño de Anyi Paola se hace realidad...

Anyi Paola tiene 19 años, sueña con estudiar una carrera que le permita ayudar a los demás y acceder a un trabajo digno que mejore su calidad de vida y la de su familia. Vive con su papá, mamá, abuelo y hermano en el barrio San Javier, ubicado en la Comuna 13 de Medellín, le gustan las películas románticas y pasar tiempo con su novio.



"Desde que soy pequeña quiero estudiar medicina o enfermería, una profesión que sea al servicio de las personas, donde yo pueda ser una intermediaria de Dios para ayudar a los demás", nos cuenta Anyi Paola.

Al perseguir su sueño de acceder a un estudio superior para ayudar a los demás se encontró con una barrera económica, pero un profesor de su colegio le contó acerca del Instituto de Educación Pablo Tobón Uribe y la animó a solicitar un cupo. "Luego de ingresar los papeles, cuando me llamaron a la entrevista y vi los costos llegué desanimada a mi casa, pero mi mamá me dijo que no me preocupara, que miráramos cómo hacíamos... para mi sorpresa el Instituto cuenta con unas becas donde no sólo me financian el estudio, si no que, me ayudan para que pueda desplazarme a mis prácticas y al Instituto".

Como Anyi Paola hay muchos jóvenes esperando una oportunidad para cambiar sus vidas, por eso El Hospital Pablo Tobón Uribe cuenta con un Instituto de Educación que impacta la vida de jóvenes de estratos 1, 2 y 3 entre los 17 y 22 años brindándoles la oportunidad de acceder a una educación superior como Técnicos en Auxiliar en Enfermería.

"Desde el primer momento que recibí la noticia de poder ingresar al Instituto becada, la vida, los pensamientos, las expectativas cambiaron no solo para mí, sino para toda mi familia. El sueño de convertirme en Auxiliar en Enfermería empezó y esto trajo mil bendiciones para mí.

Mi familia y yo sabemos que esta formación nos traerá una gran ganancia para nuestras vidas y el hecho de saber que me estoy formando como Auxiliar en Enfermería me llena de gran alegría, entusiasmo y satisfacción.

Para mi familia que yo pueda estudiar es un gran orgullo.

Gracias a las personas que me brindan esta ayuda podré mejorar, no sólo mi futuro, si no el de toda mi familia".

Anyi Paola



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

Julio 2017

Escuela Supersalud  
Instituto de Educación Superior



Con esta formación no sólo cambiamos la vida de Anya Paola, también la de los 90 estudiantes que pasan cada año por el Instituto de Educación; contribuimos así con la disminución del índice de pobreza, desempleo y suplimos la necesidad que tiene el sector salud de contar con más Auxiliares en Enfermería para el cuidado de los pacientes en la alta complejidad. ☺

**Contáctanos:**

PBX: (57+4) 445 9115

Correo: cooperacion@hptu.org.co



**Tú puedes hacer un sueño realidad**

**Conviértete en padrino, cambia la vida de un joven y su familia.**

**DONA** para su educación a través de **GlobalGiving** la primera y más grande comunidad global que recauda donaciones a nivel mundial, para organizaciones sin ánimo de lucro.

**CON TU DONACIÓN CONTRIBUIRÁS A ENTREGAR:**

✓ **TRANSPORTE MENSUAL**  
de un estudiante

✓ **ALIMENTACIÓN MENSUAL**  
de un estudiante

✓ **UNIFORME**  
para estudiante

✓ **MATRÍCULA MENSUAL**  
de un estudiante

✓ **MATERIALES MÉDICOS**  
para un estudiante

✓ **MATRÍCULA TOTAL**

**ACERCA DEL INSTITUTO**

- **376 estudiantes** han egresado del Instituto.
- 334 de estos egresados **laboran en el Hospital.**
- Los jóvenes que se benefician no sólo son del Área Metropolitana, **también vienen de los diferentes municipios de Antioquia** como: Jericó, Andes, Yolombó, Remedios, San Rafael, La Ceja, San Jerónimo, Frontino, San Pedro de los Milagros, Campamento, Toledo, Ituango y Urabá.
- **Apoyamos a los estudiantes con** becas, transporte, alimentación, albergue, material de estudio y uniformes.



GlobalGiving



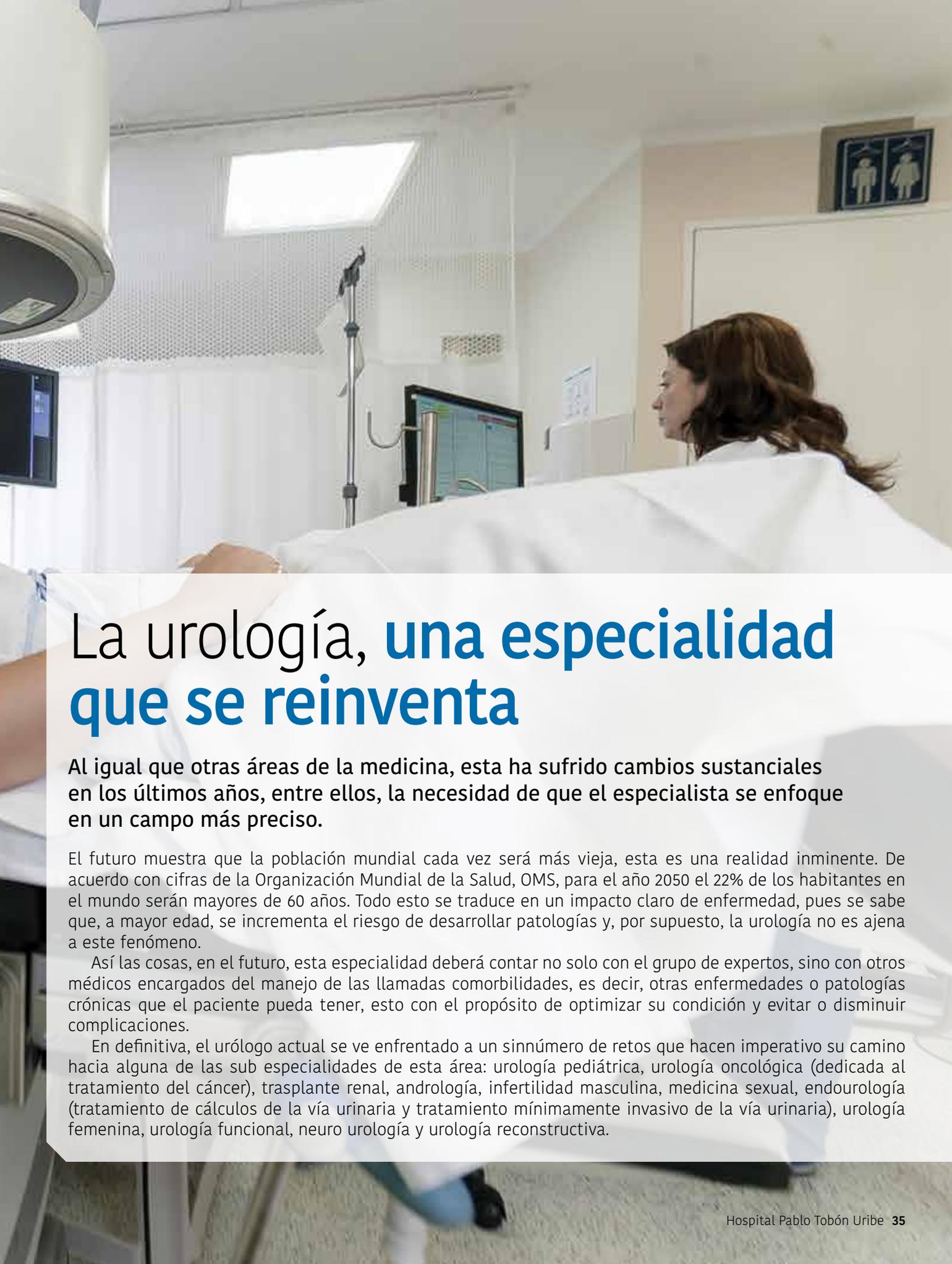
EL HOSPITAL CON ALMA  
Pablo Tobón Uribe

<https://goo.gl/9udHfo>



**Por:** José Jaime Correa O.  
M.D. Urología Oncológica





# La urología, **una especialidad que se reinventa**

**Al igual que otras áreas de la medicina, esta ha sufrido cambios sustanciales en los últimos años, entre ellos, la necesidad de que el especialista se enfoque en un campo más preciso.**

El futuro muestra que la población mundial cada vez será más vieja, esta es una realidad inminente. De acuerdo con cifras de la Organización Mundial de la Salud, OMS, para el año 2050 el 22% de los habitantes en el mundo serán mayores de 60 años. Todo esto se traduce en un impacto claro de enfermedad, pues se sabe que, a mayor edad, se incrementa el riesgo de desarrollar patologías y, por supuesto, la urología no es ajena a este fenómeno.

Así las cosas, en el futuro, esta especialidad deberá contar no solo con el grupo de expertos, sino con otros médicos encargados del manejo de las llamadas comorbilidades, es decir, otras enfermedades o patologías crónicas que el paciente pueda tener, esto con el propósito de optimizar su condición y evitar o disminuir complicaciones.

En definitiva, el urólogo actual se ve enfrentado a un sinnúmero de retos que hacen imperativo su camino hacia alguna de las sub especialidades de esta área: urología pediátrica, urología oncológica (dedicada al tratamiento del cáncer), trasplante renal, andrología, infertilidad masculina, medicina sexual, endourología (tratamiento de cálculos de la vía urinaria y tratamiento mínimamente invasivo de la vía urinaria), urología femenina, urología funcional, neuro urología y urología reconstructiva.



## Una disciplina de avanzada

Está claro que en medicina todas las especialidades han innovado en tecnología para prevenir o mejorar las condiciones de vida de los pacientes, pero ¿en qué va la urología? Aquí algunos avances:

### 1. Miniaturización, láser, endoscopia

La miniaturización de los equipos, los equipos flexibles que permiten llegar a todos los rincones del árbol urinario, la disponibilidad de diferentes tipos de láser y la mínima invasión quirúrgica tienen como resultado recuperación más rápida y menor morbilidad, es decir, menor pérdida sanguínea y menor dolor. La cirugía endoscópica, sin incisiones y utilizando los orificios naturales para extraer cálculos de la vía urinaria, ha logrado que los procedimientos con cirugía abierta, prácticamente, hayan desaparecido.



### 2. Robots

Más recientemente, la cirugía laparoscópica asistida por robot (cirugía robótica o Da Vinci por la marca más conocida) ha traído ventajas en magnificación y visión tridimensional, mayor rango de movimiento, así como menor diámetro de instrumentos. Todos estos procesos permiten acceder a algunas áreas del cuerpo humano que previamente dependían de grandes incisiones y aumentaban el tiempo de recuperación y de hospitalización. Ahora se sabe que muchas de las cirugías urológicas se realizarán en el futuro utilizando esta herramienta robótica.

### 3. Imágenes

En urología han sido fundamentales a la hora de tomar de decisiones y definir diagnósticos.

- a. **Resonancia magnética multi-paramétrica de la próstata:** permite identificar áreas sospechosas de tumor y con este fin dirigir las biopsias de una forma más precisa.
- b. **Imágenes de fusión:** la fusión de imágenes de resonancia con ecografía es recomendada para la toma de biopsias o tratamiento de zonas prostáticas específicas.
- c. **Pet Scan:** la tomografía por emisión de positrones con diferentes sustancias ayuda a definir localización de enfermedad maligna de forma temprana.

### 4. Marcadores tumorales

Ganando cada vez más terreno en el campo urológico, se está pasando de utilizar el antígeno prostático específico, únicamente, a marcadores con mayor especificidad, esto para identificar pacientes con riesgo de tener cáncer de próstata de mayor agresividad y justificar procedimientos como la biopsia.

Marcadores como 4K (4 KaliKreinas), índice de salud prostática (PHI), PCA3 en orina son herramientas que se utilizarán cada vez más en el futuro. Este tipo de acercamiento a la enfermedad se ha denominado medicina de precisión, donde no se trata la enfermedad de forma general, sino que se trata un paciente de forma individual, buscando maximizar el resultado del tratamiento y conociendo mayores detalles de la enfermedad.

### Grupo humano

Este aspecto es fundamental en el futuro de la especialidad. El trabajo en equipo y los llamados grupos multidisciplinares hacen parte de ese norte del quehacer urológico. En este sentido, el hospital y, específicamente, el servicio de urología se ha venido preparando a través del entrenamiento de los urólogos en las diferentes subespecialidades. ∞



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

## SERVIRTE CON EL ALMA

vigilado Supersalud  
Julio 2017

En el Hospital Pablo Tobón Uribe día a día prestamos un servicio con alma a través de un equipo humano competente y en permanente desarrollo, que vela por tu salud y la de los que te rodean.

**Somos El Hospital con Alma  
Pablo Tobón Uribe.**

### Conoce algunas de nuestras especialidades:

- Hospitalización (adultos y pediátrica)
- Urgencias (área de atención exclusiva para pacientes de pólizas y medicinas prepagadas)
- Ayudas Diagnósticas
- Banco de Sangre
- Servicio de Radiología 24 h
- Ortopedia
- Hepatología
- Urología



ESTÁNDAR DE ORO  
EN LA SALUD MUNDIAL



EL HOSPITAL CON ALMA  
**Pablo Tobón Uribe**

Citas: (57+4) 360 4788  
Conmutador: (57+4) 445 9000 - Fax: (57+4) 441 1440  
Calle 78B # 69-240 - Medellín, Colombia



Por: Lina Marcela López G.  
Jefe Departamento de Nutrición Clínica

### Aporte nutricional

Cantidad por porción

|                    |        |                    |
|--------------------|--------|--------------------|
| Calorías           | 306    |                    |
|                    |        | % de valor diario* |
| El total de grasa  | 13 g   | 20%                |
| Grasa saturada     | 6 g    | 30%                |
| Colesterol         | 61 mg  | 20%                |
| Sodio              | 465 mg | 19%                |
| Carbohidrato       | 25 g   | 8%                 |
| La fibra dietética | 2 g    | 8%                 |
| Azúcares           | 3 g    |                    |
| Proteína           | 21 g   |                    |
| Vitamina A         | 646 iu | 13%                |
| Vitamina C         | 8 mg   | 13%                |
| Calcio             | 151 mg | 15%                |
| Hierro             | 4 mg   | 21%                |

\* Porcentaje de valores diarios está basado en una dieta de 2.000 calorías.



6

Porciones

# Sartén de zucchini, carne y arroz

## Ingredientes:

- 1 libra de carne de res molida magra
- 2 tazas de zucchini cortados en cuartos, a lo largo
- 1/2 taza de cebolla picada
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 taza de tomates en cubos salteados con ajo
- 1 taza de agua
- 1<sup>1/2</sup> tazas de arroz blanco cocido
- 3/4 de taza de queso rallado

## Preparación:

- Cocine la carne, los zucchini, la cebolla y la sal en una sartén grande a fuego medio-alto, durante 7 minutos o hasta que la carne esté desmenuzada y ya no se vea rosada. Revuelva ocasionalmente. Escorra. Agregue los tomates sin escurrir y el agua. Aumente el fuego y cocine hasta que hierva.
- Agregue el arroz y revuelva bien.
- Tape, retire del fuego y deje reposar durante 7 minutos o hasta que el líquido se haya absorbido.
- Esparza el queso por encima.



Somos una fundación  
sin ánimo de lucro

## SERVIRTE CON EL ALMA



**#1**  
**EN SALUD**

El Hospital Pablo Tobón Uribe es la empresa del sector salud, con **mayor capacidad para atraer y retener talento del país**, de acuerdo con Merco Talento\*.

Un reconocimiento que nos llena de satisfacción y nos motiva para seguir trabajando con entusiasmo por nuestros pacientes.



\* El Monitor Empresarial de Reputación Corporativa (MERCOR) es un instrumento de evaluación reputacional que se ocupa de medir la reputación de las empresas. Tiene la metodología más completa de los ranking de estas características que se publican a nivel mundial.