



De izquierda a derecha, las doctoras Carolina González y Laura Arranz, la subdirectora de Marie Claire, Macarena Orte, y las doctoras Elena Ricart y Raquel Abalo.

Segunda edición de 'Pioneras'

CIENCIA Y LIDERAZGO CON IMPACTO

DENTRO DE ESTE CICLO DE ENCUENTROS, CUYO OBJETIVO ES PONER EN VALOR EL LIDERAZGO FEMENINO EN EL ÁMBITO SANITARIO Y CIENTÍFICO, REUNIMOS A UN GRUPO DE PROFESIONALES DE LA SALUD DIGESTIVA.

por **Dolors Marco**

Tal como decía la directora médica de Takeda, Carmen Montoto, el "liderazgo femenino basado en la salud y en la ciencia puede aportar un punto de vista distinto sobre las enfermedades gastrointestinales". En un encuentro promovido por Takeda y Quirónsalud, distintas especialistas pusieron sobre la mesa los retos a los que se enfrentan profesionales y pacientes. Las enfermedades digestivas afectan a una tercera parte de la población española pero tienden a silenciarse por pudor.

REFERENTES QUE ABREN CAMINO

La doctora Carolina González, cirujana especialista en Cirugía General y Aparato Digestivo en el Hospital La Paz de Madrid e investigadora del idiPaz, explicó que "los pacientes valoran aspectos como la empatía y una comunicación cercana de una mirada femenina" y aludió a un dicho que existe sobre las cua-

lidades de un buen cirujano general: "Debe tener ojos de águila, corazón de león y manos de mujer".

Por su parte, la doctora Laura Arranz, farmacéutica, doctora en Nutrición y especialista en dolor crónico y trastornos gastrointestinales, explicó la relación que existe entre el dolor crónico y los trastornos gastrointestinales. "Hoy sabemos que la dieta es importante en estos pacientes y que afecta a la inflamación del organismo".

La doctora Elena Ricart, jefa de la Unidad de Enfermedad Inflamatoria Intestinal del Hospital Clínic de Barcelona, hizo especial hincapié en las Enfermedades Inflammatorias Intestinales (Crohn y la colitis ulcerosa), que definió como trastornos crónicos donde un sistema inmunitario alterado ataca por error la flora bacteriana normal y el tejido sano del tracto digestivo, causando inflamación persistente y brotes dolorosos.

Pr: Mensual
Tirada: 60.365
Dif: 31.895

salud pioneras

Para la experta, "el drama de estas enfermedades es que afecta a personas jóvenes en el momento en el que sus vidas empiezan a despegar a nivel personal y laboral, causándoles síntomas que no suelen contar por pudor". La parte positiva es que son dos trastornos en los que se ha avanzado mucho en los últimos años.

A pesar de dirigir una unidad de referencia, reconoció, no obstante, que ha tenido que trabajar más que sus compañeros hombres "porque la maternidad nos sigue penalizando y es difícil conciliar". En este punto, coincidió la doctora Raquel Abalo Delgado, catedrática de Farmacología en la Universidad Rey Juan Carlos y especialista en sistema digestivo y eje intestino-cerebro: "La maternidad es una causa maravillosa pero que nos lastra en nuestra carrera científica respecto a los hombres". Por otra parte, destacó que el equilibrio intestino-cerebro puede alterarse fácilmente por el estrés, la alteración de los ritmos circadianos, una mala higiene del sueño, la dieta, los microplásticos, los disruptores endocrinos o la falta de actividad física.

EL COSTE EMOCIONAL

La visión del paciente vino de la mano de Esther Zúñiga, paciente de enfermedad de Crohn y representante de ACCU Es-

paña, la Confederación de Crohn y Colitis Ulcerosa, que explicó cómo impactó el diagnóstico en su vida. "Era una mujer joven a la que le encantaban los deportes de riesgo. El principio fue complicado. Te dicen que tienes una enfermedad crónica y que vas a estar medicada de por vida y cuesta asimilarlo".

La doctora María López-Ibor, psiquiatra, catedrática de Psiquiatría y presidenta de la Fundación López-Ibor, definió el shock del diagnóstico de Esther como "las fases del duelo". Al principio es frustración, después aparece la rabia y le sigue la pena". Para la psiquiatra, el primer paso es combatir los prejuicios y entender que, aunque es una enfermedad crónica, existen herramientas para manejar ese estrés".

Finalmente, la modelo Mayte de la Vega, paciente celiaca, explicó que a ella le dio "mucha paz que le pusieran nombre" a lo que le estaba pasando. El diagnóstico llegó durante la pandemia, y en cuanto dejó el gluten empezó a sentirse mucho mejor. "Todo el mundo me preguntaba qué me había hecho durante el confinamiento porque de repente me desaparecieron los eccemas y la inflamación. Mi cuerpo empezó a absorber los nutrientes y me di cuenta de que la alimentación es la base de nuestra vida".

El encuentro sirvió para visibilizar tanto los avances en el conocimiento de las enfermedades digestivas como el papel de las mujeres en su investigación y tratamiento. Un liderazgo que aporta nuevas perspectivas a la medicina, aunque todavía se enfrenta a retos pendientes como la conciliación y la igualdad de oportunidades. ■

VOCES QUE INSPIRAN

● **Dra. Carolina Gómez:** "A una mujer joven le diría que trabaje duro y que luche por su valía".

● **Dra. Laura Arranz:** "Hoy tenemos más información y ahora sabemos que la dieta sí que importa".

● **Dra. Elena Ricart:** "El esfuerzo para una mujer es mayor que para un hombre, pero merece la pena".

Dra. Raquel Abalo Delgado: "Lo que se necesita para investigar es

motivación, ganas y que no te importe mucho el dinero".

● **Esther Zúñiga (paciente):** "Los pacientes deben confiar en su equipo médico, su entorno y las asociaciones de pacientes, porque estamos para apoyarles".

● **Dra. María López-Ibor:** "Los pacientes con enfermedades crónicas cuentan con herramientas para el manejo del estrés. El descanso es muy importante".



1. Mayte de la Iglesia, *fashion insider* y paciente celiaca.
2. Carmen Montoto, directora médica de Takeda España.
3. Pablo Sierra, director de Acceso, Pacientes y Corporate Affairs de Takeda.
4. La paciente y miembro de ACCU Esther Zúñiga Yuste, Macarena Orte y la doctora María López-Ibor.