

¡Buenos días! Entre todos los futuros residentes de 2024 hemos puesto en común varias preguntas que nos gustaría poder tener resueltas antes de nuestra elección de plaza. Nos ayudaría mucho que lo rellenarais a modo de ficha en vuestro hospital y nos lo mandaseis para poder compartir la información entre todos nosotros.

La idea que tenemos es que si es posible, lo rellenéis en este mismo documento y luego nosotros lo compartimos con todos en formato PDF. Más adelante, el que con esta información tenga más interés, os contactará personalmente en el mail que nos facilitéis.

Muchísimas gracias de antemano.

1. **En caso de que uno de nosotros quiera contactar con el servicio de Física Médica de vuestro Hospital, con algún residente para solicitar más información, ¿a qué dirección podemos escribir?**

Lo primero enhorabuena a todos por haber conseguido la plaza!!!

Yo soy Álvaro, el R1 del Hospital Universitario de Canarias (CHUC) y podéis escribirme al correo personal (alvarodura99@gmail.com) con cualquier duda que tengáis y os ayudaré con lo que pueda. También podéis contactar conmigo por teléfono o escribirme al +34 669417252. Si queréis hablar con algún otro residente mayor tampoco creo que haya ningún problema, yo os ayudo a ponerlos en contacto con ellos.

2. **¿Qué equipos y técnicas tenéis en el Servicio del Hospital? ¿Cuáles destacarías o crees que están por encima de lo que convencionalmente tienen otros hospitales?**

RADIOTERAPIA. En el hospital tenemos 4 aceleradores: 3 de ellos son de Varian (2 TrueBeam gemelos y un Ethos) y el cuarto es de Elekta. No es muy común que un servicio tenga ambas casas comerciales, lo cual es una ventaja de cara a la formación. Además, contamos con un equipo de terapia superficial y otro de intraoperatoria.

BRAQUITERAPIA. Se realizan intervenciones tanto de baja tasa (próstata con semillas de I-125) como de alta tasa (próstata, cérvix y mama). Para HDR tenemos una fuente de Co-60, a diferencia de la mayoría de hospitales que tienen Ir-192, así que al rotar a otro hospital verías una fuente distinta.

RADIODIAGNÓSTICO. Disponemos de un amplio conjunto de equipos de rayos (múltiples TC, resonancia magnética, arcos intervencionistas, monoplanos, biplanos, mamógrafos, telemando, ortopanto, densitómetro, salas convencionales de grafía, ...) que se distribuyen tanto en el propio hospital como en los CAEs dependientes del hospital. No sería necesario rotar en RX.

MEDICINA NUCLEAR. En diagnóstico hay actualmente en uso 3 gammacámaras (SPECT-CT) con Tc-99m y I-123 (DATSCAN), así como diferentes terapias metabólicas como el Lu-177 DOTATATE o el I-131 para carcinogénesis e hipertiroidismo.

Ahora mismo está habiendo una gran cantidad de mejoras y cambios en el servicio de medicina nuclear. Se están solicitando *nuevos radiofármacos*: Lu-177 PSMA para próstata, Re-188 para cáncer de piel y microesferas (de vidrio y resina) de Y-90.

Lo más relevante es que se está reformando la radiofarmacia y están por llegar un PET-RM (PET con resonancia magnética) y un PET-CT. Además han comenzado las obras para implementar un ciclotrón para generar los isótopos en el propio hospital y suministrar a todo Canarias y a parte de la península. Pocos hospitales cuentan con ciclotrón en España.

En cuanto a técnicas que destaquen... hay pocos hospitales en España que tengan un Ethos para poder hacer radioterapia adaptativa (que utiliza Inteligencia Artificial in situ). Es útil sobretodo para próstata, ya que desde que se hace el escáner la posición puede variar en función del llenado de la vejiga, gases, etc. A partir de un contorno y planificación inicial la modifica parcialmente. Además, pocos hospitales tienen un equipo específico de radioterapia superficial.

Dejando eso a un lado si considero que la estructura del servicio permite que los adjuntos estén bastante especializados en las técnicas que realizan. Además, en estos momentos hay buen equilibrio entre la carga de trabajo y el número de adjuntos, dando a los residentes tiempo para aprender y no para estar sufriendo falta de personal, lo que te da mucha flexibilidad para dedicarle tiempo a estudiar y comprender todo lo que se hace en cada uno de los procedimientos que se realizan en el hospital.

De la forma en la que está estructurada la residencia: comienzas por Protección Radiológica, después Radiodiagnóstico (rayos), Medicina Nuclear y por último ya bajas a Radioterapia. Desde el principio haces controles de los aceleradores de radioterapia por lo que estás en contacto con dosimetría física sin estar rotando por ahí, y de R1 comienzas a hacer controles de rayos y ver participar en tratamientos de medicina nuclear (y controles de las gammacámaras), por lo que aprendes un poco de todo progresivamente.

3. Por el contrario... ¿Hay algo en lo que crees que el Hospital anda un poco más “flojo” o que es conveniente rotar para aprenderlo?

En el hospital nos falta todavía PET, que debería estar funcionando para cuando llegues a rotar por medicina nuclear. La obra del ciclotrón no es sencilla debido a la estructura del hospital, quizá tarde 2-3 años en terminarse.

Sin embargo, podemos ir a rotar sin problema al Hospital de la Candelaria (que si tiene PET y está 2 paradas de tranvía) o a otro hospital en la Península.

4. ¿Durante la residencia se suele rotar? ¿Cuánto tiempo? ¿Son rotaciones a nivel nacional o existe la posibilidad de que sea internacional?

Rotar en la residencia es estándar. Como ya he comentado rotamos aproximadamente 2 semanas por el tema del PET. Además de esto nos insisten que es muy recomendable una rotación en radioterapia para ver cómo se hacen las cosas en otros hospitales, quizá ver protonterapia, tomoterapia...

En principio las rotaciones suelen hacerse a nivel nacional porque es lo más sencillo a nivel administrativo y aquí en España tenemos de todo. De todas formas, si el residente está muy interesado se pueden hacer rotaciones en el extranjero, habría que ver el caso en concreto para ver como de factible es y las facilidades que da el hospital.

5. **Nos ayudaría saber si en tu Hospital existe la posibilidad de hacer cursos (como por ejemplo, el de Baeza) , asistir a Congresos, ... y si hay algún tipo de financiación para ello o todo lo costea el residente.**

Todos los residentes del hospital tienen un plan común de cursos que tienen que hacer a lo largo de la residencia. Estos cursos, en su mayoría, se hacen en el propio hospital (se hacen online muchos de ellos) y están principalmente dirigidos a médicos, aunque hay algunos que pueden resultar interesantes para los radiofísicos. Estos cursos se hacen a lo largo de los 3 años de residencia y son gratuitos.

Además de esto, el hospital tiene un presupuesto destinado para pagar cursos y congresos a residentes. Cada año, los residentes podemos destinar hasta 8 días de trabajo a cursos y congresos sin necesidad de luego recuperarlos de ninguna forma. Además, desde el servicio de Física Médica se nos motiva bastante a participar en este tipo de cursos, pues aporta mucho a la formación profesional y permite no sólo conocer gente de tu profesión sino también nuevas formas de trabajo en otros centros.

En lo que respecta a la financiación, lo estándar es una bolsa de viaje de 240€ para los cursos/congresos en la península aunque pueden darte más si tienes suerte y está justificado.

Por último, el hospital costea la matrícula del curso de Baeza y los días que se dedican a él no cuentan para el resto de días de formación.

6. **¿Está el Servicio de Física Médica vinculado con labores de investigación? ¿Tenéis convenio con la Universidad o con otras instituciones para la realización de TFGs, TFMs, publicaciones, participación en proyectos...?**

El hospital está vinculado a la Universidad de La Laguna y algunos de los adjuntos ayudan con clases, codirigen TFMs y TFGs pero no destacaría especialmente la labor de investigación del servicio.

7. **¿Cuánta gente integra más o menos el grupo de trabajo en el que estaríamos implicados? Aunque sabemos que en gran parte esto también depende de nosotros, ¿dirías que el ambiente de trabajo y la relación con los adjuntos es buena?**

El ambiente es muy bueno y hay buen rollo entre los compañeros. Además, tanto el Jefe de Servicio como los tutores son gente cercana, accesible y con mucha paciencia. El equipo son unos 9 adjuntos, 2 técnicos de imagen y 3 de radioterapia (más 3 residentes).

Dado el buen equilibrio entre el volumen de pacientes y el número de adjuntos, siempre hay alguno con tiempo y dispuesto a ayudarte/explicarte lo que necesites.

8. **¿Cuál es el horario normal de una jornada laboral? ¿Y si tienes guardia? En caso de tener guardias ¿cuántas sueles tener en un mes? Hemos visto en algunos hospitales que los R1 no tienen guardias o al menos no los primeros meses ¿Cuándo comenzáis en vuestro hospital?**

El horario normal es de 8h a 15h de lunes a viernes, aunque (a decisión del residente) solemos ir un poco antes de las 8 para ayudar con los controles diarios y aprender a manejar desde el inicio de la residencia los aceleradores (rotamos por radioterapia el último año y medio de la residencia). Los residentes hacemos guardias junto con un adjunto hasta las 20h nada más entrar. Entre los tres residentes nos repartimos las tardes de lunes a viernes con lo que al mes acabamos haciendo aproximadamente unas 7/8 guardias.

9. **¿Nos puedes decir más o menos cuál es el sueldo neto en este Hospital para un R1 con y sin guardias? ¿y cuentas con 12 o 14 pagas?**

Tengo entendido que el sueldo base es el mismo para todos los residentes, este año es de 1326,9 € brutos. Además, en Canarias se cobra un complemento de insularidad de 194€. Sin embargo, Canarias es de las comunidades que peor paga las guardias (10.25€/hora). Con todo eso, al final se queda de media en unos 1700-1800€ brutos (con el IRPF al 2%) y hay 14 pagas.

Cuando posteriormente ajusten el IRPF, diría que entre 1500-1600 € es un buen estimador del sueldo para un R1 (IRPF al 15%).

10. **Muchos nos vamos a tener que desplazar y no vamos a estar en nuestra ciudad. Dirías que la ciudad en la que estás es cómoda para vivir, tiene ambiente juvenil, la gente hace vida más allá del trabajo... Siempre podemos hacernos una primera idea buscando en *el Idealista*, pero si nos ayudas con unas pinceladas de tu visión...**

El hospital técnicamente se encuentra en la ciudad de La Laguna, pero realmente está entre La Laguna y Santa Cruz. Al final las dos ciudades han crecido tanto que a veces no es fácil diferenciarlas y casi puedes considerarlas un mismo núcleo urbano.

Puedes vivir en cualquiera de las dos ciudades y es muy fácil desplazarse sin problema porque están bien conectadas por tranvía o autobús (que acabarás llamando guagua si vienes de la península jajaja). En mi caso vivo en La Cuesta (La Laguna) y tardo 15 min desde mi casa andando a la puerta del hospital, o a 1 parada de tranvía.

Sí destacaría que el clima cambia bastante entre las dos ciudades siendo La Laguna más fría y lluviosa que Santa Cruz (cuando salgas de fiesta por La Laguna, no olvides una chaqueta). A mi personalmente me gusta más La Laguna, hay mucha gente que prefiere Santa Cruz.

El tema vivienda está difícil la verdad, es complicado encontrar pisos de calidad a precios decentes y con el sueldo de residente seguramente tendréis que vivir en un piso compartido.

Os recomendaría que busquéis piso con otros resis que vayan a entrar ya que las fechas de entrada os cuadran, y suele ser uno de los mejores momentos para buscar porque muchos estudiantes dejan los pisos.

El coste de vida creo que es muy similar al de la península, diría que la lista de la compra es ligeramente más cara pero cuando compras otras cosas se nota el pago del IGIC en lugar del IVA. Eso sí, salir a comer es bastante barato y puedes encontrar muchos sitios donde por 10-15€ estás más que satisfecho.

En cuanto a la vida en la isla... yo como peninsular recién llegado estoy encantado la verdad. El buen clima de las Canarias no lo vas a encontrar en ningún otro sitio en España y te permite poder hacer cualquier plan en cualquier época del año. Las playas son espectaculares, tienes senderismo para aburrir entre el Teide y Anaga, surf, rutas de buceo, turismo en el sur de la isla...etc.

La zona del Sur de la isla es la que suelen ocupar los turistas con lo que el Norte no está muy explotado y es más "auténtico" en mi opinión.

Entre Santa Cruz y La Laguna tienes unos 400 000 habitantes con lo que no se hace un núcleo urbano ni muy pequeño ni muy grande.

A pesar de que el transporte público te lleva a cualquier parte de la isla, veo fundamental a corto-medio plazo buscar coche o moto para poder moverte por la isla y conocer todos los rincones que esconde.

11. Aunque aún puede parecer pronto para pensar en ello... Nos gustaría saber cómo ves las perspectivas de futuro en tu Hospital o en tu Comunidad en el caso de que al terminar la residencia luchemos por quedarnos. ¿Lo general es que todos se vayan? ¿Hay relación con otros hospitales de la zona?

En general te diría que el hecho de que muchas de las personas que trabajamos aquí seamos peninsulares hace que sea más fácil encontrar trabajo aquí que en otros sitios ya que muchos acaban decidiendo volver a la península. Los últimos residentes (a excepción de una resi que acabó en La Candelaria) se han quedado todos.

En Tenerife está también el hospital de La Candelaria, que ha cogido gente nueva recientemente y en Gran Canaria está el Dr. Negrín, en el que con la implantación de la protonterapia es probable que surjan nuevos puestos de trabajo.

De todas formas aconsejaría no guiarse por esto para elegir ningún hospital. Al final es una decisión que depende de las necesidades del servicio y puede cambiar de un año para otro en cualquier hospital.

12. ¿Es necesario colegiarse o tener algún certificado para realizar la residencia en este hospital?

No se si es necesario al 100% estar colegiado pero todos los residentes actualmente (y los anteriores también) estamos colegiados.

13. Por último y no sin pedirte disculpas por tantas preguntas, nos gustaría saber si creéis que va a ser posible concretar una visita en el caso de que alguno de nosotros tuviera interés.

Podéis venir a ver el hospital y conocer el servicio cuando queráis. Si avisáis con tiempo se organiza sin problema. Por otra parte y debido a que obviamente no todos se pueden desplazar hasta aquí, el año pasado se hizo una sesión de puertas abiertas online y estoy seguro de que este año se repetirá sin problema alguno.

Esperamos no haberte robado demasiado tiempo y te agradecemos enormemente tu ayuda.

Un saludo,

Los futuros residentes de 2025.