

Buenas tardes,

Soy Pablo Hermida López, residente de 5º año en el C.H.U. A Coruña. Envío mi candidatura para la Beca Dr. Recaredo Álvarez 2026.

En mi caso, mi proyecto de formación ya tuvo lugar en los meses de marzo y abril de este año. Tuve la oportunidad de pasar esos dos meses en Reino Unido haciendo un Fwllowship como Observer en Northumbria NHS Foundation Trust (Unidad de Miembro Superior) bajo la supervisión del Dr. Jaime Candal Couto.

Esta estancia tenía fundamentalmente dos objetivos: por una parte, el de ver un gran volumen de casos de patología de hombro y codo tanto en quirófano como en consulta. El Dr. Candal-Couto es el jefe de su Unidad y tiene un prestigio reconocido en todo el país, por lo que recibe casos complejos de otros hospitales; además, Northumbria es uno de los pocos centros de referencia en Reino Unido para realizar prótesis de codo, y por ello están muy familiarizados tanto con la artroplastia primaria como con la de revisión. En total tuve la oportunidad de presenciar 62 cirugías. El hecho de estar toda la actividad muy protocolizada permitía tener un gran volumen diario de casos en quirófano, y pude aprender múltiples técnicas que espero poder aplicar en mi práctica profesional. De la consulta también me llevo un gran aprendizaje, sobre todo acerca del trato con el paciente y la forma de explicar tanto la patología como las diferentes opciones terapéuticas para después dejarle participar muy activamente en la decisión del tratamiento a realizar.

Por otra parte tenía el objetivo de aprender del funcionamiento de otro sistema sanitario. En Reino Unido la medicina tiene fama de estar muy protocolizada y bajo constante supervisión, con el objetivo de simplificar y agilizar los procesos y de asegurar una muy buena calidad de atención. En particular Northumbria es un centro que funciona especialmente bien, estando desde hace muchos años en lo alto de las listas de hospitales con mejor gestión y prestigio del país. Este Trust tiene la particularidad de contar con varios hospitales para cirugía programada y un hospital general para las urgencias, donde se trataba toda la traumatología. A lo largo de los ya más de 20 años como jefe de Unidad, el Dr. Candal-Couto ha logrado optimizar el funcionamiento tanto de los quirófanos como de las consultas para que sean lo más resolutivos posibles. Me llamó la atención sobre todo la aplicación del protocolo ERAS o el Day-case en cirugía de hombro, por el cual la mayoría de pacientes se iban de alta el mismo día de la cirugía, siempre contando con una importante red de apoyo del sistema gracias al trabajo de muchos y diferentes profesionales. También en la consulta existía una coordinación importante con otros servicios, en particular con Radiología, para que los pacientes pudieran ver sus problemas resueltos en el mismo día. Me llevo muchas ideas que veo aplicables en nuestros hospitales y que espero poder desarrollar en mi futuro.

A continuación adjunto la carta de aceptación del centro y, por último, la memoria-informe de la rotación.

Wansbeck General Hospital

Woodhorn Lane

Ashington

Northumberland

NE63 9JJ

0344 811 8111

Consultant: Mr J CANDAL COUTO FRCS(Tr & Orth)

Direct Tel: 01670 529307

JCC/SP

10 September 2025

PRIVATE & CONFIDENTIAL

Dr Pablo Hermida Lopez

Orthopaedic Trainee

Complejo Hospitalario Universitario A Coruna

Dear Pablo

Thank you for getting in touch.

We would be delighted to have you as a visiting Fellow in our Orthopaedic Department in the Upper Limb Unit in Northumbria, concentrating on upper limb trauma and shoulder and elbow elective work.

I understand you would like to spend a few weeks between the months of March and May and we can agree on the exact dates in the near future.

At this stage I am happy for you to contact your training programme director to confirm that we are happy to have you. Obviously you are aware that there is a process thorough our Human Resources Department that needs to be completed to facilitate your visiting Fellowship.

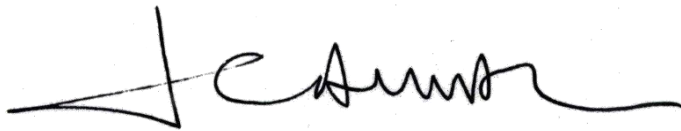
When you visit us, this would be essentially an observational Fellowship and you should be allowed to scrub in theatre and assist so you can get a better experience of what we do. We would not expect you to see or treat any patients.

I have copied our Manager, Hannah Marsh, into this letter and she will be in touch with the Human Resources Department who in turn will then be in touch with you to start the process.

I look forward to seeing you in the future.

Kind Regards.

Yours sincerely

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'J Candal Couto', with a stylized, cursive script.

Mr J CANDAL COUTO FRCS(Tr & Orth)
Consultant Orthopaedic Surgeon

Emailed to:

Hannah Marsh, General Manager, Emergency Surgery & Elective Care, WGH

Human Resources, Cobalt

NORTHUMBRIA NHS FOUNDATION TRUST

Cirugía Ortopédica y Traumatología

UNIDAD DE MIEMBRO SUPERIOR

1 de marzo – 30 de abril 2026

MEMORIA

MARZO

L2 – Quirófano en Hexham:

- Tenodesis artroscópica de la PLB.
- Reparación de manguito x2.
- Liberación bilateral N. cubital, trasposición del nervio.
- Liberación túnel carpiano.

M3 – Quirófano en Wansbeck:

- Inestabilidad crónica del codo en paciente al que 10 años antes se le había retirado una prótesis de cabeza radial previamente colocada tras una fractura: Nueva artroplastia de cabeza del radio + reconstrucción del LCL
- Prótesis de codo en paciente con inestabilidad crónica y varias cirugías previas, portadora de prótesis de cabeza del radio. Abordaje tríceps-sparing lateral (Dra. Ashton).

J5 – Consulta en Wansbeck. Algunos casos de interés:

- Fractura-luxación de hombro en niño de 13 años, tratamiento conservador, hizo puente fisario en trocánter mayor. Ahora con 15 años nuevo episodio de luxación. Por el momento actitud expectante.
- Pseudoartrosis de fractura de olecranon 2 años que pasó desapercibida en paciente preso.

V6 – Quirófano en Wansbeck (M) / Reunión regional de casos clínicos de codo (T):

- 1º episodio luxación de hombro en paciente de 17 años, jugador de fútbol -> Bankart + Remplissage..
- Rotura subaguda PLB (6 semanas): Tenodesis abierta del tendón con un anclaje a la corredera, se encuentra el tendón doblado sobre sí mismo.
- Sutura del manguito.

D8 – Quirófano en Wansbeck:

- Prótesis invertida de hombro en paciente con defecto óseo posterior en glena. Toma de autoinjerto de cabeza humeral para suplemento óseo.
- PIH.
- Prótesis anatómica de hombro – paciente con artrosis y manguito intacto.

L9 – Consulta en Hexham:

- Inestabilidad de hombro en jugador de fútbol con Bankart previo, sin Remplissage porque no tenía Hill-Sacks. Plan: TAC, RMN y revisión Bankart + Remplissage.
- Inestabilidad posterior de hombro en jugador de rugby. Hombro contralateral operado, Bankart posterior. Displasia de la glena. Mismo plan para este hombro.

M10 – Quirófano en Wansbeck:

- Prótesis de codo. Paciente con pseudoartrosis tras fx supracondílea de húmero en la cual se retiró el material antes de tiempo por prominencia del mismo. Abordaje con tenotomía del tríceps.
- Artroscopia: sutura del subescapular + sutura del manguito + tenodesis PLB.
- Artroscopia: sutura manguito + tenodesis PLB.

X11 – Reunión del Servicio. Algunos temas abordados:

- Resultados de protocolo con nuevos algoritmos diagnósticos para fracturas de escafoides.
- Resultados de placas bloqueadas vs placas de tercio de caña en fracturas de peroné Weber B.
- Discusión de casos. Caso de fractura intraoperatoria durante inserción de clavo femoral que no se fresó.

J12 – Consulta de Columna en North Tyneside con Mr Jensen:

- Bloqueos de raíces nerviosas con fines diagnósticos y terapéuticos.
- Cirugía endoscópica: descompresión foraminal y del canal medular.
- Fusión cervical anterior si patología degenerativa discal y la columna es móvil (no está fusionada) en RMN dinámica. En pacientes mayores sin movilidad cervical - > laminotomía por posterior, puede ser a varios niveles.
- Examen clínico de mielopatía vs radiculopatía.

V13 – Consulta de Trauma de la Mano (M) / Quirófano de Trauma de la Mano (T), North Tyneside con Ms Morrell. Casos del quirófano:

- Fractura conminuta de falange proximal -> Reducción cerrada y fijación con agujas.
- Fractura abierta de falange distal con lesión de la uña: Exéresis de la uña y reparación del lecho ungueal.

L16 – Quirófano en Hexham. Artroscopias:

- 2 tenodesis artroscópica de la PLB en pacientes jóvenes. Se realiza tenotomía, sutura tipo Krackow y fijación del tendón con implante a la corredera.
- 2 reparaciones del manguito.
- Tendinitis calcificante -> punción sobre la calcificación con aguja.
- Liberación túnel carpiano (recidiva).

M17 – Quirófano en Wansbeck:

- Prótesis invertida de hombro en paciente con glena de gran tamaño. Para que la glenosfera no quede inclinada hacia superior se coloca autoinjerto óseo de la cabeza humeral en la parte superior al impactar la metaglena.
- Cirugía de epicondilitis.
- Tenodesis bíceps.
- Acromioplastia.
- Reparación manguito y acromioplastia.

L23 – Consulta en Hexham.

M24 – Quirófano en Wansbeck:

- Latarjet abierto en jugador de rugby, 1º episodio luxación.
- Jugador de rugby que sufre luxación acromioclavicular + 1º episodio de luxación glenohumeral posterior: Reparación labrum posterior + placa gancho.
- Reparación de rotura crónica (3 años) del tendón del pectoral mayor.

X25 – Consulta en North Tyneside de preservación de cadera con Mr. Malviya (M) / Quirófano: 2 PTCs (T).

J26 – Consulta en Wansbeck.

- Paciente de 79 años con rotura aguda traumática del manguito, lo ponemos en LEQ para reparación precoz tras explorar el contralateral.

V27 – Consulta en Morpeth: Consulta de hombro congelado. Se evalúan los casos, todos con Rx, en pacientes menores de 35 o mayores de 65 años o con antecedente traumático/oncológico se solicitan más pruebas. En pacientes sugestivos de tener capsulitis se hace hidrodilatación ecoguiada en la consulta. Posteriormente los pacientes tienen consulta con el fisioterapeuta, que explica ejercicios fundamentalmente destinados a ganar rotación externa y les da seguimiento.

L30 – Quirófano en Hexham.

- Inestabilidad de hombro x2 (Bankart + Remplissage).
- Tenodesis artroscópica PLB x3.

M31 – Quirófano en Wansbeck:

- Apertura túnel carpiano (recidiva).
- PIH en paciente con defecto superior de la glena: Bio-RSA.

- Re-osteosíntesis de fractura de olecranon (diafisaria distal) en pseudoartrosis con aporte de injerto y material osteoconductor.
- Retirada de placa gancho + OTS de fractura de acromion provocada por la placa.

ABRIL

X1 – Reunión de proyecto de investigación: estudio en pacientes intervenidos de PIH con autoinjerto en la glena (bioRSA).

Después, sala de yesos – consulta de podología de pie diabético. Por la tarde, consulta con Dra. Ashton, casos de codo.

J2 – Reunión de comité de infecciones musculoesqueléticas: comentan pacientes ingresados en la Unidad de Infecciosas o casos dudosos. Comité multidisciplinar con traumas, internistas de infecciosas, microbióloga, fisios, enfermería de planta y practitioners.

Días 13-16: En Cramlington (hospital de Trauma) con Mrs. Lupu y Mr. Murty:

L13 – Consulta de trauma de la mano (M) / Quirófano (T):

- Fractura diafisaria abierta de cúbito y radio – RAFI con placas LC-DCP.
- Exéresis de cuerpos extraños (cristales) en mano de niño de 6 años.

M14 – Quirófano:

- Fractura supracondílea de húmero.
- Reducción cerrada de luxación inveterada de hombro.
- Fractura de radio distal.

X15 – Quirófano:

- Fractura de pilón tibial.
- Fractura de radio distal.
- Fractura de olecranon.

J16 – Consulta de trauma Pie y Tobillo (M) / Quirófano (T):

- Prótesis de tobillo (Infinity) con guías personalizadas, abordaje anterior.

V17 – Quirófano en Wansbeck:

- Bone block artroscópico con injerto de cresta ilíaca. Paciente con defecto óseo y cirugía previa de partes blandas.

L20 – Consulta en Hexham.

M21 – Quirófano en Wansbeck:

- Bone Block artroscópico.
- Prótesis invertida de hombro con defecto postero-superior. Colocación de injerto óseo en cuña superior (bioRSA).
- Sutura de manguito (+tenodesis PLB), rotura postraumática en varón de 79 años.
- Descompresión túnel carpiano x2.

J22 – Consulta en Wanbeck (M). Por la tarde charlas en academia el Sunderland AFC: inestabilidad de hombro, inestabilidad A-C, trauma de la mano.

V23 – Quirófano en Wansbeck (M) / Consulta en Hexham (T):

- Cirugía de pseudoartrosis de fractura de cuello quirúrgico de húmero proximal, ya hecha re-osteosíntesis previamente, placa rota. OTS con clavo + placa.
- Por la tarde 7 hidrodilataciones y 2 infiltraciones (una intraarticular ecoguiada y otra subacromial).

Semana 27-29: On call en Cramlington – Emergency Hospital

L27 – Consulta de fracturas (M) / Quirófano (T):

- Artroscopia de limpieza en artritis séptica de hombro y rodilla.
- DAIR en prótesis de codo infectada (de Sunderland).

M28 – Consulta de fracturas (M) / Quirófano (T en Wansbeck):

- Artroplastia invertida de hombro.

X29 – Consulta de fracturas (M) / Quirófano (T):

- Fractura diafisaria de cúbito y radio en niño de 7 años – OTS con clavos TENS.
- Fractura diafisaria de húmero – enclavado humeral.
- Tenosinovitis infecciosa extensores mano – lavado.