



# TENDENCIAS

DRA. ARÁNTZAZU ÁLVAREZ DE ARCAYA

ESPECIALISTA EN MEDICINA INTERNA  
HOSPITAL RUBER INTERNACIONAL



**La mala salud puede ser causa de una asignación internacional fallida, ya sea por problemas de salud propios del expatriado o de algún miembro de su familia.**

**“EN LA UNIDAD DE PACIENTES EXPATRIADOS NO TRATAMOS SOLO ENFERMEDADES; CUIDAMOS PROYECTOS DE VIDA EN MOVIMIENTO”.**

La Dra. Arántzazu Álvarez de Arcaya cuenta con una amplia experiencia en la atención a pacientes expatriados, tanto internacionales que se establecen en España como españoles residentes en el extranjero.

Desde su práctica clínica, ha participado en el desarrollo y consolidación de la Unidad de Pacientes Expatriados del Hospital Ruber Internacional y ha logrado posicionarse como referente en el cuidado integral de pacientes expatriados.

## **Origen y misión de la unidad de Pacientes Expatriados**

La Unidad nació de una realidad clínica: al cambiar de país, las personas cambian también de idioma, cultura, medio ambiente y sistema sanitario, y se enfrentan a marcos legales diferentes, barreras para el aseguramiento o la cobertura sanitaria, entre otras cosas, teniendo que dejar atrás sus vínculos emocionales por periodos más o menos prolongados. Se produce una ruptura biográfica que origina mucho estrés e incluso, riesgo de aislamiento social.

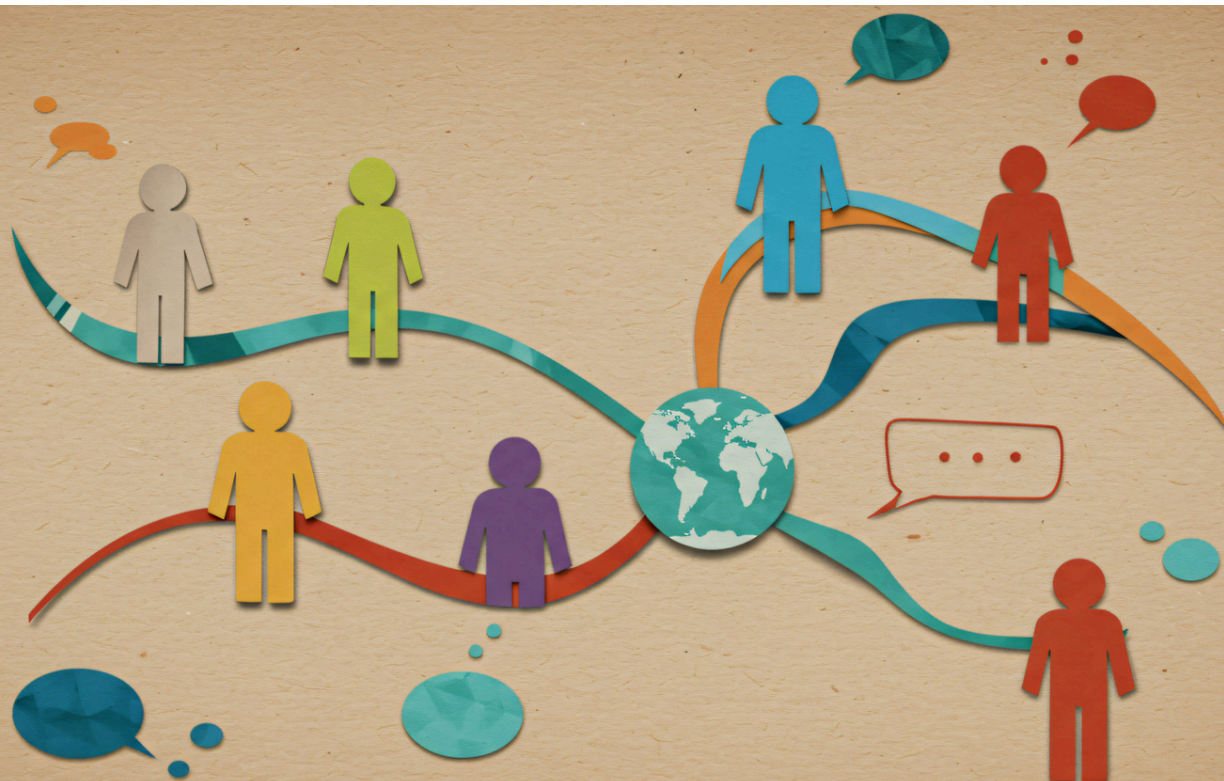
Esta **transición se convierte en un determinante de salud por sí misma**, que puede generar problemas de salud nuevos o agravar los ya existentes.



Desde **Ruber Internacional** nos propusimos como objetivo ofrecer una atención integral, integrada y de fácil acceso a todas las personas que, por razones laborales, académicas, sociopolíticas, etc., se desplazan de su país de origen.

Los **cambios geopolíticos y la creciente movilidad internacional** nos han impulsado a tener más elasticidad organizativa y a desarrollar la medicina digital. Hemos reforzado dos ejes: itinerarios asistenciales claros, confiables, seguros, continuos y centrados en las necesidades de las personas con el fin de ofrecer una **medicina de alto valor** y, al mismo tiempo, facilitar nuestra accesibilidad incorporando las herramientas de **telemedicina** a nuestra práctica asistencial. Este último aspecto es clave en el apoyo y acompañamiento de personas con enfermedades no transmisibles (ENT), subrayando la importancia que damos a la continuidad y la calidad de la atención sanitaria.

Además, hay un trabajo menos visible pero esencial: la **labor del equipo de Relaciones Institucionales, Experiencia del Paciente e Internacional del hospital**, clave para la coordinación con las aseguradoras y activar un plan de respuesta rápida.



## Necesidades y experiencias de los pacientes expatriados

En mi experiencia hay tres grandes áreas:



**El cuidado preventivo de la salud.** El hecho de viajar, la exposición medioambiental, el estrés o los propios factores individuales son motivo de inquietud y originan consultas con el fin de prevenir futuros problemas. Por otro lado, los cambios en el estilo de vida (dieta, actividad física o exposición a tóxicos) pueden generar el desarrollo de ciertas enfermedades. En estas consultas diseñamos planes de prevención, evaluación de riesgo y diagnóstico precoz.



2

**La cronicidad en tránsito.** Los cambios de entorno y sistema sanitario dificultan la continuidad asistencial de los pacientes expatriados con ENT. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, las ENT, en particular las cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas, causan el 74% de todas las muertes en el mundo[1]. Así, es de enorme importancia dar continuidad a la atención sociosanitaria que estas personas necesitan de una manera integral, evitando la fragmentación de su asistencia y el deterioro de su salud por la interrupción de su tratamiento.

3

**La salud mental.** Incorporarse a países con culturas diferentes debido a creencias o costumbres distintas al país de origen, genera estrés y puede ocasionar problemas psicoemocionales como estados de ansiedad, depresión o alteraciones del sueño. A ello hay que añadir los conflictos familiares derivados del desplazamiento como la ruptura del núcleo familiar o las renunciaciones profesionales de las parejas de la persona expatriada.

### La gestión desde Ruber Internacional con los departamentos de global Mobility y RRHH de empresas que gestionan personas expatriadas.

El trabajo con estos departamentos se centra en crear "carriles rápidos" de atención adaptados a las necesidades específicas de cada paciente/empresa, asegurando que todas las solicitudes y la documentación pasen por un único punto, facilitando el seguimiento para RRHH.

**Objetivo para Global Mobility y RRHH:** contar con un marco preventivo y reactivo alineado con las políticas corporativas y con métricas de salud y productividad contemplando los siguientes programas:

**PROGRAMAS**

- **PROGRAMAS DE PREASIGNACIÓN MÉDICA** (EVALUACIÓN MÉDICA, VACUNAS, SALUD MENTAL BASE, BOTIQUÍN PERSONALIZADO)
- **CHEQUEOS MÉDICOS ANUALES ESPECÍFICOS**
  - Cumplimiento de la política corporativa y detección precoz.
  - Chequeos ejecutivos adaptados a la edad y factores de riesgo del expatriado (ej. stress por adaptación, salud mental).
- **VACUNACIÓN Y MEDICINA DEL VIAJERO**
  - Prevención de enfermedades infecciosas y cumplimiento legal.
  - Consultas de Medicina Tropical antes y después del destino; campañas de vacunación estacionales.
- **SOPORTE DE BIENESTAR Y SALUD MENTAL**
  - Gestión del burnout y la dificultad de adaptación cultural.
  - Acceso a sesiones de coaching o psicología en el idioma nativo del expatriado, de manera confidencial y coordinada con RRHH.
- **PROTOCOLOS DE SEGUIMIENTO Y REGRESO** (CHECK-OUT CLÍNICO, CONCILIACIÓN TERAPÉUTICA)
- **PREVENCIÓN Y SALUD INTERCULTURAL PARA PLANTILLAS INTERNACIONALES: TALLERES BREVES, MATERIALES MULTILINGÜES Y CIRCUITOS DE ATENCIÓN PREFERENTE.**

[1] Continuidad de la atención para el manejo de enfermedades no transmisibles durante el ciclo migratorio. Organización Mundial de la Salud. ISBN: 9789240044401. Consultado 09/11/2025.



## La atención sanitaria al colectivo expatriado como activo estratégico para atraer y fidelizar talento internacional.

No hay duda que contemplar una atención sanitaria planificada, coordinada, sin barreras de comunicación o de accesibilidad, que aborde todas las dimensiones de la persona es una **inversión que facilita la atracción y la retención de talento**.

### Contemplar el cuidado de la salud es un activo de las empresas para integrar bien a la población móvil cualificada, darle estabilidad y facilitarle la adaptación.

Tanto el informe de la OCDE perspectivas de la migración internacional[2] como el informe de la Unión Europea (UE) sobre la movilidad laboral dentro de la UE[3], subrayan la relevancia de la movilidad cualificada (hasta un 31% en la UE en 2021) y los desplazamientos por formación especializada. Los sistemas que integran bien a la población móvil mejoran el bienestar, la productividad y la resiliencia.



En mi experiencia, los expatriados valoran la disponibilidad de consultas médicas on-line, segundas opiniones de expertos y programas de manejo de enfermedades crónicas, lo que facilita la continuidad y personalización de la atención, incluso en contextos de alta movilidad o aislamiento.

### Innovación, personalización y tecnología.

La **digitalización** ha ampliado el alcance médico del hospital. Teleconsulta por videollamada o teléfono, segundas opiniones internacionales, seguimiento de enfermedades crónicas o acceso al portal del paciente permiten mantener la continuidad asistencial, aunque la persona viva a miles de kilómetros.

“El reto es mantener la esencia humanista en la atención digital”, afirma la doctora. Para ello se aplican los mismos protocolos que en la consulta presencial, se seleccionan cuidadosamente los casos apropiados para telemedicina y se forma a los profesionales en comunicación digital.

Para la Dra. Álvarez de Arcaya, la clave está en entender la biografía del paciente. “Cuando una persona cruza fronteras, su salud también viaja. A veces la mejor prescripción es traducir: traducir síntomas, traducir cultura sociosanitaria, traducir miedo en decisiones compartidas”.

[2] International Migration Outlook 2024 | OECD. Consultado 09-11-2025.

[3] Annual Report Intra\_EU\_Mobility\_At\_a\_Glance2022.pdf. Consultado 09-11-2025.



### Retos a futuro: medicina digital, continuidad global y ciberseguridad

La evolución técnica abre oportunidades, pero también desafíos. El **Hospital Ruber Internacional** ya trabaja en simplificación de procesos, capacitación digital de su equipo y mejoras en ciberseguridad y regulación transfronteriza.

Uno de los grandes retos será la **integración nuestro sistema con plataformas de programas de atención a pacientes con ENT o crónicas en distintos países**, lo que permitiría monitorización continua y educación para el autocuidado.

Estos programas representan una **nueva dimensión de la medicina centrada en la persona**: permiten acompañar al paciente más allá de la geografía, dando soporte, educación y cercanía a quienes viven con enfermedades crónicas en entornos cambiantes.

Para la **Unidad de Pacientes Expatriados del Hospital Ruber Internacional**, integrarlos supone asegurar una medicina continuada, personalizada y emocionalmente conectada, que cuida tanto la salud física como el bienestar global.

“Estos programas nos permitirán acompañar al paciente más allá de la geografía”, concluye la doctora.