



abril de 2017 • Año XI • número 119. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO • www.cordobasana.es

Ponemos sonido a tu vida
escúchalo

centro concertado

Servicio Andaluz de Salud

desde 1977
ayudándote
A OÍR BIEN
pruébalos
durante 1 mes
GRATIS

EFETA®
centros auditivos

CÓRDOBA-Cruz Conde, 12 - 957 473 564 LUCENA-Av. del Parque, 14 - 957 513 375



Ortopedia
Aeropuerto

www.ortopediaaeropuerto.com



CENTRAL

Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL

Avda. Arroyo del Moro 1

NUEVA DELEGACIÓN

Avda. de Barcelona, 8



www.fundacionalborcordoba.org



FP GRADO MEDIO Y SUPERIOR

Técnico Superior en Higiene Bucodental
Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería
Técnico Superior en Radioterapia y Dosimetría
Técnico Superior en Imagen para el Diagnóstico
y Medicina Nuclear

ABIERTO PLAZO DE MATRICULACIÓN

curso 2017/18

¿Quieres ser un profesional sanitario?

957 270 300

Calle María Montessori s/n 14 011 Córdoba

HOSPITAL REINA SOFÍA

El Reina Sofía duplica el número de trasplantes realizados durante el primer trimestre del año

El Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba duplica el número de trasplantes realizados durante el primer trimestre del año. Según los datos de balance del primer trimestre del año, que se han dado a conocer con motivo del Día Nacional del Trasplante, el Hospital Reina Sofía incrementa su actividad trasplantadora con respecto al mismo periodo del año anterior, pasando de los 29 trasplantes realizados en 2016, a los 66 registrados en estos tres primeros meses del año.

(sigue en la página 2)



La delegada del Salud junto a profesionales del hospital



Clinica Alzahar

CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

Medicina y Cirugía Estética

Primera consulta y revisiones gratuitas
Financiación hasta 24 meses
sin intereses



tfno. 957 402 556

Avda. de la Arruzafa, 42

whatsapp 692 180 738

www.clinicaalzahar.com

noticia de portada

El Reina Sofía duplica el número de trasplantes realizados durante el primer trimestre del año

Córdoba celebra el Día Nacional del Trasplante iluminando de rojo algunos de los edificios más emblemáticos y lanza la campaña #TeLoDigoEnRojo, para que la sociedad se sume con un selfie a este agradecimiento a los donantes

REDACCIÓN

El Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba duplica el número de trasplantes realizados durante el primer trimestre del año. Así lo han dado a conocer en rueda de prensa la delegada de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, María Ángeles Luna, la gerente del Reina Sofía, Marina Álvarez, el coordinador de Trasplantes del Hospital, Juan Carlos Robles, y el Presidente de la Asociación de Trasplantados de Pulmón, Francisco Pino.

Según los datos de balance del primer trimestre del año, que se han dado a conocer con motivo del Día Nacional del Trasplante, el Hospital Reina Sofía incrementa su actividad trasplantadora con respecto al mismo periodo del año anterior, pasando de los 29 trasplantes realizados en 2016, a los 66 registrados en estos tres primeros meses del año.

Por órganos, el Hospital Reina Sofía ha realizado 30 trasplantes de riñón (1 de ellos de donante vivo y 1 de hígado-riñón); 16 de hígado (dos infantiles), 3 trasplantes cardíacos, otros 13 trasplantes de pulmón y otros 4 páncreas (combinados con riñón). A estos se sumarían los trasplantes de tejidos, entre los que destacan los 15 de córnea realizados durante este primer trimestre del año.

El Día Nacional del Trasplante se celebra en España el último miércoles de marzo y es una iniciativa de la Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH) para agradecer este acto de generosidad y fomentar la donación

En cuanto a las donaciones, el Hospital también ha incrementado el número de donantes un 22%, pasando de los 11 registrados el pasado año, a los 14 donantes de 2017. Asimismo, destaca que el Hospital ha mantenido durante este primer trimestre del año el 100% de aceptación a la donación.

La delegada ha explicado que el Hospital Reina Sofía celebra el Día Nacional del



La delegada del Salud junto a profesionales del hospital y asociaciones de pacientes trasplantados se suman al hashtag #TeLoDigoEnRojo

Trasplante agradeciendo a todas las personas que han donado y a sus familiares su generosidad. Para conmemorarlo, algunos de los edificios más emblemáticos de la ciudad se iluminarán de rojo, color característico de la Campaña de Promoción de la Donación del Hospital, gracias a la colaboración del Ayuntamiento, Diputación, Junta de Andalucía, Universidad y la empresa Hotel Córdoba Center.

Concretamente, se iluminarán las tres fuentes más céntricas de la ciudad como son las ubicadas en Las Tendillas, en Puerta Gallegos y frente al hotel Córdoba Palacio. Además, se iluminará la Puerta del Puente, el Gran Teatro, la Diputación Provincial de Córdoba, las Delegaciones del Gobierno y de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, el Centro Andaluz de Arte Contemporáneo (C3A), el Rectorado de la Universidad de Córdoba, la fachada del Hospital Materno Infantil del Hospital Reina Sofía y el Hotel Córdoba Center.

Además, el Hospital ha lanzado una campaña en redes sociales bajo el hashtag #TeLoDigoEnRojo para que las personas que

quieran puedan sumarse con un selfie a este agradecimiento a todos y todas los donantes que hacen posibles los trasplantes.

El objetivo, según ha destacado Luna es «dar las gracias en mayúsculas. Por eso pedimos a todas las personas que participen en esta campaña haciéndose un selfie en algunos de los edificios iluminados, con la camiseta roja de la Promoción de la Do-

El Día Nacional del Trasplante se celebra en España el último miércoles de marzo

nación o como consideren, con el hashtag #TeLoDigoEnRojo, para que entre todos y todas consigamos difundir lo máximo posible el Sí a la donación y nuestro agradecimiento a los donantes».

Para ello, se ha habilitado una Abre un enlace interno en la ventana actualgalería de fotos en la web del Hospital donde se irán subiendo todas las imágenes que vía Twitter o mail (Abre una ventana para envío de correoweb.hrs.sspa@juntadeanda-

lucia.es) vayan enviando.

El Día Nacional del Trasplante se celebra en España el último miércoles de marzo y es una iniciativa de la Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH) para agradecer este acto de generosidad y fomentar la donación.

Con esta conmemoración, según ha señalado la delegada, «queremos demostrar el sentimiento de gratitud tanto a las personas que donaron los órganos, como a los profesionales que están dedicando su labor al trasplante».

Se trata por tanto, de agradecer la solidaridad de toda la sociedad y especialmente a la cordobesa, ya que Córdoba es referente en esta disciplina, siendo uno de los hospitales que mayor tasa de donación registra en todo el mundo con 74,5 donantes por millón de población. En esta línea, Luna ha recordado que «estos datos tienen que servirnos de motivación para seguir aprovechando oportunidades como la de hoy con la que queremos seguir fomentando la solidaridad, porque cada día más personas necesitan ser trasplantadas».

clínicas López González odontólogos

Avda. del Brillante, 12 · 14006 CÓRDOBA
Teléfono: 957 401 184

- Financiamos hasta 12 meses sin intereses
- Atendemos por compañías médicas
- Plan de Asistencia Infantil de la Junta de Andalucía

más de 30 años
DEDICADOS A LA ODONTOLOGÍA

c/ Aguilarejo bajo, 1 · 14193 EL HIGUERÓN
Teléfono: 957 329 369



Tres preguntas habituales en rinoplastia que alguna vez seguro que te has hecho

¿Me la pueden hacer con anestesia local?

«Los pacientes tienen la falsa creencia de que la anestesia local es una anestesia más segura que la general. Tal vez por eso no sea extraño que quien viene a realizarse una rinoplastia termine preguntándonos si puede operarse con anestesia local». La respuesta del Dr Emilio Cabrera, experto en rinoplastia y director de Cabrera Plástica & Estética es siempre la misma: «en rinoplastia los riesgos de la anestesia local, en todos los casos, superan a los posibles beneficios o una supuesta comodidad».

¿Por qué no?

Cuando se opera un paciente bajo anestesia local (sedación), éste no tendrá colocado un tubo endotraqueal, que asusta a los pacientes, pero es un elemento de seguridad fundamental y un gran desconocido al que se trata injustamente.

Cuando un paciente está solamente sedado (anestesia local) y no tiene tubo endotraqueal, es relativamente frecuente que puedan pasar pequeñas cantidades de ácido desde el tubo digestivo a la tráquea incluso a los pulmones y esto puede generar un abanico de complicaciones. Como buscamos los mejores resultados en rinoplastia con riesgos minimizados, deben tomarse todas las medidas de seguridad necesarias para que la cirugía no se vea truncada por ningún imprevisto. Además de ello, la rinoplastia requiere gran precisión y a la vez gran concentración. El cirujano no debe estar pendiente de si al paciente le molestan sus acciones o preocupado de si va a tener un problema con la anestesia.

El Dr. Emilio Cabrera realiza la denominada «rinoplastia abierta estructural», que aprendió del Dr. Toriumi -Chicago-. Esta técnica está basada en la utilización de tejido del propio paciente (generalmente septum nasal) para dar forma y mejorar la funcionalidad de la nariz en el mismo acto quirúrgico. La ventaja que tiene esta técnica es la de operar bajo visión directa y modelar los tejidos con absoluta precisión, obteniéndose unos resultados excelentes.

¿Da igual cómo quede la punta si el resto queda bien?

«Es imposible conseguir un resultado natural y satisfactorio en rinoplastia sin prestar atención a la posición y forma de la punta nasal». El Dr Emilio Cabrera nos subraya que «si bien es cierto que una gran mayoría de pacientes acuden a la rinoplastia para eliminar una giba, no puede pasarse por alto la situación, posición y forma de la punta nasal de cara a un óptimo resultado de la intervención».

¿Pero qué tiene que ver la punta con el resto?

La punta nasal debe guardar una correcta relación con el dorso nasal. En varones la punta nasal debe continuar la línea del dorso de la nariz. En mujeres resulta más atractivo si la punta nasal está ligeramente elevada ya que ese «supratip break» y sus características definirán la nueva nariz. Sin ella, la nariz quedará impersonal.

En Cabrera Plástica & Estética realizamos todas las rinoplastias con abordaje abierto. La rinoplastia abierta permite una valoración intraoperatoria de todas las estructuras que conforman la punta nasal y, de esa forma, es posible realizar un tratamiento gradual y efectivo que consiga el resultado deseado. Nuestro abordaje para la punta nasal poco definida comprende suturas e injertos integrados dentro de la propia estructura de los cartílagos de la punta nasal e injertos superpuestos de punta nasal.

¿Me va a romper la nariz al operarme?

«Los pacientes tienen miedo a la idea formada en su mente de que le romperemos la nariz durante la cirugía. En la mayoría de las ocasiones no entienden el motivo, y además piensan que esta rotura estará asociada a un mayor dolor. No es exactamente así» comenta el Dr Emilio Cabrera. «En esta cirugía de alta precisión se provocan fracturas controladas y precisas con la finalidad de estrechar la nariz y alinearla en los casos en los que esté desviada.»

¿Entonces, me dolerá?

El simple hecho de pensar que el hueso se va a romper genera en los pacientes la duda lógica de «si se rompe el hueso en una rinoplastia, ¡me va a doler!». La respuesta es no. No es una balonazo en la cara, ni un golpe con una puerta. A pesar de romper el hueso, la rinoplastia es un procedimiento indoloro. La razón para ello es que, aunque el hueso se fracture, se hace de manera controlada y éste queda inmovilizado mediante una férula, impidiendo que se mueva y, por tanto, evitando que duela.

La rinoplastia, tanto por razones estéticas como por motivos funcionales, debe obtener un resultado que en ningún modo delate que ha existido cirugía alguna, y por añadido debe conducir a una nariz que respete la personalidad facial del paciente, huyendo de la estandarización del resultado.

Es importante reseñar además que en rinoplastia es muy importante anticiparse a cómo envejecerá la nariz, para así prever cómo irá evolucionando el resultado de la cirugía con el paso de los años. El resultado de una rinoplastia debe realizarse a largo plazo, la nariz debe tener un «buen envejecimiento» que prevean los cambios y aseguren que envejecerá acorde al resto de la cara, sin distorsionarse.

Hay muchos cirujanos plásticos, pero pocos especialistas en rinoplastia. Es esencial encontrar un cirujano especialista en rinoplastia para obtener el mejor resultado posible para su nariz. Puedes ver una amplia galería de casos reales en www.rino-plastia.es



El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado. Es miembro de la SECPRE (Sociedad española de cirugía plástica, reparadora y estética) y de la ASAPS (American Society for Aesthetic Plastic Surgery), además de otras sociedades científicas. Es director de Cabrera Plástica & Estética, con consulta en Avda. Gran Capitán, 46 - 2º 1 de Córdoba.

e Cabrera
Plástica & Estética

Más información en:
www.drcabrera.es
957 281 450

sumario e información

►noticias

El Reina Sofía duplica el número de trasplantes realizados durante el primer trimestre del año	2
La Unidad de Oncología Médica reúne a 120 expertos para analizar los tratamientos más novedosos en tumores digestivos	6
Futuros residentes de Andalucía se interesan por la actividad del Reina Sofía	8
Enfermeras cordobesas profundizan en la lectura de electrocardiogramas y los cuidados del síndrome coronario agudo	8
El reconocimiento de señales tempranas de autismo, clave para un pronóstico favorable del niño	10

►en buenas manos

El Dr. Cristóbal Martínez Delgado, nos habla de los problemas que se presentan en los ancianos	16
Qué es el spinning y sus beneficios	18
	
La ecografía emocional 5D llega a Córdoba	20
Crucigrama del barrio de Fátima	22

Edita: JCHR Ediciones (Javier Chastang Roldán) **Director-Gerente:** Javier Chastang Roldán **Redacción y Maquetación:** Óscar Córdoba **Colaboran:** Ana Cabello (Redacción) Julián Rodríguez (Pasatiempos) **Departamento comercial:** Javier Chastang Roldán **Administración:** María Jesús Córdoba **Dirección:** C/ Teruel, 4, Portal 2, 3º D. 14012 - Córdoba **Teléfono:** 605 829 454 (atención al lector y departamento comercial) **Buzón de sugerencias:** info@cordobasana.es **Buzón de dirección:** javierchastang@gmail.com **Web:** www.cordobasana.es

DEPÓSITO LEGAL: CO-92-2015



DÍAS DE SALUD INTERNACIONALES EN ABRIL

27	28	29	30	31	1	2 Día Mundial del Autismo
3	4	5	6	7 Día Mundial de la Salud	8	9
10	11 Día Mundial del Parkinson	12 Día Nacional de la Atención Primaria	13	14	15	16
17 Día Mundial de la Hemofilia	18 Día Europeo de los Derechos de los Pacientes	19	20	21	22	23 Día Internacional del Libro
24	25 Día Mundial contra la Malaria	26 Día Nacional de la Fibrosis Quística	27	28	29	30

LA FRASE DEL MES

« No hay un medicamento como la esperanza, ningún incentivo tan grande, y ningún tónico tan poderoso como la expectativa de que algo ocurra mañana. »

Orison Swett Marden



**clínica
Dental
Noreña**

Odontología general
Implantología
Ortodoncia
Estética dental
Odontopediatría

**Primera cita, Revisión, 25€
Limpieza y Primer Empaste**

«Trabajamos con compañías médicas»

Implante dental completo 960€

Avda. Vía Augusta 7, Bajo · 14011 Córdoba
Tlf.: 957467574 · Email: info@dentalnorena.es
www.dentalnorena.es



Tu dentista
de confianza

Equipamiento de última generación en: Estética Dental - Implantología - Endodoncias - Ortodoncia - Periodoncia

Tel: **957 391 234**

C/ Fernando de Córdoba, nº 1 local.
clinicadentaleduardolopez.es

CÁMARA HIPERBÁRICA en Córdoba.



NICA 47072

ANTES



DESPUÉS



*La cámara hiperbárica proporciona mayor oxigenación al cuerpo, complementa y potencializa su tratamiento médico, disminuyendo el tiempo de recuperación a pacientes con **PIE DIABÉTICO, HERIDAS POR ÚLCERAS CRÓNICAS, GANGRENA GASEOSA, VARICES, MIGRAÑA, FIBROMIALGIA, PSORIASIS, OSTEOMIELITIS Y LESIONES DEPORTIVAS** entre otras muchas patologías.*

Las fotografía mostradas son casos reales tratados en nuestra clínica.

ANTES



DESPUÉS



CONSULTE A SU MÉDICO

noticias



La Unidad de Oncología Médica reúne a 120 expertos para analizar los tratamientos más novedosos en tumores digestivos

El IMIBIC acoge la vigésima edición de este encuentro en el que se analizará la 'biopsia líquida', una técnica experimental que ofrece una atención más personalizada y que el Hospital Reina Sofía comenzó a practicar de forma pionera en Andalucía

REDACCIÓN

-

La Unidad de Oncología Médica del Hospital Reina Sofía organiza por vigésimo año consecutivo la Reunión de Actualización en Tratamiento Oncológico, que en esta edición abordará los tratamientos más novedosos en tumores digestivos. El IMIBIC acoge este encuentro que reúne a más de 120 oncólogos procedentes de toda España y en el que se analizarán los tratamientos más novedosos para tumores digestivos centrándose en los últimos avances en cáncer de colon, recto, gástrico y de páncreas.

Este año, el encuentro se dedica a la revisión, tanto en el plano asistencial como en el ámbito de la investigación, de las últimas novedades en los carcinomas que afectan al aparato digestivo

Este año, el encuentro se dedica a la revisión, tanto en el plano asistencial como en el ámbito de la investigación, de las últimas novedades en los carcinomas que afectan al aparato digestivo, entre los que el cáncer colorrectal presenta mayor inci-



De izquierda a derecha: Dr. Antonio Llergo, Dr. Enrique Aranda y Dr. Justo Castaño

dencia, según ha indicado el director de la Unidad de Gestión Clínica de Oncología Médica del Hospital Universitario Reina Sofía, Enrique Aranda. A la presentación de este encuentro han acudido además de Aranda, el director asistencial del Hospital Universitario Reina Sofía, Antonio Llergo, y el director científico del IMIBIC, Justo P. Castaño.

El encuentro científico contará con la participación de ponentes de los servicios

de Oncología Médica de Zaragoza, Málaga, Madrid, Valencia, Oviedo y Barcelona, que realizarán una actualización de las diferentes patologías en esta materia. En esta línea, los especialistas realizarán un recorrido por la evolución del tratamiento del cáncer de colon en los últimos años; se profundizará en aspectos como el tratamiento complementario a este tipo de tumor o se debatirá sobre los biomarcadores de cara a la selección del tratamiento más adecuado

para el paciente; así como en el abordaje del cáncer de recto localizado, el cáncer gástrico metastásico y el pancreático, entre otras cuestiones.

Sobre el IMIBIC

En Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) es uno de los 29 institutos acreditados en España para la investigación sanitaria por el Instituto de Salud Carlos III. El Instituto es un espacio de investigación multidisciplinar en el que trabajan conjuntamente científicos procedentes del ámbito universitario y sanitario para la mejora de la salud de los ciudadanos y el desarrollo social y económico de la provincia de Córdoba. Fue creado en 2008 a partir de un acuerdo entre la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, la Consejería de Economía y Conocimiento de la Junta de Andalucía y la Universidad de Córdoba.



Tratamiento realizado en HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS

Avda. Brillante 106. 14012 - CÓRDOBA
www.hsjdcordoba.es

CONSULTA ONLINE
www.clinicafernandoaznar.es
www.ginecologiaestetica.es
www.ginecoestetica.es
www.oshot.es

Especialidades

Ginecología
Obstetricia
Patología Mamaria
Ecografía 3D / 4D
Cirugía Ginecológica
Mínimamente Invasiva
Ginecología Estética
Cirugía Íntima

cuida de tí

FERNANDO AZNAR

CITA PREVIA: **957 23 29 40**



ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO

DR. TOMÁS PÁEZ

TU SONRISA, NUESTRA MEJOR CARTA DE PRESENTACION

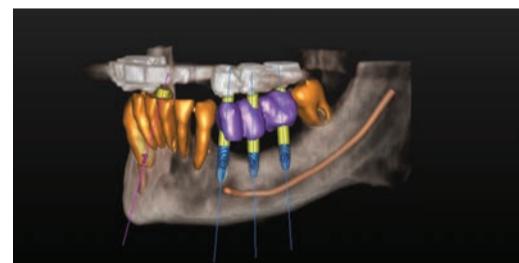
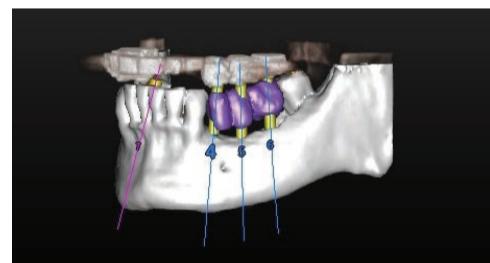


IMÁGENES DE
UN CASO REAL



SOLUCIONES PERSONALIZADAS EN TODAS LAS ESPECIALIDADES

PLANIFICACIÓN DE IMPLANTES 3D



DISEÑO DIGITAL DE SONRISAS



SEDACIÓN CONSCIENTE



**APLICAMOS ODONTOLOGÍA MÍNIMAMENTE
INVASIVA Y ECOLÓGICA, UTILIZANDO
MATERIALES LIBRES DE METALES TÓXICOS**

957 48 12 31

c/ Jesús María, 6, 4º-5 (Junto a Tendillas) | 14003 Córdoba
centrodentaljesusmaria.es | info@centrodentaljesusmaria.es

Futuros residentes de Andalucía se interesan por la actividad del Reina Sofía

El encuentro permitirá que los participantes conozcan el trabajo que se realiza en las 41 unidades docentes e intercambien experiencias con los más de 90 tutores y 300 residentes que están formándose en este momento



REDACCIÓN

La Comisión de Docencia de Hospital Reina Sofía, representada por su Jefa de Estudios, la Dra. Valle García, organiza las I Jornadas de Puertas Abiertas dirigidas a futuros residentes para que

Se trata de la primera vez que el Reina Sofía organiza este encuentro

conozcan la actividad asistencial, docente e investigadora que se realiza en el centro. Se trata de la primera vez que el Reina Sofía organiza este encuentro, dirigido a

futuros residentes en Andalucía para ofrecer información directa a todos aquellos que buscan elegir un centro de referencia donde formarse como especialistas.

El Hospital Reina Sofía ejerce un fuerte atractivo para los especialistas residentes, así como para la formación de pregrado, por la amplia variedad de técnicas y procedimientos que se llevan a cabo y pone a disposición de los futuros especialistas toda su organización, recursos humanos, tecnología de vanguardia y una oferta asistencial de máxima calidad para conseguir con éxito su objetivo.

Enfermeras cordobesas profundizan en la lectura de electrocardiogramas y los cuidados del síndrome coronario agudo

REDACCIÓN

El curso sobre *Electrocardiografía básica y síndrome coronario agudo* ocupa esta semana la programación del Colegio de Enfermería de Córdoba en materia de formación continua. Así, casi medio centenar de enfermeras y enfermeros inscritos en la actividad reciben las nociones necesarias para obtener un electrocardiograma de calidad y efectuar una rápida lectura, que permita detectar patologías y la puesta en marcha de unos cuidados adecuados con la mayor celeridad posible, especialmente en situaciones de urgencia o emergencia.

En colaboración con la Escuela Internacional de Ciencias de la Salud, el Colegio de Enfermería acoge en su sede este curso, que está subvencionado en su totalidad por la institución cordobesa.

El enfermero de la UVI de Cirugía Cardíaca en el Complejo Hospitalario de Salamanca Fernando Benlliure es el profesor del curso sobre *Electrocardiografía básica y síndrome coronario agudo*, que persigue, según sus propias palabras, que los profesionales participantes " pierdan el 'miedo' a ver un electrocardiograma, apren-



dan qué están viendo cuando leen esas rayas y que sepan si un cambio determinado puede poner en peligro la vida del paciente o no".

En concreto, Benlliure explica que el profesional de enfermería no sólo es responsable de la obtención de un registro electrocardiográfico de calidad suficiente, sino que debe interpretar y decidir si el trazado obtenido del paciente a su cuidado es normal o patológico y si esta patología implica la necesidad de aplicar unos cuidados urgentes o no.

Ahí reside la importancia de este curso, que ofrece a los profesionales de enfermería inscritos la formación necesaria para enfrentarse cada día al reto de realizar e interpretar un electrocardiograma y de proporcionar los cuidados adecuados y precisos para salvaguardar la salud del paciente en cada momento. Porque un diagnóstico y tratamiento rápidos y correctos pueden reducir la mortalidad y mejorar el pronóstico de estos pacientes con anomalías en la conducción cardíaca.

REPARACIONES LIBERACIONES ACCESORIOS

**C/ Reyes Católicos, 24
(Junto a la Diputación)**

Si no quieres chapuzas ven a TECNO-MÓVIL

Tel. 957 496 806

Dr. José Mª Cabrera

**Especialista en
Cirugía Plástica
Reparadora y Estética**

Ronda de Los Tejares, 34
14008 Córdoba

957 486 268

- 
- 1** Reparación de hernias y defectos de la pared abdominal
 - 2** Corrección de la diástasis de rectos o separación de los músculos abdominales
 - 3** Remodelación del ombligo
 - 4** Corrección de la caída del pubis
 - 5** Mejora del contorno corporal
 - 6** Mejora de la incontinencia urinaria
 - 7** Mejoría de la impotencia y función sexual en el varón

Cuando existe un deterioro importante del abdomen, distensión de la piel, Faldón abdominal o muchas estrías, la liposucción aislada del abdomen es insuficiente. En estos casos es necesario valorar con el paciente la necesidad y utilidad de una abdominoplastia.

Recupera tu abdomen.

Gracias a la **Abdominoplastia** recuperarás el estado natural de tu abdomen y obtendrás grandes beneficios para tu salud, sin dolor y con una rápida recuperación.

Somos un equipo multidisciplinar formado por cirujanos de gran experiencia y empleamos la tecnología más avanzada para ofrecer al paciente la mayor tranquilidad posible y una rápida y cómoda recuperación.

- Cirugía sin sangre gracias al **bisturí armónico Ligasure**
- Liposucción Convencional y **Liposucción Láser**
- Cirugía **Endoscópica**
- Tratamiento preventivo de cicatrices con el **sistema LASH**
- Tratamiento de la piel con el **láser SP-Dynamis de Fotona**
- Tratamiento de la celulitis con el **Equipo VelaShape III**



ELIGE CON RIGOR, ES TU SALUD

PIDA CITA SIN COMPROMISO
957 453 330
www.diagonalcq.es

noticias



El reconocimiento de señales tempranas de autismo, clave para un pronóstico favorable del niño

Los profesionales de la Atención Infantil Temprana de la Orden de San Juan de Dios insisten en la importancia del diagnóstico precoz para intervenir y mejorar el pronóstico de los niños con Trastorno del Espectro Autista

REDACCIÓN

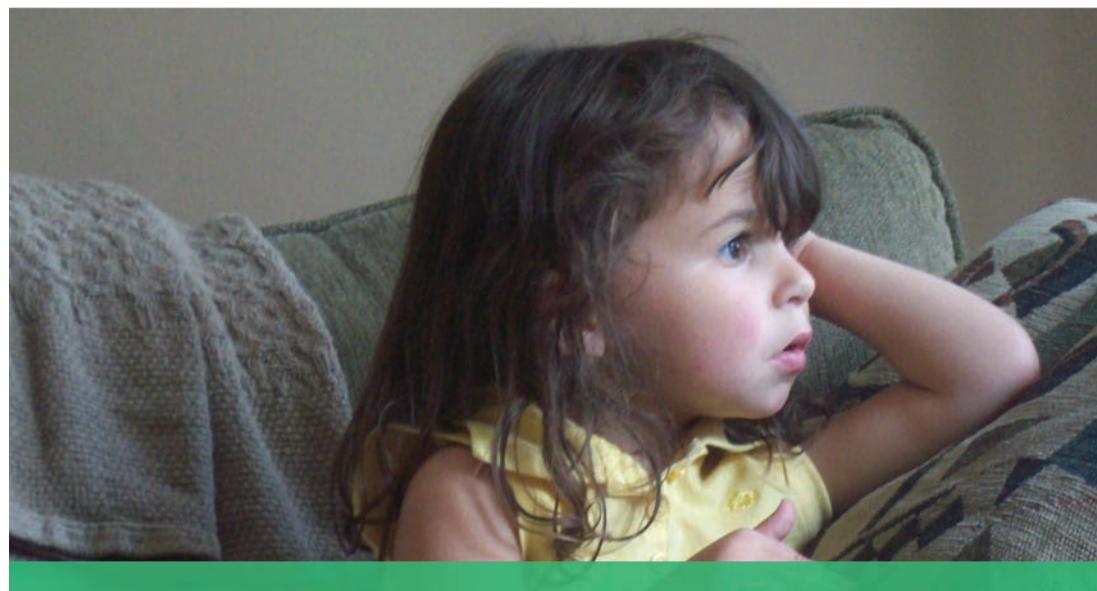


El autismo, cuyo Día Mundial se celebra el 2 de abril, es un trastorno neurológico que no tiene curación pero, actualmente, diagnosticado y tratado por profesionales en atención infantil temprana, alcanza mejores pronósticos en un amplio porcentaje de niños afectados.

Raquel Carrillo de Albornoz, psicóloga del CAIT San Rafael de Granada, perteneciente a la Orden de San Juan de Dios, insiste en la importancia de la detección precoz. De ahí la necesidad de estar atentos y detectar señales que pueden alertar a los familiares y personas que conviven con el niño en diferentes contextos, para que este acuda a un centro especializado.

Siguen existiendo creencias falsas o distorsionadas en torno al autismo

Una de estas señales —de las más frecuentes— es la **ausencia del señalado**. Entre los 9 y los 16 meses, los bebés utilizan su dedo índice para señalar con el objetivo de indicar que aquello



que le causa sorpresa o le llama la atención, como señalar a un perro durante un paseo en la calle; o para solicitar algo que desean, cuando señalan el agua porque tienen sed y necesitan que se les dé de beber. Los niños con autismo no desarrollan el señalado o lo hacen muy tarde, por lo que las personas que están en contacto con el niño deben tomarlo como un indicador de alarma de un trastorno en el desarrollo.

La llamada **sordera paradójica** puede ser otro indicio que debe hacer sospechar a los padres. Los niños que no responden orientándose hacia la persona ni verbalmente cuando se les llama por su nombre pero que, sin embargo, al escuchar la sintonía de los dibujos animados que le gustan sí reaccionan, prestan atención, etc. podrían presentar la sordera paradójica, es decir, no tienen ningún problema auditivo,

pero si que puede ser una señal de este trastorno.

Notar un **parón en el desarrollo del niño en torno a los 15-18 meses** debe alertar también a la familia. Cuando el niño, al alcanzar el primer año, dice palabras como 'mamá', 'papá', o ya sonríe, o fija la mirada en objetivos concretos, etc., y de repente en ese tramo de edad deja de hacerlo, puede ser sintomático del autismo. Esa desconexión con el

mundo que le rodea no debe ser interpretada por los adultos del entorno como falta de interés del niño, sino como un signo de alerta a consultar con los especialistas en atención temprana.

La psicóloga de San Rafael explica que «ninguno de estos signos por sí mismos, presentados en solitario, son indicadores de la presencia del trastorno, pero sí deben alertar a las familias de que algo podría estar pasando en el desarrollo de sus hijos o hijas y acudir a su pediatra de atención primaria para la derivación del menor al servicio especializado, en caso necesario».

El **autismo**, cuya aparición se asocia al componente genético, se asocia muchas veces a la prematuridad. Sin embargo, Raquel Carrillo indica que «precisamente **no es el trastorno que más vemos en los prematuros** que atendemos en los CAIT de la Orden de San Juan de Dios. Si que es cierto que la prematuridad es un factor de riesgo de padecer algún trastorno en el desarrollo, pero no es el autismo el de mayor incidencia en esta población. Muy por encima de este trastorno estarían el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) o el Trastorno Específico del Lenguaje (TEL).»



elcolchón
Especialistas en Descanso... zzz

desde 1972





ipardo



SUÍTEX
descanso perfecto



relax
Es... ¡mucho COLCHÓN!



sonpura
luis soriano



mash

Calle Osario, 3 Local

957 471 369

638 415 577



Elimina diez años en una hora sin cirugía

Entrevistamos a la Doctora Rocío Soto, médico especialista en Cirugía Estética Plástica y reparadora desde el año 2001

REDACCIÓN



¿EN QUÉ CONSISTE?

Es la evolución de los láseres: El láser de CO2 fraccionado, manejado por la Doctora Rocío Soto, médico especialista en Cirugía Estética Plástica y reparadora desde el año 2001.

Es un procedimiento seguro, con una mínima inversión de tiempo puedes lograr un rostro tonificado y luminoso. No solo para la piel de la cara sino también para mejorar las estrías y

Es un procedimiento seguro, con una mínima inversión de tiempo puedes lograr un rostro tonificado y luminoso

ciertas cicatrices.

En unos días el resultado es patente, la piel envejecida y dañada se recupera rápidamente apareciendo una piel elástica tersa y suave.

¿POR QUÉ ES TAN EFICAZ?

Porque contiene un sistema que permite que el haz de luz que emite sea fraccionado en pequeños puntos penetrando en pequeñas áreas de la piel y dejando zonas sanas entre medias. Este método consigue una regeneración cutánea muy rápida y efectiva.

El láser de Clínica Ros permite determinar el tiempo en milisegundos y la profundidad a la que penetra en la piel en micras, así se obtiene un control total de la situación, ofreciendo los

mejores resultados, al mismo tiempo, que evitamos los efectos secundarios de descamación y reduciendo los tiempos de recuperación.

¿SE UTILIZA ALGÚN TIPO DE ANESTESIA?

Antes del tratamiento la Doctora Rocío Soto utilizará una crema anestésica para evitar cualquier dolor o molestias durante el tratamiento.

¿EL EFECTO ES DURADERO?

Si, muchas lesiones no vuelven a aparecer. En función de la profundidad a la que trabajemos y la aplicación de técnicas complementarias de medicina estética, hace que los pacientes estén muy satisfechos con los resultados y no soliciten otro tratamiento hasta los 2 o 3 años.

TIEMPO DE RECUPERACIÓN

Ante la solicitud de mis pacientes de algo que mejore de forma importante el envejecimiento facial sin cirugía y sin la introducción de sustancias, el láser de CO2 fraccionado en las manos apropiadas es la mejor opción. La recuperación es rápida debido a

La recuperación es rápida debido a que el tejido circundante no se altera

que el tejido circundante no se altera, consiguiendo que el periodo de evolución sea más corto. Si



La doctora Rocío Soto Cansino

guiendo las recomendaciones de la Dra. Rocío Soto, después de la cicatrización la piel se verá más tersa, luminosa y homogénea, devolviéndole la firmeza a la piel flácida.

El láser induce la re-epitelización en la zona tratada y estimula la dermis para producir una nueva formación de colágeno. La piel quedará sin ninguna alteración en la expresión natural del rostro.

¿DÓNDE SE REALIZARÁ EL TRATAMIENTO?

El tratamiento se realizaría en clínica Ros. Normalmente se requiere solo UNA SESIÓN, seguida de cuidados y un post tratamiento de más duración.



Obsérvese la mejora de la piel en el parpado superior y la eliminación de las arrugas en general



NUESTRA TRAYECTORIA GARANTIZA EL RESULTADO
Medicina y cirugía estética plástica y reparadora

Situada en C/ Antonio Gaudí 6 (edificio América) portal 2, 1º2.
14006, Córdoba capital. Paralelo a estación AVE.

Tfno. 957 782 226.

www.clinicaros.es

farmacias de guardia



FARMACIAS DE GUARDIA

CORDOBA DE LUNES A VIERNES

www.cofco.org

FARMACIAS DE GUARDIA

www.cofco.org

CORDOBA 13 ABRIL FESTIVO

DIA

DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE

LUCANO, 17

LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO	ZONA CASCO ANTIGUO
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
AVDA. RONDA TEJARES, 2	Esquina con Plaza de Colón	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
PLAZA FLOR DEL OLIVO S/N	(El Chimeneón) Frente al gimnasio 'gorfit'	ZONA CENTRO	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
CONCEPCION, 6	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA CIUDAD JARDIN
ISLA DE HIERRO, 4	Esquina calle Isla Formentera	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR	ZONA NORÉN
CARRETERA TRASSIERA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pyra Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO	ZONA NORÉN
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
GLORIETA AMADORA ESQUINA ISLA FORMENTERA	Frente a Mercadona	ZONA ARROYO DEL MORO	ZONA NORÉN
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN
CRUZ CONDE, 21	Esquina a Ronda de los Tejares	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR	ZONA NORÉN
CARRETERA DE TRASSIERA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
JOSE M ^º MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
ISLA ALEGANZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ZONA NORÉN
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
ESPEJO BLANCAS, 2	Esquina Almogavares (Junto al Ambulatorio)	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ZONA NORÉN
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN
AVDA. ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ZONA NORÉN
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23	Explanada - Junto a Parque Infantil	ZONA PARQUE CRUZ CONDE	ZONA NORÉN
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA	ZONA NORÉN
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE	ZONA NORÉN

NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE

AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA CIUDAD JARDIN

LUCANO, 17

CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR	ZONA NORÉN
CARRETERA TRASSIERA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pyra Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO	ZONA NORÉN
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR	ZONA NORÉN
CARRETERA DE TRASSIERA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
JOSE M ^º MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ZONA NORÉN
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ZONA NORÉN
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA	ZONA NORÉN
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE	ZONA NORÉN

LUCANO, 17

CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR	ZONA NORÉN
CARRETERA TRASSIERA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pyra Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO	ZONA NORÉN
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR	ZONA NORÉN
CARRETERA DE TRASSIERA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ZONA NORÉN
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ZONA NORÉN
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA	ZONA NORÉN
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE	ZONA NORÉN

LUCANO, 17

CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR	ZONA NORÉN
CARRETERA TRASSIERA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pyra Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO	ZONA NORÉN
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR	ZONA NORÉN
CARRETERA DE TRASSIERA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERA	ZONA NORÉN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ZONA NORÉN
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	ZONA NORÉN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ZONA NORÉN
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID	ZONA NORÉN	ZONA NORÉN
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA	ZONA NORÉN
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO	ZONA NORÉN
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN	ZONA NORÉN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE	ZONA NORÉN

LUCANO, 17

CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de



Diseño Capilar Dioni Barrera

«Tan feliz como tu pelo»

«Conocemos de la importancia de verse bien cada día, y más aún en momentos especiales, por eso, desde «diseño capilar» ponemos toda nuestra profesionalidad a su servicio» Dioni Barrera



Un espacio amigable, íntimo y profesional, dónde le atenderemos de forma totalmente personalizada.



**«diseño capilar» Alonso El Sabio, 4
(frente al colegio El Carmen). Córdoba
T. 957 782 388. M. 610 751 173**

**Dioni Barrera Peluquería Cronista Salcedo
Hierro, 6. Córdoba. T. 957 486 591**

Entre Dioni Barrera diseño capilar y la AECC existe un convenio de colaboración disponible para quien lo necesite. Queremos aportar nuestro grano de arena y conseguir que todas las personas, durante la enfermedad, puedan sentirse seguras y guapas para continuar con su vida normal



**eb
m**
**en buenas
manos**



El Dr. Cristóbal Martínez Delgado, nos habla de los problemas que se presentan en los ancianos

entrevista 16

Qué es el spinning y sus beneficios

deporte saludable 18

La ecografía emocional 5D llega a Córdoba

infancia y salud 20

Crucigrama del barrio de Fátima

pasatiempos 22

odontología

C.I.D

CLÍNICA DE IMPLANTOLOGÍA DENTAL

Drs. Gutiérrez de Ravé

**EXPERTOS EN CASOS
DENTALES COMPLEJOS**

www.clinicacid.com

Tlf. 957 484 904

Avda. América, 9. 1º-2

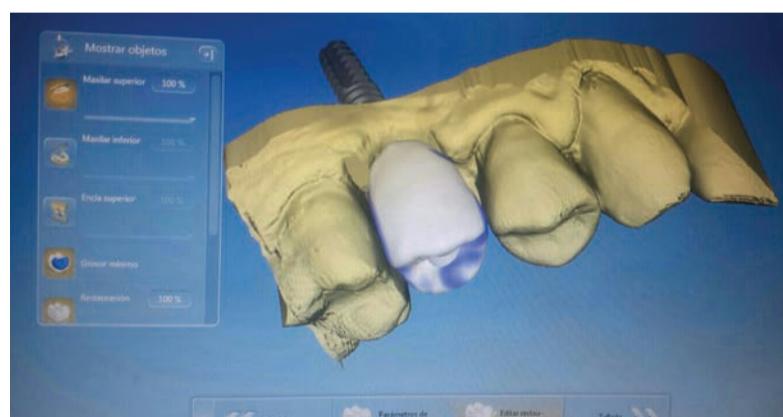
(esquina Gran Capitán)

14008 CÓRDOBA

EL DOCTOR RAFAEL GUTIÉRREZ DE RAVÉ NOMBRADO MIEMBRO CHAIRSIDE DE LA SOCE, SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ODONTOLOGÍA DIGITAL COMPUTERIZADA

El concepto *chairside* chair: silla, sillón dental, side: al lado; fue desarrollado para el sistema Cerec, sistema cad-cam de restauraciones cerámicas diseñadas y fabricadas en una sola visita y ante la vista del paciente gracias a las técnicas de impresión digital.

Fue presentado en España en el año 1987, hace 30 años, y desde entonces el Dr. Gutiérrez de Ravé lo viene utilizando y consiguiendo prestar a sus pacientes restauraciones estéticas y de máxima calidad en el menor tiempo posible.



El nuevo software Cerec SW 4.4.5 de la nueva generación nos permite el diseño de prótesis sobre implantes con el escáner intraoral, pudiendo controlar todas las estructuras dentales, así como el implante obteniendo un perfecto perfil de emergencia de la restauración cerámica y su ajuste gingival


957 474 078
Avda. de América, 21 bajo dcha.
www.centredelogopedia.com
info@centredelogopedia.com

- Trastornos del lenguaje y de la comunicación
- Alteraciones del habla y de la voz
- Dificultades del aprendizaje
- Atención temprana
- Retraso escolar
- Terapia miofuncional
- Método Hanen
- Fisioterapia infantil y respiratoria
- Psicomotricidad

ALEJANDRO LÓPEZ ANDRADA

EL VIENTO DERRUIDO

Fundación La Arruzafa y Acuarela de Barrios de Lucena sellan un compromiso de cooperación para atender a menores

Ambas organizaciones rubrican un convenio que prevé la asistencia oftalmológica para colectivo de menores con el que trabaja la entidad lucentina



Fundación La Arruzafa (FLA), organización sin ánimo de lucro promovida por profesionales del Hospital La Arruzafa (HLA), ha sellado un convenio de colaboración con la Fundación Acuarela de Barrios (FAB) de Lucena destinado a prestar asistencia de tipo oftalmológica al colectivo de menores con el que colabora dicha oenegé lucentina.

Desde su puesta en marcha, la FLA ha destinado más de 856.000 euros en acciones de este tipo

El acuerdo, rubricado en el citado hospital, donde tiene su sede la FLA, ha sido firmado por los responsables de ambos colectivos, el oftalmólogo Juan Manuel Laborda, presidente de la FLA y director médico del HLA, y Ana Franco, directora de la FAB, en presencia del director gerente del HLA, Rafael Agüera.

El acuerdo contempla "establecer un programa de asistencia médica, en la especialidad de Oftalmología, a través del cual



Los responsables de ambos colectivos

los menores y jóvenes atendidos por la Fundación Acuarela de Barrios puedan recibir dicha atención especializada por parte de la Fundación La Arruzafa", según explica Laborda.

En ese sentido, FAB es un colectivo que tiene entre sus fines "favorecer el desarrollo integral

en menores y jóvenes de edades comprendidas entre los 6 y 18 años que se encuentran en riesgo de exclusión social, mediante actividades socio-educativas, deportivas y socio-sanitarias", tal y como detalla Franco.

Este convenio, que se une a otros de cariz similar al sellado

con entidades como Cruz Roja, Fundación Emet Aroiris, Comunidad Madres Adoratrices de Córdoba o Fundación Miaoquehago, entre otras, prevé atender a más medio centenar de escolares.

La FLA es una organización que en sus doce años de historia suma 28 misiones de carácter

humanitario en el ámbito de la Oftalmología desarrolladas principalmente en países del Tercer Mundo, especialmente en África, donde ha establecido cuatro sedes en las que desarrolla su labor en Guinea Ecuatorial, Tanzania, Madagascar y Benín. Allí ha atendido a más de veintiún mil pacientes. En los mismos destinos ha llevado a cabo un total de 1.495 intervenciones quirúrgicas y entregado 6.273 gafas de presbicia, 5.831 de sol y 537 de graduaciones especiales.

Desde su puesta en marcha, la FLA ha destinado más de 856.000 euros en acciones de este tipo, que se compatibilizan con otra labor de cooperación desarrollada en España y que se canaliza a partir de convenios con diferentes organizaciones como el suscrito con la FAB.

En las instalaciones del Hospital La Arruzafa (Córdoba) se han atendido en consulta a 1.521 personas con escasos recursos que presentaban patologías complicadas, interviniendo de manera quirúrgica a otras 78. Del total de misiones organizadas por la fundación, se han evacuado e intervenido a 26 pacientes procedentes de países como Tanzania, Guinea y Madagascar.

- /Problemas cervicales dorsales y lumbares
- /Contracturas, tendinitis, roturas fibrilares
- /Hernias discales, protusiones y lumbalgias
- /Hombros dolores y problemas de rodilla
- /Esguinces
- /Especialistas en osteopatía: estructural, visceral y craneal.
- /Dolores de cabeza, mandíbula e insomnio
- /Embarazadas
- /Osteopatía pediátrica
- /Cólico del lactante, alteraciones de sueño, plagiocefalias



Salvador Vinuesa Sánchez
Ana M^a Machado Rodríguez

CENTRO DE FISIOTERAPIA & OSTEOPATÍA

SANTA MARINA

C/ Mayor de Santa Marina, nº 6

Tel. 957 48 75 43 / 615 22 49 83 / 655 68 16 27

www.fisioterapiasantamarina.es

El Dr. Cristóbal Martínez Delgado, psiquiatra, nos habla de los problemas que se presentan en los ancianos

En el anciano, son más frecuentes los cuadros depresivos, que a veces aparecen como consecuencia de la propia edad, otras asociadas a enfermedades médicas y también como consecuencia del uso de medicamentos

REDACCIÓN

•
¿Son similares los cuadros psiquiátricos del anciano a los de otras edades?

En el anciano, son más frecuentes los cuadros depresivos, que a veces aparecen como consecuencia de la propia edad, otras asociadas a enfermedades médicas y también como consecuencia del uso de medicamentos. También es frecuente el insomnio, y los trastornos de conducta.

¿Qué otras enfermedades hay que tener en cuenta?

Habitualmente son muy importantes todas las que afectan al cerebro como, demencias, parkinson, ictus, etc.

Lógicamente los procesos oncológicos suelen tener una afectación emocional secundaria

También las enfermedades cardiovasculares junto con la hipertensión y la diabetes, pue-

den acabar afectando al cerebro originando pequeños infartos y/o zonas de baja irrigación que pueden originar manifestaciones psiquiátricas.

Lógicamente los procesos oncológicos suelen tener una afectación emocional secundaria.

¿Qué elementos hay que tener en cuenta en el tratamiento con psicofármacos?

En principio hay que revisar toda la medicación que toma el paciente. Hay que recordar que pueden parecer cuadros psiquiátricos como consecuencia de medicamentos para otras enfermedades, en este caso hay que intentar sustituir los mismos.

El tratamiento se debe iniciar con cautela. En las personas mayores los fármacos se absorben lentamente. Tanto el hígado como el riñón funcionan más despacio. Además en el propio cerebro se modifican los receptores sobre los que actúan los psicofármacos. Es muy importante la supervisión estrecha de la dosis y de los efectos secundarios que puedan ir apareciendo. Tan



El Dr. Cristóbal Martínez Delgado

importante como tratar es no intoxcar al paciente.

Esto es fundamental en los pacientes de más de 85 años, cada vez más frecuentes y en donde el cuidado ha de ser exquisito.

¿Quién trae normalmente al paciente?

Habitualmente es el familiar el que detecta los cambios en el anciano y lo acompaña a la consulta. Esto es más probable, cuando

los cambios han sido bruscos.

Sin embargo cuando son progresivos, es frecuente que pasen desapercibidos y por lo tanto acaben no recibiendo el tratamiento del que se podían beneficiar.



Plaza de las Beatillas, 1 14001 - CÓRDOBA

*Rincón
de las Beatillas*
Cocina Tradicional Cordobesa

RESERVAS

957 48 33 36
629 75 74 83



elrincon@tabernabeatillas.com



TRAZOS

ESTUDIO DE COCINAS

Avda. Escritor Conde de Zamora s/n www.trazoscocinas.es

957 356 828 f 



C A F É - B A R
LA ANTIGUA
FUNDADA EN 1999

Av. del Gran Capitán, 22
Teléfono de reservas: 670 50 53 26
Reabierto en 2010

Qué es el spinning y sus beneficios

SUSANA GARCIA-PANTALEÓN
TÉCNICO MULTIDISCIPLINAR EN CLUB GYM
SIERRA. ESPECIALISTA EN SPINNING

Todos los estudios existentes en la actualidad referidos a la práctica de actividades deportivas dentro de los clubes de fitness, dejan claro que el SPINNING es una de las preferidas entre todos los usuarios.

Las clases de SPINNING están guiadas por un entrenador, animador y motivador, quien, con diferentes temas musicales y distintos ritmos, guía a las personas a través de un recorrido virtual en bicicleta, el cual y como es el caso de Club Gym Sierra, se ve además reflejado en una pantalla junto a la Frecuencia Cardíaca personalizada de cada participante. Durante una clase de Spinning se van alternando tanto el pedaleo (cadencia) en llano con velocidad y bajo esfuerzo, junto a las subidas de montañas ligeras y con esfuerzos (resistencia) notables. Todo esto hace que al terminar las clases las personas, independientemente de su edad o grado de condición física, sientan además del cansancio lógico, un alto nivel de satisfacción y trabajo en equipo bien realizado, haciendo con ello que cada vez sean más los adeptos a esta actividad.

El SPINNING quema muchas calorías. Durante una sesión de Spinning se queman aproximadamente entre 400 y 800 calorías dependiendo de cada persona y la intensidad de la clase, lo que en comparación con otro tipo de actividades, hace que esta sea una de las preferidas a la hora de perder peso. Además, una vez terminada la clase y debido a la intensidad de la misma, se mantiene el metabolismo elevado y el consumo en reposo sigue siendo importante.

El SPINNING mejora el sistema cardiovascular. El ejercicio sin pau-



sa que se realiza durante una clase de Spinning, alternando momentos de baja intensidad con grandes esfuerzos, hacen que se combinen fases aeróbicas con anaeróbicas (déficit de oxígeno), sometiendo por consiguiente al corazón y a todo el sistema cardiovascular a un ritmo de trabajo constante y elevado, fortaleciéndolo y potenciando su resistencia, mejorando el gasto cardíaco y disminuyendo la presión arterial.

El SPINNING tonifica. En una sesión de Spinning el mayor esfuerzo muscular, tanto de potencia como de resistencia va a ser para el tren inferior, lo que influirá en un mayor fortalecimiento de glúteos y piernas, mejorando notablemente el tono, la firmeza y el volumen. En menor medida pero también, se mejora el tono de la espalda de-

bido al trabajo realizado por los lumbares, el trapecio y los dorsales, los brazos al ser el soporte del cuerpo sobre el manillar, y los abdominales al tener que mantenerlos tensionados para corregir la postura sobre la bici.

El SPINNING es poco lesivo. Debido a que su práctica se realiza sentado en la bici y no hay articulaciones que deban soportar el peso corporal o los impactos, son pocas las lesiones que se producen con la práctica del Spinning. No obstante, los técnicos y a fin de evitarlas, deben programar adecuadamente sus clases y controlar que las personas no se excedan en la velocidad de pedaleo ni pedaleen nunca sin resistencia alguna. La correcta postura de la espalda y brazos sobre la bici, junto al ajuste correcto del sillín y manillar

es algo que evitará lesiones del tronco y de rodillas; por último y muy importante, evitar sobreesfuerzos excediendo el 85% de la Frecuencia Cardíaca Máxima (salvo en personas muy entrenadas), será fundamental para disfrutar de una excelente clase sin poner en riesgo nuestro corazón. Para ello es fundamental usar un pulsómetro, o, como en el caso de Club Gym Sierra, disponer de un Sistema que muestre en una pantalla la Frecuencia Cardíaca de los participantes, lo que permite su control, optimizar su esfuerzo y enviarles un e-mail con los resultados de la sesión al finalizar.

El SPINNING elimina el estrés y socializa. Por todos es sabido que cualquier actividad física genera endorfinas, pero concretamente en el caso del

Spinning, y debido a la concentración y al esfuerzo que se realiza, el nivel de relajación, positividad y satisfacción que produce hace que sea un excelente método para combatir el estrés.

Además, el hecho de realizar las clases junto a un grupo de personas con los mismos objetivos, y que se divierten y sufren a la vez, fomenta las buenas relaciones, la empatía y la comunicación, haciendo que se cree una conciencia de grupo y favoreciendo las relaciones.

¿El SPINNING es apto para todos? En principio y como ocurre en cualquier actividad deportiva, si sufre algún tipo de patología o lesión, debe consultarla con su médico antes de comenzar; pero en rasgos generales esta actividad puede ser practicada tanto por un público joven como maduro, todo depende de la intensidad de la clase a la que se asista. Así, podremos elegir clases de poca intensidad con pedaleos más suaves, o por el contra-

Club Gym Sierra pone a disposición de sus soci@s, la posibilidad de realizar su primera sesión de Spinning acompañados por un Tutor, quien les guiará completamente para que disfrute de una experiencia gratificante, positiva y repetible.

rio, clases de alta intensidad con velocidades y resistencias más altas. En cualquier caso y con independencia del nivel de la clase, las personas podrán adecuarlo siempre a su condición física, ya que la velocidad (cadencia) y el esfuerzo (resistencia) pueden ser regulados de forma individual y a gusto de la propia persona, haciendo de la clase una experiencia propia.

CORTA POR LO SANO



¡que no te sorprenda el verano!



30¹⁹⁸⁷
2017

www.clubgymsierra.es



CÁMARA HIPERBÁRICA en Córdoba



*La cámara hiperbárica proporciona mayor oxigenación al cuerpo, complementa y potencializa su tratamiento médico, disminuyendo el tiempo de recuperación a pacientes con **Pie diabético**, heridas por úlceras crónicas, gangrena gaseosa, varices, migraña, osteomielitis y lesiones deportivas, entre otras muchas patologías.*

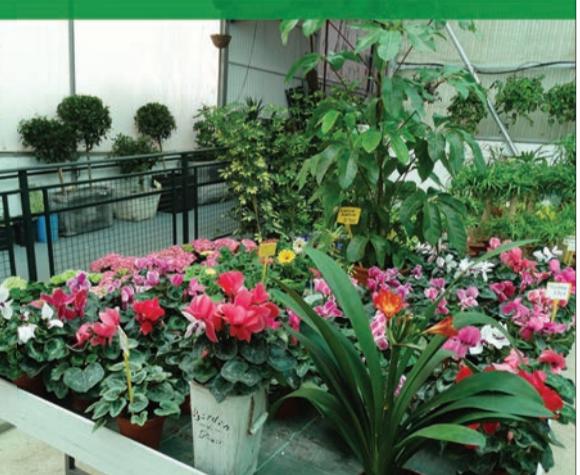
NICA 47072

CONSULTE A SU MÉDICO

C/ Dolores Ibárruri, 1 · 14011 Córdoba (Junto a Carrefour La Sierra) · T. 957 41 81 09 · www.innovamedclinica.com



PRODUCTORES DE PLANTA, ORNAMENTAL Y DE JARDÍN



Avda. de la Arruzafa, 29

957 27 55 58

693 26 14 55

14012 - CÓRDOBA

surplantlaarruzafa@surplant.es

www.surplant.es

Hacemos que la primavera entre en tu hogar

Producido en Córdoba para Córdoba · Tus compras directamente al productor

**Arboles frutales, de interior, Floristería, aromáticas, semillas, sustratos,
productos fitosanitarios y todo lo relacionado con el mantenimiento de sus plantas**


ecox
4D-5D PRENATAL
imágenes que latén

El futuro de
la ecografía
emocional
ecox
4D-5D PRENATAL

La ecografía emocional 5D llega a Córdoba

La última tecnología orientada a conocer al bebé antes de nacer con una calidad que parece del futuro

REDACCIÓN

Ecox Córdoba 4D-5D ha sido el primer centro en incorporar la tecnología 5D, con el propósito de que los futuros padres de la zona vivan la emocionante experiencia de conocer a su bebé antes de nacer. La novedad que aporta la ecografía 5D es que, gracias a sus nuevos sistemas, consigue mostrar una imagen más semejante a la realidad del bebé.

Su sistema de captura *EcoxSystem* hace que la ya conocida ecografía 4D quede un segundo plano. La nueva ecografía 5D ha conseguido hacer que esta experiencia sea mucho más completa y especial, gracias a



la incorporación de sus dos exclusivos sistemas: *LightVision* y *SkinLine*. Con ellos, el ecógrafo muestra unas líneas más definidas que permiten ver cada detalle del rostro del bebé, incluso apreciar un color más rosado y real de su piel.

Ecox 4D-5D Córdoba, acompañado de su nueva ecografía 5D, promete hacer de sus sesiones un instante único y sin presiones en las que, tanto padres como familiares, vivirán un momento lleno de ternura y emoción

La experiencia que se vive en la sala hará que los futuros padres sean transportados al propio documental de su bebé, en la cual podrán interactuar y ser más conscientes de cómo evoluciona su vida mientras aún sigue en la barriga de la madre. El bebé se verá tan real y definido que comenzarán a experimentar de una forma más cercana los primeros sentimientos como padres, sobretodo cuando logren ver que su bebé reacciona a sus voces y caricias. Además de vivir esta emo-

cionante experiencia, al terminar la sesión se les entregará un DVD con toda la sesión grabada, un CD con las mejores fotografías que su bebé se dejó hacer y un CD audio con el latido de su corazón, todo esto para que puedan conservarlo para siempre y ver, dentro de unos años, cómo su bebé reía, bostezaba o se chupaba el dedo estando aún en el vientre materno.

Está demostrado, conocer al bebé antes de nacer aumenta el nivel de concienciación y hace más fuerte el vínculo entre los padres y el nuevo miembro que está por llegar. De esto sabe mucho Ecox 4D-5D, que con casi 10 años de experiencia en el sector ya cuenta con más de 60 centros operativos en España y Portugal.

Ecox 4D-5D Córdoba, acompañado de su nueva ecografía 5D, promete hacer de sus sesiones un instante único y sin presiones en las que, tanto padres como familiares, vivirán un momento lleno de ternura y emoción. Todo esto, sumado al trato personalizado que ofrecen sus profesionales, hace que Ecox 4D-5D sea la primera opción de muchas embarazadas para vivir una experiencia inolvidable e irrepetible.

5D

Pide tu cita
y vive una
experiencia
única

Gracias a la nueva ecografía 5D,
podrás ver a tu bebé más real que nunca.
Las exclusivas tecnologías *LightVision* y *SkinLine*
consiguen mostrártelo con una calidad superior.

Ecox 4D-5D Córdoba | 957 745 334 | ecox4d.com/cordoba | C/ Claudio Marcelo, 11

LightVision

SkinLine

- ✓ Cirugía Oral y Maxilofacial
- ✓ Resolución de casos complejos de Implantología
- ✓ Odontología general

- ✓ Periodoncia
- ✓ Ortodoncia
- ✓ Estética dental





Todoliva

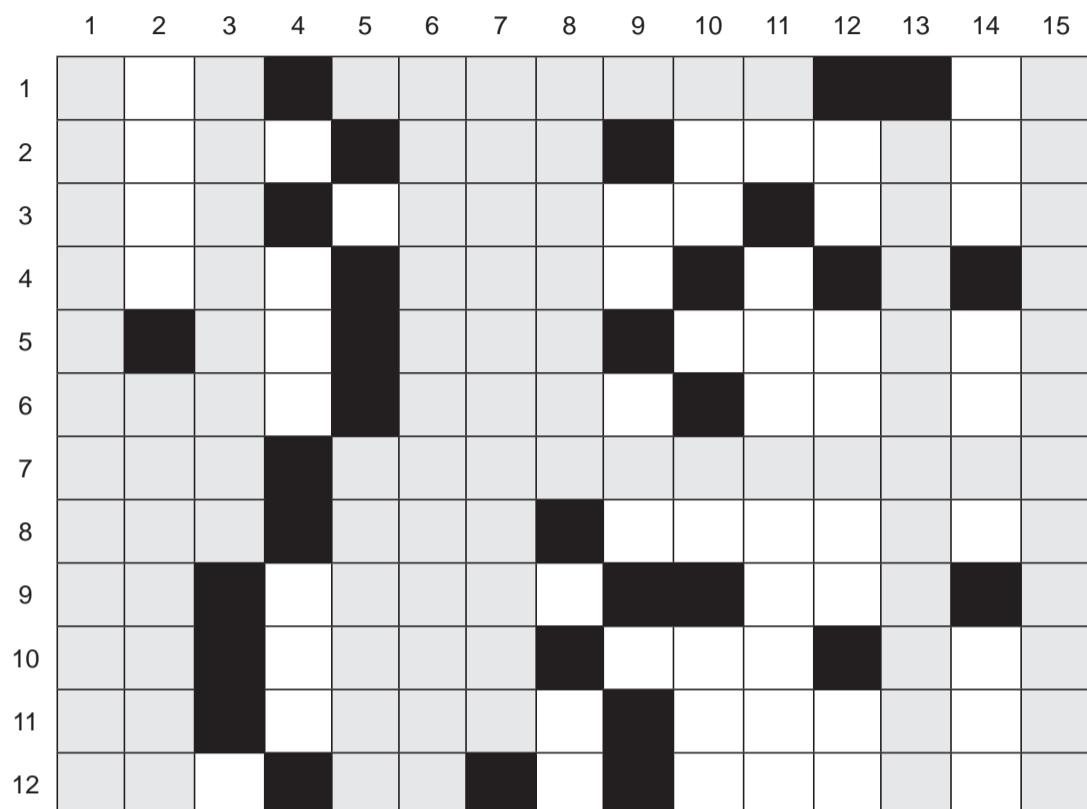
Aceite de Oliva Virgen Extra

Aceite de intensos y
variados aromas frutados

Adquiérelo online en: "www.todolivo.com/tienda" o llamando al 957 42 17 40

Crucigrama del barrio de Fátima

Con las palabras en fondo gris, se pueden leer DIEZ (10) calles del Barrio de Fátima



Por Julián Rodríguez

* Las soluciones aparecerán publicadas en la web de Córdoba Sana (www.cordobasana.es).

HORIZONTALES: 1.- Fluido aeriforme. Una calle de la Barriada de Fátima dedicada a un sacerdote jesuita secularizado, promotor de una Fundación con su nombre (dos palabras, la primera, sólo la inicial). Artículo femenino. 2.- Relativo al rey. Unión Democrática Galega. Al revés, desvalijase. 3.- Al revés, enreda. Las letras de aéreas. Al revés, apellido de un Nobel. 4.- Bolo, canica. Las consonantes de las sillas. Cien romanos. Amperio. Oeste. 5.- La placa palentina. Existe, está. La TV autonómica valenciana. Armazón de un vehículo. 6.- Enfermedad de la piel, en la cara. Real Madrid, abreviado. Unid, coaligad. 7.- Línea de Ayudas Domiciliarias. Otra calle de Fátima, dedicada a un historiador y político cordobés (dos palabras). 8.- Rece. Acelerador Skid Control. Relativo al Califa. 9.- Forma de pronombre. Falta una letra para ser un azteca. Asociación de Bancos de Argentina. Alteza. 10.- Al revés, conjunción. Tres consonantes consecutivas y una vocal. Un hijo de Noé. Número de identificación fiscal. 11.- Símbolo del Sodio. Un componente electrónico. Dorar, asar. 12.- Olfateé. Nuestra Redacción. Sur. Un cuerpo esférico.

VERTICALES: 1.- Una calle de Fátima (dos palabras, la primera abreviada). 2.- Cuatro vocales. Otra calle del Barrio en cuestión (dos palabras, la primera, sólo la inicial). 3.- Otra calle de la barriada del enunciado (dos palabras, la primera, sólo la inicial). Italia. 4.- Litro. Ponga sobre brasas. La conjunción 'y', en inglés. 5.- Ésta, con la siguiente, Protagonio. Una calle de Fátima. 6.- Toda ésta, seguida de toda la del 7-Vertical, otra calle del barrio en cuestión (cinco palabras). 7.- (Ver la 6-Vertical). 8.- Calle del Barrio (dos palabras, la primera, sólo la inicial). Álfa. Forma de pronombre. 9.- Europa. Real Sociedad. Día Mundial del consumidor. Símbolo del Carbono. 10.- Cabeza de ganado. Code. Vocales. Amarre con cuerdas. 11.- Campeón. Conversamos, parloteamos. 12.- Vocal repetida. Al revés, pieza mecánica de un motor. Solución fisiológica. 13.- Otra vía de la barriada de Fátima, dedicada al padre de la patria andaluza (dos palabras). 14.- Ley Orgánica de Educación. Siglas de International Air Transport Association. Al revés, Radio Andalucía Información. 15.- Otra calle del mismo barrio (cuatro palabras, la última, abreviada).



CUESTIÓN DÉ FUTURO

ABIERTO PLAZO DE MATRÍCULA 2017/2018

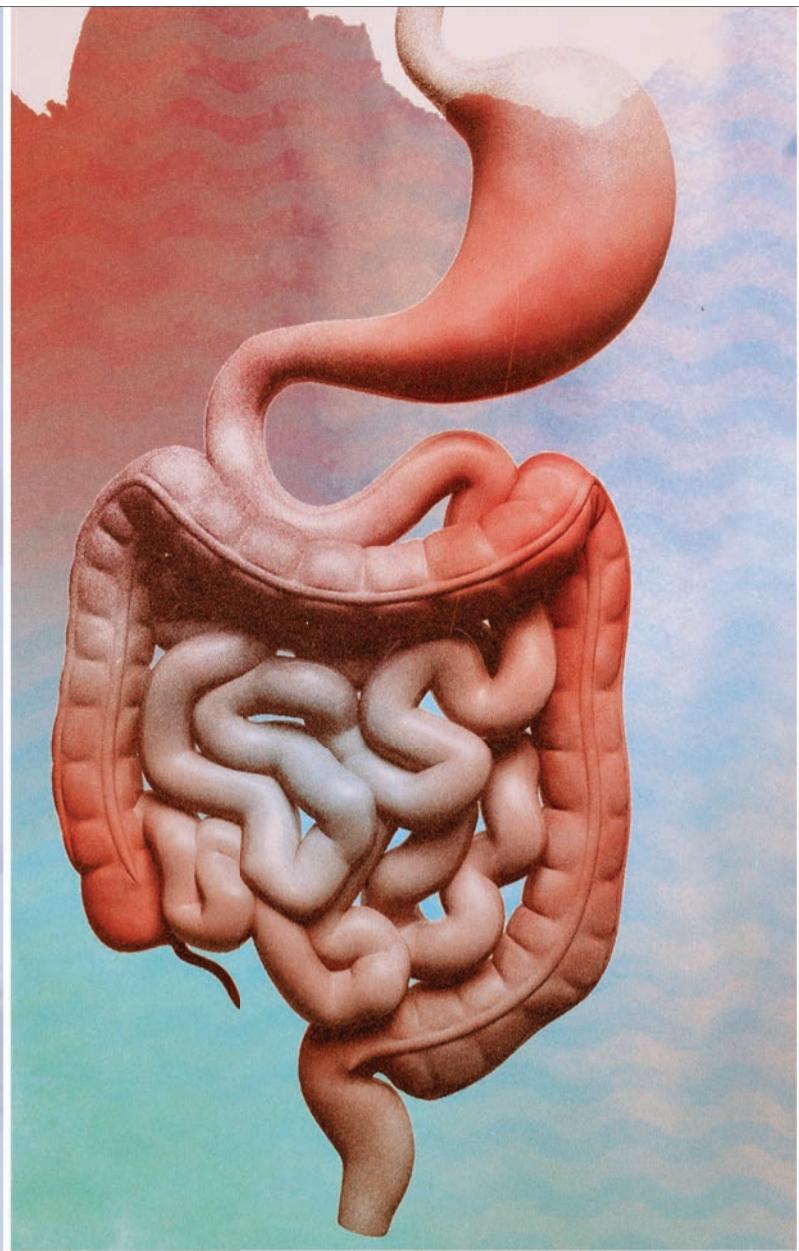
Hidrocolonterapia

El uso del agua para ganar en salud

Es una herramienta terapéutica que consiste en la limpieza de todo el colon con agua a presión previamente filtrada y purificada y a la temperatura adecuada. Es un método depurativo seguro, indoloro e inodoro y dura entre 30 y 45 minutos.

¿PARA QUIÉN SE RECOMIENDA?

A personas que sufren de desconfort intestinal debido a una alimentación inadecuada, insuficiente ingesta de agua, estrés, abuso de medicamentos e insanos hábitos de vida en general. La hidrocolonterapia ayuda a eliminar toxinas, facilita la absorción de nutrientes y mantiene la flora intestinal en buenas condiciones.



SE RECOMIENDA EN LOS SIGUIENTES CASOS:

- Colon irritable-espástico
- Pereza intestinal, fecalomás
- estreñimiento
- Diarreas crónicas
- Exceso de gases y flatulencias
- Efecto preventivo del cáncer de colon
- Mejora del tono muscular del colon
- Problemas de piel
- Alergias en general
- Ayuda a mejorar el insomnio, el estrés y la ansiedad
- Desordenes venosos y linfáticos, piernas cansadas
- Y en otros procesos

DR. JOSÉ MARÍA SÁEZ BRAVO

Licenciado en Medicina y Cirugía y Especialista en Aparato Digestivo por la Universidad de Córdoba con formación en Endoscopia y Ecografía abdominal. Ha desarrollado durante más de 30 años la especialidad, primero en Ciudad Real y desde el año 2000 hasta la actualidad en el sector privado en el Hospital de San Juan de Dios y en su propia consulta.

**Hospital San Juan de Dios
Avda. del Brillantes 106. 14012 Córdoba
Teléfono 957274811 preferentemente de 14 a 16**

JUVENTUD A LA VISTA



ESTÉTICA INTEGRAL PERIOCULAR

El paso del tiempo deteriora las distintas estructuras de la zona de alrededor del ojo, apareciendo bolsas, caída del párpado por exceso de piel, déficit de volumen y aparición de arrugas de expresión.

La pérdida de cejas y pestañas también alteran el aspecto de nuestro rostro.

En nuestro centro se combinan distintas técnicas de tratamientos por profesionales expertos en cada materia:

MICROBLADING DE CEJAS
EXTENSIÓN DE PESTAÑAS
BOTOX
RELENOS DE ÁCIDO HIALURÓNICO
CIRUGÍA DE LOS PÁRPADOS O BLEFAROPLASTIA

957 498 132



Reyes Católicos, 11 local. Córdoba. www.redondoestetica.com