

Córdoba sana

Octubre de 2015 • Año IX • número 101. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO - www.cordobasana.es

SOLUCIONES DIGITALES PARA LA SORDERA

CÓRDOBA
Cruz Conde, 12-1º izq
14003 Córdoba
957473564
608990280

LUCENA
Avda. del Parque, 14
14900 Lucena (Córdoba)
957513375
659815964

Centro concertado con:



EFETA
centros auditivos



www.efeta.es
Desde 1977

Solucionando tus problemas auditivos



Ortopedia



Aeropuerto

Marcamos la diferencia

www.ortopediaaeropuerto.com



CENTRAL
Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL
Avda. Arroyo del Moro 1

NUEVA DELEGACIÓN
Avda. de Barcelona, 8



DIONI BARRERA
peluqueros

Cronista Salcedo Hierro - Local 6
14001 Córdoba
957 486 591
dionibarrera@gmail.com
www.dionibarrera.com

Hemos reinaugurado
nuestro local para usted.
Visítenos, estaremos
encantados de atenderle.



EL BALANCE DE LA ACTIVIDAD DE 2014

El IMIBIC refuerza su equipo e impulsa la investigación clínica

El balance de la actividad de 2014 del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) revela un crecimiento positivo y su decidida apuesta por convertirse en un referente en investigación clínica en la región andaluza. En el pasado ejercicio, el IMIBIC también reforzó su equipo humano con la incorporación de nuevos investigadores. Éstas son las principales conclusiones de la Memoria Científica que ha sido presentada recientemente por los responsables del Instituto.

(sigue en la página 2)



Diferentes autoridades en un momento del acto de presentación



CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA
DR. ELADIO GARCÍA HORTELANO

CIRUGÍA PLÁSTICA ESTÉTICA SIN CIRUGÍA CIRUGÍA REPARADORA

Telf: 957 477 147 · 618 968 041
www.doctoreladiogarciahortelano.es

SÍGUENOS EN:



noticia de portada

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba refuerza su equipo e **impulsa la investigación clínica**

El Instituto ha presentado la Memoria Científica de 2014 en la que recoge sus principales hitos como la incorporación de cinco nuevos grupos de investigación. En 2014, otra de las estrategias del Instituto fue el impulso de la investigación clínica a través de instalaciones exclusivas para este fin

REDACCIÓN

El balance de la actividad de 2014 del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) revela un crecimiento positivo y su decidida apuesta por convertirse en un referente en investigación clínica en la región andaluza. En el pasado ejercicio, el IMIBIC también reforzó su equipo humano con la incorporación de nuevos investigadores. Éstas son las principales conclusiones de la Memoria Científica que ha sido presentada recientemente por los responsables del Instituto. En la rueda de prensa estuvieron presentes el rector de la Universidad de Córdoba, José Carlos Gómez Villamandos; la directora general de Investigación y Gestión del Conocimiento de la Consejería de Salud, María Isabel Baena; el delegado de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo, Manuel Carmona, y el director científico del IMIBIC, Justo P. Castaño.



Diferentes autoridades en un momento del acto de presentación

Otra de las conclusiones que recoge la Memoria Científica de 2014 es el crecimiento del Instituto en equipos de investigación

Entre las principales acciones acometidas en 2014, los representantes han destacado las destinadas al impulso de la investigación clínica, cuyo fin es descubrir y estudiar nuevos tratamientos o medicamentos sobre enfermedades concretas. Con este objetivo, el IMIBIC inició en el pasado ejercicio la reforma y equipamiento de 2.000 m² de instalaciones dedicadas en exclusiva a este fin y que han sido inauguradas recientemente. Además, en este ejercicio, se consiguieron 84 ensayos clínicos nuevos —siendo 306 el total de activos— lo que manifiesta un 7% de crecimiento con respecto a 2013. Entre estos ensayos, destaca la puesta en marcha de un estudio independiente centrado en la Psoriasis y dirigido por el grupo de investigación en Dermatología del IMIBIC. Este estudio pretende evaluar la eficacia de un modelo que permite predecir la respuesta

a fármacos biológicos utilizados para tratar la Psoriasis. Además, este estudio es especialmente relevante porque no cuenta con el apoyo de la industria, sino que está financiado con fondos públicos conseguidos por los investigadores a través de una convocatoria competitiva.

La directora general de Investigación y Gestión del Conocimiento ha destacado la «apuesta clara de futuro que representa el IMIBIC, donde se llevan a cabo 4 de cada 10 ensayos clínicos que en la actualidad se encuentran en activo en Andalucía». Por su parte, delegado de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo ha indicado que el gasto en I+D del sector biotecnológico andaluz durante la crisis ha crecido un 45% y que Andalucía es la tercera comunidad en volumen de gasto en I+D en este ámbito, siendo el Instituto cordobés un referente no solo a nivel andaluz, sino nacional.

Otra de las conclusiones que recoge la Memoria Científica de 2014 es el crecimiento del Instituto en equipos de investigación. El Consejo Rector del IMIBIC aprobó la inclusión de cinco grupos en el Instituto, algo que ha supuesto la incorporación de

70 nuevos investigadores a la plantilla que ya cuenta con más de 470 científicos, procedentes tanto del Hospital Reina Sofía como de la Universidad de Córdoba. Su adhesión —que representa un crecimiento de la plantilla del 15%— abre nuevas líneas de investigación en el centro, algunas de marcado carácter clínico como dermatología, patología cardiovascular y medicina nuclear, y otras centradas en la tecnología aplicada a la biomedicina como las dedicadas al estudio de redes neuronales o minería de datos. En este sentido, el rector de la Universidad de Córdoba ha añadido que dos de estos cinco nuevos grupos están integrados por ingenieros de la Universidad de Córdoba.

En 2014, se consiguieron 84 ensayos clínicos nuevos, siendo 306 el total de activos

Además, el director científico del IMIBIC apuntó que los retos para el futuro más inmediato pasan por generar un nuevo plan estratégico para el instituto y lograr la an-

siada reacreditación el próximo año como por parte del Instituto de Salud Carlos III.

El IMIBIC es un espacio de investigación multidisciplinar en el que se integran más de 470 científicos

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) es uno de los 28 institutos acreditados en España para la investigación sanitaria por el Instituto de Salud Carlos III. 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.

El IMIBIC es un espacio de investigación multidisciplinar en el que se integran más de 470 científicos procedentes del ámbito universitario y sanitario, distribuidos en 38 grupos de investigación. Juntos, trabajan para mejorar la salud de los ciudadanos y el desarrollo social y económico de la provincia de Córdoba.

clínicas

10% DTO.
en TODOS los tratamientos

López

gonzález

odontólogos

Avda. del Brillante, 12 · 14006 CÓRDOBA

Teléfono: 957 401 184

c/ Aguilarejo bajo, 1 · 14193 EL HIGUERÓN

Teléfono: 957 329 369

BLANQUEAMIENTO DENTAL

este verano grandes ofertas

Presume de una gran sonrisa

Cabrera, Plástica & Estética, una consulta sin estrés que vela por tu privacidad. **Tratamos pacientes, no clientes**

Relajación y confort para una visita sin situaciones incómodas



REDACCIÓN

Mucho antes de que el paciente se someta a la cirugía, la primera impresión personal que tiene de la clínica con la que valora operarse es el momento que acude por primera vez a la consulta. Es habitual que quienes se someten a una cirugía con el Dr. Emilio Cabrera comenten posteriormente que para tomar su decisión tuvieron también en cuenta el ambiente de ésta, su ubicación, la atención personalizada y su extrema sensibilidad en aspectos como la privacidad o intimidad del paciente. Pero... ¿a qué se refieren?

UBICACIÓN CÉNTRICA Y DISCRETA

La consulta del Dr. Emilio Cabrera está ubicada en el centro de la actividad comercial y financiera de Córdoba. Nos puedes encontrar en el más exclusivo y elegante edificio de oficinas de Córdoba, con amplias vistas, dotado de unas instalaciones modernas, discretas y confortables. Cuenta con los mejores medios técnicos y profesionales para ofrecer la valoración inicial del paciente, así como para realizar su seguimiento postoperatorio una vez dado de alta en el hospital.

SALA DE ESPERA DOBLE

A ningún paciente le agrada visitar a un cirujano plástico y tener que compartir la espera con otros pacientes (y probablemente con sus familiares), que puede darse el caso resulten ser conocidos. Es un trance poco agradable en el que la intimidad, y la privacidad de las razones por las que acude al especialista, pueden quedar en entredicho. Esta situación se agrava

cuando la consulta es común y compartida con pacientes de otros facultativos de diversas especialidades. En esas situaciones el estrés y la incomodidad se disparan. Todo eso no es posible en nuestra consulta, equipada con dos salas de espera diferenciadas no compartidas que garantizan por completo la confidencialidad de tu visita y evita encuentros inesperados.

ENTORNO CONFORTABLE

Sabemos que la visita al cirujano plástico es el fruto de una decisión largamente meditada, un paso dado tras mucho pensarlo, que suele estar rodeado de cierta ansiedad y nerviosismo. Todo en nuestra consulta está pensado para transmitir a nuestros pacientes un clima de relajación y calidad en la espera previa. Desde el mobiliario y la decoración hasta la iluminación, la ambientación y un clima de silencio y discreción que ayuden a desterrar esos nervios e infundir confianza para centrarse en la conversación con el especialista.

ESCUCHARTE, LO PRIMERO

Durante esa primera consulta el Dr. Emilio Cabrera escuchará atentamente el motivo de su consulta, así como sus necesidades y expectativas acerca de la intervención solicitada. Las consultas previas a la cirugía son una oportunidad única para conocer a nuestro paciente, escucharlo con atención, analizar sus demandas, sus preocupaciones, sus inquietudes, sus necesidades, así como sus aspiraciones con el tratamiento previsto. Es esencial tomarse el tiempo necesario para escuchar, el que cada paciente necesite, y no dejar ninguna duda sin resolver, ningún

procedimiento sin explicar, analizando ventajas e inconvenientes, tipo de anestesia más recomendable, tiempo de recuperación postoperatoria, etc. Esta primera consulta será gratuita, así como todas las revisiones posteriores a su cirugía.

ATENCIÓN PERSONALIZADA ACREDITADA

El Dr. Emilio Cabrera le atenderá personalmente en cada una de las citas que requiera, bien para solventar sus primeras dudas, afrontar la planificación de su cirugía, o en su posterior seguimiento postoperatorio. Cuando un paciente solicita cita para cualquiera de estos aspectos se programa una consulta en la que siempre es atendido por el propio cirujano, ya que en Cabrera Plástica & Estética consideramos que esta especialidad médica tiene que dedicarse al servicio de la salud y el bienestar de los pacientes, debiendo ser practicada solo por cirujanos plásticos titulados, nunca por otras figuras sustitutorias como agentes comerciales.

INTERÉS MÉDICO, NO COMERCIAL

Desde la primera consulta, el paciente podrá vislumbrar cómo el Dr. Emilio Cabrera es un profesional que intenta ayudarle por encima de cualquier interés comercial. El cirujano no puede estar más interesado en fijar rápidamente una fecha para su intervención que en escuchar sus demandas, y en responder y aclarar todas las dudas del paciente. El especialista debe exponerle la realidad de su caso y explicarle las expectativas realistas, en absoluto se trata de «caer simpático» o «pintar todo de color de rosa» para forzar la intervención.



El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado, miembro de la SEC-PRE y de otras sociedades científicas internacionales entre las que se encuentra la ASAPS (American Society for Aesthetic Plastic Surgery). Es Director de la clínica Cabrera, Plástica & Estética con consulta en Avda. Gran Capitán, 46-2º1 de Córdoba. Teléfono 957 281 450.

Toda la información en
www.drcabrera.es

noticias

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba refuerza su equipo e impulsa la investigación clínica

2



'40 años avanzando juntos', lema elegido para celebrar el aniversario del Hospital Reina Sofía

6

Las urgencias y hospitalización del San Juan de Dios de Córdoba, altamente valoradas entre sus pacientes

8

Más de un millar de farmacéuticos cordobeses celebran su Día Mundial

10

El colegio de farmacéuticos se reúne con la nueva delegada territorial de Salud de la Junta de Andalucía

10

en buenas manos

Fundación La Arruzafa y General Óptica, unidas de nuevo por la acción solidaria

15

De temporada, la acelga

16

Rutas ecoturísticas creadas para personas con problemas de movilidad

18

Concierto benéfico Médicos-Músicos con el banco de alimentos «Medina Azahara» de Córdoba

20

Mejorar la salud y la calidad de vida de las cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar

22

Edita: JCHR Ediciones (Javier Chastang Roldán) Director-Gerente: Javier Chastang Roldán Redacción y Maquetación: Óscar Córdoba Colabora: Ana Cabello 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 INTERNACIONALES DE SALUD EN OCTUBRE

28	29	30	1 Día Internacional de las Personas de Edad	2	3	4
5	6	7	8 Día Mundial de la Visión	9	10 Día Mundial de la Salud Mental	11
12	13	14	15 Día Mundial del Lavado de Manos	16	17	18 Día Internacional de la Menopausia
19 Día Mundial contra el Cáncer de Mama	20 Día Mundial de la Osteoporosis	21	22	23	24	25
26	27	28	29 Día Mundial del Ictus	30	31	1

LA FRASE DEL MES

« Caminar es la mejor medicina del hombre »

Hipócrates



serdental

C/. Diego Serrano, 2 (Local) 14005 Córdoba

957 74 00 54 info@clinicaserdental.es
www.clinicaserdental.es



sonría



Conoces
nuestra
nueva
tarjeta



VEN Y CONSIGUE LA TUYA

ESPECIALISTAS EN IMPLANTOLOGÍA





Todoliva

Aceite de Oliva Virgen Extra

*Aceite de intensos y
variados aromas frutados*

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

noticias



'40 años avanzando juntos', lema elegido para celebrar el aniversario del Hospital Reina Sofía

Ésta ha sido la opción que ha obtenido mayor respaldo, por parte de todas las personas que votaron a través de la web del hospital y en una segunda vuelta por los profesionales del complejo sanitario

REDACCIÓN

'40 años avanzado juntos' es el lema elegido para acompañar la celebración del aniversario del Hospital Universitario Reina Sofía en 2016, cuando el complejo sanitario conmemore con toda la sociedad sus cuatro décadas de vida. Para la elección del slogan se ha contado con la participación de toda la sociedad, el proceso ha durado tres semanas y se ha desarrollado en dos fases.

Desde la Dirección del hospital se agradece la participación a todas las personas que han votado

A principios de septiembre se colgó en un espacio visible del portal de entrada a la web www.hospitalreinasofia.org un enlace para votar una de las ocho opciones o hacer una aportación propia. Ya en una segunda vuelta, y en esta ocasión restringido a los



Logotipo y lema 40 aniversario



profesionales del hospital, se propuso la elección definitiva entre el lema más votado y la aportación individual que más consenso había despertado por parte del comité organizador.

La votación de los profesionales del centro se realizó por correo electrónico y se les ofrecía elegir entre '40 años avanzado juntos' y '40 años latiendo contigo': la primera recibió el 63% de los votos y la segunda el 32% (se contabilizaron 425 votos por parte del personal del hospital).

La elección del lema es una de las primeras actividades desarrolladas en el marco de este efeméride y se ha revestido del carácter de pluralidad que marcará este 40 aniversario, que se celebrará con toda la sociedad (pacientes, usuarios, profesionales, colectivos e instituciones que se sienten parte de este centro hospitalario).

Desde la Dirección del hospital se agradece la participación a todas las personas que han votado. A lo largo de 2016 se llevarán a cabo iniciativas que recorran

la historia y la evolución del hospital, que refuercen el sentido de pertenencia al centro y de orgullo por parte de los profesionales y de la ciudadanía. También se agradece desde la Dirección su confianza a todos los cordobeses, instituciones y colectivos que sienten este complejo sanitario como suyo.

La actividad asistencial anual del Reina Sofía se resume en cerca de 40.000 ingresos, más de 190.000 urgencias, casi 40.000 intervenciones quirúrgicas, más de 750.000 consultas externas y más

de 300 trasplantes de órganos y tejidos. Además, destaca por la incorporación de tratamientos innovadores en campos muy diversos de la medicina (oncología, cirugía, terapia celular, etc.) que le sitúan en uno de los puestos privilegiados del ranking de los grandes hospitales del país.

A lo largo de 2016 se llevarán a cabo iniciativas que recorran la historia y la evolución del hospital

Integrado por ocho edificios repartidos por toda la ciudad y más de 5.000 profesionales, debe buena parte de su prestigio a los numerosos logros alcanzados gracias a su programa de donación-trasplante de órganos y tejidos, que ha servido de locomotora y referente incondicional. Además, numerosas especialidades nacieron con este mismo sello de excelencia y han ido dando sus frutos a lo largo de estas cuatro décadas.



Primera cita, Revisión, 25€
Limpieza y Primer Empaste

clínica
Dental
Noreña

Odontología general
Implantología
Ortodoncia
Estética dental
Odontopediatría

«Trabajamos con compañías médicas»

Implante dental completo 960€

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

NICOLÁS

centro capilar

Centro capilar con más de 30
años de experiencia y taller
propio único en Andalucía



Con la compra de cualquier modelo de
esta colección recibirás un regalo directo



Cita previa total discreción y confidencialidad.
Primera cita e información sin coste

C/ María Cristina, 13 oficina G7
Córdoba - Telf 957491395

noticias

Las urgencias y hospitalización del San Juan de Dios de Córdoba, **altamente valoradas entre sus pacientes**

La profesionalidad y el trato del personal hacia el paciente, la rapidez en los procesos y la modernidad y comodidad de las instalaciones son los aspectos que resaltan los pacientes en las últimas encuestas

REDACCIÓN

El hospital San Juan de Dios de Córdoba ha obtenido calificaciones de sobresaliente en las últimas muestras de opiniones y valoraciones de los pacientes realizadas, por primera vez y de forma íntegra, mediante un cuestionario telefónico que ha pulsado la satisfacción de los usuarios de hospitalización y urgencias.

Un 47% de los pacientes de urgencias no esperó más de 15 minutos para pasar a consulta

Como nota media global, las urgencias del centro de la Orden Hospitalaria ha obtenido 4,79 sobre 5 puntos, un resultado que va muy de la mano con el que los usuarios han puntuado la hospitalización, un 4,80. Los bloques temáticos en los que se han centrado ambas encuestas incluyen garantía de derechos, instalaciones, trato personal y grado de satisfacción, concretando en la muestra de urgencias la satisfacción con respecto al tratamiento corto y, en hospitalización, la satisfacción con respecto al bloque quirúrgico.



Foto de archivo del Hospital San Juan de Dios

En relación a su experiencia en las urgencias del hospital San Juan de Dios de Córdoba, se ha entrevistado a 75 personas, cuya evaluación más alta ha sido para el personal médico, de enfermería y de admisión, concluyendo con el 99 por ciento de respuestas positivas en relación a la asistencia recibida.

Otro aspecto que suscita la satisfacción de los usuarios de urgencias ha sido el tiempo de espera entre su llegada a la unidad

hasta llegar a la consulta, pues un 47 por ciento no esperó más de 15 minutos; y un 36 por ciento, entre 15 y 30 minutos.

La comodidad de las instalaciones es otro parámetro altamente valorado por los usuarios, que evalúan con un 95% de respuestas positivas, destacando la limpieza y el estado general de las mismas, con un 100% de satisfacción.

En las preguntas abiertas, se les pedía a los encuestados que desta-

caran los aspectos más positivos de la unidad y la mayoría de las respuestas destacan la rapidez en la asistencia y la profesionalidad del personal, nuevamente. Como resultado final, el 99 por ciento de los usuarios recomendarían las urgencias del hospital cordobés de la Orden Hospitalaria a familiares y amigos si les pidieran referencias.

En la muestra realizada para evaluar la calidad de la hospitalización han participado telefónica-

mente 200 personas que han pasado por una estancia en la unidad. Como en la anterior, las puntuaciones más altas las han recibido el personal médico, puntuado con un 99 por ciento en todos los aspectos, al igual que el de admisión y administración; y el personal de enfermería y auxiliares, con el 96 por ciento de opiniones favorables.

La comodidad de las instalaciones es otro parámetro altamente valorado

El grado de satisfacción que manifiestan al valorar el trato a la llegada al quirófano destaca también por el 99% de experiencias positivas. Las instalaciones, en una valoración global, reciben una valoración positiva en un 96 por ciento, destacando la comodidad de la habitación, la limpieza y el ambiente de tranquilidad en la zona de hospitalización.

El 98% de los pacientes también recomendaría el hospital San Juan de Dios de Córdoba a familiares y amigos que requirieran hospitalización, destacando entre los aspectos más positivos las instalaciones, el trato humano hacia el paciente y la rapidez en los procedimientos.

LABORATORIO DE PRÓTESIS DENTAL



Laboratorio Dental
Estética e Innovación Dental, S.L.

Imprenta de la Alborada,
parcela 124-A (P. Ind. Las
Quemadas) 14014 - Córdoba
Tlf. 957 348 239 · Fax 957 109 862
laboratorio@esteticadentalcordoba.es
www.esteticadentalcordoba.es



ÚLTIMA TECNOLOGÍA
EN ESCANEADO DENTAL
Y DISILICATO DE LITIO

ESPECIALISTAS EN
MICROFRESADO



FINANCIACIÓN A SU MEDIDA

J&M
centro dental y estética
Jesús María



Dr. Tomás Páez Pérez
ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO
COLEGIADO Nº 14/00/1798



• PLANIFICACIÓN DE
IMPLANTES 3D



• SEDACIÓN CONSCIENTE



• DISEÑO DIGITAL DE
SONRISAS



• MEDICINA ESTÉTICA
(DR. JOSE Mª CABRERA GISBERT)
14/14/07670



• ESTÉTICA DENTAL



• ORTODONCIA

TRABAJAMOS CON COMPAÑÍAS
(SANITAS, CASER, SEGUROS ATOCHA...)

957 48 12 31

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

Más de un millar de farmacéuticos cordobeses celebran su Día Mundial

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba ha celebrado esta jornada con diversos actos que han defendido el papel relevante del boticario en el ámbito sanitario



Celebración del Día Mundial del Farmacéutico

REDACCIÓN

La profesión farmacéutica celebra cada 25 de septiembre su Día Mundial. En la provincia de Córdoba se han sumado a esta fiesta 1.100 farmacias bajo el lema «El farmacéutico es tu aliado». Los actos promovidos este año por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba se han centrado en la difusión, a través de los medios de comunicación y de cartelería, de un mensaje conciso: «poner de relieve el importante papel del farmacéutico en el ámbito sanitario en todas sus manifestaciones, sea desde las farmacias hospitalarias, la distribución, la indus-

tria o la atención primaria, entre otras», ha recalcado el presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba, Práxedes Cruz. Durante la jornada parte de la Junta Directiva ha visitado también la Botica Histórica de Referencia, ubicada en la Facultad de Filosofía y Letras.

Este Día Mundial del Farmacéutico es una iniciativa promovida por la Federación Internacional de Farmacia (FIF) y es celebrado por más de un millón de farmacéuticos a nivel mundial. En la actualidad en España se contabilizan alrededor de 63.000 boticarios en todo el territorio nacional.

El colegio de farmacéuticos se reúne con la nueva delegada territorial de Salud de la Junta de Andalucía

Los farmacéuticos cordobeses han mantenido una primera toma de contacto con la representante del gobierno andaluz a la que han presentado la Declaración Córdoba



El Presidente COFCO con la nueva Delegada de Salud

REDACCIÓN

El presidente del Colegio de Farmacéuticos de Córdoba, Práxedes Cruz, acompañado del secretario, Antonio Ortega y del tesorero, Rafael Casaño, han mantenido una reunión con la nueva Delegada Territorial de Igualdad, Salud y Políticas Sociales en Córdoba, María Ángeles Luna.

Dicho encuentro ha servido para mantener una primera toma de contacto con la represen-

te del gobierno andaluz tras su reciente nombramiento. Aprovechando este encuentro, los farma-

Durante la reunión ambas instituciones han dejado patente su intención de mantener una estrecha colaboración

céuticos cordobeses le han hecho entrega de una copia de la conoci-

da como Declaración de Córdoba; documento que vio la luz durante el pasado Congreso Nacional celebrado en la ciudad y en el que se reflejaron los compromisos de la profesión farmacéutica para adaptarse a las nuevas necesidades sociosanitarias de los pacientes y de los sistemas sanitarios.

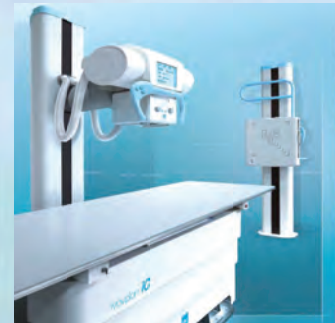
Durante la reunión ambas instituciones han dejado patente su intención de mantener una estrecha colaboración, como se ha venido realizando hasta la fecha.



INSTRUMENTACION RADIOLOGICA







EQUIPOS DE DIAGNOSTICO POR IMAGEN

(Servicio Técnico altamente cualificado)

Tel. 955 66 04 56 - E.mail: info@instrumentacionradiologica.com
web. www.instrumentacionradiologica.com




REPARACIONES LIBERACIONES ACCESORIOS

**C/ Tras la Puerta, 4
C/ Reyes Católicos, 24**

Si no quieres chapuzas ven a TECNO-MOVIL

957 496 806 / 957 780 049

Maxilodental duplica su oferta asistencial en Córdoba



Clínicas Maxilodental le ofrece los mejores especialistas en **Cirugía Oral y Maxilofacial** y los mejores **odontólogos** para atender sus necesidades en salud bucodental.

- Cirugía Oral y Maxilofacial
- Odontología integral
- Estética dental
- Implantología dental
- Tratamiento ortodóncico-quirúrgico de las deformidades dentofaciales
- Periodoncia
- Estudio y planificación 3D de implantes
- Cirugía guiada mínimamente invasiva de implantes
- Prótesis fija, removible y sobre implantes
- Ortodoncia. Fija, removible, Invisalign

maxilodental Vistalegre

C/ Historiador Manuel Salcines, 6 local
14004 (Córdoba)
Teléfono: 957 455 454 | Fax: 957 087 020

maxilodental Vial Norte

Avda. Equipo Cincuenta y Siete, s/n Local 2
14001 (Córdoba)
Teléfono: 957 485 746 | Fax: 957 479 997

maxilodental Tablero

C/ Clara Campoamor, s/n
14005 (Córdoba)
Teléfono: 957 40 58 78

maxilodental Centro

C/ Reyes Católicos, nº 11 local
Clínica RC (Córdoba)
Teléfono: 957 49 81 32



www.maxilodental.com

farmacias de guardia



COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA	FARMACIAS DE GUARDIA	www.cofco.org
CORDOBA DE LUNES A VIERNES		
DIA	DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE	
LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
AVDA. RONDA TEJARES, 2	Esquina con Plaza de Colón	ZONA CENTRO
PLAZA FLOR DEL OLIVO S/N	(El Chimeneón) Frente al gimnasio 'gofit'	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguez	ZONA CIUDAD JARDIN
ISLA DE HIERRO, 4	Esquina calle Isla Formentera	ZONA NOREÑA
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermmercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
GLORIETA AMADORA ESQUINA ISLA FORMENTERA	Frente a Mercadona	ZONA ARROYO DEL MORO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
CRUZ CONDE, 21	Esquina a Ronda de los Tejares	ZONA CENTRO
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
JOSE Mº MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRANZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
ESPEJO BLANCAS, 2	Esquina Almogavares (Junto al Ambulatorio)	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23	Explanada - Junto a Parque Infantil	ZONA PARQUE CRUZ CONDE
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE

NOCHE	DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE	
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA	FARMACIAS DE GUARDIA	www.cofco.org
CORDOBA SABADOS		
DIA	DE 10:00 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE	
LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguez	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermmercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
JOSE Mº MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE
CRTA. DEL AEROPUERTO KM 4,250 (N-437)	Glorieta Junto al Supermercado Piedra	ZONA AEROPUERTO

NOCHE	DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE	
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA	FARMACIAS DE GUARDIA	www.cofco.org
CORDOBA DOMINGOS		
DIA	DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE	
LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

NOCHE	DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE	
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA	FARMACIAS DE GUARDIA	www.cofco.org
CORDOBA FESTIVOS		
DIA	DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE	
LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermmercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRANZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

NOCHE	DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE	
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

ALQUÍLAME



¡¡RECORRE CÓRDOBA DE MANERA MÁS ACCESIBLE!!



Vehículos Eléctricos

Seguro de Responsabilidad Civil e Impuestos incluidos

Precios

4h. 8h. 24h. 48h.

Silla Eléctrica	Autonomía* 8h *Superficies Planas		15€	18€	25€	40€
Scooter Eléctrica	Autonomía* 12h *Superficies Planas		18€	24€	30€	50€
Coche Eléctrico	Autonomía* 12/24h *Superficies Planas		29€	48€	60€	80€

Servicio a Domicilio/Hospital **8€**



ECO TOUR
Turismo accesible

+34 957 047 473 / +34 615 573 127

ó por  SMS ó  WhatsApp

Avd. de La Libertad - Aparcamientos Públicos "A"

de Renfe Planta Sótano - 14006 Córdoba - España

www.ecotourcordoba.com/es

info@ecotourcordoba.com

 @EcotourTA  Ecotour Turismo Accesible

Diseño Capilar Dioni Barrera

«Tan feliz como tu pelo»

DIONI BARRERA diseño capilar es un espacio amigable, íntimo y profesional, dónde de forma totalmente personalizada atenderemos sus problemas capilares.

«Sabemos 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**



Nueva colección



Entre nuestros servicios, disponemos de pelucas de señora y caballero, tanto de cabello natural como sintético. Personalizadas y realizadas a mano. También contamos con una amplia gama de prótesis parciales hechas a medida, extensiones de cabello natural por ultrasonido y cejas naturales.

Maquillaje semipermanente para cejas, pañuelos y turbantes de temporada con posibilidad de personalizarlos.

Productos cosméticos ecológicos, libres de siliconas y derivados del petróleo. Maquillajes hipoalérgicos, más de 12 horas inalterables.

**«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





De temporada, la acelga

comer sano 16

Rutas ecoturísticas
para personas con
problemas de movilidad

deporte y salud 18

Concierto benéfico Médicos-
Músicos con el banco de alimentos
«Medina Azahara» de Córdoba

solidaridad 20

Mejorar la salud y la calidad de
vida de las cuidadoras no pro-
fesionales en el ámbito familiar

solidaridad 22

Clínica C.I.D, Clínica de Implantología Dental y Odontología Computerizada



Implante Dental Completo 850 €

Incluye implante, aditamento protésico y corona sin metal con tecnología CAD-CAM: diseño y fabricación en clínica con tecnología 3D e impresión digital



Implante Dental Osteointegrado



Corona de cerámica tallada en un bloque CEREC



El Doctor Rafael Gutiérrez de Ravé Agüera con diferentes unidades de captación y tallado en impresión 3D



957 474 078

Avda. de América, 21 bajo dcha.
www.centrodelogopedia.com
info@centrodelogopedia.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



DE CÓRDOBA
Y PARA CÓRDOBA

- ✓ Servicios locales en moto URGENTE
- ✓ Servicios locales en coche URGENTE
- ✓ Servicio coche directo, sin esperas a cualquier parte de la región

☎ 957 08 23 46 - 637 552 102

Fundación La Arruzafa y General Óptica, unidas de nuevo por la acción solidaria

Ambas entidades renuevan su compromiso anual de colaboración con el que proporcionan soportes ópticos a personas sin posibilidad de adquirir gafas o lentes oftalmológicas



Un año más, la Fundación La Arruzafa y la firma General Óptica han sellado un acuerdo de colaboración de carácter anual por el que ambas entidades se comprometen a proporcionar soportes ópticos del tipo monturas de gafas o lentes oftalmológicas a aquellas personas que por necesidades económicas no puedan disponer de material ocular.

Ha podido ayudar a más de 16.000 pacientes

El convenio, promovido desde la propia Fundación y rubricado por el gerente del Hospital La Arruzafa, Rafael Agüera y representantes de la firma, estipula que a partir de prescripción médica, el ciudadano pueda disponer de lentes graduadas que cuentan con las máximas garantías de la firma para la salud ocular.

Este acuerdo se integra en el programa anual de actividades y



Un momento en el acto de la firma del convenio

acciones solidarias determinado por la Fundación La Arruzafa, que tiene entre sus fines, la prestación de asistencia socio-sanitaria en el campo de la oftalmología, atendiendo a los sectores más

desfavorecidos de la sociedad tanto a nivel local, nacional como internacional.

La Fundación La Arruzafa, que durante todo el año lleva a cabo un programa específico de

atención y asistencia a personas sin recursos ha podido ayudar a más de 16.000 pacientes (de dentro y fuera de España) gracias a acciones de este tipo. Por esas circunstancias, la Fundación La

Arruzafa agradece especialmente a sus socios, a las empresas colaboradoras y a la Diputación Provincial de Córdoba la ayuda prestada para poder llevar a cabo dichos cometidos humanitarios.

Servicios financieros para los profesionales

LÍNEA PROFESIONAL

Cuenta Joven (para estudiantes y jóvenes profesionales)

Préstamo iniciación profesional

Anticipos sobre certificaciones

Póliza de crédito profesional

Préstamo equipamiento oficina/local

Préstamo hipotecario oficina/local

Avales para licitación de concursos

Pago de impuestos por internet

Leasing

LÍNEA PERSONAL

Cuenta Corriente sin comisiones de mantenimiento, ni por transferencias, ni por apunte ni por ingreso o cobro de cheques

Cuenta Nómina

Visa Electrón, Visa Classic y Vía T
Operativa en cajeros Servired sin comisiones

Préstamos personales

Préstamos hipotecarios

AHORRO INVERSIÓN

Planes de Pensiones

Fondos de Inversión

Renta Fija (pública y privada)

Valores

Banca Privada (Gestión de patrimonios)

OTROS SERVICIOS

Banca en línea: internet y telefonía móvil, sencilla de manejo, sin coste alguno (transferencias, domiciliación de recibos...)

Seguros personales (vida, accidentes, baja temporal, asistencia en viajes)

Seguros de ahorro (PPA,PIAS)

Seguros de rentas (vitalicias y temporales)

Seguros patrimoniales (multirriesgo del estudio, del hogar, comunidades)

De temporada, la acelga

Aporta una buena cantidad de minerales como potasio, calcio, sodio, yodo y magnesio, además es rica en agua y fibra

A. CABELLO

Con el comienzo del otoño podemos encontrar las verduras y frutas típicas de esta estación como son las calabazas, alcachofas, espinacas, espárragos trigueros, coliflores, repollos, puerros y acelgas entre otras verduras que durante estos meses de otoño e invierno se encuentran en su momento óptimo de recolección. Entre las frutas otoñales podemos destacar las manzanas, membrillos, granadas, frutos secos como nueces y castañas, caquis o naranjas.

Existen variedades que se cultivan como plantas ornamentales

Este mes lo vamos a dedicar a una verdura con muchas posibilidades como es la acelga (*Beta vulgaris* var. cicla) que es una herbácea perteneciente a la familia de las Quenopodiáceas a la cual también pertenecen la remolacha azucarera y la espinaca. Sus hojas son de color verde brillante con peciolo y nerviación central blancos y carnosos (conocidos como pencas). Existen variedades que se cultivan como plantas ornamentales.

Su consumo data desde la Antigüedad donde los asirios ya las



cultivaban y consumían en el 800 a. C. y su cultivo se ha extendido desde la zona de influencia mediterránea, de clima templado, a otras de Asia y América.

El número de variedades que se cultivan es escaso, clasificándose en base al color, tamaño de sus hojas y peciolo. Entre las más habituales y apreciadas tenemos la Amarilla de Lyon que se carac-

terizan por tener hojas grandes, onduladas y de penca blanca muy

Su consumo data desde la Antigüedad donde los asirios ya las cultivaban y consumían en el 800 a. C.

desarrollada y la más comercializada y la Verde con penca blanca

Bressane de color verde oscuro, penca blanca muy ancha.

Entre sus propiedades nutricionales se destaca a la acelga como un alimento de alto valor nutricional y con bajo contenido calórico ya que tiene cantidades muy bajas de hidratos de carbono, grasas y proteínas debido a la alta concentración de agua que posee en relación con su peso.

Aporta una buena cantidad de minerales como potasio y calcio además de sodio, yodo y magnesio. Es rica en agua y fibra. Constituye una buena fuente de vitamina A y posee notables contenidos en ácido fólico, niacina y vitamina C. Los folatos intervienen en la producción de glóbulos blancos y rojos, en la formación de anticuerpos y en la síntesis del material genético.

Es un alimento de alto valor nutricional y bajo contenido calórico

Por otro lado, los beta-carotenos que abundan en la acelga pese a estar enmascarados por otro pigmento (en verde perteneciente a la clorofila) se transforman en vitamina A a medida que el cuerpo lo va requiriendo y es importante para el buen estado de la piel, cabello, huesos, visión y para el correcto funcionamiento del sistema inmunológico entre otras muchas funciones.

Entre las propiedades aportadas por sus minerales, el potasio es necesario para el sistema nervioso y la actividad muscular; el magnesio forma parte de huesos y dientes, posee un ligero efecto laxante y se relaciona con el funcionamiento de nervios, músculos e intestino.

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

Reabierto en 2010



Reyes Católicos, 1
Teléfono de reservas: 670 50 53 26



Disponemos de la última tecnología en ecografía 3D-4D.

Repetimos la sesión sin coste si tu bebé no se deja ver.

Conoce a tu bebé antes de nacer. Siéntelo de verdad.

Llámanos e infórmate.

Córdoba. C/ Claudio Marcelo, 11. 957 745 334
info.cordoba@ecox4d.com

Especialistas en ecografía 4D emocional



ecox imágenes que laten
4D PRENATAL

www.ecox4d.com



www.trazoscocinas.es

TRAZOS
ESTUDIO DE COCINAS



Avda. Escritor Conde de Zamora s/n

Tlf. 957 356 828

COPROCTO
COLOPROCTOLOGIA CORDOBA
Dr. César Díaz López



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

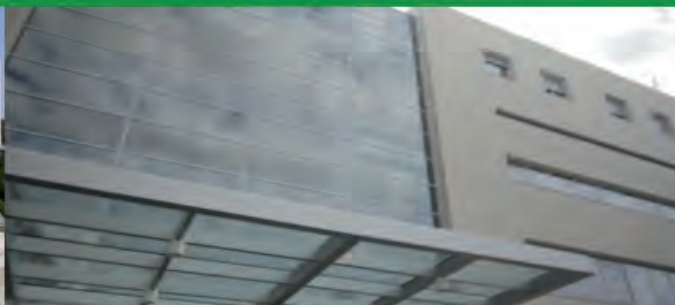
Dr. César Díaz López
Miembro Asociación Española Coloproctología
CITA PREVIA: 957 27 48 11
www.coprocto.com
HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS
Av. del Brillante.106. 14012. Córdoba

Cirugía del colon , recto y ano

Polipos

Estomas

Diverticulos



Hemorroides

Fistula

Fisura

www.coprocto.com

Incontinencia

Prolapso

Prurito

Sinus

Condilomas

Rutas ecoturísticas creadas para personas con problemas de movilidad

Se trata de un servicio turístico pionero en España, que además de fomentar un turismo accesible y sin barreras, promueve el uso de vehículos respetuosos con el medio ambiente

REDACCIÓN

Tener problemas de movilidad y poder recorrer las zonas más turísticas de Córdoba de una forma fácil y cómoda es el objetivo que persigue Ecotour Turismo Accesible.

Personas con problemas de movilidad y sus acompañantes pueden realizar un total de diez rutas accesibles

Se trata de un servicio turístico pionero en España creado por Rafael Calvo, un cordobés que, a finales de 2006, tuvo un accidente frontal de tráfico y, como consecuencia, estuvo un año postrado en una silla de ruedas. A raíz de esta experiencia pudo comprobar por él mismo todas las barreras arquitectónicas y de accesibilidad que se encuentran las personas que tienen algún tipo de discapacidad motriz o sensorial.

Hoy en día camina y ha decidido dar respuesta a las necesidades de este colectivo creando una empresa que, además de fomentar un turismo accesible y sin barreras, promueve el uso de vehículos que son respetuosos con el medio ambiente.

Personas con problemas de movilidad y sus acompañantes pueden realizar un total de diez rutas accesibles y guiadas por los monumentos y espacios turísticos más emblemáticos de la ciudad y provincia:

1. Ruta Patrimonio de la Humanidad (Sinagog-Baños del Alcázar Califal).
2. Ruta por los Patios del Alcázar Viejo-San Basilio.
3. Ruta Puente entre Culturas. (Puentes, Romano-Miraflores-San Rafael).
4. Ruta Interior de Mezquita Catedral.
5. Ruta por el Real Jardín Botánico.
6. Ruta por La Axerquía (Santa Marina-Palacio de Viana-Planta baja con 12 patios accesibles) Plaza de Capuchinos.
7. Ruta experiencias Gastronómicas. (Mercado Victoria-Bodegas Campos-Casa Palacio restaurante Bandolero).
8. Ruta Artesanía cordobesa. Zoco Municipal de artesanos-Casa Museo Arte sobre Piel.
9. Ruta del vino en Montilla en Bodegas Perez Barquero-Cata de Vinos.
10. Ruta por la Vía Verde de la Subbética 1ª etapa Estación de Luque- Zuheros. (Con sillas, scooters y acompañantes en bicicleta).



Además del suministro a domicilio, hoteles y hospitales de:

- Sillas motorizadas.
- Scooters eléctricos.
- Coche biplaza adaptado eléctrico.
- Los cordobeses con problemas de

movilidad cuentan con descuentos especiales.

Más información

www.ecotourcordoba.com
info@ecotourcordoba.com

Teléfonos 957 047 473 y 615 573 127

HIDROSPORT

SIN DUDA, LA MEJOR INSTALACION DEPORTIVA EN PLENO CENTRO DE CORDOBA CUIDAMOS DE TU SALUD

**C/ Santa Victoria, 5 (junto colegio)
14003 CORDOBA
957492522 648692972
info@hidrosportcordoba.es**

OFERTA ESPECIAL

REVISAMOS TU MAQUINA
50 € + IVA
NO INCLUYE GASES, FILTROS NI SUSTITUCION DE PIEZAS AVERIADAS

Geotermia, Hostelería,
Servicio técnico y
Mantenimiento

Aire Acondicionado,
Calefacción,
Energía Solar

encorclima

Pídanos presupuesto sin compromiso
www.encorclima.com

957 274 711
645 571 540

Clínica Alegro
Centro Dental para toda la familia

**PAGUE su ORTODONCIA en
24 meses sin intereses**

Avda. Arroyo del Moro, 16 (local)
957 467 749 www.clinicaalegro.com

“Mi Mamá ya no tiene excusa para llevarme al dentista”
(María)

CaixaBank firma un acuerdo con el Colegio de Médicos de Córdoba

Para impulsar la XIII edición del Premio Nacional de Investigación FCMC



REDACCIÓN

CaixaBank y el Colegio de Médicos de Córdoba (FCMC) han renovado el convenio de colaboración gracias al cual la entidad financiera impulsará la XIII edición del Premio Nacional de Investigación Colegio de Médicos de Córdoba.

En virtud de este acuerdo, CaixaBank se convierte en principal patrocinador del galardón anual que premia el mejor trabajo científico de investigación experimental o clínica desarrollado por médicos colegiados en España, publicados en el año 2014.

El acuerdo ha sido firmado por el director territorial de CaixaBank en Andalucía Oriental, Victorino Lluch y el Presidente del Colegio de Médicos, Dr. Bernabé Galán Sánchez.

Esta edición incluye un primer premio y un accésit, otorga-

do por un jurado compuesto por cinco miembros nombrados por el Comité Científico del Colegio de Médicos. En él participará un representante de CaixaBank, con voz pero sin voto.

El Colegio de Médicos de Córdoba, a través de su Fundación, tiene entre sus fines la promoción, programación, desarrollo y ejecución de todo tipo de actividades educativo-docentes y científicas que fomenten el estudio y la investigación en todas las cuestiones relacionadas con la Sanidad. Para ello recibe la colaboración de particulares, de las administraciones públicas, instituciones, entidades y empresas.

CaixaBank es la entidad financiera líder en banca móvil y electrónica en España. Cuenta actualmente con 2,6 millones de clientes que operan de forma habitual con Línea Abierta Móvil y registra mensualmente más de 160 millones de operaciones vía móvil.

Concierto benéfico Médicos-Músicos con el banco de alimentos «Medina Azahara» de Córdoba

**CONCIERTO BENÉFICO
MÉDICOS MÚSICOS**
CON EL BANCO DE ALIMENTOS «MEDINA AZAHARA» DE CÓRDOBA

**Córdoba,
16 de Octubre de 2015
20 horas
Iglesia de La Magdalena**

**COLABORAN:
Stephen S.I.
The Almost Dixieland Jazz Doctors
Tocados por el Jazz
Chapi Pineda**

REDACCIÓN

El Colegio de Médicos de Córdoba, consciente de las necesidades que sufre nuestra ciudad, organiza, con la colaboración de la Fundación CajaSur que nos cede el magnífico espacio de la Iglesia de

La Magdalena, este Concierto Médicos-Músicos con el Banco de Alimentos «Medina Azahara» de Córdoba, en el que Médicos de nuestra Corporación, ofrecen su participación desinteresada con el fin de recaudar fondos para la compra de alimentos. A estos se unen artistas de la talla de Paco Arjona, Álvaro

Castro y Chapi Pineda, que acuden a nuestra llamada mostrando su faceta más solidaria.

Esperamos el apoyo de nuestros compañeros y amigos, con el fin de que la aportación de nuestro colectivo a esta noble causa sea significativa, a la vez que aseguramos una entrañable jornada musical.



ASESORÍA EN EDUCACIÓN Y SALUD DESDE 2003

FISIOTERAPIA

EDUCACIÓN

LOGOPEDIA
Y LENGUAJE

EN TODAS LAS ETAPAS DE TU VIDA

PEDAGOGÍA
TERAPÉUTICA

PSICOLOGÍA
EDUCATIVA
FORENSE
DE LA SALUD

ATENCIÓN
INFANTIL
TEMPRANA

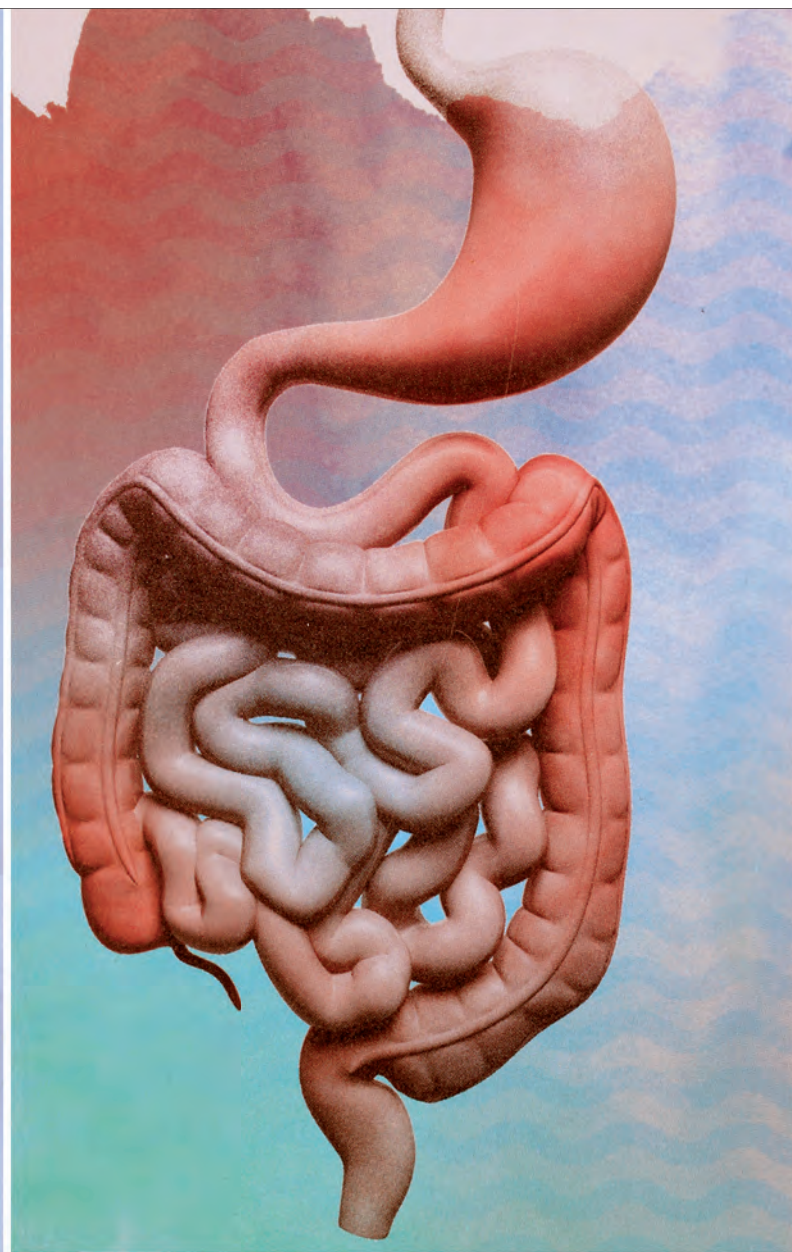
Hidrocolonterapia

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 discomfort 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, fecalomas
- 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

Mejorar la salud y la calidad de vida de las cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar

REDACCIÓN

El Servicio de Apoyo Integral a Cuidadoras, SAIC-CUIDADANAS es un proyecto desarrollado por FUNDACIÓN MUJERES con una subvención anual del Ministerio de Sanidad,

Servicios Sociales e Igualdad y está dirigido a mejorar la salud y la calidad de vida de las cuidadoras no profesionales en el ámbito familiar, también de las ex-cuidadoras o futuras cuidadoras, a través del fomento de su activación personal, social y laboral.

El origen del proyecto se fundamenta en la necesidad de tratar de manera integral el fenómeno de los cuidados y la dependencia, focalizando la atención y la intervención en las personas cuidadoras, garantizando un nivel mínimo de ayuda y ofreciendo un servicio con vocación de continuidad que integra la perspectiva de género.

Este Servicio, que pretende complementar a los ya existentes en el ámbito de la dependencia, comprende actuaciones como: información y asesoramiento individualizado, talleres formativos y otras actividades grupales con cuidadoras así como actividades de sensibilización con profesionales del ámbito sociosanitario.

Entre las actuaciones grupales a llevar a cabo durante el periodo de ejecución del proyecto están las siguientes:

- Talleres relacionados con la salud y autocuidado de la cuidadora:
 - ¿Quién cuida de mí?
 - 1, 2, 3 respira otra vez... y relaja
 - Autoestima: cómo me veo, cómo me ven
 - EmociónArte: el Arte de las emociones
- Talleres de habilidades sociales y de comunicación:
 - Cómo poner límites y no morir en el intento
 - Si me escucho, te escucho
 - Enredando en la ciudad
- Talleres de acercamiento a las nuevas tecnologías:
 - Trasteando por Internet
 - Del papel al ordenador
 - Nuestro cajón de sastre digital (o cómo almacenar lo que te interesa de la red)
 - EnRedadas
- ESpacios de Participación (ESPA): de

temática diversa, buscando que sean de interés para las cuidadoras y que fomenten su autocuidado y participación social: *Danzaterapia, Menopausia y alimentación saludable, Cuídate y cuida tu piel, Uso del Smartphone: aplicaciones útiles, Risoterapia* y otros que se irán programando a medida que avance el proyecto.

Además se ofrece apoyo y acompañamiento individualizado como recurso para mejorar la calidad de vida de las mujeres cuidadoras no profesionales.

En el año 2014 se informó del Servicio a 802 personas de Córdoba y se atendió a 83 mujeres facilitándoles información sobre recursos relacionados con la salud, los cuidados y la dependencia, acreditación de competencias profesionales, asociaciones, actividades de ocio y tiempo libre, etc.

Existen acuerdos de colaboración con Centros de Salud de los diferentes distritos así como con otras organizaciones que están relacionadas con el ámbito de los cuidados a personas dependientes y otras áreas de interés: Asistencias Valle de Ledesma, AMPA Nuevos Horizontes, del Colegio de Educación Especial Santo Ángel, Mujeres en Zona de Conflicto, Cic Batá, ACCUPEDE, Hospital San Juan de Dios, Plataforma de Voluntariado, Asociación Familiares Alzheimer, Federación Provincial de Amas de Casa, consumidoras y usuarias «Augusta».

Las personas interesadas pueden solicitar información: Por teléfono 957299190 Mail: saicandalucia@fundacionmujeres.es En la sede de Fundación Mujeres en C/ Claudio Marcelo 15, 1º dcha.



/ 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





VI CONCURSO DE FOTOGRAFÍA DIGITAL "MIRADAS CIUDADANAS"

*"una visión
participativa"*

PLAZO DE INSCRIPCIONES:

Hasta el 5 de noviembre de 2015

BOP nº 172 de 4 de septiembre de 2015

Ampliado por BOP nº 178 de 15 de septiembre

MÁS INFORMACIÓN:

Departamento de Consumo y Relaciones Sociales

Diputación de Córdoba

957 211 306 / 345

www.dipucordoba.es/miradasciudadanas



Diputación de Córdoba

Delegación de Consumo
y Participación Ciudadana



Centro de Cirugía
Estética y Reparadora

Dr. Redondo Camacho
Cirujano Plástico

CIRUGÍA ESTÉTICA EN MASCULINO

Unidad Cirugía Plástica y Reparadora

Cirugía Masculina

Cirugía Facial

Blefaroplastia (cirugía párpados)

Otoplastia

Rinoplastia

Rejuvenecimiento facial

Cirugía Corporal

Liposucción

Abdominoplastia

Ginecomastia

Medicina Estética

Bótox

Rellenos con hialurónico

Hilos tensores

Mesoterapia

Unidad Injerto Capilar

Reyes Católicos, 11. local. Córdoba

957 498 132

www.redondoestetica.com