

CÓRDOBA SANA

octubre de 2023

Año XIV • número 194. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO

WWW.CORDOBASANA.ES
@CORDOBASANA



centro **auditivo**
campos

Paseo de la Victoria, 29 · Córdoba
957 29 37 16 · 602 48 27 71

+INFO:
descuentatuedad.es



@centroauditivocampos



La tranquilidad de **OÍR BIEN**



*Ortopedia
Aeropuerto*

www.ortopediaaeropuerto.com



SANICOR

Marcamos la diferencia

CENTRAL

Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL

Avda. Arroyo del Moro 1



Más de 3,6 millones de personas en España tendrá Alzheimer en 2050, el triple que en la actualidad

(sigue en la página 2)

SIN DUDA, EL CENTRO DEPORTIVO MÁS FAMILIAR DE CÓRDOBA



HIDROSPORT
www.hidroportcordoba.es

NOTICIA DE PORTADA

Más de 3,6 millones de personas en España tendrá Alzheimer en 2050, el triple que en la actualidad

Experto destaca la importancia de prestar atención a la figura del cuidador, piedra angular en el proceso y que precisa seguimiento durante la enfermedad y después, pues suele presentar problemas como ansiedad, depresión y alteraciones del sueño, entre otros

REDACCIÓN

Más de 3,6 millones de personas tendrá Alzheimer en España en 2050, el triple que en la actualidad, con 1,2 millones de pacientes de esta enfermedad, por lo que es preciso “visibilizar el Alzheimer y sensibilizar a la población para que tome conciencia de la importancia de esta patología”, según ha indicado el doctor José María Jiménez Páez, geriatra del Hospital Quirónsalud Córdoba, y especialista del servicio de Urgencias del centro.

Más del 35% de los casos de esta enfermedad está sin diagnosticar, en Andalucía son más de 115.000 las personas afectadas y alrededor de 12.000 en Córdoba

El doctor Jiménez Páez ha resaltado con motivo de la celebración el próximo jueves del Día Mundial del Alzheimer, que “no olvidemos a los que olvidan y fomentemos el conocimiento de esta enfermedad para intentar reducir su progresión”. El Alzheimer, que afecta más a las mujeres que a los hombres, precisa de una atención multidisciplinar, integral y continuada para ralentizar la evolución de la enfermedad, por lo que el diagnóstico precoz es crucial para iniciar el tratamiento de manera temprana.

El doctor Jiménez Páez ha insistido en que la atención ha de ser multidisciplinar con implicación de distintos profesionales como médicos, enfermeras, terapeutas, fisioterapeutas y psicólogos, entre otros, para enlentecer la



progresión de la enfermedad y retrasar su desarrollo. Asimismo, el tratamiento también debe ser personalizado, empezarlo cuanto antes, tiene que ser integral pues afecta a las esferas clínica, física o funcional, cognitiva, y psico-conductual y social, y debe ser continuado también para valorar cuanto antes las posibles alteraciones que aparezcan y reajustar el tratamiento.

Más del 35% de los casos de esta enfermedad está sin diagnosticar, en Andalucía son más de 115.000 las personas afectadas y alrededor de 12.000 en Córdoba. El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa del cerebro caracterizada por un deterioro significativo de la memoria, siendo la forma más frecuente de demencia, sola o combinada con otra enfermedad coexistente.

Los síntomas más frecuentes de la enfermedad de Alzheimer son los olvidos, repetición de preguntas y de historias, pérdida de objetos, cambios de lugar de cosas, distorsiones de la memoria, combinación de recuerdos recientes y remotos, dificultades de expresión, y alteraciones en el lenguaje y en el cálculo, entre otros. También se pueden desarrollar problemas de razonamiento y juicio, depresión, irritabilidad y otras alteraciones conductuales como alucinaciones, delirios, cambios en la conducta alimentaria, agresividad y agitación.

La figura del cuidador

El doctor Jiménez Páez ha destacado la importancia de prestar atención a la figura del cuidador, piedra angular en el proceso y que precisa seguimiento du-

rante la enfermedad y después del proceso, pues suele presentar problemas como ansiedad, depresión y alteraciones del sueño, entre otros. El cuidador principal (en muchas ocasiones un familiar directo como pareja o hijos), necesita también un seguimiento cercano y una valoración conjunta con el paciente, ya que los cuidados continuados de las personas con enfermedad de Alzheimer abocan a problemas en quien cuida. También “hay que tener en cuenta que después de la enfermedad, cuando se produce la pérdida del ser querido, hay que seguir pendiente de los cuidadores, pues han vivido entregados en cuerpo y alma y se produce un vacío traumático”.

Esta enfermedad es una de las principales causas de dependencia y discapacidad en las personas mayores, aunque puede afectar en menor medida a menores de 65 años, que padecen Alzheimer de inicio precoz. El doctor Jiménez Páez ha insistido en que aunque actualmente no hay un tratamiento curativo para la enfermedad de Alzheimer, “existen nuevos tratamientos para enlentecer el desarrollo de la enfermedad, minimizar las alteraciones conductuales y mejorar la calidad de vida del paciente y del cuidador”.

El Hospital Quirónsalud Córdoba cuenta con consulta de Geriatria, la mayor parte de mayores que acude a esta consulta presenta problemas cognitivos, del sueño, trastornos del ánimo y afectivos, alteraciones de memoria, de conducta provocadas por demencias, y otras patologías como insuficiencia cardíaca, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), artrosis e inmovilismo.



Viviendas de 2, 3 y 4 dormitorios
con plazas de aparcamiento y trasteros

Dúplex con amplias terrazas, piscina privada y solárium

Viviendas con jardín privado y piscina comunitaria

957 47 77 67

Agencia: Valeria Berlanga Torres, Rafael Blanco Camero, Agencia: Valeria Berlanga Torres, Jefe de Obra: Jesús Martínez Carrión

CONSTRICCIONES BERLANGA CORTÉS S.L. C.I.F. 8-5673834 El consumidor tiene derecho a que se le entregue copia del documento informativo, así como cualquier información adicional a que se refiere el decreto 218/2005. Toda esta información está a disposición del consumidor en nuestro oficina de información y venta en C/Alameda Luarca, 4. 4.º. Córdoba. Todas las cantidades entregadas a cuenta serán devueltas según ley.



5 años cuidando de ti

En el **Hospital Quirónsalud Córdoba** cumplimos 5 años a tu lado y queremos agradecerte la confianza que has puesto en nosotros. Por muchos años más juntos cuidando de los tuyos y de ti.



Gracias, Córdoba



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área **"Mi Quirónsalud"** de **quironsalud.es**, o en nuestra **App**.

Hospital  **quirónsalud**
Córdoba

Hospital Quirónsalud Córdoba
Avda. del Aeropuerto, s/n - 14004 Córdoba - **957 410 000**

Cita previa
900 301 013

SUMARIO



MÁS DE 3,6 MILLONES DE PERSONAS EN ESPAÑA TENDRÁ ALZHEIMER EN 2050, EL TRIPLE QUE EN LA ACTUALIDAD..... 2

COMCÓRDOBA Y CAIXABANK CONVOCAN LA VIGÉSIMO PRIMERA EDICIÓN DE SUS PREMIOS DE INVESTIGACIÓN 5

ABORDANDO LOS ACCIDENTES CEREBROVASCULARES DESDE LA NEUROPSICOLOGÍA..... 6

FARMACIAS DE GUARDIA 8

LA INVESTIGACIÓN ENFERMERA CORDOBESA PONE EL FOCO EN DIVERSOS TEMAS QUE INCIDEN EN LA SALUD DE LA SOCIEDAD.....10

LA PREVENCIÓN ES LA FORMA MÁS EFICAZ DE EVITAR LOS ACCIDENTES EN NIÑOS Y AYUDARLES A ADQUIRIR LA AUTONOMÍA ADECUADA A CADA EDAD12



ENTREVISTA A JULIÁN ROMERO, CHEF DE LA POSADA DEL CABALLO ANDALUZ.....14

EDITA: JCHR EDICIONES (JAVIER CHASTANG ROLDÁN) DIRECTOR-GERENTE: JAVIER CHASTANG ROLDÁN REDACCIÓN Y MAQUETACIÓN: ÓSCAR CÓRDOBA COLABORAN: ANA CABELLO (REDACCIÓN) 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 OCTUBRE

2	3	4	5	6	7	8
9	10 DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL	11	12 DÍA MUNDIAL DE LA VISTA	13 DÍA MUNDIAL CONTRA LA TROMBOSIS	14 DÍA MUNDIAL DE LOS CUIDADOS PALIATIVOS	15 DÍA MUNDIAL DEL LAVADO DE MANOS
16 DÍA MUNDIAL DE LA ANESTESIA	17	18	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 DE LA PSORIASIS
30	31	1	2	3	4	5

LA FRASE DEL MES

«Lo curioso de decirle a una persona que se está muriendo es que tiende a enfocarse en sus prioridades».

DR. HOUSE, "HOUSE MD"



Desde la dirección del antiguo Equilibrista os queremos notificar que volvemos a nuestros orígenes, volvemos a ser La Antigua, restaurante de referencia en Córdoba. Permanecemos en el mismo lugar de antes, Ronda de Isasa 10 y nuestro contacto es 670505326. Os esperamos.

Comcórdoba y CaixaBank convocan la vigésimo primera edición de sus premios de investigación

Con motivo de la renovación de este convenio, ha tenido lugar un encuentro en la sede colegial del COMCórdoba

REDACCIÓN

La presidenta del Colegio Oficial de Médicos de Córdoba, la Dra. Dña. M^a del Carmen Arias y D. Amador Carmona Acedo, Director Comercial de Andalucía Oriental Norte de CaixaBank, han renovado un año más el acuerdo de colaboración existente entre las instituciones que ambos representan, con el objeto de dotar de respaldo institucional y económico a los ya consolidados premios de investigación que celebran su vigésima primera edición.

Con motivo de la renovación de este convenio, ha tenido lugar en la sede colegial del COMCórdoba, un encuentro en el que han participado la Presidenta y el Vicepresidente Segundo, el Dr. D. Eloy Girela, y el gerente D. Gonzalo Bajo; y por parte de CaixaBank, D. Amador Carmona Acedo, Director Comercial de Andalucía Oriental Norte, D. José Manuel Almagro Martín, Director Area Negocio Córdoba Capital y D. Rubén Rodríguez-Arias Monroy, Director de Banca de Instituciones de Córdoba.

La Dra. M^a del Carmen Arias ha declarado: "Gracias al mecenazgo de entidades privadas como CaixaBank que una vez más patrocinará estos premios, ayu-



damos a continuar con la competitividad de España en materia de investigación científica y a sacar a la luz a unos grupos de investigadores que se merecen no solo el premio, sino el ser conocido y "reconocidos" por toda la comunidad científica. Deseamos una vez más que estos premios sirvan para recompensar el talento, la constante entrega y el compromiso de nuestros médicos, que con

gran mérito además de su labor asistencial cotidiana y de permanente atención a sus pacientes, en unas circunstancias tan complicadas como las que estamos viviendo actualmente, amplían su actividad y su horario de trabajo investigando. En la pasada edición se recibieron 46 trabajos, realizados por más de 500 investigadores, de hasta 20 países distintos como Bangladesh, Noruega, Irán, Es-

tados Unidos, Chile o Perú, entre otros. En esta nueva edición se esperamos contar también con una alta participación en base a la proyección observada en las últimas convocatorias, incluso en unos años tan complicados para la medicina como los actuales."

En la pasada edición se recibieron 46 trabajos, realizados por más de 500 investigadores, de hasta 20 países distintos como Bangladesh, Noruega, Irán, Estados Unidos, Chile o Perú, entre otros

Por su parte, el director Comercial de Andalucía Oriental Norte de CaixaBank remarcaba que "para nuestra entidad financiera es un honor volver a ratificar nuestro compromiso con la investigación médica de calidad". "Para nosotros es fundamental el respaldo a la ciencia y a la investigación, ya que son palabras cargadas de futuro para cualquier sociedad. Desde CaixaBank estamos orgullosos de poder contribuir, una vez más, al progreso científico mediante el apoyo a iniciativas como estos premios", apunta Carmona Acedo.

dra.
palomaojel
CLÍNICA DE MEDICINA ESTÉTICA

Tu clínica de confianza en
Medicina Estética Facial, Corporal y Láser

*Cuidamos de tu imagen,
Cuidamos de tu salud*

Calle Bailarina Anna Pavlova S/N
(Esq. Avnd, Cañito Bazán). 14011 Córdoba
957 047 124 · 635 344 336

clinicapalomaojel.com



INFORMACIÓN

Abordando los accidentes cerebrovasculares desde la neuropsicología



JOSEFA TIENDA SERRANO
NEUROPSICOLOGA (AN 07691)

En Menteágil contamos con un equipo de profesionales, especializados en Psicología y Neuropsicología, que abordan y ayudan a la persona y su entorno a superar las dificultades que padece el paciente que ha sufrido un accidente cerebrovascular.

El ictus es la segunda causa de muerte en el mundo y la tercera en el mundo occidental. Según los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE, 2004) la enfermedad cerebrovascular aguda o ictus fue en el año 2002 la segunda causa de muerte global (35.947 casos) y la primera en la mujer (21.018 casos) en la población española. Esto indica que se produce una muerte por ictus cada 15min. Es la causa más importante a largo plazo en el adulto y la segunda causa de demencia. No obstante, es más discapacitante que letal. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) es la primera causa de discapacidad permanente en adultos. Al menos el 30% de los supervivientes tienen una recuperación incompleta y el 20% requieren asistencia para las actividades de la vida diaria.

Los Factores de riesgo para padecer esta enfermedad son:

- edad
- presión arterial elevada
- sexo masculino
- consumo de tabaco
- antecedentes familiares directos
- diabetes
- nivel de colesterol alto

Las indicaciones previas para buscar ayuda médica urgente son:

- Al sonreír un lado de la cara queda flácido.
- Al levantar los brazos uno tiende a caer o tiene dificultad para subir.
- Al intentar repetir una frase simple hay dificultad para articular las palabras o palabras sin sentido.

¿Qué es un accidente cerebrovascular? ¿Qué tipos existen? ¿Cuáles son sus síntomas? Menteágil te lo explica:

Se denomina «ictus» o «accidente vascular cerebral» (AVC) a un grupo heterogéneo de trastornos en los que se produce una lesión focal en el encéfalo (cerebro, cerebelo, tronco) que puede ser transitoria o definitiva y que es debida a la alteración de un mecanismo vascular. Estos accidentes cerebrovasculares producen déficits cognitivos, sensoriomotoras, físicos y emocionales.

Estos ACV se dividen en 2 tipos según su origen son:

- ACV Isquémico: siendo el más frecuente, ocurre cuando hay un bloqueo en el flujo normal de la sangre cuando se dirige hacia el cerebro. Sus secuelas son mas localizadas.
- ACV Hemorrágico: es menos frecuente pero más letal y ocurre cuando alguno de los vasos sanguíneos cerebrales se rompen y desarrollan un derrame. Tienen efectos más amplios y difusos.

Según la localización de la lesión y la zona afectada pueden aparecer unos síntomas u otros.

Del mismo modo como consecuencia de un ictus todos los dominios cognitivos pueden verse afectados, provocando déficits atencionales, falta de conciencia del déficit, desorientación, agnosias, trastornos de lenguaje (afasias), alteraciones de memoria, disfunción ejecutiva, alteraciones conductuales, déficit motores. Además, puede ocasionar un impacto psicológico sobre el paciente y sus familiares, siendo las manifestaciones depresivas y de ansiedad los trastornos más habituales.

En Menteágil contamos con un equipo especializado que ofrece un tratamiento neuro-



EFFECTOS DEL ICTUS SEGÚN SU LUGAR DE AFECTACIÓN

HEMISFERIO IZQUIERDO	Afasia, Apraxia ideomotora, Agrafía, Agnosia digital, Acalculia
HEMISFERIO DERECHO	Alteraciones en Funciones Visoperceptivas, Visoespaciales y Visoconstructivas
SISTEMA LÍMBICO Y PARALÍMBICO	Amnesia y Alteraciones de la Memoria
LESIONES LOBULOS FRONTALES	Cambios de personalidad, del comportamiento y en las funciones ejecutivas

rehabilitador para personas que han sufrido un ictus.

La rehabilitación neuropsicológica es imprescindible para la reintegración de la persona en su ambiente familiar, laboral y social. El principal objetivo es recuperar y compensar las secuelas y el impacto que las condiciones discapacitantes que se han producido. De modo que la persona vuelva a ser lo mas funcional posible, para desenvolverse en su vida diaria.

Menteágil también ayuda a los familiares para que aprendan a vivir y sobrellevar los déficits cognitivos, los cambios emocionales y conductuales de su familiar.

La neuropsicóloga del centro realiza primero una revisión de todo el historial médico del paciente, posteriormente se realiza una valoración para conocer las distintas funciones cognitivas que han sido afectadas tras el impacto del daño cerebral, valorando los puntos y los puntos fuertes mejor preservados para preparar un programa de rehabilitación individual. Este programa incluye un diagnóstico neuropsicológico, el establecimiento de objetivos recuperables y compensables, intervención sobre los déficits cognitivos, emocionales y sociales y orientación al familiar.

CUIDAMOS TU MEMORIA

Estimulación cognitiva «la gimnasia de tu cerebro»



menteágil
expertos en estimulación cognitiva

LAS SESIONES PUEDEN SER:

- Individuales o grupales
- En clínica o en el domicilio
- Fichas para trabajar en el domicilio

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- Población mayor sana
- Personas con deterioro cognitivo
- Personas con demencia tipo Alzheimer
- Pers. con daño cerebral (ictus, traumatismos...)

Primera
consulta
informativa
GRATUITA



¡ACTIVA TU CEREBRO!

¿Le preocupa su memoria?
¿Tiene pequeños olvidos?
¿Le cuesta decir algunas palabras?
Nosotros podemos ayudarle

OTROS SERVICIOS

- Fisioterapia a domicilio
- Logopedia
- Neurorehabilitación (Ictus, daño cerebral...)
- Atención temprana e infantil
- Psicología (infantil, adultos y terapia de pareja)
- Fisioterapia



Ronda de los Tejares 19, local 16B
(pasaje de Gran Capitán)
Dolores Ibarruri, 3
(Zona Carrefour Sierra)

Otros centros:
• Puente Genil
• Cabra
• Lucena
• Villanueva de Córdoba



957 485 513
630 778 690



menteagil@menteagil.com

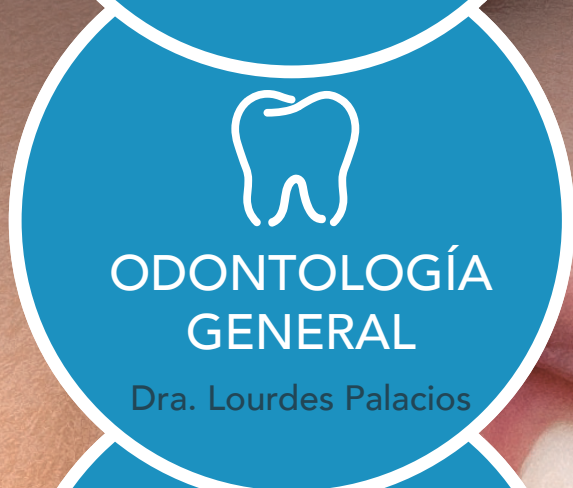


www.menteagil.com



IMPLANTOLOGÍA Y
ESTÉTICA DENTAL

Dr. Tomás Páez



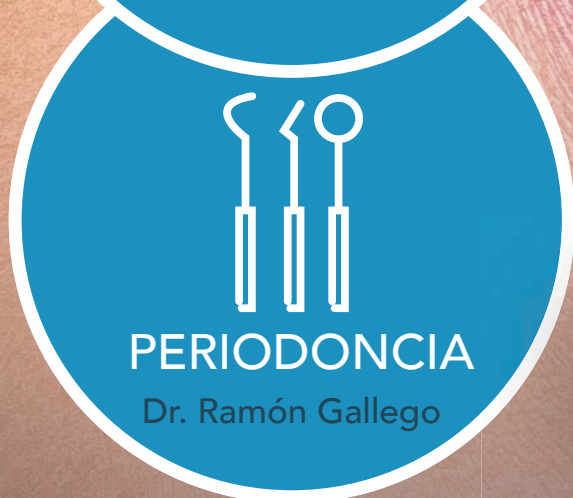
ODONTOLOGÍA
GENERAL

Dra. Lourdes Palacios



ODONTOPEDIATRÍA -
ORTODONCIA - * invisalign

Dr. Ignacio Gallego



PERIODONCIA

Dr. Ramón Gallego



Dr. Tomás Páez

CENTRO DENTAL Y ESTÉTICA
JESÚS Y MARÍA

TU SONRISA,
NUESTRA MEJOR CARTA DE PRESENTACIÓN

957 48 12 31 c/ Jesús María, 6. 4º5 (Junto a Tendillas) | 14003 Córdoba

www.centrodentaljesusmaria.es | centrodentaljesusmaria@gmail.com | [centrodentaljesusmaria](https://www.instagram.com/centrodentaljesusmaria)



BOUTIQUE DE MASCOTAS

· Accesorios de Paseo · Cosmética · Snacks Naturales · Juguetes · Complementos ·

holacanperri@gmail.com | [@can.perri](https://www.instagram.com/can.perri) c/ Málaga, 3 (junto a pza. Tendillas) Córdoba

FARMACIAS DE GUARDIA



DE LUNES A VIERNES

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE

LUCANO, 17	ZONA CASCO ANTIGUO	JUNTO A PLAZA 'EL POTRO'
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	ZONA CENTRO	PLAZA DE LAS TENDILLAS (CENTRO)
MÁRMOL DE BAÑUELOS, 4	ZONA CENTRO	FARMACIA EL GLOBO (ESQUINA A ALFONSO XIII)
AVDA. RONDA TEJARES, 2	ZONA CENTRO	ESQUINA CON PLAZA DE COLÓN
ÁNGEL DE SAAVEDRA, 4	ZONA CENTRO	FRENTE AL CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA
CONCEPCIÓN, 6	ZONA CENTRO	FARMACIA CONCEPCIÓN (FRENTE A BERSHKA)
AVDA. DE MEDINA AZAHARA, 29	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A ALCALDE SÁNZ NOGUER
RODRÍGUEZ MARÍN, 8	ZONA CENTRO	FARMACIA DE LA ESPARTERÍA (PRÓX. AYUNTAMIENTO)
HISTORIADOR JAÉN MORENTE, 4	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	TRAS LA PRISIÓN PROVINCIAL
ISLA DE HIERRO, 4	ZONA NOREÑA	ESQUINA CALLE ISLA FORMENTERA
AVENIDA DEL AEROPUERTO 44-46	ZONA CIUDAD JARDIN	ESQUINA C/ ESCRITOR CONDE DE ZAMORA
CARRETERA TRASSIERRA, 41	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	GLORIETA HIPERCOR
DOLORES IBARRURI, 5	ZONA TABLERO BAJO	FARMACIA PRYCA SIERRA (JUNTO A CARREFOUR SIERRA)
AVDA. DE LAS OLLERÍAS, 11	ZONA CENTRO	ESQUINA A CUESTA DE SAN CAYETANO
GLORIETA AMADORA ESQUINA ISLA FORMENTERA	ZONA ARROYO DEL MORO	FRENTE A MERCADONA
INFANTA DOÑA MARÍA, 5	ZONA CIUDAD JARDÍN	FRENTE IGLESIA LA INMACULADA
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA CON ANTONIO MAURA
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	FRENTE AL AMBULATORIO BENITO DE BAÑOS
CRUZ CONDE, 21	ZONA CENTRO	ESQUINA A RONDA DE LOS TEJARES
JEREZ, 1	ZONA SECTOR SUR	JUNTO AL AMBULATORIO
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	FRENTE BAR PIREO
AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
JOSÉ M ^º MARTORELL, 4	ZONA CIUDAD JARDIN	FRENTE AL MACDONALD DEL ZOCO
AVDA. DE AMÉRICA, 3	ZONA CENTRO	JUNTO AL AMBULATORIO
ISLA ALEGRAÑA, 10	ZONA NOREÑA	JUNTO SUPERMERCADO PIEDRA DE AVDA. ISLA FUERTEVENTURA
LOPE DE HOCES, 7	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ESQ. PASEO DE LA VICTORIA - JUNTO A LA ZONA
HUERTA DEL RECUERO S/N	ZONA NOREÑA	FARMACIA NOREÑA - JUNTO A ARROYO DEL MORO
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	
ESPEJO BLANCAS, 2	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	ESQUINA ALMOGÁVARES (JUNTO AL AMBULATORIO)
AVDA. DEL BRILLANTE, 58	ZONA BRILLANTE	FARMAUTO
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO
SAGUNTO, 13	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	JUNTO CENTRO SALUD DE LEPANTO
AVDA. ALMOGÁVARES, 46	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	JUNTO A PARADA TAXI VALDEOLLEROS
AVDA. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	
AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23	ZONA PARQUE CRUZ CONDE	EXPLANADA JUNTO A PARQUE INFANTIL
MURCIA, 4	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	ENTRE AVDA. BARCELONA Y RONDA DE LA MANCA
FRANCISCO PIZARRO, 8	ZONA FUENSANTA	JUNTO AL AMBULATORIO - PLAZA DE LA JUVENTUD
AVDA. GRAN CAPITÁN, 21	ZONA CENTRO	JUNTO AL CORTE INGLES
AVDA. REPÚBLICA ARGENTINA, 12	ZONA CIUDAD JARDÍN	PABELLONES MILITARES (JUNTO A MEDINA AZAHARA)
AVDA. VIRGEN DE FÁTIMA, 9	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	
DAMASCO, 21	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVDA. DEL AEROPUERTO
MANUEL DE FALLA, 6	ZONA BRILLANTE	JUNTO CAMPING DEL BRILLANTE

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DÍA SIGUIENTE

AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO

DOMINGOS

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE

LUCANO, 17	ZONA CASCO ANTIGUO	JUNTO A PLAZA 'EL POTRO'
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	ZONA CENTRO	FARMACIA EL GLOBO (ESQUINA A ALFONSO XIII)
ÁNGEL DE SAAVEDRA, 4	ZONA CENTRO	FRENTE AL CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA
DOLORES IBARRURI, 5	ZONA TABLERO BAJO	FARMACIA PRYCA SIERRA (JUNTO A CARREFOUR SIERRA)
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	FRENTE BAR PIREO
AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
AVDA. DE AMÉRICA, 3	ZONA CENTRO	JUNTO AL AMBULATORIO
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	
AVDA. DEL BRILLANTE, 58	ZONA BRILLANTE	FARMAUTO
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO
SAGUNTO, 13	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	JUNTO CENTRO SALUD DE LEPANTO
AVDA. ALMOGÁVARES, 46	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	JUNTO A PARADA TAXI VALDEOLLEROS
AVDA. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	
FRANCISCO PIZARRO, 8	ZONA FUENSANTA	JUNTO AL AMBULATORIO - PLAZA DE LA JUVENTUD
AVDA. REPÚBLICA ARGENTINA, 12	ZONA CIUDAD JARDÍN	PABELLONES MILITARES (JUNTO A MEDINA AZAHARA)

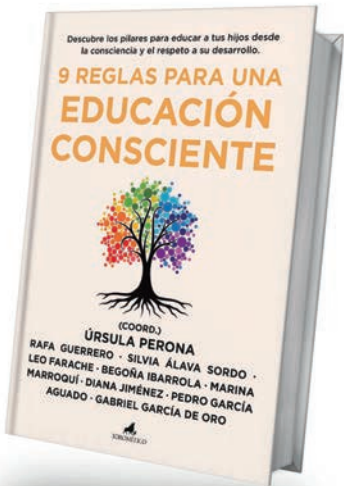
FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DÍA SIGUIENTE

AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO

Aprende a transmitir los pilares sobre los que sentar las bases de una crianza consciente.

¡No esperes más para transformar la educación de tus hijos!

Con la coordinación de Úrsula Perona, cuenta con autores de referencia como Rafa Guerrero «Darwin», Silvia Álava Sordo, Leo Farache, Begoña Ibarrola, Marina Marroquí, Diana Jiménez, Pedro García Aguado y Gabriel García de Oro.



SÁBADOS

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE

LUCANO, 17	ZONA CASCO ANTIGUO	JUNTO A PLAZA 'EL POTRO'
MÁRMOL DE BAÑUELOS, 4	ZONA CENTRO	FARMACIA EL GLOBO (ESQUINA A ALFONSO XIII)
ÁNGEL DE SAAVEDRA, 4	ZONA CENTRO	FRENTE AL CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA
CONCEPCIÓN, 6	ZONA CENTRO	FARMACIA CONCEPCIÓN (FRENTE A BERSHKA)
AVDA. DE MEDINA AZAHARA, 29	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A ALCALDE SÁNZ NOGUER
RODRÍGUEZ MARÍN, 8	ZONA CENTRO	FARMACIA DE LA ESPARTERÍA (PRÓX. AYUNTAMIENTO)
HISTORIADOR JAÉN MORENTE, 4	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	TRAS LA PRISIÓN PROVINCIAL
AVENIDA DEL AEROPUERTO 44-46	ZONA CIUDAD JARDIN	ESQUINA C/ ESCRITOR CONDE DE ZAMORA
CARRETERA TRASSIERRA, 41	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	GLORIETA HIPERCOR
DOLORES IBARRURI, 5	ZONA TABLERO BAJO	FARMACIA PRYCA SIERRA (JUNTO A CARREFOUR SIERRA)
AVDA. DE LAS OLLERÍAS, 11	ZONA CENTRO	ESQUINA A CUESTA DE SAN CAYETANO
INFANTA DOÑA MARÍA, 5	ZONA CIUDAD JARDÍN	FRENTE IGLESIA LA INMACULADA
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA CON ANTONIO MAURA
JEREZ, 1	ZONA SECTOR SUR	JUNTO AL AMBULATORIO
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	FRENTE BAR PIREO
AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
JOSÉ M ^º MARTORELL, 4	ZONA CIUDAD JARDÍN	FRENTE AL MACDONALD DEL ZOCO
AVDA. DE AMÉRICA, 3	ZONA CENTRO	JUNTO AL AMBULATORIO
LOPE DE HOCES, 7	ZONA PASEO DE LA VICTORIA	ESQ. PASEO DE LA VICTORIA - JUNTO A LA ZONA
HUERTA DEL RECUERO S/N	ZONA NOREÑA	FARMACIA NOREÑA - JUNTO A ARROYO DEL MORO
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	
AVDA. DEL BRILLANTE, 58	ZONA BRILLANTE	FARMAUTO
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO
SAGUNTO, 13	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	JUNTO CENTRO SALUD DE LEPANTO
AVDA. ALMOGÁVARES, 46	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	JUNTO A PARADA TAXI VALDEOLLEROS
FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 Y 5	ZONA NOREÑA	JUNTO A DEZA
AVDA. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	
FRANCISCO PIZARRO, 8	ZONA FUENSANTA	JUNTO AL AMBULATORIO - PLAZA DE LA JUVENTUD
AVDA. GRAN CAPITÁN, 21	ZONA CENTRO	JUNTO AL CORTE INGLES
AVDA. REPÚBLICA ARGENTINA, 12	ZONA CIUDAD JARDÍN	PABELLONES MILITARES (JUNTO A MEDINA AZAHARA)
AVDA. VIRGEN DE FÁTIMA, 9	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	
DAMASCO, 21	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVDA. DEL AEROPUERTO
MANUEL DE FALLA, 6	ZONA BRILLANTE	JUNTO CAMPING DEL BRILLANTE
*CARRETERA DEL AEROPUERTO KM 4,250 (N-437)	ZONA AEROPUERTO	GLORIETA JUNTO AL SUPERMERCADO PIEDRA

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DÍA SIGUIENTE

AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO

* LAS FARMACIAS MARCADAS CON * PERMANECERÁN CERRADAS EL SÁBADO 7 DE OCTUBRE.

12 Y 24 DE OCTUBRE (FESTIVOS)

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE

LUCANO, 17	ZONA CASCO ANTIGUO	JUNTO A PLAZA 'EL POTRO'
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	ZONA CENTRO	PLAZA DE LAS TENDILLAS (CENTRO)
MÁRMOL DE BAÑUELOS, 4	ZONA CENTRO	FARMACIA EL GLOBO (ESQUINA A ALFONSO XIII)
ÁNGEL DE SAAVEDRA, 4	ZONA CENTRO	FRENTE AL CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA
CONCEPCIÓN, 6	ZONA CENTRO	FARMACIA CONCEPCIÓN (FRENTE A BERSHKA)
RODRÍGUEZ MARÍN, 8	ZONA CENTRO	FARMACIA DE LA ESPARTERÍA (PRÓX. AYUNTAMIENTO)
HISTORIADOR JAÉN MORENTE, 4	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	TRAS LA PRISIÓN PROVINCIAL
CARRETERA TRASSIERRA, 41	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	GLORIETA HIPERCOR
DOLORES IBARRURI, 5	ZONA TABLERO BAJO	FARMACIA PRYCA SIERRA (JUNTO A CARREFOUR SIERRA)
AVDA. DE LAS OLLERÍAS, 11	ZONA CENTRO	ESQUINA A CUESTA DE SAN CAYETANO
INFANTA DOÑA MARÍA, 5	ZONA CIUDAD JARDÍN	FRENTE IGLESIA LA INMACULADA
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA CON ANTONIO MAURA
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	FRENTE AL AMBULATORIO BENITO DE BAÑOS
JEREZ, 1	ZONA SECTOR SUR	JUNTO AL AMBULATORIO
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA	FRENTE BAR PIREO
AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
AVDA. DE AMÉRICA, 3	ZONA CENTRO	JUNTO AL AMBULATORIO
ISLA ALEGRAÑA, 10	ZONA NOREÑA	JUNTO SUPERMERCADO PIEDRA DE AVDA. ISLA FUERTEVENTURA
HUERTA DEL RECUERO S/N	ZONA NOREÑA	FARMACIA NOREÑA - JUNTO A ARROYO DEL MORO
CINCO CABALLEROS, 9	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	
AVDA. DEL BRILLANTE, 58	ZONA BRILLANTE	FARMAUTO
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO
SAGUNTO, 13	ZONA CARLOS III-SAGUNTO	JUNTO CENTRO SALUD DE LEPANTO
AVDA. ALMOGÁVARES, 46	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS	JUNTO A PARADA TAXI VALDEOLLEROS
AVDA. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	
FRANCISCO PIZARRO, 8	ZONA FUENSANTA	JUNTO AL AMBULATORIO - PLAZA DE LA JUVENTUD
AVDA. REPÚBLICA ARGENTINA, 12	ZONA CIUDAD JARDÍN	PABELLONES MILITARES (JUNTO A MEDINA AZAHARA)
AVDA. VIRGEN DE FÁTIMA, 9	ZONA VIRGEN DE FÁTIMA	

FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DÍA SIGUIENTE

AVDA. JESÚS RESCATADO, S/N	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID	MERCADO DEL MARRUBIAL
GRAN VÍA PARQUE, 59	ZONA CIUDAD JARDÍN	ESQUINA A AVENIDA AEROPUERTO



DIONI BARRERA

PELUQUEROS

«Conocemos 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

I BARRERA

PELUQUEROS



«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

info@dionibarrera.com · dionibarrera.com

La investigación enfermera cordobesa pone el foco en diversos temas que inciden en la salud de la sociedad

Estos temas forman parte de los estudios presentados en las I Jornadas de Investigación del Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba, celebradas hoy en la Facultad de Medicina y Enfermería de la Universidad de Córdoba

REDACCIÓN

El desarrollo sostenible relacionado con los cuidados, el impacto ambiental de la práctica enfermera, la sensibilización contra la violencia de género y la repercusión de los factores socioeconómicos y determinadas enfermedades en algunos parámetros fisiológicos y en

Han sido 23 los estudios presentados a estas I Jornadas de Investigación del Colegio cordobés

la estructura socioeconómica de las familias; son parte de los estudios de investigación que se han presentado en las I Jornadas de Investigación del Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba, que se celebran hoy en la Facultad de Medicina y Enfermería de la Universidad de Córdoba (UCO). Un evento científico que cuenta con la participación de expertos a nivel nacional y la asistencia de un centenar de enfermeros e investigadores cordobeses, así como doctorandos de Enfermería.



Entre otras temáticas de los trabajos presentados, activos en Salud en población inmigrante, sobre el impacto de intervenciones de ayuda espiritual y calidad de vida en pacientes paliativos, y planes de acción para mejorar la lactancia; son un conjunto de estudios que giran en torno a revisiones sistemáticas, análisis observacionales descriptivos y varios casos clínicos, en la línea observada en otros foros de in-

vestigación de Enfermería a nivel nacional.

En concreto, han sido 23 los estudios presentados a estas I Jornadas de Investigación del Colegio cordobés -14 en formato póster (61%), 6 comunicaciones orales de enfermeras investigadoras (26%) y 3 comunicaciones orales de doctorandos (13%); 11 de ellos realizados por investigadores de la UCO y el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de

Córdoba (IMIBIC), 7 procedentes del ámbito hospitalario y 5 desde Atención Primaria. Estas investigaciones son las protagonistas de sendas mesas que se sucederán a lo largo de la jornada, que reflejarán la investigación enfermera que se genera en la provincia cordobesa.

Previamente, en la inauguración del encuentro, la presidenta del Colegio, Natalia Pérez, ha afirmado que «el Colegio se enorgullece de seguir promo-

viendo y fomentando la investigación en Enfermería, ya que creemos firmemente en el papel crucial que desempeña en el avance de nuestra profesión y en la mejora de la calidad de atención al paciente», y ha recordado que la investigación es una «línea estratégica que el Colegio considera clave para el desarrollo profesional».

Junto a la presidenta, la inauguración ha contado con la participación del secretario general de Salud Pública e I+D+i en Salud de la Consejería de Salud y Consumo, Isaac Túnez; la presidenta del Consejo Andaluz de Enfermería, María del Mar García, que ha resaltado la importancia de la formación continuada en la investigación enfermera y el traslado de los resultados obtenidos a la práctica asistencial «para mejorar los cuidados»; y el decano de la Facultad de Medicina y Enfermería de la UCO, Luis Jiménez, que ha destacado la evolución registrada por la investigación enfermera en la última década.

Isaac Túnez ha afirmado que la Consejería apuesta firmemente por la estrategia de Investigación e Innovación en



Viviendas de 2, 3 y 4 dormitorios
con plazas de aparcamiento y trasteros

Dúplex con amplias terrazas, piscina privada y solárium

Viviendas con jardín privado y piscina comunitaria

957 47 77 67

Arquitectos: Valerín Berlanga Torres, Rafael Blanco Carreras

Arquitecto técnico: Valerín Berlanga Cortés

Jefe de Obra: Jesús Martínez Cardón

CONSTRUCCIONES BERLANGA CORTÉS S.L. C.I.F. B-56073834 El consumidor tiene derecho a que se le entregue copia del documento informativo obtenido, así como cualquier información adicional a que se refiere el decreto 218/2005. Toda esta información está a disposición del consumidor en nuestro oficina de información y venta en C/Alfonso Luaces, 4, 4º, Córdoba. Todas las condiciones entregadas o cuenta según aprobadas según ley.



salud, «puesto que transforma y mejora las posibilidades de la atención sanitaria, y seguiremos trabajando por apoyar esta I+i, favoreciendo la captación de recursos y de talento». También ha hecho referencia a las categorías de Enfermería especializada clínico/investigador, que van a ser creadas en el seno del Servicio Andaluz de Salud (SAS).

Expertos a nivel nacional confluyen en este encuentro en el que se refleja la importancia de la Enfermería basada en la evidencia; sustentada en la investigación, la experiencia profesional y las preferencias del paciente.

Tras la inauguración oficial, se ha dado paso a la conferencia inaugural sobre 'La investigación cualitativa como fuente de evidencias para la buena práctica en Enfermería', a cargo de Manuel Amezcua, uno de los grandes referentes internacionales de la Enfermería, Doctor por las Universidades de Alicante y UCAM-Murcia, Catedrático de Investigación en Cuidados de Salud, profesor extraordinario en la Universidad de Granada y presidente de la Fundación Index, entidad científica de gran prestigio internacional, centrada en la investigación sobre cuidados de salud y en la gestión del conocimiento enfermero.

Investigación, experiencia enfermera y la voz de los ciudadanos
Manuel Amezcua ha explicado que tradicionalmente se admite que las evidencias científicas provienen fundamentalmente de investigaciones de tipo experimental, «pero en una disciplina aplicada como la Enfermería, necesitamos expandir el conocimiento hacia otras fuentes tanto

o más solventes». En esta expansión, ha resaltado el gran potencial que tiene la investigación cualitativa «para generar prácticas basadas en evidencias sólidas y con una gran capacidad de transferencia». Todo ello explicado a través del modelo PRAXIS, que además de la investigación de calidad, «incorpora la experiencia del profesional y las preferencias de los ciudadanos, que adoptan una posición participativa y activa ante la implementación de las buenas prácticas de cuidados».

Asimismo, otra mesa coloquio aborda los 'Logros, desafíos y oportunidades de la investigación enfermera en España'; donde se diseccionará por dónde discurren las principales líneas de investigación de Enfermería en nuestro país de la mano de reconocidos enfermeros investigadores a nivel nacional, en una mesa moderada por Antonio Díaz, enfermero, investigador principal de 'Oleicopiel' y referente del grupo de Asesoramiento para la Investigación del Colegio de Enfermería de Córdoba.

El desarrollo sostenible, la violencia de género y en cómo los factores socioeconómicos y determinadas enfermedades inciden en la salud de la sociedad

Ya a partir de las 15.30 horas se desarrollarán dos seminarios prácticos simultáneos sobre investigación, el primero de ellos centrado en la pregunta de investigación y búsqueda de información; y el segundo sobre traslación de la investigación a la práctica, con experiencias enfermeras desarrolladas en el IMIBIC. De igual manera, la directora de Enfermería del Hospital Universitario



Reina Sofía de Córdoba, Rocío Segura, será la encargada de presentar varias experiencias de la Comisión de investigación enfermera de este Hospital, creada el pasado mes de marzo.

Premios y desafíos a la hora de investigar

Estas I Jornadas se cerrarán a última hora de la tarde con la entrega de premios a la mejor Comunicación Oral, a la mejor Comunicación Oral presentada por doctorandos, y al mejor Póster, dotados con 750 euros en total.

Por último, la profesora y coordinadora del Grado en Enfermería de la UCO, Vanesa Cantón, pronunciará la conferencia de clausura, centrada en los desafíos

a los que se enfrentan los profesionales de Enfermería a la hora de investigar.

«La sobrecarga laboral, la imposibilidad para dedicar tiempo a esta actividad durante el horario laboral, la dificultad para conseguir financiación, las limitaciones en formación y el insuficiente reconocimiento de la importancia de la investigación en Enfermería, se convierten en obstáculos que disuaden la participación en este ámbito», señala Vanesa Cantón; que sin embargo ha destacado que, a pesar de estos desafíos, la producción científica en Enfermería ha experimentado un crecimiento exponencial en los últimos años, impulsada por el compromiso y dedicación personal de las enfermeras.



CENTRO MEDICO CIUDAD JARDIN

Abierto todos los días del año

Laborables de 8'30 a 22'00 horas
Sábados, domingos y festivos de 9'00 a 22'00 horas

Consulte nuestra página web y solicite su cita:
www.centromedicociudadjardin.com

• Especialidades médicas

• Se realizan todo tipo de pruebas complementarias de cardiología
ergometría, ecocardiograma doppler,
holter tensión y holter ECG

• Técnicas de diagnóstico
análisis clínicos, radiología general e infantil,
ortopantomografía, ecografías, mamografía,
pruebas oftalmológicas, respiratorias y auditivas,
electromiografía, potenciales evocados...

• Certificados médicos de todo tipo
Aviación, Conductor, Armas, Animales
peligrosos, Embarcaciones, Gruas...

• Odontología
Implantología, conservadora,
ortodoncia, periodoncia

Cita previa en los teléfonos
957 450 002 y 957 450 021

Avda. Gran Vía Parque 21 local, segunda entrada C/Julio Pellicer 26 local - 14005 CÓRDOBA

NOTICIAS EN BUENAS MANOS

La prevención es la forma más eficaz de evitar los accidentes en niños y ayudarles a adquirir la autonomía adecuada a cada edad

El doctor González de Caldas resalta que «lo ideal es conseguir un equilibrio entre la protección y la educación de los pequeños para que vayan desarrollando conductas responsables sin caer en la sobreprotección ni en la falta de cuidados»

REDACCIÓN

La prevención es la forma más eficaz de evitar los accidentes en la infancia, «pues es importante proteger a los pequeños de los peligros y situaciones que pueden dar lugar a un accidente, así como enseñarles a comportarse de manera responsable, dándoles progresivamente la autonomía adecuada a su edad para que vayan adquiriendo conductas seguras», según ha explicado el doctor Rafael González de Caldas, pediatra del Hospital Quirónsalud Córdoba.

El doctor González de Caldas ha indicado que «lo ideal es conseguir un equilibrio adecuado entre la protección y la autonomía, que les permita ir poco a poco desarrollando comportamientos responsables sin caer en la sobreprotección ni en la falta de cuidados». Estas primeras semanas de vuelta al colegio «son muy buen momento para poner en práctica una estrategia de prevención que ayudará a reducir los accidentes».

Diferentes estudios demuestran que los accidentes más frecuentes se producen en días lectivos, más en la calle que en el hogar y con un porcentaje más alto en mayores de 10 años. En cuanto a los tipos de accidente, los más frecuentes son las caídas, cortes, quemaduras e intoxicaciones. Para evitarlos, el doctor González de Caldas ha señalado que «es



preciso hacer algunas recomendaciones útiles en este comienzo de curso según la edad y tipo de accidente».

Entre uno y tres años los niños desarrollan el movimiento, la curiosidad y los hábitos, por lo que la prevención se ha de centrar en el peligro de intoxicaciones, quemaduras y caídas. Para ello recomienda evitar la presencia de productos tóxicos a su alcance, ya que existe peligro de lesiones por líquidos abrasivos o ingesta de los mismos, también llevar de la mano a los niños por la calle y vigilarlos cuando están en parques o jardines. Hay que tener precaución para evitar el peligro de atragantamiento «tanto al

comer, como usando juguetes con piezas pequeñas que pueden ser ingeridas y causar ahogamientos», ha afirmado el doctor González de Caldas.

Entre los cuatro y los nueve años aumenta la autonomía de los niños, así que la prevención debe encaminarse a cuestiones como llevarlos sujetos en los asientos posteriores de los automóviles, que deben tener dispositivo de seguridad en las puertas, cruzar la calle cogiendo al pequeño de la mano y explicándole que hay que mirar a ambos lados de la calzada para cruzar. En caso de utilizar bicicleta, monopatín o patines, deben adquirirse equipos de pro-

tección de tamaño adecuado a la edad del niño.

El doctor González de Caldas ha resaltado que la etapa de los diez a los catorce años se caracteriza por un gran desarrollo físico y psicológico, así que la prevención «deberá hacer hincapié en la seguridad vial, el riesgo que tienen el fuego y la electricidad y la manera de evitarlo conociendo los planes de evacuación de los lugares que frecuentan, como el colegio». En la población infantil y adolescente hay que prevenir los accidentes fomentando la seguridad, sin coartar su desarrollo, para ello hay que evitar la protección excesiva, «conviene estar pendiente de ellos pero hay que darles un cierto margen de libertad».

Sobrecarga emocional

La vuelta al colegio lleva también una sobrecarga física importante, por eso, según el doctor, es recomendable que los niños alternen trabajo, descanso y juego, dosificando sus esfuerzos. La sobrecarga emocional es uno de los aspectos a destacar en la edad escolar, el nuevo curso escolar supone un esfuerzo extra de los niños en el ámbito psicológico y hay que ayudarles a organizar en número y dificultad sus tareas diarias, manteniendo la comunicación sobre sus necesidades, ha afirmado el doctor.



elcolchón

Especialistas en Descanso... zzzz

desde 1972

Essenzia
Dormire

R3VIVE
Nueva línea sport

COMPACT FORM DRY PURE PROFILING DRU HIGH SOFT HR50 malva CELLIA TENCEL SUPERFLEX ACTIVATED TITANIUM tejido SuperStretch ComfortZone PUREfresh BLOQUE MULTIPRO VISCOGEL

Calle Osario, 3 Local 957 471 369 638 415 577



VIVEROS

Surplant, s.l.®

Avda. de la Arruzafa, 29
957 27 55 58
693 26 14 55
14012 - CÓRDOBA
surplantlaarruzafa@surplant.es
www.surplant.es

PRODUCTORES DE PLANTA, ORNAMENTAL Y DE JARDÍN



VISTE TU JARDÍN DE OTOÑO

En VIVEROS INSURPLANT Disponemos de una amplia variedad de plantas ornamentales tanto de interior como de exterior, así como todo tipo de árboles ornamentales y frutales, vivaces, setos, céspedes y productos accesorios que harán de su casa, terraza, finca, jardín o huerto un entorno para disfrutar. Nuestros clientes cuentan con el asesoramiento de expertos profesionales con años de experiencia en este mercado, que le asesorarán sobre las plantas que necesita su espacio.

semillero, plantación interior y exterior, césped artificial, plantación automatizada



Entrevista a Julián Romero, chef de La posada del caballo andaluz

«En Córdoba, es tradición en sus tabernas tener siempre un plato de caza, y en la actualidad se está introduciendo en los restaurantes por su valor nutricional»

REDACCIÓN

¿Qué te atrajo a trabajar con carne de venado y cuál es tu enfoque culinario al preparar este tipo de carne?

Era algo que faltaba en la carta además pensaba que al ser tan saludable (rica en vitamina B12 y fuente de hierro), debía estar en nuestra carta, al fin al cabo también era una demanda de nuestros clientes.

¿Cuáles son las características únicas de la carne de venado en comparación con otras carnes más comunes, como el pollo o la carne de res?

La carne de venado tiene menos grasa que la carne de ternera, aporta más sabor y es una ventaja para nosotros al introducirla en nuestra carta.

¿Puedes describir algunos de los platos más populares o destacados que ofreces en tu restaurante que incluyan carne de venado?

A fecha de hoy hemos incorporado la carne de venado en salsa, estando en nuestra mente introducir nuevas elaboraciones como el potaje montañés que estamos elaborando en nuestras cocinas.

¿Cómo seleccionas y preparas la carne de venado para asegurarte de que esté tierna y llena de sabor en tus platos?

Nuestro proveedor nos selecciona la pieza más tierna del animal y la tratamos de la siguiente manera, la marcamos en vino tinto y especias de monte como el romero y el tomillo y luego la guisamos como nos gusta en la Posada del caballo Andaluz, a fuego lento de 6-8 horas, de esa forma conseguimos una carne tierna y jugosa.



La procedencia de la carne de venado que ofrecemos en nuestro restaurante es de la Provincia de Córdoba. El consumir este tipo de carne tiene un impacto mínimo en el medio ambiente y por lo tanto permite conservar en buen estado los espacios naturales.

¿Qué maridajes de vinos o guarniciones recomiendas para complementar la carne de venado?

Habitualmente, nuestro jefe de Sala, Antonio, propone maridar este es-

tofo de carne con los vinos olorosos de Montilla Moriles, o con vinos de nuestra tierra con el Coupage (70% tempranillo, 20 syrah y 10 cabernet).

¿Qué consejos tienes para las personas que deseen cocinar carne de venado en casa por primera vez?

El consejo que yo daría es paciencia. Es un guiso que necesita su tiempo.

¿Tienes alguna historia o experiencia memorable relacionada con la preparación de carne de venado en tu restaurante que te gustaría compartir?

Pues podría contarte que la primera vez que encomendé guisar esta carne a un aprendiz que tuvimos la dejó dura, después de explicarlo con detenimiento.

¿Cómo abordas la sostenibilidad y la procedencia de la carne de venado en tu restaurante?

La procedencia de la carne de venado que ofrecemos en nuestro restaurante es de la Provincia de Córdoba. El consumir este tipo de carne tiene un impacto mínimo en el medio ambiente y por lo tanto permite conservar en buen estado los espacios naturales.

¿Qué desafíos o aspectos únicos enfrentas al trabajar con carne de venado en comparación con otras proteínas?

Como aspecto único es su sabor intenso y contiene proteínas de alto valor biológico.

¿Qué tendencias ves en la cocina de carne de venado en la actualidad y cuál crees que será su futuro en la gastronomía?

En Córdoba, es tradición en sus tabernas tener siempre un plato de caza, y en la actualidad se está introduciendo en los restaurantes por su valor nutricional.







PUERTA SEVILLA
TABERNA · RESTAURANTE · CÓRDOBA

RESTAURANTE
957 297 380



LA VIUDA
TABERNA

TABERNA
957 296 905



LA POSADA DEL CABALLO ANDALUZ
CASA DE COMIDAS

CASA DE COMIDAS
957 290 374

en el corazón de San Basilio







Collection Todoliva

AOVEs de fincas Multivarietales en seto

Emociona tu paladar
con un mundo de sabores, aromas y colores



Disponibles en cajas de 1, 3, 5 y 6 L

Collection Aoves Todoliva

La colección completa está formada por cinco extraordinarios **aceites vírgenes extra** monovarietales y un multivarietal. De variados e intensos sabores y aromas frutados, que los hacen únicos y diferentes entre sí. En boca se muestran suaves, ligeros y fragantes. Ideales para degustar y maridar en tu cocina, con tantos platos, como tu imaginación te permita

Pequeños y grandes,
este otoño regresa
**la Ciudad de los
Niños**

Horario otoño-invierno

martes - domingo
11:00 - 17:00h
lunes cerrado

