CÓRDOBA SANA

WWW.CORDOBASANA.ES
@CORDOBASANA

mayo de 2023

Año XIV • número 189. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO

centroauditivo 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

El Hospital Quirónsalud Córdoba diagnostica un caso raro de enfermedad autoinmune con una incidencia de uno por cada 10 millones de habitantes

Se trata de una patología en la que se producen anticuerpos que afectan a los riñones y pulmones del paciente afectado, presentándose como daño renal agudo y daño pulmonar severo

(sigue en la página 2)

Finca Saldaña
Residencial

Todo lo bueno de un chalet,
todas las ventajas de una urbanización

21 viviendas unifamiliares independientes
en una comunidad energética

+ Información — Venta · +34 **696 878 894** · gestion@huertahierrohouse.com · **www.fincasaldaña.com**

NOTICIA DE PORTADA

CÓRDOBA SANA

Quirónsalud Córdoba diagnostica un caso de enfermedad con una incidencia de 1 por cada 10 millones de habitantes

Se trata de una patología en la que se producen anticuerpos que afectan a los riñones y pulmones del paciente afectado, presentándose como daño renal agudo y daño pulmonar severo

REDACCIÓN

El Hospital Quirónsalud Córdoba ha diagnosticado un caso extremadamente raro de enfermedad autoinmune que cuenta con una probabilidad de aparición (incidencia) de aproximadamente un caso por cada 10 millones de habitantes, según ha indicado el doctor Francisco Amaral-Neiva, especialista del servicio de Nefrología del hospital, único centro privado de la provincia que cuenta con este servicio.

El doctor Amaral-Neiva ha explicado que este caso, presentado en el 50 Congreso de la Sociedad Andaluza de Nefrología junto al doctor Mario Espinosa, también especialista del servicio de Nefrología, se trata de una variante atípica de la "enfermedad por anticuerpos antimembrana basal glomerular (Ac-MBG)", también conocida como "enfermedad de Goodpasture", con una incidencia aproximada de 1 caso cada millón de habitantes. Particularmente, el caso diagnosticado en el Hospital Quirónsalud Córdoba se presentó como una variante atípica con una probabilidad de aparición de un caso por cada 10 millones de habitantes.

En esta enfermedad de tipo autoinmune se producen unos anticuerpos (muchas veces estimulados por algún agente lesivo como una infección respiratoria o el humo de tabaco), que se dirigen contra los riñones y pulmones del paciente, presentándose como daño renal agudo con necesidad de terapia de sustitución renal (hemodiálisis) y como un daño pulmonar severo en forma de hemorragia alveolar. Así, es una enfermedad "con un mal pronóstico renal y en la que en caso de necesitar hemodiálisis al diagnóstico, muy pocas veces se recupera la función renal pese a instaurar el tratamiento, por lo que es fundamental un diagnóstico rápido para lograr un buen pronóstico en una enfermedad tan rara", ha afirmado el doctor Amaral-Neiva.

Para el tratamiento de estos pacientes suele ser necesario realizar una biopsia renal (tomar una muestra de los riñones para confirmar o descartar que el daño se debe a estos anticuerpos), diálisis (según la severidad del daño renal al diagnóstico), plasmaféresis (una técnica similar a la diálisis que permite eliminar anticuerpos de la circulación sanguínea) y medicación inmunosupresora para frenar la producción adicional de anticuerpos.

Atención multidisciplinar

El doctor Amaral-Neiva ha destacado que el caso diagnosticado en el Hospital Quirónsalud Córdoba tenía como particularidad que debutó exclusivamente con afectación pulmonar, sin daño renal activo, por lo que la probabilidad de sospechar una enfermedad de por sí tan rara y además con esta presentación tan atípica era muy baja. Al ingresar en el hospital, el servicio de Medicina Interna solicitó las pruebas pertinentes, que permitieron sospechar de la enfermedad y, una vez obtenidos los resultados, se llevó a cabo un manejo multidisciplinar del caso, contando con la participación de Reumatología, Neumología y Nefrología.

Gracias al rápido diagnóstico por parte de Medicina Interna y al inicio precoz de tratamiento, se obtuvo una excelente respuesta inicial con control del daño pulmonar que presentaba al ingreso y sin detectarse progresión en el plano renal, con progresivo descenso de anticuerpos, por lo que de forma multidisciplinar se optó por un tratamiento médico inmunosupresor. El paciente fue dado de alta a los diez días de ingreso con función pulmonar y renal óptimas, recibiendo tratamiento inmunosupresor oral.

El doctor Amaral-Neiva ha destacado la importancia de contar con un equipo médico "capaz de sospechar un amplio abanico de enfermedades, con un equipo multidisciplinar completo para la toma de decisiones, coordinación y actuación rápida".

Además del poster de este caso, los doctores Amaral-Neiva y Espinosa presentaron otros dos posters en el 50 Congreso de la Sociedad Española de Nefrología, celebrado en Jaén, que ha reunido a especialistas de Nefrología de toda la comunidad y residentes en formación en la especialidad, para compartir y dar difusión a nivel autonómico de casos particulares y los últimos avances en Nefrología, así como resultados de la especialidad. El segundo trabajo presentado ha tratado sobre la detección de una enfermedad genética nefrológica, que ha permitido detectar a otros 5 miembros de la misma familia afectados y que no habían presentado todavía síntomas, posibilitando un tratamiento precoz. Y un tercer poster sobre el tratamiento de una enfermedad autoinmune renal en mujeres embarazadas.

quironsalud.es

Un gran recibimiento para una gran espera

Vuestro bebé es lo más importante

En el **Servicio** de **Obstetricia y Ginecología** de **Hospital Quirónsalud Córdoba** estamos listos para darle la mejor bienvenida a vuestro bebé, por eso ponemos a vuestra disposición:

- Acompañamiento durante todo el embarazo.
- Equipo médico multidisciplinar.
- Entorno hospitalario seguro.

Solicita tu visita guiada y conoce al equipo que os cuidará

Ven y conócenos
TOUR PREMAMÁ

Joint Commission International Quality Approval

Grupo hospitalario nº1 en España y Europa 1

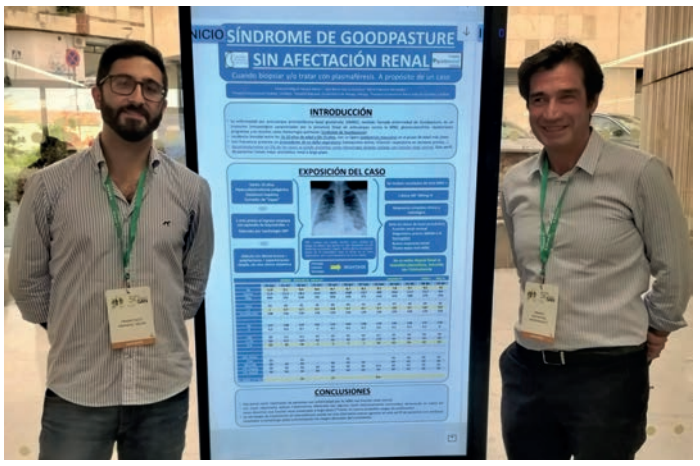
Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área **"Mi Quirónsalud"** de **quironsalud.es**, o en nuestra **App.**

Hospital quirónsalud Córdoba

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

Cita previa
900 301 013

SUMARIO



QUIRÓNSALUD CÓRDOBA DIAGNOSTICA UN CASO DE ENFERMEDAD CON UNA INCIDENCIA DE 1 POR CADA 10 MILLONES DE HABITANTES 2

ABORDANDO LOS ACCIDENTES CEREBROVASCULARES DESDE LA NEUROPSICOLOGÍA 6

FARMACIAS DE GUARDIA 8

HOSPITAL ARRUZAFA SUMA UNA QUINTA DONACIÓN DE 5,4 TONELADAS DE COMIDA AL BANCO DE ALIMENTOS 10

ENTREVISTA A AURORA MELLADO, CHEF DE PUERTA SEVILLA 11

EL HOSPITAL QUIRÓNSALUD CÓRDOBA PROMUEVE HÁBITOS SALUDABLES ENTRE LOS ADOLESCENTES 12

EL HOSPITAL REINA SOFÍA ORGANIZA UN CURSO DE ESPECIALIZACIÓN SOBRE LA ALERGIA A HIMENÓPTEROS 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 MAYO

1	2 DÍA MUNDIAL DEL ASMA	3	4	5 DÍA INTERNACIONAL DE LAS MATRONAS	6 DÍA INTERNACIONAL SIN DIETAS	7
8 DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE OVARIO	9	10 DÍA MUNDIAL DEL LUPUS	11	12 DÍA INTERNACIONAL DE LA ENFERMERÍA	13	14
15 DÍA INTERNACIONAL DE LA FAMILIA	16	17 DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN	18	19	20	21
22	23 DÍA MUNDIAL DEL MELANOMA	24	25	26	27	28
29	30 DÍA MUNDIAL DE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE	31 DÍA MUNDIAL SIN TABACO	1	2	3	4

LA FRASE DEL MES

«En ninguna cosa los hombres se acercan más a los dioses como en proporcionarle salud al hombre.»

MARCUS TULLIUS CICERO

RESTAURANTE
LA ANTIGUA
FUNDADA EN 1999

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.

Todo lo bueno de un chalet, con todas las ventajas de una urbanización

21 viviendas unifamiliares independientes en una comunidad energética sostenible

+ Info › **www.fincasaldana.com**

Finca Saldaña™
Residencial

HHH
Huerta Hierro House

Información y Reservas
+34 **696 878 894**
gestion@huertahierrohouse.com
www.fincasaldana.com

INFORMACIÓN

CÓRDOBA SANA

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 neurorrehabilitador para personas que han sufrido un Ictus.

EFECTOS 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

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.

Menteagil 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 programas 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.

CAN PERRI

BOUTIQUE DE MASCOTAS

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

holacanperri@gmail.com @can.perri c/ Málaga, 3 (junto a pza.Tendillas) Córdoba

FARMACIAS DE GUARDIA

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba
www.cofco.org
CÓRDOBA SANA

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 Mª MARTORELL, 4 *	ZONA CIUDAD JARDÍN	FRENTE AL MACDONALD DEL ZOCO
AVDA. DE AMÉRICA, 3	ZONA CENTRO	JUNTO AL AMBULATORIO
ISLA ALEGRANZA, 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
FELIPE MELLIZO 4 Y 5	ZONA FIGUERÓA-TRASSIERRA	FARMACIA MOLA (JUNTO A DEZA)
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
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

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

* LAS FARMACIAS MARCDAS CON * PERMANECERÁN CERRADAS EL DÍA 13.
^ LAS FARMACIAS MARCDAS CON ^ PERMANECERÁN CERRADAS LOS DÍAS 24,25, 26 Y 27.

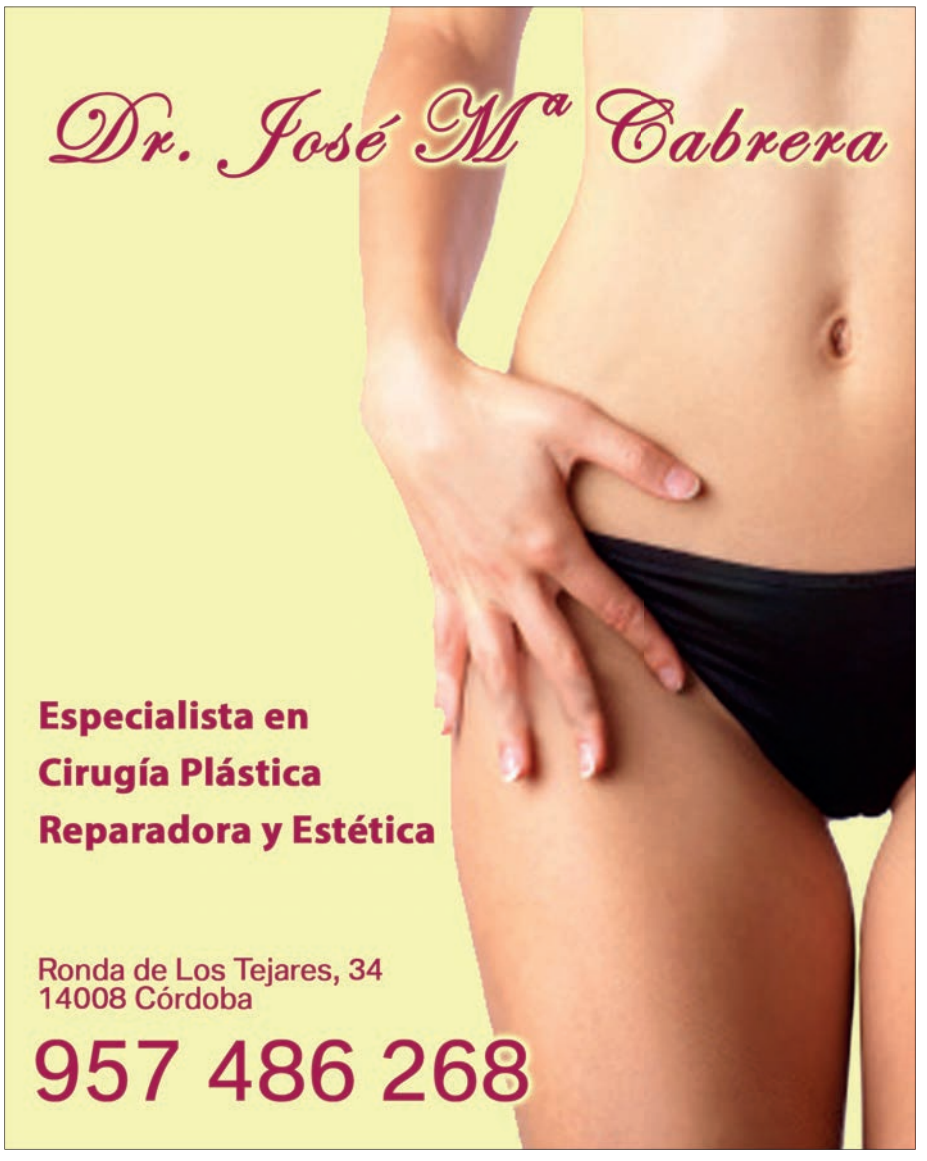
SÁBADOS

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 Mª 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

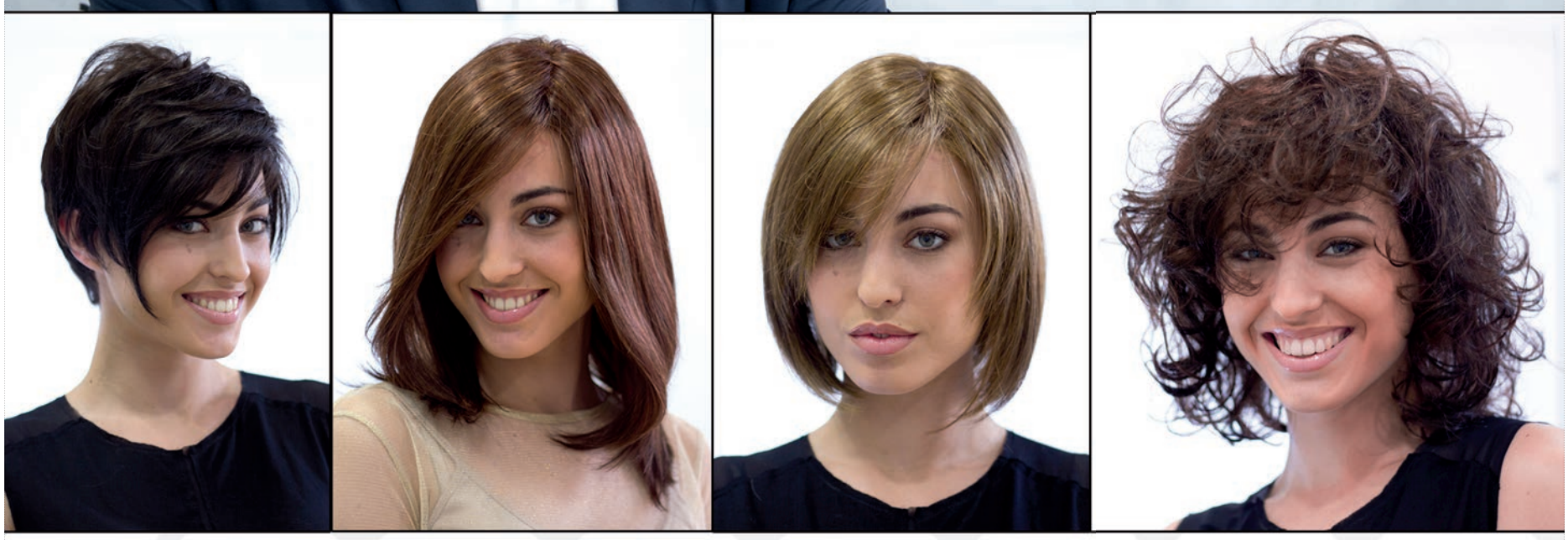
FARMACIA DE GUARDIA EN HORARIO DE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DÍA SIGUIENTE

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



DIONI 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**

NOTICIAS EN BUENAS MANOS

CÓRDOBA SANA

Hospital Arruzafa suma una quinta donación de 5,4 toneladas de comida al Banco de Alimentos

El centro oftalmológico ha hecho entrega desde la pandemia de treinta y tres mil trescientos kilos adquiridos de productores cordobeses, circunstancia llevada a cabo por expreso deseo de la dirección del hospital con el ánimo de incentivar el consumo de cercanía

REDACCIÓN

El coordinador de la Unidad de Urgencias de Oftalmología del Hospital Arruzafa, Javier Gersol, ha hecho entrega en representación de esta institución sanitaria de una donación de 5,4 toneladas de comida al Banco de Alimentos Medina Azahara (BA) de Córdoba para que sea distribuidas a familias con necesidades y carencias sociales.

Esta iniciativa solidaria se suma a la obra social corporativa que también lleva a cabo desde hace dieciocho años la Fundación Arruzafa

Es la quinta acción de este tipo que se lleva a cabo desde este centro sanitario especializado en oftalmología a partir del desarrollo de la pandemia por coronavirus, alcanzando hasta la fecha un volumen total de entrega de alimentos de treinta y tres mil trescientos kilos.

Hasta la sede del BA se ha desplazado una grupo de profesionales de diversas unidades del HA para aportar tres mil seiscientos litros de leche, quinientos cuatro kilogramos de dulce de membrillo, trescientos cincuenta litros de aceite, setecientos kilos de producto cárnico, doscientos ochenta de producto de repostería y trescientos kilos de garbanzos.

La dirección del HA, tal y como se determinó al surgir la iniciativa de cariz interno, ha vuelto a adquirir este volumen de material de alimentación con productores exclusivamente de la provincia cordobesa, con el propósito de continuar dando su apoyo al consumo de cercanía.

En este sentido, los alimentos formar parte de las marcas Membrillo el Quijote (Puente Gentil), Aceite Dafisa (La Carlota), leche Covap (Pozoblanco), Crismona (Doña Mencía), Pastelería Jesús López (Puente Genil) y Cortijo La Reina (Córdoba).

Esta iniciativa solidaria, promovida desde los órganos de dirección del HA con el apoyo de todos los departamentos, se suma a la obra social corporativa que también lleva a cabo desde hace dieciocho años la Fundación Arruzafa, que en 2022 superó la cifra de dos millones de euros empleados en cooperación social y que ha permitido tratar de manera gratuita a más de cuarenta y seis mil pacientes, cuatro mil quinientos en España y el resto en países africanos tales como Guinea Ecuatorial, Madagascar, Tanzania o Benín, entre otros.

En el acto de entrega, al ya citado coordinador se le han sumado el optometrista Pedro Ruiz y las auxiliares Eva Palma y Anabel Paris, que han sido recibidos por representantes del BA, con su presidente Rafael Revuelto y el voluntario Fernando Amo.

Rincón de las Beatillas
Cocina Tradicional Cordobesa

RESERVAS
957 48 33 36
629 75 74 83
Plaza de las Beatillas, 1 14001 - CÓRDOBA
elrincon@tabernabeatillas.com

Entrevista a Aurora Mellado, chef de Puerta Sevilla

REDACCIÓN

¿Cómo comenzó su carrera en la gastronomía?
Después de estudiar Turismo y hacer alguna incursión en el tema de gestión de eventos, descubrir mi verdadera vocación de volcar mi creatividad en la cocina.

¿Qué influencias culturales y culinarias han tenido mayor impacto en su cocina?
Sin duda la cocina mediterránea y el respeto al producto de temporada y de la tierra es mi gran baza, son nuestras vivencias, nuestra historia contada a través de nuestras abuelas y generaciones pasadas. No obstante y dado mi curiosidad por otras culturas, me gusta hacer guiños en mi cocina a otras gastronomías como la asiática o peruana.

Sin duda la cocina mediterránea y el respeto al producto de temporada y de la tierra es mi gran baza

¿Cómo describiría la filosofía culinaria de «Puerta Sevilla»?
Sin lugar a dudas, producto de calidad. Cuidamos muy bien de nuestros proveedores y buscamos una materia prima excelente. Cuidamos cada detalle de su elaboración.

¿Cuál es el plato estrella de su menú y por qué?
Más que el plato estrella, el producto estrella, porque forma parte de varios platos en Puerta Sevilla y es el foie. Es un producto que limpiamos con esmero, aliñamos y presentamos en crudo ligeramente atemperado para que despierte todos sus aromas y textura untable.

¿Cómo selecciona los ingredientes que utiliza en sus platos?
Trabajamos con productos de temporada, de modo que esta es una de las principales premisas. De ahí, nos planteamos que técnica es la más idónea a aplicar para sacar el máximo partido de sabor al producto.

¿Qué peso tienen los productos locales?
Tienen un peso importante, en primer lugar porque el cliente turista quiere conocer la gastronomía local y los clientes de Córdoba, saben de la calidad de nuestras carnes y la apuesta de Puerta Sevilla por el producto de la comarca.

¿Cuál ha sido el mayor reto que ha tenido en su carrera como chef? ¿Cómo lo superó?
Hasta el momento, uno de los mayores retos ha sido lanzar la nueva carta de Puerta Sevilla, por la propia idiosincrasia del restaurante, conocer la diversidad de clientes que acuden, asumir desde cocina un volumen de trabajo en hora punta importante y conseguir de forma efectiva que todos los platos lleguen a la mesa con cada detalle y con la misma calidad siempre, eso es un enorme reto. No se si hay día de hoy he conseguido superarlo 100%, desde luego en mi camino hacia la excelencia aún hay mucho por recorrer, pero sin duda cuento con un equipo de cocina que está al nivel y eso es una gran ventaja para seguir creciendo.

¿Cuál es su opinión sobre la evolución de la gastronomía en los últimos años?
Creo que no debemos perder parte de la esencia que nos conecta con la tierra, con nuestras raíces, apuesto por la vanguardia en cocina y por supuesto la mezcla de técnicas con productos de otras culturas da un juego increíble. Pero no debemos perder el norte hacia una cocina sólo «instagrameable».

¿Cómo se mantiene actualizada en las últimas tendencias y técnicas culinarias?
Apuesto por formación continuada de escuelas gastronómicas y me sumerjo en libros no sólo de cocina sino de historia y antropología.

¿Qué consejos le daría a alguien que quiere comenzar una carrera en la gastronomía?
No soy muy de dar consejos, porque no me creo maestra de nada. Lo que sí que me sirvió a mí fue mi tenacidad, la cocina es una fuente de satisfacción maravillosa, a la vez que dura, de ahí que sea un trabajo 100% vocacional desde mi opinión, ya que de algún modo está profesión es un eje transversal de tu vida.

¿Qué planes tiene para el futuro de «Puerta Sevilla»?
Tenemos muchas ideas en mente, próximamente las jornadas del tartar, estamos inmersos en el menú degustación y otros fuera de carta adaptados a la nueva temporada estival.

NOTICIAS EN BUENAS MANOS

CÓRDOBA SANA

El Hospital Quirónsalud Córdoba promueve hábitos saludables entre los adolescentes

Profesionales del centro participan en el programa Stay Healthy de la Fundación Quirónsalud, a través de talleres sobre salud mental y nutrición en los centros Almanzor, La Salle, Catalina de Siena, Séneca, y Divina Pastora

REDACCIÓN

El Hospital Quirónsalud Córdoba promueve hábitos de vida saludables entre los adolescentes, a través del proyecto *Stay Healthy* de la Fundación Quirónsalud, que contempla la celebración de talleres formativos en centros educativos, con el objetivo de contribuir en mejorar la calidad de vida de los jóvenes. En concreto, se desarrollarán talleres sobre salud mental y nutrición a lo largo de toda la semana en los centros educativos Almanzor, La Salle, Catalina de Siena, Séneca, y Divina Pastora.

Alba Jurado y Guadalupe Alhambra, psicóloga infantil y juvenil, y nutricionista del Hospital Quirónsalud Córdoba, respectivamente, participan en estos talleres, que se dirigen a estudiantes de ESO, en los que se ofrece formación en salud mental y en seguir unos buenos hábitos en la alimentación, y los estudiantes consultan sus dudas sobre estas temáticas y plantean sus propias experiencias e inquietudes al respecto.

En estos talleres se abordan cuestiones como los trastornos de la alimentación, la baja autoestima, el uso de las redes sociales, la adicción a las tecnologías, el *bullying*, los problemas de identidad sexual, el temor al rechazo, los TOC (trastorno obsesivo compulsivo), así como la ansiedad y depresión, entre otras cuestiones.

El programa *Stay Healthy* cuenta, además de las sesiones presenciales, con un aula virtual en la que se han inscrito centros educativos de toda España. El Aula Virtual de *Stay Healthy* ofrece distintas modalidades diferentes de aprendizaje para adaptarse a las necesidades de los alumnos y de los centros educativos.

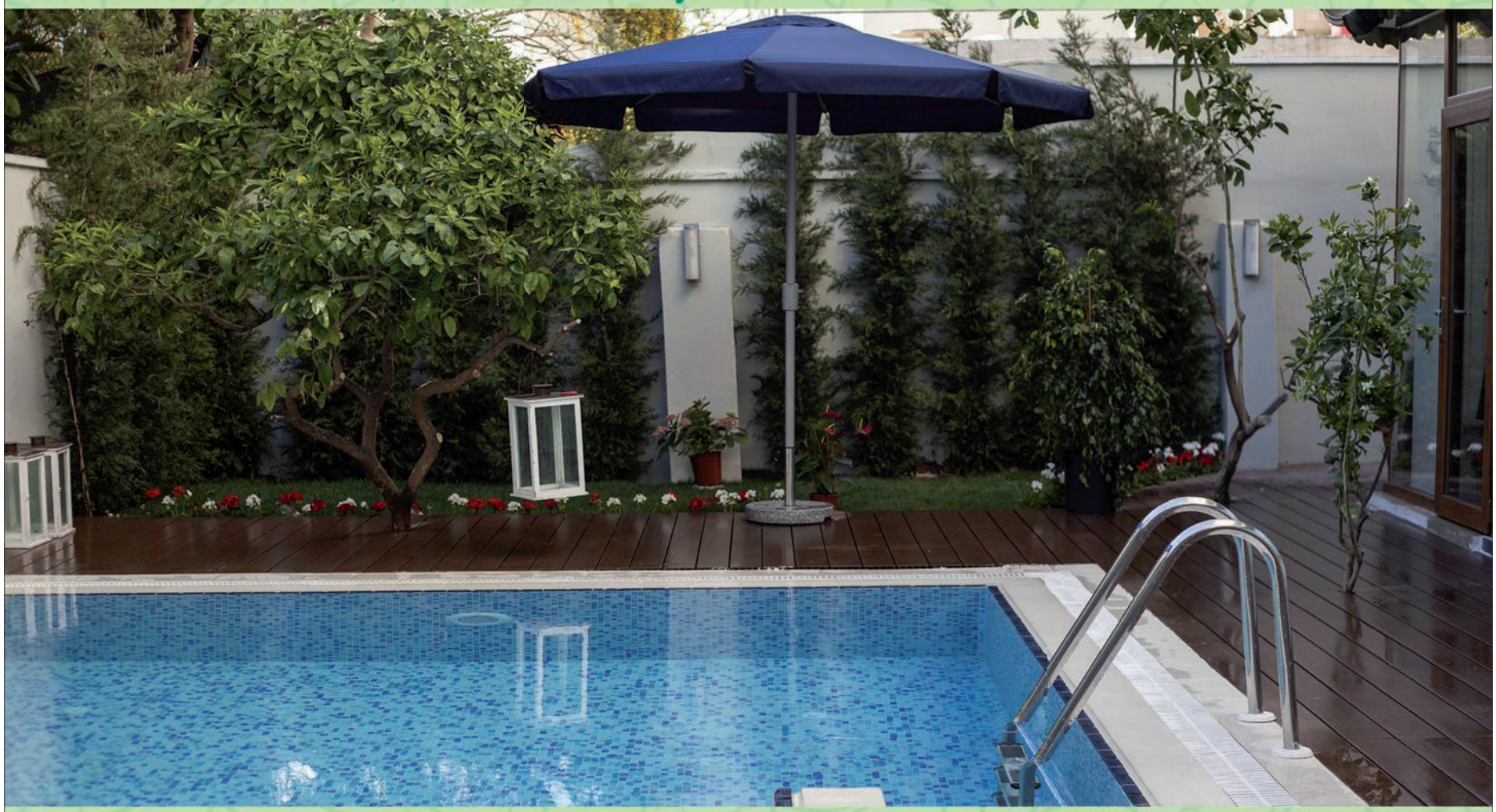
La Fundación Quirónsalud, entre su amplia programación de *Stay Healthy*, donde se incluyen talleres sobre nutrición, adicciones a nuevas tecnologías y a sustancias o salud sexual, entre otros, cuenta con una unidad destinada a comprender la importancia de cuidar el bienestar emocional y prestar atención a los principales síntomas para evitar actitudes dañinas, poniendo, así, el foco en uno de los aspectos de salud entre los adolescentes más preocupante en los últimos años. Un problema cada vez más frecuente, ya que según la OMS, uno de cada siete jóvenes tiene algún tipo de problema relacionado con la salud mental. En la mayoría de los casos, no saben identificarlo y, por tanto, no son atendidos ni tratados adecuadamente.

Desde su puesta en marcha, *Stay Healthy* ha contado con la participación de más de 80.000 alumnos entre las sesiones presenciales y las sesiones realizadas a través del Aula Virtual. Así, a través de ambos canales, la Fundación Quirónsalud traslada a las aulas una gran cantidad de material didáctico con un formato dinámico y un lenguaje adaptado a los adolescentes, generando conciencia sobre la importancia de las decisiones que toman en su día a día y de cómo estas repercuten en su salud a largo plazo.

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



LA PRIMAVERA HA LLEGADO
PREPARA TU JARDÍN PARA BRILLAR

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 prcductos 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, cesped artificial, plantación automatizada

NOTICIAS EN BUENAS MANOS

CÓRDOBA SANA

El Hospital Reina Sofía organiza un curso de especialización sobre la alergia a himenópteros

El 15% de los pacientes con alergia al veneno de estos insectos presenta difícil manejo por sus características inmunológicas

REDACCIÓN

El Hospital Universitario Reina Sofía organiza un curso de especialización en el abordaje de pacientes con alergia a picaduras de himenópteros a través de la Unidad de Alergología e Inmunología del hospital cordobés y que se celebra a lo largo de esta mañana y de la jornada del viernes. El alumnado profundizará durante dos días en esta materia a través de esta formación eminentemente práctica que recorrerá la actualidad clínica, la investigación y que ofrecerá talleres de repicadura, campo y de preparación de abejas obreras para los tests.

Este encuentro permite profundizar en el conocimiento de estos insectos y sus utilidades clínicas, así como en la administración de las vacunas para contrarrestar los efectos de sus picaduras a personas alérgicas. El curso, que tiene lugar entre este jueves y viernes, permite instruir al alumnado —alergólogos y residentes de la especialidad, inmunólogos, de forma personalizada, ya que cada edición cuenta con una media de 15 participantes. En total, en sus 25 ediciones, se han formado unos 450 profesionales del país.

El servicio de Alergología e Inmunología acumula una reconocida trayectoria nacional en este campo y atiende cada año a una media de 200 pacientes con alergia al veneno de himenópteros, en su mayoría (70%) a abejas. Suponen el 2,5% del total de pacientes con alergia que acuden al hospital cordobés y la cifra va en aumento, ya que este equipo es referente en el estudio y manejo de este perfil de pacientes. Se trata, según la doctora Moreno, de "un problema relevante, no tanto por la frecuencia de presentación como por la potencial gravedad de las reacciones que puede producir (urticarias, vómitos, diarrea, crisis de asma, bajadas de tensión e incluso la muerte)".

En esta línea, apunta que la vacuna es uno de los principales tratamientos para estos pacientes y suele consistir en administrar las proteínas del veneno, causantes de la alergia, de forma controlada y dirigida a que el paciente alérgico desarrolle tolerancia. Hasta el momento, es el único tratamiento que se puede considerar curativo y que no modifica la evolución de la enfermedad.

En la actualidad, el 15% de las personas con alergia a las picaduras de himenópteros presentan un difícil manejo por sus características inmunológicas. Esto, según explica la responsable de este servicio, Carmen Moreno, "nos ha hecho poner en marcha diferentes estudios que nos ayuden a ofrecer una respuesta más eficaz y personalizada, analizando los procesos que tienen lugar en el sistema inmune de este grupo de pacientes con baja tolerancia al veneno de estos insectos".

El servicio de Alergología e Inmunología acumula una reconocida trayectoria nacional en este campo y atiende cada año a una media de 200 pacientes con alergia al veneno de himenópteros, en su mayoría (70%) a abejas.

Concretamente, en estos momentos el equipo tiene activos 3 estudios de investigación "destinados, por una parte, a conocer los mecanismos de la gravedad, es decir, las razones por las que unos individuos sufren reacciones importantes con las picaduras y otros no. Y, por otra parte, estudiamos los mecanismos de obtención de la tolerancia con la vacuna y buscamos marcadores de eficacia que pudieran predecir el éxito antes de que se produzca", señala la doctora Moreno.

Todoliva Collection

AOVEs de fincas Multivarietales en seto

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

hierba fresca recien cortada

plátano

alcachofa

Aceites Vírgenes Extra

frutos secos

canela

manzana

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

tomate

almendra

hojas de ollvo

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*

Todolivo SL - Tel. 957 42 17 40 - C/ Ingeniero Torroja y Miret, parc 22 (Pl. Torrecilla) - Córdoba - España - **www.todolivo.com**

Mayo

Fiestas y Feria de Ntra. Sra. de la Salud

Córdoba 2023

AYUNTAMIENTO DE CÓRDOBA

Cruzcampo®