Córdoba sana
diciembre de 2017 • Año XI • número 127. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO · www.cordobasana.es

Ortopedia Aeropuerto
www.ortopediaaeropuerto.com
CENTRAL
Avda. Aeropuerto 19, local
SUCURSAL
Avda. Arroyo del Moro 1

SANICOR
Marcamos la diferencia

Detrás de un **buen profesional** hay una **gran formación**

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL
C.D.P. ALBOR CÓRDOBA
Tu formación sanitaria en Córdoba
www.fundacionalborcordoba.org • info@fundacionalborcordoba.org • Calle María Montessori S/N 14011 Córdoba • Telf: 957 270 300

COLEGIO DE MÉDICOS

El Colegio de Médicos y Caixabank fallan sus premios de investigación

El Colegio de Médicos de Córdoba y Caixabank han fallado los galardones de su XV Premio Nacional de Investigación que, con una dotación económica de 10.000 euros distribuidos en tres distinciones, se ha consolidado como uno de los premios de investigación más relevantes a nivel nacional. La entrega oficial de los reconocimientos será el próximo jueves, a las 20.00 horas, en el hospital San Juan de Dios.

(sigue en la página 2)

Integrantes del jurado que ha fallado el premio

Córdoba sana

noticia de portada

El Colegio de Médicos y Caixabank fallan sus premios de investigación

REDACCIÓN

El **Colegio de Médicos de Córdoba** y **Caixabank** han fallado los galardones de su **XV Premio Nacional de Investigación** que, con una dotación económica de 10.000 euros distribuidos en tres distinciones, se ha consolidado como uno de los premios de investigación más **relevantes** a nivel **nacional**. La entrega oficial de los reconocimientos será el próximo jueves, a las 20.00 horas, en el hospital **San Juan de Dios**.

El jurado, formado por **Justo Castaño fuentes**, que actuaba como presidente, **Rafael Guerrero Pabón** y **Luis Jiménez Reina**, en calidad de vocales, **Juan Pablo Fernández Barrero**, como representante de Caixabank, y **Manuel Montero Pérez-Barquero**, en representación del Colegio de Médicos y con funciones de secretario, ha tenido que decidir entre los 33 trabajos que se han presentado a esta edición y que, según refleja el acta, han gozado *de «alta calidad científica y son ejemplo de investigación traslacional de vanguardia, que se refleja en su aplicabilidad clínica y en la proyección futura de los resultados»*. Asimismo, el jurado ha destacado *«el índice de impacto y la amplia distribución geográfica de los trabajos recibidos»*.

Integrantes del jurado que ha fallado el premio

La dotación económica es de 10.000 euros distribuidos en tres distinciones

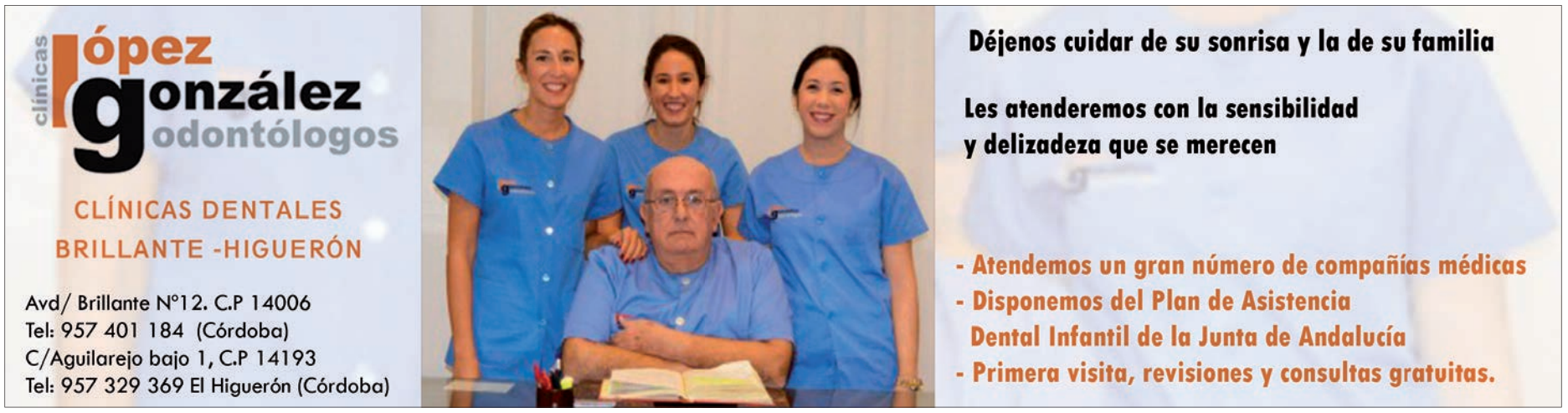
El trabajo titulado *'267 exomas de individuos españoles revelan diferencias específicas de población en variación genética asociada a enfermedades'*, publicado en la revista científica **'Molecular biology and Evolution'** y obra de un equipo de 24 investigadores encabezados por **Joaquín Dopazo**, director de **Computational Genomics** de Valencia, ha obtenido el primer premio, dotado con 6.000 euros, con el **acuerdo unánime** del jurado. Los proyectos genómicos a gran escala sugieren que las frecuencias de los alelos (formas alternativas que pueden tener los genes), que son muy relevantes para fines médicos, difieren considerablemente entre las diferentes poblaciones. Por eso, la necesidad de un catálogo detallado de la variabilidad local motivó la **secuenciación del exoma** completo de 267 individuos no relacionados, representativos de la **población española sana**. Este estudio demuestra que las frecuencias alélicas de variantes que confieren susceptibilidad a enfermedades complejas (que incluyen **cáncer**, **esquizofrenia**, enfermedad de **Alzheimer**, **diabetes** tipo 2 y otras patologías) fueron en general similares a las de otras poblaciones. Sin embargo, el trabajo premiado revela que la tendencia es lo opuesto para las variantes relacionadas con **enfermedades mendelianas** y **raras** (incluidas varias distrofias degenerativas de la retina y cardiomiopatías) que muestran **marcadas diferencias de frecuencia entre las poblaciones**.

También ha sido unánime la decisión del jurado de otorgar el segundo premio, dotado con 2.500 euros, al trabajo de investigación titulado *'Terapia guiada por los niveles plasmáticos del antígeno carbohidrato 125 tras un ingreso por insuficiencia cardiaca aguda'*, publicado en **'JACC, heart failure'** de la **American College of Cardilogy** y obra de un equipo de 21 personas liderado por **Julio Núñez**, del departamento de Cardiología del hospital Clínico de Valencia. Los resultados de este estudio han mostrado que la terapia guiada mediante el CA125 llevó a un mayor cambio en la titulación de **diuréticos** a lo largo del seguimiento y a un cambio en la frecuencia de las visitas. Además, esta estrategia **terapéutica**, se asoció a una **reducción significativa del riesgo** de episodios adversos clínicos a un año, especialmente una reducción del 50%

El jurado ha tenido que decidir entre los 33 trabajos que se han presentado a esta edición

del riesgo de nuevos ingresos por **insuficiencia cardiaca aguda** (ICA). Estos datos suponen un gran **avance** en el manejo de pacientes con (ICA), dado que ofrece una nueva herramienta objetiva que ayuda en la valoración de la **sobrecarga hídrica** y por ende afinar el **tratamiento diurético** de una manera más apropiada. Además, su **coste reducido** y amplia **disponibilidad** son aspectos logísticos que favorecen su implementación en **práctica clínica diaria**.

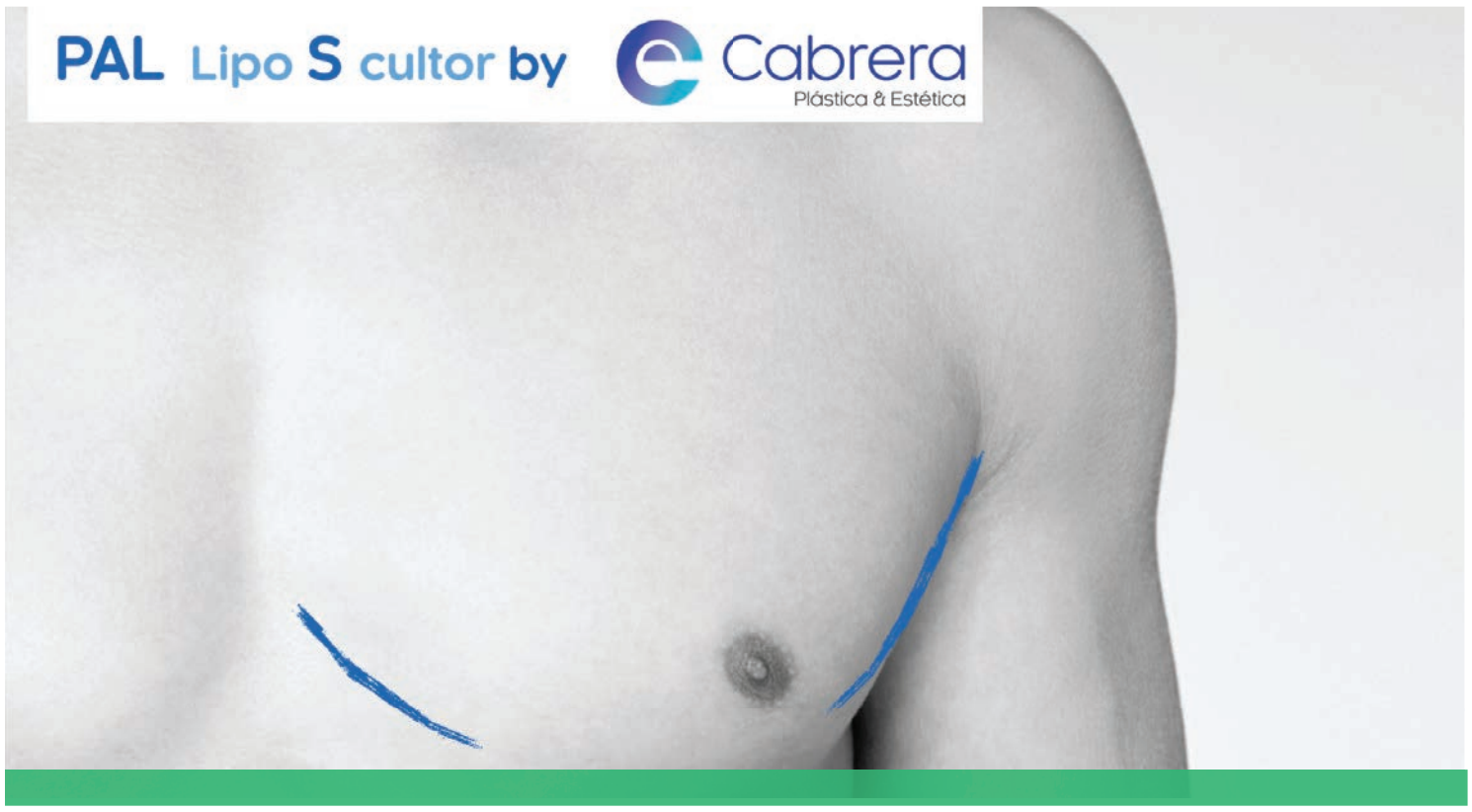
El tercer galardón ha sido para la investigación titulada *'Efecto del tratamiento precoz con ivabradina combinada con betabloqueantes versus betabloqueantes solos en pacientes hospitalizados con insuficiencia cardíaca y fracción de eyección ventricular izquierda reducida (ETHIC-AHF): un estudio aleatorizado'* que ha llevado a cabo un equipo de 12 personas encabezado por **Francisco J. Hidalgo** y que fue publicado en el **International Journal of Cardiology**. Los resultados de este estudio han tenido una gran relevancia dentro de la comunidad científica y ya han sido comentado en los principales congresos de cardiología. Además, desde su publicación, ha sido referenciado en numerosos artículos como un **estudio potencialmente modificador de la práctica clínica**. Y es que el estudio ETHIC-AHF supone el primer estudio que analiza y compara la administración conjunta de **ivabradina** más **betabloqueante**s en la fase aguda de la enfermedad, es decir, durante el ingreso por insuficiencia cardiaca aguda frente a la estrategia de inicio y titulación de betabloqueantes recomendada por las guías clínicas actuales.



Ginecomastia con PAL LipoScultor Microaire, borrando frustraciones del pecho masculino

Para la ginecomastia existe una solución quirúrgica real y efectiva, con excelentes resultados y rápidas recuperaciones, que destierra los complejos y devuelve la normalidad al día a día masculino

REDACCIÓN



La ginecomastia, o mamas de aspecto femenino en el varón, es un asunto que podríamos considerar tabú, ya que a pesar de estar sensiblemente extendido y ser motivo de preocupación entre la población masculina, apenas se habla de él abiertamente. Hay cierta vergüenza en el hombre a admitir que lo padece, a pesar de que lo sufre, lo oculta y desea solventarlo. Son muchas las intervenciones que cada año realizamos en Cabrera Plástica & Estética para subsanar este problema de pechos excesivamente desarrollados en hombres, que se estima afecta al 30-40% de las varones, en mayor o menor grado.

Cuando hablamos de ginecomastia, de la que es experto el Dr Emilio Cabrera, estamos refiriéndonos a un exceso de grasa y/o tejido glandular en proporciones variables, acumulado en la mama de un hombre, que la hace ostensiblemente protuberante y mas propia de una mujer, con los consiguientes trastornos en su día a día. La gran mayoría de los casos tienen un origen desconocido, aunque algunas situaciones son secundarias a la ingesta de sustancias anabolizantes, drogas o alguna alteración hormonal. Nuestra experiencia nos hace detectar que cada día son mas los hombres que no se conforman con padecer esta alteración, y buscan un profesional de la cirugía que les libre de un peso que suelen soportar en silencio. Los resultados avalan las cirugías de ginecomastia de Cabrera Plástica & Estética, como puedes ver en la web www.drcabrera.es.

Estas mamas prominentes en varón, dibujando un pecho femenino en un cuerpo masculino, suelen provocar que quienes las padecen se sientan incómodos con su apariencia física, e incluso cuando se presenta en edades tempranas puede llevar a problemas más graves como la falta de confianza, frustración, desánimo y vergüenza en ciertas situaciones que impliquen llevar el tórax desnudo vestir ropa ceñida, como baños en piscinas o playas, gimnasios o en su vida en pareja.

UNA SOLUCIÓN REAL

Para la ginecomastia existe una solución quirúrgica real y efectiva, con excelentes resultados y rápidas recuperaciones, que destierra los complejos y devuelve la normalidad al día a día masculino. Hablamos de la liposucción mediante la tecnología mas avanzada: el PAL LipoScultor Microaire. Hoy día, mediante esta avanzada opción tecnológica, la liposucción es muy diferente a la del pasado.

> Cuando hablamos de ginecomastia estamos refiriéndonos a un exceso de grasa y/o tejido glandular en proporciones variables, acumulado en la mama de un hombre

El Dr. Emilio Cabrera la incorpora en ginecomastia para ofrecer resultados superiores, de apariencia natural, al tiempo que garantiza los más altos niveles de seguridad en cada procedimento y que sus pacientes se sientan cómodos y tengan una recuperación rápida.

Atrás quedó la liposucción que usaba herramientas y técnicas propias de los años 80. Esa liposucción tradicional basaba su técnica en aspirar la grasa subcutánea mediante tubos de gran calibre, conocidos como cánulas, que eliminaban grandes cantidades de grasa en un tiempo muy corto, pero que a menudo hacían que aparecieran irregularidades y deformidades de contorno en el resultado, además de otras complicaciones. Esto no sucede con la varguardista tecnología PAL LipoScultor Microair, muy adecuada para el tratamiento de la ginecomastia, siendo Cabrera Plástica & Estética es el primer centro de España en incorporarla.

Cabrera
Plástica & Estética

El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado, experto en cirugía del contorno corporal. Pertenece a prestigiosas sociedades científicas como la SECPRE (Sociedad española de cirugía plástica, reparadora y estética), la AECEP (Asociación Española de Cirugía Estética Plástica) o la ASAPS (American Society for Aesthetic Plastic Surgery). Es director de la clínica Cabrera Plástica & Estética.

Comparte nuestro trabajo en:

Infórmate mejor en www.drcabrera.es
Nos encontrarás en Avda. Gran Capitán, 46 - 2° 1 de Córdoba.
Pide tu cita en: 957281450

sumario e información

noticias

El Colegio de Médicos y Caixabank fallan sus premios de investigación 2

El Hospital Reina Sofía realiza con éxito 14 trasplantes de órganos en tan sólo una semana 6

El abordaje integral en cáncer de próstata mejora el pronóstico y la eficacia de los tratamientos 8

El Colegio Oficial de farmacéuticos de Córdoba participó en las XI Jornadas de Educación en Salud 8

Más de 300 pediatras abordan en el Reina Sofía los aspectos más controvertidos de la especialidad 10

en buenas manos

Curso de odontología digital 14

Forum Arruzafa cierra su decimoctava edición tras congregar a cuatrocientos especialistas en oftalmología 15

Little Chef regresa al colegio El Encinar 16

Menteágil, expertos en Estimulación Cognitiva «la gimnasia de la memoria 19

Fundación la Arruzafa suma su trigésima expedición oftalmológica en Tanzania 20

Crucigrama de la felicitación navideña 22

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

DEPÓSITO LEGAL: CO-92-2015

DÍAS DE SALUD INTERNACIONALES EN DICIEMBRE

27	28	29	30	1 **Día Mundial de la lucha contra el SIDA**	2	3 **Día de las Personas con Discapacidad**
4	5	6	7	8	9	10
11	12 **Día de la Cobertura Universal de Salud**	13	14	15	16	17
18 **Día Nacional Esclerosis Múltiple**	19	20	21 **Día Nacional del Niño con Cáncer**	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

LA FRASE DEL MES

«La medicina es una ciencia de la incertidumbre y un arte de la probabilidad.»

William Osler

CLÍNICA DENTAL
EDUARDO LÓPEZ
LA SALUD NO SE FRANQUICIA

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

Tel: **957 391 234**
C/ Fernando de Córdoba, nº 1 local.
clinicadentaleduardolopez.es

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

Plaza Constancia 3, 1º A
14006 Córdoba (España)
957 04 71 24 - 635 344 336
clinicapalomaojel.com

noticias

El Hospital Reina Sofía realiza con éxito 14 trasplantes de órganos en tan sólo una semana

Ha sido posible gracias a la solidaridad y generosidad de la sociedad, a la implicación de los equipos trasplantadores y del resto de profesionales que intervienen en el proceso de la donación y el trasplante

REDACCIÓN

El Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba ha realizado con éxito un total de 14 trasplantes de órganos en tan sólo una semana. Este logro ha sido posible gracias a la solidaridad y generosidad de la sociedad, a la implicación de los diferentes equipos trasplantadores y del resto de profesionales que intervienen en el proceso de la donación y trasplante y también a la existencia de la infraestructura sanitaria necesaria.

Foto de archivo de un quirófano

En los diez primeros meses del año, el hospital Reina Sofía ha realizado un total de 192 trasplantes de órganos

Concretamente, en este periodo el hospital ha realizado cinco trasplantes de riñón, tres de hígado, dos de corazón, dos pulmonares y dos de páncreas (combinados con riñón). Además, el hospital ha registrado en este mismo periodo la donación de tejidos (córneas y huesos). Los pacientes trasplantados evolucionan favorablemente, tres ya han recibido el alta hospitalaria y los once restantes se encuentran hospitalizados. Las intervenciones se llevaron a cabo en la primera semana de este mes.

El coordinador de trasplantes del hospital, Juan Carlos Robles, ha querido agradecer "el esfuerzo de todas las áreas del hospital que han colaborado para que el resultado haya sido un éxito, como la Unidad de Cuidados Intensivos (donde la mayoría de los pacientes trasplantados pasan el postoperatorio) y numerosas unidades de nuestro hospital". El doctor Robles añade que "este resultado no hubiera sido posible sin la solidaridad de la sociedad y sin la existencia de una red bien coordinada que nos garantiza equidad".

Por su parte, la directora gerente, Valle García ha felicitado al conjunto de profesionales del hospital "que hacen posible la cohesión y el buen funcionamiento de nuestro hospital, un mecanismo bien engranado que se activa cuando el paciente necesita y responde" y ha felicitado a los pacientes trasplantados por el regalo de vida que han recibido. Valle García ha recordado la amplia experiencia, de 38 años ya, en materia de donación y trasplante del hospital Reina Sofía.

En los diez primeros meses del año, el hospital Reina Sofía ha realizado un total de 192 trasplantes de órganos (a los que hay que sumar los 14 trasplantes realizados durante el mes de noviembre), una actividad que supone un incremento con respecto al mismo periodo del año anterior, cuando se registraron 144. Es decir, que en este periodo el hospital ha realizado 48 trasplantes más que en el mismo periodo del año anterior.

Concretamente en lo que llevamos de año el hospital ha realizado 82 trasplantes de riñón, 49 de hígado (7 infantiles), 15 de corazón (3 infantiles), 38 de pulmón (1 de ellos también infantil), 6 de páncreas (cinco de ellos combinados con riñón) y 2 combinados de hígado y riñón. Del total de trasplantes realizados, cinco han sido de donante vivo (tres de riñón y dos de hígado infantil).

Por último, el hospital Reina Sofía quiere agradecer la solidaridad de los 43 donantes registrados en estos diez meses y de sus familiares que han hecho posible que numerosas personas tengan una nueva oportunidad.

centro dental y estética Jesús María

DR. TOMÁS PÁEZ

ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO

TU SONRISA, NUESTRA MEJOR CARTA DE PRESENTACIÓN

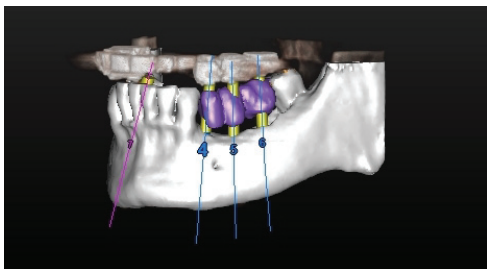
ANTES

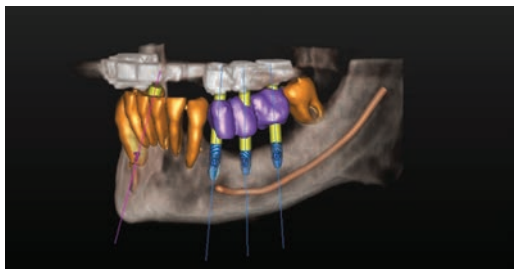
IMÁGENES DE UN CASO REAL

DESPUÉS

SOLUCIONES PERSONALIZADAS EN TODAS LAS ESPECIALIDADES
APLICAMOS ODONTOLOGÍA MINIMAMENTE INVASIVA

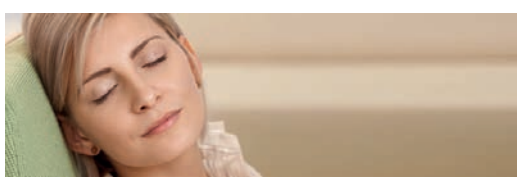
PLANIFICACIÓN DE IMPLANTES 3D





DISEÑO DIGITAL DE SONRISAS

SEDACIÓN CONSCIENTE



ORGULLOSOS DE PODER DECIR QUE LLEVAMOS MAS DE 25 AÑOS CREANDO SONRISAS

957 48 12 31

c/ Jesús María, 6, 4°-5 (Junto a Tendillas) | 14003 Córdoba

centrodentaljesusmaria.es | info@centrodentaljesusmaria.es

noticias

Córdoba sana

El abordaje integral en cáncer de próstata mejora el pronóstico y la eficacia de los tratamientos

La sesión científica ha abordado también aspectos relacionados con la administración de los tratamientos, la cirugía menos invasiva o la importancia de la resonancia magnética multiparamétrica en su detección

REDACCIÓN

La Fundación GenesisCare y el hospital San Juan de Dios de Córdoba han celebrado hoy la sesión científica 'Aspectos innovadores y desarrollo terapéutico en cáncer de próstata', con el objetivo de mostrar los avances más relevantes sobre esta patología oncológica en nuestro país.

Expertos en oncología médica y radioterápica, patólogos, radiólogos y urólogos se han reunido para debatir, desde un enfoque multidisciplinar, las principales innovaciones en el diagnóstico y tratamiento del cáncer de próstata, el segundo más frecuente en España después del cáncer colorrectal.

Desde el punto de vista de la oncología radioterápica, el doctor Antonio Lazo, de GenesisCare, ha destacado la importancia que ha tenido la evolución en la tecnología para que la radioterapia se convierta en una opción estándar con la que tratar el cáncer de próstata. «Sus resultados son muy asimilables a la cirugía y el avance tecnológico de los últimos 10 años ha permitido mejorar la tolerancia y reducir los efectos secundarios».

Por su parte, el doctor Juan de la Haba, oncólogo médico, ha hablado de los avances terapéuticos en el tratamiento sistémico de este tumor, donde, según ha explicado «más que en fármacos nuevos, donde más se ha avanzado es en que se dispone de mejores pautas de administración. Esto hace que el cáncer de próstata en estados avanzados sea un tumor con una supervivencia por encima de los cinco años».

El Colegio Oficial de farmacéuticos de Córdoba participó en las XI Jornadas de Educación en Salud

La Asociación Cordobesa de Pacientes Anticoagulados organizó estas sesiones informativas en las que el COF abordó la importancia del farmacéutico en el seguimiento a estos pacientes

REDACCIÓN

El Colegio Oficial de farmacéuticos de Córdoba participó en las jornadas formativas organizadas por la Asociación Cordobesa de Pacientes Anticoagulados (ACPA) bajo el título «Educando en Anticoagulación». Esta participación se enmarca en los acuerdos alcanzados en el convenio de colaboración firmado entre ambos organismos en el año 2013.

En concreto, el colegio cordobés estuvo representado por su presidente, Práxedes Cruz, en el acto inaugural, mientras que la parte formativa correspondió a los farmacéuticos, Ignacio Fernández, vocal de Oficina el COF y a Beatriz Montes, del Centro de Información del Medicamente del COF.

El colegio cordobés estuvo representado por su presidente, Práxedes Cruz

En sus respectivas intervenciones los ponentes abordaron el seguimiento farmacoterapéutico del paciente anticoagulado, dado el papel del farmacéutico como agente de Salud Pública. Según el vocal de Oficina de farmacia «los farmacéuticos por su contacto directo con el paciente, ejercen una labor esencial en la promoción de la salud pública y en la educación sanitaria». En el caso de la atención a este tipo de pacientes «la utilización de anticoagulante presenta una serie de características que hacen necesaria la supervisión y el seguimiento del tratamiento por parte de los profesionales sanitarios», añadieron los ponentes quienes especificaron que en el caso concreto del colegio cordobés se llevan a cabo formaciones específicas e investigación continuada para mejorar la atención del colegiado y conseguir mejorar a su vez la calidad e vida del paciente y adherencia al tratamiento.

Jornadas de la Asociación de Pacientes Anticoagulados

Los ponentes abordaron el seguimiento farmacoterapéutico del paciente anticoagulado

Estas jornadas, impartidas el pasado 17 de noviembre, estuvieron dirigidas a pacientes anticoagulados, a sus familiares y a los profesionales sanitarios que mantienen contacto con ellos.

Recupera tu figura con la Dra. Rocío Soto en Clínica Ros

Los resultados son naturales, las cicatrices no son visibles con la ropa interior y los puntos del ombligo pasan totalmente desapercibidos... como por arte de magia

REDACCIÓN

La falta de ejercicio o una debilidad genética del tejido conectivo, una gran pérdida de peso o, en las mujeres, el embarazo, producen la flaccidez del tejido conectivo que es a menudo la razón de un abdomen prominente.

La abdominoplastia es la solución que ofrecemos en Clínica Ros, realizadas por la Dra. Rocío Soto con una experiencia de más de quince años en este tipo de intervenciones. También denominada dermatolipectomía abdominal. Consiste en un procedimiento de reconstrucción de la pared abdominal, eliminando el exceso de piel, grasa y distribuyendo la tensión de los músculos abdominales consiguiendo así remodelar abdomen, cintura y tronco. Junto con la abdominoplastia podemos realizar lipoescultura de determinadas zonas donde iremos marcando el contorno en cada caso.

Según el tipo de abdominoplastia se utilizará una anestesia u otra, aunque lo normal es una anestesia general que mantenga al paciente dormido mientras la doctora Soto lleva a cabo la operación, en otras ocasiones se opta por utilizar una anestesia epidural y una sedación.

La abdominoplastia es la solución que ofrecemos en Clínica Ros

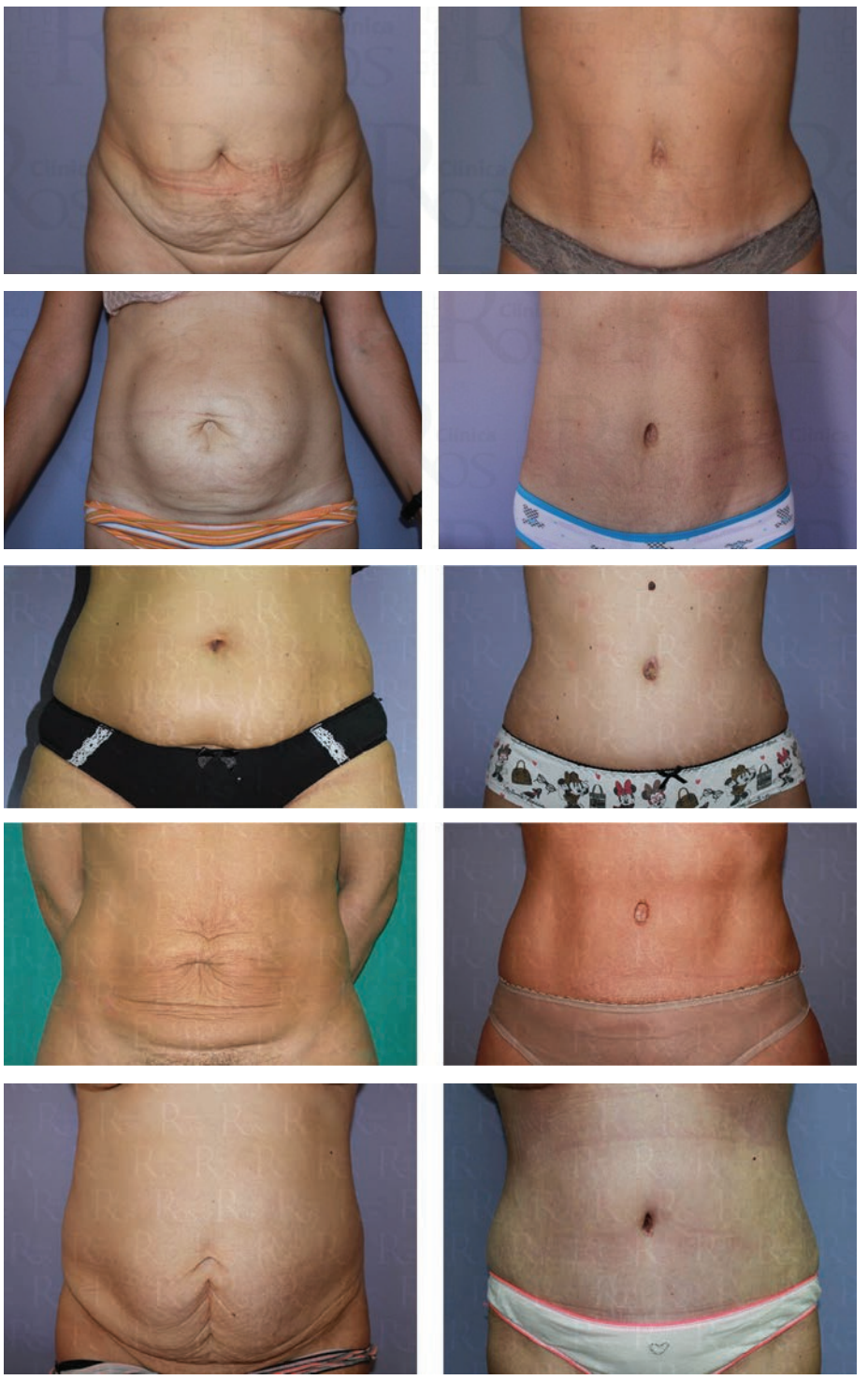
La abdominoplastia, al igual que todas las operaciones quirúrgicas, requiere un postoperatorio que aunque no es doloroso, requiere dos o tres semanas de llevar una vida más tranquila.

Los resultados son naturales, las cicatrices no son visibles con la ropa interior y los puntos del ombligo pasan totalmente desapercibidos... como por arte de magia. Como bien pueden observar en los resultados que mostramos.

Junto con la abdominoplastia podemos realizar lipoescultura de determinadas zonas donde iremos marcando el contorno en cada caso

Naturalmente, como antes de cualquier intervención, la Dra. Rocío Soto, Cirujana plástica estética y reparadora te informará de ¿Cómo será el procedimiento que te permitirá reducir la barriga? ¿Cuáles son los riesgos, complicaciones y efectos secundarios? ¿Cómo he de prepararme, debo suspender alguna medicación o tomar alguna? ¿Qué resultados se obtendrán? Son sólo algunas de las preguntas a las que debes tener respuesta antes de tomar la decisión de pasar por el quirófano. Pero la más importante de todas: ¿Realmente necesito pasar por el quirófano? Hacer un buen estudio sobre necesidad o no de la cirugía estética de abdomen es, en nuestra opinión, fundamental.

Si una vez aclaradas tus dudas estas decidid@ a dar el paso recuerda que debes de escoger una buena cirujana con una larga experiencia para así obtener los mejores resultados como es en este caso de la Dra. Rocío Soto cirujana plástica con título oficial desde el año 2002.



Porque en Clínica Ros pensamos que la naturalidad es sinónimo se belleza. Las estridencias son pasajeras y las podemos crear con los atuendos y accesorios del vestuario. Sin lugar a dudas en Clínica Ros estamos para ofrecerte lo mejor. Ven y compruébalo por ti misma llamanos al 957 782 226.

Clínica Ros

NUESTRA TRAYECTORIA GARANTIZA EL RESULTADO

Medicina y cirugía estética plástica y reparadora

Situada en C/ Antonio Gaudí 6 (edificio América) portal 2, 1º2.
14006, Córdoba capital. Paralelo a estación AVE.
Tfno. 957 782 226.
Instagram: doctorarociosoto facebook: clínica ros
www.clinicaros.es

noticias

Córdoba sana

Más de 300 pediatras abordan en el Reina Sofía los aspectos más controvertidos de la especialidad

Cuestiones relacionadas con la alimentación a partir de los seis meses de vida, las infecciones respiratorias, el calendario de vacunas y las patologías del niño inmigrante centran esta reunión

REDACCIÓN

El Reina Sofía acogió la CVI Reunión de la Sociedad de Pediatría de Andalucía Occidental y Extremadura (SPAOYEX), que reúne a más de 300 pediatras y profesionales de enfermería de Atención Primaria y Especializada de todo el país. En el encuentro se abordarán algunos de los aspectos asistenciales más controvertidos a los que se enfrenta esta especialidad en el ámbito clínico y para ello, cuenta con ponentes expertos en cada una de las materias a tratar.

Organizadores de la reunión y directivosa

El encuentro ha registrado una gran participación y se han presentado un total 150 comunicaciones

La reunión se estructura en varios bloques en los que se analizarán la nutrición a partir de los seis meses (métodos y fórmulas lácteas), las principales infecciones pediátricas y su abordaje (infecciones respiratorias, bronquiolitis o gripe) y la vacunación y patología del niño inmigrante, entre otras cuestiones. El encuentro ha registrado una gran participación y se han presentado un total 150 comunicaciones.

El subdirector médico del Reina Sofía, José Manuel Rumbao, y el director de la Unidad de Gestión Clínica de Pediatría del Hospital Reina Sofía, Juan Luis Pérez Navero, así como el presidente actual de la SPAOYE0X, Joaquín Ortiz Tardío, inauguraron el encuentro.

A lo largo del día, profundizaron en aspectos relacionados con la gastroenterología y nutrición. De la mano de la especialista del Hospital de Jerez, Joana A. Guio, han podido abordar el manejo de la la esofagitis eosinofílica en la infancia, una afectación crónica del sistema inmunológico que produce inflamación crónica esofágica y cuya incidencia ha aumentado notablemente. Este incremento se debe en parte a la mejora en el diagnóstico que han aportado los nuevos procedimientos endoscópicos y la realización de biopsias.

En esta línea, la especialista jerezana ha destacado que las alergias ambientales tales como las relacionadas con los ácaros del polvo, animales, pólenes y hongos pueden tener un papel importante en el desarrollo de esta patología. En este contexto, también se ha debatido sobre la mejora en la evolución del paciente a través de la indicación de dietas especiales y nuevos fármacos.

En la mesa dedicada a la alimentación infantil, el especialista del hospital Universitario General de Cataluña, Dámaso Infante, ha expuesto las novedades que se han introducido en las leches de fórmula. Concretamente, ha profundizado en las ventajas e inconvenientes de la fórmula a base de leche de cabra, un alimento en auge desde la autorización de esta proteína a través de una directiva europea. Esta fórmula presenta niveles más bajos de caseína, que ayuda a que la digestión gástrica sea más rápida, favoreciendo el vaciado gástrico. Por ello, estas nuevas fórmulas con leche de cabra podrían tener un papel importante en la dieta de los lactantes con disfunción intestinal o como alternativa cuando no sea posible la lactancia con leche humana. Sin embargo, los especialistas apuntan igualmente la necesidad de disponer de mayor evidencia científica para corroborar los beneficios de este tipo de alimentación.

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

noticias

Córdoba sana

Dr. Fernando M. Aznar: «La medicina estética genital femenina se consolida en Córdoba»

El Dr. Fernando M. Aznar Mañas, especialista en ginecología estética y cirugía íntima, ha introducido en Córdoba las últimas técnicas de rejuvenecimiento vulvo-vaginal

REDACCIÓN

La medicina estética genital ha experimentado un crecimiento entre la población española, sobre todo en las mujeres. El paso del tiempo junto a los cambios acaecidos durante los embarazos, partos, infecciones vulvo-vaginales... puede llegar a modificar el aspecto de los genitales externos, repercutiendo negativamente en la sensibilidad de toda la zona

«Al rejuvenecer la zona genital externa femenina, se recupera parte de su aspecto juvenil, las mujeres se sienten más atractivas, mejorando su autoestima, estando más seguras de si mismas. Muchas mujeres experimentan un mayor deseo sexual, logrando una mayor satisfacción sexual, a una edad de cambios muy importantes tanto anatómicos como fisiológicos, y sobretodo, psicológicos».

Así puso de manifiesto, el Dr. Fernando Aznar durante su intervención como ponente del abordaje integral del envejecimiento sexual, en el seno del primer congreso internacional de la Asociación de Ginecología, Estética y Salud Sexual (IAAGSW) celebrado en Londres a finales de octubre.

El Dr. Fernando Aznar es médico pionero en España, y referente a nivel internacional de la ginecología estética. Introductor de varias técnicas de antienvejecimiento genital y cirugía intima, en diferentes ciudades en España, ofreciéndose en Córdoba desde hace dos años con gran éxito.

> El Dr. Fernando Aznar es médico pionero en España, y referente a nivel internacional de la ginecología estética

El Dr. Fernando Miguel Aznar Mañas es un prestigioso conocido ginecólogo estético que lleva a cabo su actividad profesional en diferentes hospitales privados en España (Madrid, Sevilla, Málaga y Marbella). Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valencia, completó su formación de Ginecología y Obstetricia en el Hospital Reina Sofía de Córdoba. Máster en Mastología —UIMP y Máster en Reproducción Humana— IVI, obtuvo el reconocimiento internacional con la beca de investigación SUSAN KOMEN BREAST CANCER FELLOWSHIP en el Hospital Vall d´Hebron. En el año 2012, se diplomó en Ginecología Estética por el Instituto Pinto en Buenos Aires.

Actualmente es presidente de la Sociedad Española de Ginecología Estética Regenerativa Funcional (SEGRS) es experto en Antiaging Íntimo y Rejuvenecimiento Vulvar y Vaginal, siendo ponente y realizando talleres en los congresos internacionales más importantes de ginecología estética y medicina estética íntima Ha introducido la técnica de Vontouring o lifting vulvar en España, y es el único médico autorizado y certificado para la revolucionaria técnica PRP- vulvo-vaginal, O-SHOT, mejorando la pérdida de líbido y anosgarmia.

Actualmente investiga, desarrolla y capacita nuevas técnicas (ácido hialurónico, tejido autólogo graso, plasma rico en plaquetas, etc.) y procedimientos ginecológicos innovadores (láser íntimo, labioplastia no invasiva con radiofrecuencia, rejuvenecimiento vulvar con LED) para solucionar problemas tan importantes como la atrofia vulvo-vaginal en mujeres con cáncer, mejorar la estética genital femenina y la vida sexual de las mujeres.

Una técnica ambulatoria de regeneración tisular con plasma rico en plaquetas revoluciona el tratamiento de la disfunción sexual en la mujer

DR. FERNANDO AZNAR
UNIDAD DE GINECOESTÉTICA LÁSER – CÓRDOBA
WWW.CLINICAFERNANDOAZNAR.ES
WWW.OSHOT.ES

El Dr. Fernando Aznar, médico español referente internacional de ginecología estética y cirugía íntima, nos informa de los tratamientos que abarca la ginecoestética, subespecialidad nacida de las bases de la ginecología, la medicina estética y la cirugía plástica, junto a los nuevos tratamientos de la medicina regenerativa tisular: láser, radiofrecuencia, carboxiterapia, LED, ácido hialúronico, plasma rico en plaquetas o células madre, entre otros.

O-SHOT (TM): INYECCIÓN DE PLASMA RICO EN PLAQUETAS EN EL CLITORIS Y EN LA VAGINA

En la actualidad, las mujeres no sólo demandan tratamientos relacionados con sus problemas ginecológicos habituales, sino que además quieren recuperar su estética íntima y mejorar la funcionalidad integrada en una salud sexual plena.

Los tratamientos de Ginecoestética suelen ser demandados por mujeres entre los 30 y 60 años de edad, siendo los problemas derivados de los partos, los más frecuentes. Sin embargo, incluso mujeres muy jóvenes de 17 o 18 años pueden presentar una hipertrofia exagerada de labios menores o un vaginismo incipiente que le perjudique en sus primeras relaciones sexuales.

En las mujeres de 70 años o más que todavía mantengan relaciones sexuales pueden necesitar, debido a su intensa atrofia vulvovaginal, tratamientos de rejuvenecimiento genital.

En primer lugar, cabe destacar que hay mujeres que sufren verdaderos problemas en el momento de las relaciones sexuales, conviertiéndose en situaciones muy alarmantes para su calidad de vida, sobre todo emocional.

Dentro de la terapia celular y la ingeniería tisular, el plasma rico en plaquetas, representa la técnica de biotecnología con más rápido crecimiento en nuevas aplicaciones en la medicina

La técnica con plasma rico en plaquetas (PRP) ha sido validada su eficacia sin efectos secundarios importantes en múltiples estudios de traumatología, medicina deportiva, dermatología, odontología y en procedimientos estéticos.

La terapia PRP ofrece una gran potencial en el tratamiento de patologías ginecológicas que conlleven atrofia de la zona vulvovaginal.

Actualmente, más de 500 médicos especialistas en medicina regenerativa tisular de todo el mundo ya realizan el O-Shot u Orgasm Shot, un procedimiento no quirúrgico que consigue tratar la disfunción sexual femenina, mejorando la **sensibilidad** del clítoris y de la vagina de una manera natural, y ayudar a alcanzar el orgasmo con más facilidad, mejorando la líbido y el deseo sexual.

Este procedimiento mínimamente invasivo utiliza el plasma rico en plaquetas (PRP) extraído de la sangre de las mismas mujeres para estimular el rejuvenecimiento vaginal y del clítoris, fue desarrollado por el Dr.Charles Runels, e introducido en España, por el Dr. Fernando Aznar.

Las plaquetas extraídas de la sangre se colocan en una jeringa, procediéndose a inyectar de forma precisa y controlada en el clítoris y un área concreta dentro de la vagina. Estas plaquetas estimulan el crecimiento de nuevas células, junto a una nueva vascularización y nuevas terminaciones nerviosas en las áreas inyectadas, haciéndolas más sensibles al tacto.

En definitiva, los tratamientos regenerativos con láser ginecológico, radiofrecuencia vulvo-vaginal, carboxiterapia, toxina botulínica, ácido hialurónico y, sobre todo, con plasma rico en plaquetas consiguen mejorar, de forma inimaginable hace 10 años, la vida sexual de la mujer.

Posibles usos del PRP en ginecología regenerativa y medicina sexual:

- Disfunción Sexual Orgásmica
- Síndrome Genitourinario de la Menopausia
- Envejecimiento Vulvovaginal
- Incontinencia de Orina
- Infecciones de Orina Recidivantes
- Síndrome Uretral, Cistitis Instersticial
- Liquen escleroso vulvar y otras dermatosis vulvares
- Vestibulodinia, Vulvodinia
- Sequedad vaginal puerperal
- Dispareunia ,Vaginismo
- Dolor Pélvico Crónico
- Episiotomía, cicatrices, heridas y ulceras en la vulva, en la vagina y el perineo.
- Reconstrución Plástica Vulvovaginal
- Cirugía de Suelo Pélvico y de Uroginecología
- Lesiones en la vulva, vagina y cérvix de HPV
- Procedimientos de lipofilling genital

cuida de tí
FERNANDO AZNAR
Unidad Ginecoestética Láser Córdoba
os desea una feliz Navidad y un próspero año nuevo
Os atenderemos en la nueva Unidad en: Clínica La Sierra (prolongación c/Teruel, 19)
957 23 29 40
CONSULTA ONLINE
www.clinicafernandoaznar.es
www.ginecologiaestetica.es
www.ginecoestetica.es
www.oshot.es

Little Chef regresa al colegio El Encinar
comer sano 16

Menteágil, expertos en Estimulación Cognitiva «la gimnasia de la memoria
mente sana 18

Fundación la Arruzafa suma su trigésima expedición oftalmológica en Tanzania
información 20

Crucigrama de la felicitación navideña
pasatiempos 22

C.I.D
CLÍNICA DE IMPLANTOLOGÍA DENTAL
Drs. Gutiérrez de Ravé
EXPERTOS EN CASOS DENTALES COMPLEJOS
www.clinicacid.com
Tlf. 957 484 904
Avda. América, 9. 1º-2
(esquina Gran Capitán)
14008 CÓRDOBA

Curso de odontología digital

El pasado 25 de noviembre tuvo lugar en las instalaciones de Clínica C.I.D

Un nuevo curso de actualización de las técnicas de odontología digital e impresión 3D. El Dr Antuan Ortiz, bajo la dirección de los doctores Rafael y Almudena Gutiérrez de Ravé, impartió el curso de fotografía digital y su aplicación al diseño digital de sonrisas, así como la impresión 3D de férulas quirúrgicas, para su uso en clínica, tras la planificación de implantes dentales.

Clínica C.I.D sigue apostando por el compromiso de innovación y calidad, así como de actualización en las ultimas tendencias en el sector dental.

logos
LOGOPEDIA y FISIOTERAPIA
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
· Fisioterapia infantil y respiratoria
· Psicomotricidad

Amalia
JOYERÍA
- Collares a medida
- Piedras semipreciosas
- Colgantes
- Pulseras
- Broches
- Pendientes
- Diseño en plata
- Diseño en oro
DOCE DE OCTUBRE, 10 - BAJO. TLF.: 957 479 354. CÓRDOBA

Córdoba sana

oftalmología

Forum Arruzafa cierra su decimoctava edición tras congregar a cuatrocientos especialistas en oftalmología

El simposio, organizado por la Fundación La Arruzafa y promovido por especialistas del Hospital La Arruzafa, ha estado dedicado al glaucoma, una enfermedad que supone la tercera causa de ceguera en países desarrollados

laArruzafa FUNDACIÓN

El congreso nacional organizado por la Fundación La Arruzafa y promovido por profesionales del Hospital La Arruzafa que ha reunido a cuatrocientos especialistas en oftalmología procedentes de todo el país, ha concluyó el pasado 18 de noviembre en Córdoba tras desarrollar su segunda sesión científica, en la que se han tratado afecciones visuales vinculadas a una enfermedad que supone la tercera causa de ceguera en países desarrollados.

Forum Arruzafa cierra su decimoctava edición tras congregar a cuatrocientos especialistas en oftalmología

Forum Arruzafa es un congreso especializado en oftalmología que viene desarrollándose en Córdoba desde hace casi dos décadas

Así, en la última jornada del congreso se han presentado casos clínicos de tema abierto donde se han expuesto situaciones médicas de tipo excepcional. De igual manera, se han abordado técnicas de cirugía mínimamente invasivas para glaucoma (MIGS), se ha tratado la influencia de otras subespecialidades oftalmológicas y se ha vinculado la incidencia de la miopía con esta patología que provoca una lesión en el nervio óptico y que provoca pérdida del campo de visión.

Este simposio supone la «actividad más importante a nivel científico que promueve la Fundación La Arruzafa», según explica el coordinador de la Unidad de Glaucoma-Neurooftalmología, Uveítis e Inmunología de IO La Arruzafa, Antonio Hidalgo, que ha dirigido el foro.

Entre los especialistas que se han dado cita, un total de veintinueve ponentes, la oftalmóloga Susana Duch, del Instituto Condal de Oftalmología de Barcelona, ha explicado que el «uso de los implantes de drenaje sin dispositivos valvulares influyen mucho en la actualidad» en el abordaje terapeútico del glaucoma, en alusión a que son tratamientos «que antes estaba restringidos a glaucomas de mal pronóstico, pero que hoy en día tienen aplicaciones en glaucomas menos refractarios y a más tipo de glaucomas».

De igual manera, Francisco Javier Goñi, del Centro Médico Teknon Mollet del Vallés (Barcelona), que ha hablado sobre glaucoma y miopía, ha explicado que a fecha de hoy la vinculación entre ambas enfermedades «está cambiando porque la investigación procedente de países asiáticos ofrece otras perspectivas y enfoque diferentes», al tratarse de una zona donde predominan estas afecciones.

Asimismo, José Luis Urcelay ha concluido que la exploración a través de gonioscopia, un tipo de prueba que se realiza para obtener información sobre el ángulo irido corneal, es «imprescindible para el correcto análisis y manejo de la patología en pacientes con glaucoma crónico de ángulo estrecho». Los especialistas congregados han coincidido a la hora de señalar que la detección precoz del glaucoma minimiza la progresión de esta patología.

El director gerente del Hospital La Arruzafa, Rafael Agüera, que ha querido «agradecer la presencia de todos los asistentes», ha avanzado que la próxima edición de Forum Arruzafa (2018), que prevé celebrarse en noviembre del próximo año, va a estar relacionada con la oculoplastia, subespecialidad relacionada con la cirugía plástica ocular.

Este simposio supone la «actividad más importante a nivel científico que promueve la Fundación La Arruzafa»

Forum Arruzafa es un congreso especializado en oftalmología que viene desarrollándose en Córdoba desde hace casi dos décadas y que por el momento ha conseguido reunir a 540 ponentes del ámbito europeo en una cita que suma más de 7.200 asistentes. La presente reunión ha congregado a más de una veintena de entidades de la industria farmaceútica.

/Problemas cervicales dorsales y lumbares
/Contracturas, tendinitis, roturas fibrilares
/Hernias discales, protusiones y lubalgias
/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 Mª 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

ebm comer sano

Córdoba sana

Little Chef regresa al colegio El Encinar

Los benjamines de la cocina demostraron sus dotes creativas en la cuarta edición del concurso, celebrada con gran éxito en el colegio de Fomento El Encinar

A. CABELLO

Más de un centenar de alumnos de Educación Infantil —de 3 a 5 años— de la capital cordobesa han participado en la tercera edición del concurso de cocina «Little Chef», organizado por el colegio de Fomento El Encinar en sus instalaciones. El objetivo del concurso —mientras que niñas y niños disfrutan elaborando sencillas recetas de cocina— es fomentar los hábitos alimenticios saludables y desarrollar la creatividad por medio de la utilización de alimentos próximos a los más pequeños.

Agrupados en tres categorías: Primero de Educación Infantil (3 años), Segundo de Educación Infantil (4 años) y Tercero de Educación Infantil (5 años), los concursantes pudieron escoger entre realizar postres (galletas decoradas, brochetas, bizcochos, tartas, postres frutales...) o meriendas (canapés, sándwiches o tentempiés), acordes a sus capacidades.

Todas las recetas se elaboraron sin utilizar la ayuda de electrodomésticos o fuentes de calor, sin el auxilio de mayores, en un tiempo máximo de veinte minutos y bajo la atenta mirada del público y el jurado; que estuvo compuesto por Rafael Carrillo, Chef del Restaurante «El Churrasco»; Raquel Carmona fotógrafa y estilista gastronómica, Alumni de El Encinar; y Mercedes Cabrera, Chef del Catering Mercedes Cabrera.

> Todas las recetas se elaboraron sin utilizar la ayuda de electrodomésticos o fuentes de calor, sin el auxilio de mayores, en un tiempo máximo de veinte minutos

Los premios, tres por categoría, consistieron en lotes de útiles de cocina y suculentas galletas. Fue una mañana festiva, donde los padres disfrutaron con las profesoras, niños y niñas, que demostraron que con mucho trabajo y cariño, no hay plato que se resista... Quién sabe cuántas de estas «estrellas menudas» brillarán en las cocinas de los restaurantes más importantes de España dentro de unos años.

CAFÉ - BAR
LA ANTIGUA
FUNDADA EN 1999

Soliciten información para nuestros menús de Navidad

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

CENTRO MEDICO CIUDAD JARDIN

Especialidades médicas
Abierto todos los días del año

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

Técnicas de diagnóstico
análisis clínicos, radiología general e infantil, ortopantomografía, ecografías, mamografía, pruebas oftalmológicas, respiratorias y auditivas, eco doppler, holter T/A, holter ECG, electromiografía, potenciales evocados...

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

Consulte nuestra página web:
www.centromedicociudadjardin.com

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

[OFERTAS OTOÑO - INVIERNO 2017]

NO LA CAMBIO POR NADA
(SÓLO POR OTRA STIHL)

STIHL®

PLAN RENOVE MOTOSIERRAS
HASTA 150 € IVA INCLUIDO

Acción y ofertas válidas hasta el 22 de Diciembre de 2017.

AGROCOR® Campo e Industria
www.agrocor.com

DISPONIBLE 24 HORAS agrocor.com online shop

Sólo en tu Tienda Especialista

MS 193 C-E
ANTES ~~389€~~ AHORA DESDE 369€

MS 170
ANTES ~~239€~~ AHORA DESDE 199€

BG 56
ANTES ~~259€~~ AHORA 229€

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	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	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 Hipermercado	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 Mª 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 Avenida 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.CRUZ		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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA

FARMACIAS DE GUARDIA

www.cofco.org

CORDOBA 6 Y 8 DICIEMBRE 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	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	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 Avenida 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.CRUZ		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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA

FARMACIAS DE GUARDIA

www.cofco.org

CORDOBA 31 DICIEMBRE DOMINGO

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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ		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 Avenida 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	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Noguer	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	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 Mª 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 Avenida 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.CRUZ		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
CARRETERA 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 Avenida 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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ		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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEÚTICOS DE CÓRDOBA

FARMACIAS DE GUARDIA

www.cofco.org

CORDOBA 25 DICIEMBRE FESTIVO

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
CONCEPCION, 6	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	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
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
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO

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 Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

Córdoba sana

mente sana

Menteágil, expertos en Estimulación Cognitiva «la gimnasia de la memoria

Cada vez son más los estudios que evidencian la eficacia de la estimulación cognitiva

MARTA GIL CABRERA
TRABAJADORA SOCIAL, GERONTÓLOGA Y DIRECTORA DE MENTEÁGIL

Menteágil es una empresa pionera en Córdoba en realizar este tipo de terapias, tras más de cinco años de experiencia ha desarrollado un método propio de trabajo para enlentecer y prevenir enfermedades degenerativas como es el Alzheimer.

Cada vez son más los estudios que evidencian la eficacia de la estimulación cognitiva, por ello, los médicos la recomiendan a personas con deterioro cognitivo leve o con algún tipo de enfermedad degenerativa o ictus.

A través de este tipo de terapias podemos mejorar o mantener las capacidades cognitivas (como es la *memoria, atención, lenguaje o la orientación),* aumentar y preservar la reserva cognitiva y por lo tanto conseguir ralentizar el deterioro cognitivo y retardar que los pacientes aumenten su dependencia en las Actividades de la Vida Diaria.

> Menteágil cuenta con tres centros de trabajo en Córdoba y también se desplaza la domicilio de los pacientes, residencias, hospitales...

Ofrecemos 2 modalidades de trabajo: individual o grupal, siendo esta última una atractiva opción por tratarse de sesiones en grupos reducidos y homogéneos donde se realizan actividades personalizadas junto con divertidas dinámicas grupales donde fomentamos la autoestima y habilidades sociales.

Disponemos de distintos grupos en función del grado de Deterioro Cognitivo. La asignación se realizará previa valoración de nuestro equipo de neuropsicología.

Además de las terapias de estimulación cognitiva impartidas por el equipo de neuropsicología, menteágil está formado por fisioterapeutas, logopeda, auxiliares de enfermería, psicólogos y una trabajadora social.

Menteágil cuenta con tres centros de trabajo en Córdoba y también se desplaza la domicilio de los pacientes, residencias, hospitales...

ACTIVA TU CEREBRO

¿LE PREOCUPA SU MEMORIA? ¿TIENE PEQUEÑOS OLVIDOS?
¿QUIERE APRENDER A USAR LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS?

menteágil
NEUROREHABILITACIÓN Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA

LAS SESIONES PUEDEN SER:
- Individuales o grupales
- En clinica 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...)

¡ACTIVA TU CEREBRO!
Le preocupa su memoria?,
¿Tiene pequeños olvidos?,
¿Le cuesta decir algunas palabras?
Nosotros podemos ayudarle

- Neurorehabilitación (Ictus, daño cerebral...)
- Fisioterapia a domicilio
- Logopedia
- Atención temprana e infantil
- Auxiliares
- Médico Geriatra
- Psicologia Clínica

Dolores Ibarrúri, 3 (Zona Carrefour Sierra)
José Cruz Conde, 12 - 1ª Planta Izq. (Zona Centro)
Avd. Barcelona, 8 (Zona Levante)

957 485 513
630 778 690

menteagil@menteagil.com
www.menteagil.com

Fundación la Arruzafa suma su trigésima expedición oftalmológica en Tanzania

La organización desplaza a siete voluntarios y envía 315 kilos de material médico para llevar a cabo su cometido humanitario tras haber atendido hasta el momento a 22.321 personas y realizado 1.386 cirugías en sus desplazamientos a países africanos

laArruzafa FUNDACIÓN

Un equipo de siete voluntarios pertenecientes a la Fundación La Arruzafa (FLA), organización sin ánimo de lucro promovida y gestionada por profesionales del Hospital La Arruzafa (HLA), se ha desplazado hasta Tanzania (África) con el propósito de cumplir una misión de cariz oftalmológico, la número doce en ese país y la número treinta de cuantas ha llevado a cabo en ese continente por el momento.

La Fundación La Arruzafa lleva atendidas desde su constitución a 22.321 pacientes en los distintos proyectos que se realizan fuera de España

El grupo de personas movilizadas, que ha transportado consigo 315 kilos de material para uso médico, farmacológico y óptico, está encabezado por el presidente de la FLA, el oftalmólogo Juan Manuel Laborda, y Juan Manuel Cubero (oftalmólogo), José María Pérez Aragón (anestesista), Cecilia Expósito (enfermera), Gema Blanco (auxiliar), Pedro Ruiz (óptico) y Francisco Ruiz (cooperante).

El colectivo expedicionario, como habitualmente, contempla dividirse en dos equipos para así poder asistir a personas en Simanjiro y Mangola, con el propósito de completar su expedición más veterana de cuantas viene desarrollando desde 2005 en África.

La FLA, que en junio concluyó su segunda misión anual en Madagascar, donde ha sumado siete expediciones y en la que atendió a 1.319 pacientes en una decena de días, lleva atendidas desde su constitución a 22.321 pacientes en los distintos proyectos que se realizan fuera de España. La FLA ha realizado 1.386 intervenciones quirúrgicas; se han entregado 8.741 gafas de presbicia, 9.004 de sol y 749 de graduaciones especiales.

Es una organización sin ánimo de lucro, creada, promovida y gestionada por el personal del Hospital La Arruzafa de Córdoba que persigue la promoción de la salud oftalmológica, la investigación y la divulgación de los conocimientos científicos que conduzcan a la universalización de la salud, independientemente de condicionantes económicos, sociales y geográficos.

Diseño Capilar Dioni Barrera
«Tan feliz como tu pelo»

«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

En estética, cada problema tiene su solución. En Diseño Capilar, un espacio amigable, íntimo y profesional, le atenderemos de forma totalmente personalizada hasta conseguir que su imagen le ayude a sentirse bien.

«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

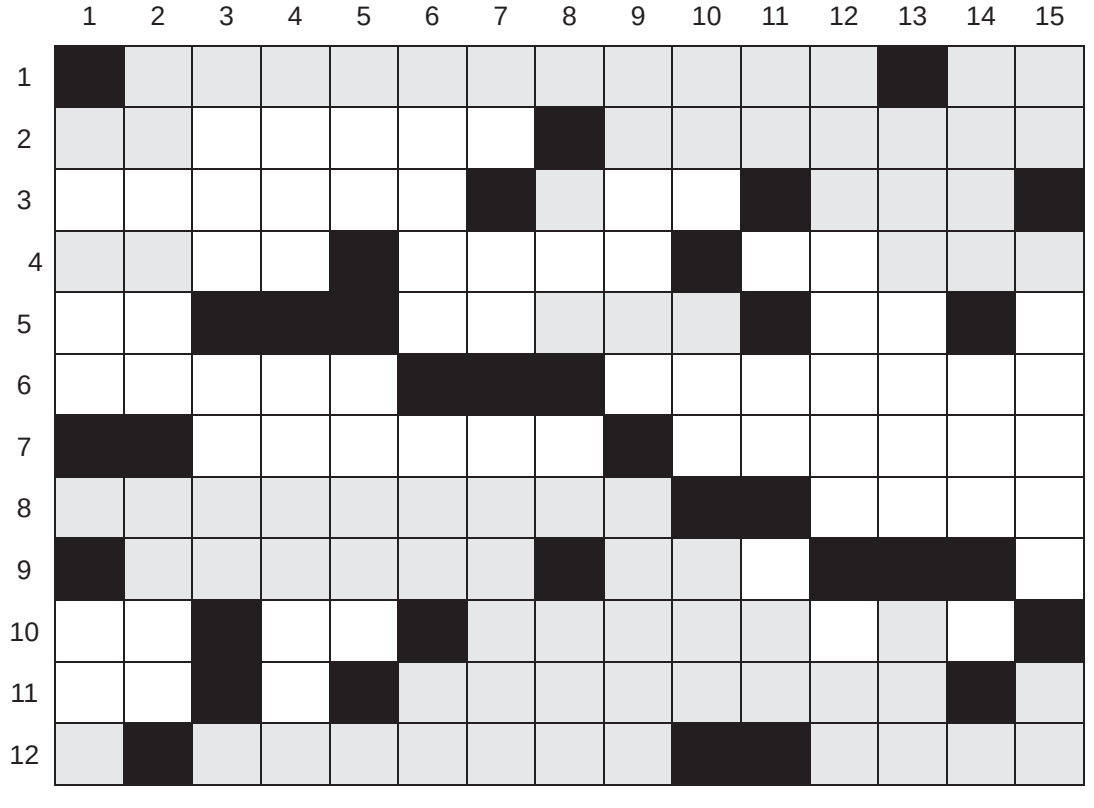
aecc
Contra el Cáncer
Convenio de colaboración entre la a.e.c.c. de Córdoba y Dioni Barrera Diseño Capilar
DIONI BARRERA
diseño capilar

ebm pasatiempos

Córdoba sana

Crucigrama de la felicitación navideña

Con las palabras y sílabas en fondo gris, se puede leer una felicitación para todos, en las próximas Fiestas



Por Julián Rodríguez

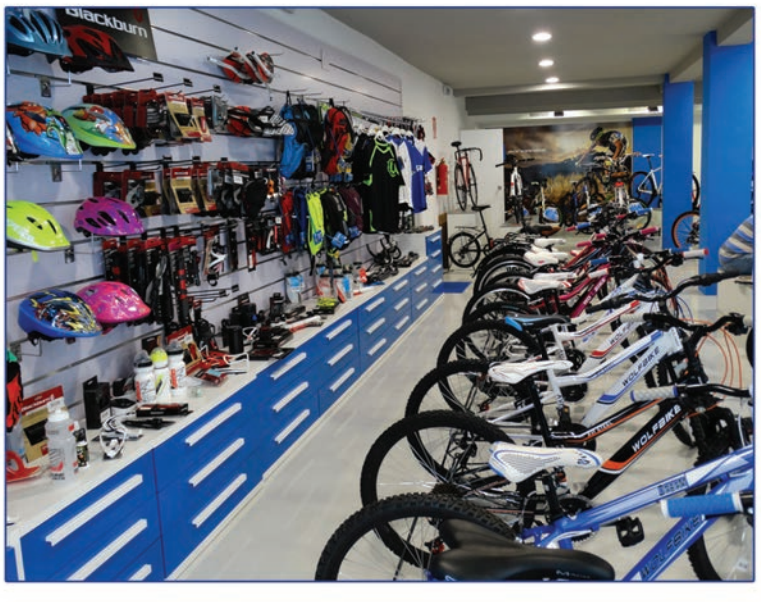
* Las soluciones aparecerán publicadas en la web de Córdoba Sana (www.cordobasana.es).

HORIZONTALES: 1.- Prosperidades, bienestares. Preposición. **2.-** Platos de la gastronomía italiana. Celebración del Nacimiento de Cristo. **3.-** Al revés, aséalo, límpialo. Moneda de Japón. Pronombre relativo. **4.-** Río europeo. Al revés, acémila híbrida. Que no pueden hablar. **5.-** Ley Orgánica. Similitud. Vocales del día. Un uno. **6.-** Al revés, gordo, grueso. Al revés, una capital y provincia andaluzas. **7.-** Poner el sello. Relativo al suero. **8.-** Años para tener la mayoría de edad. Al revés, padezca la tos. **9.-** Porte hasta aquí. Al revés, papel de actor. Área. **10.-** Preposición. Unidad de Ictus. Restablecimientos en las enfermedades. **11.-** Marchar, caminar. Quinientos de la antigua Roma. Los que leen. Símbolo del Itrio. **12.-** La placa que llevaban los vehículos de Alicante. Una ciudad y provincia andaluzas. Cura sus heridas.

VERTICALES: 1.- Alábelo. Deutschland. Tiene veinticuatro horas. **2.-** Sentencias de Tribunales. Camino latino. **3.-** Al revés, basamento, peana. Un hijo de Jacob. Carbono. **4.-** Producto de volcán. Cobró los tributos. **5.-** Media rapiña. 158 romanos. Roentgen. **6.-** Ensenadas. Al revés, tanto deportivo. *Laser Disc*. **7.-** Islandia. Litio. Letras de acometa. **8.-** *Delete*. Al revés, adverbio de cantidad. Factor sanguíneo. Al revés, Banco Central Europeo. **9.-** Enfermedad de la sangre. Las letras de tojal. **10.-** Donan. Flor de heráldica. Vocal que se repite. **11.-** Al revés, observa. Madrid. Nota musical. Consonante que se repite. **12.-** Adverbio. Vocal, en plural. **13.-** Titubeamos, tenemos dudas. Mango. **14.-** Tres vocales (una repetida). Letras del solo. Sur. Nitrógeno. **15.-** Neodimio. Al revés, remolcáis naves. Ahora, en este mismo momento.

Bicisport Arenas

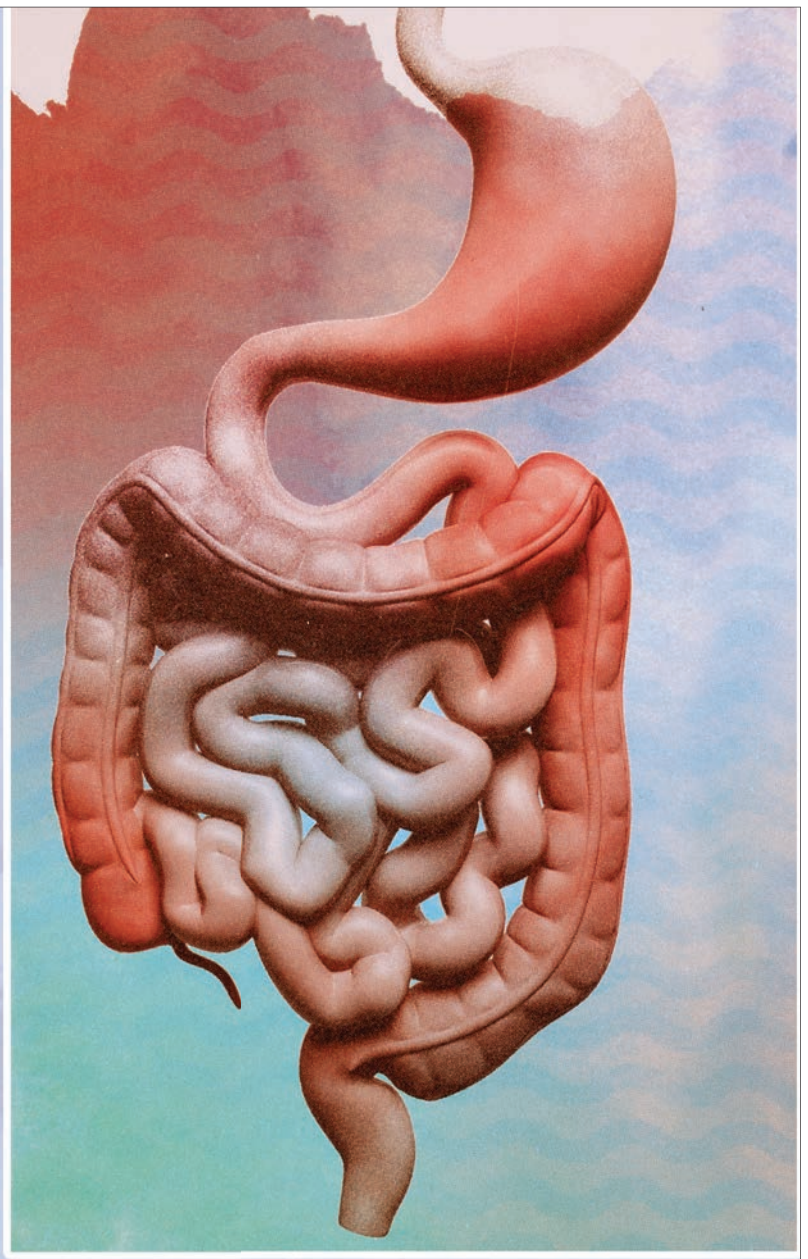
TU TIENDA DE BICIS EN CÓRDOBA



Venta, Reparación y Accesorios. Tfno.: 957 84 30 83 C/ Virgen de las Angustias, 19 14006 Córdoba

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 disconfort 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, facilitala 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 imsomnio, el estrés y la ansiedad
- Desordenes venosos y linfáticos, piernas cansadas
- Y en otros procesos

DR. JOSÉ MARÍA SÁEZ BRAVO

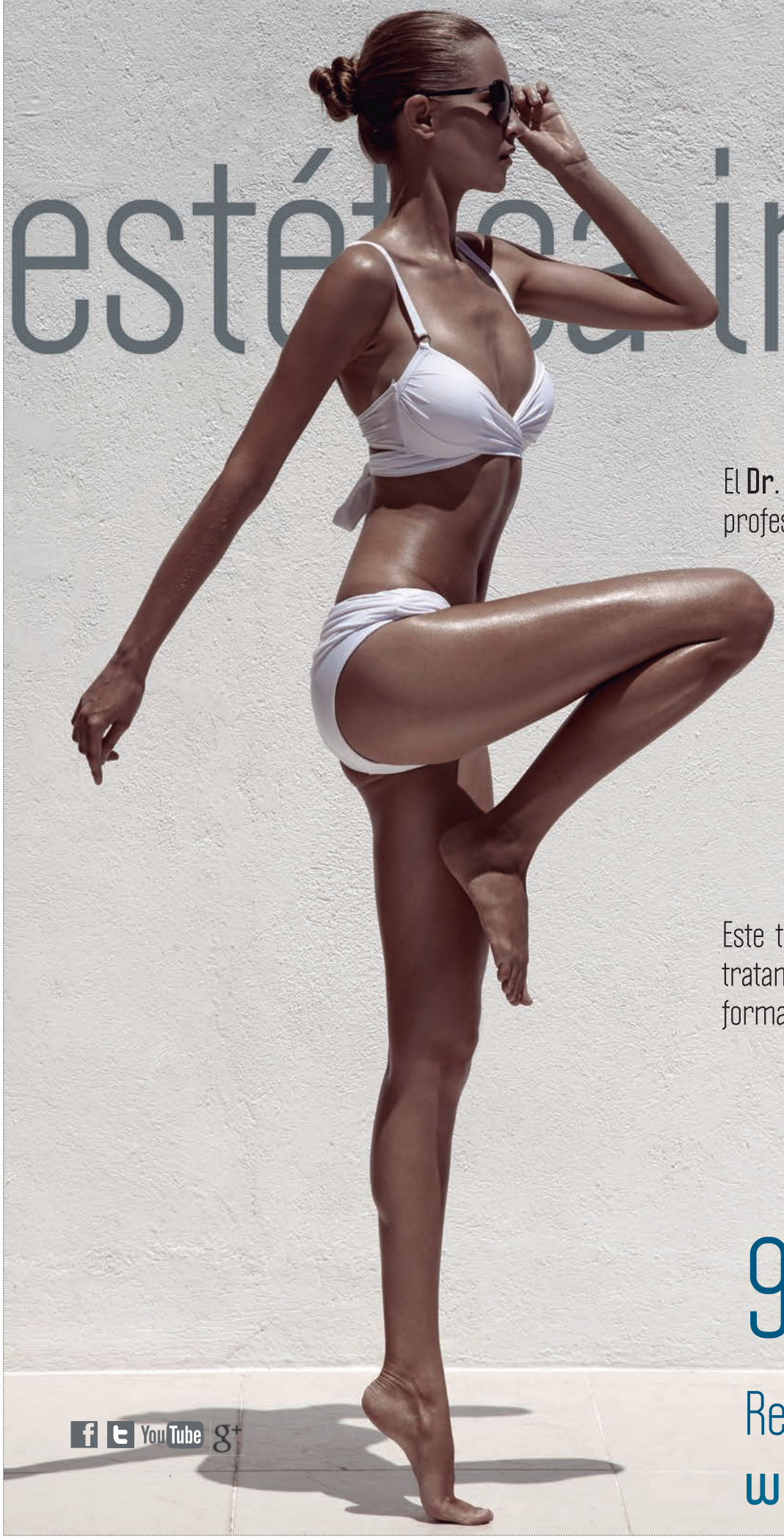
Licenciado en Medicina y Cirugía y Especialista en Aparato Digestivo por la Universidad de Córdoba con formación en Endoscopia y Ecografía abdominal.Ha desarrolado durante más de 30 años la especialidad, primero en Ciudad Real y desde el año 2000 hasta la actualidad en el sector privado en el Hospital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

CLÍNICA
REYES CATÓLICOS

UN CENTRO DE REFERENCIA EN CIRUGÍA PLÁSTICA Y TRATAMIENTOS MÉDICO ESTÉTICOS

estética integral



El **Dr. Alberto Redondo** coordina un equipo de profesionales expertos en cada especialidad:

Cirugía Plástica
Medicina Estética
Estética Avanzada
Nutrición

Este trabajo en equipo permite combinar distintos tratamientos para obtener los mejores resultados de forma personal, **priorizando siempre "tu salud"**

957 498 132

Reyes Católicos, 11 local Córdoba.

www.redondoestetica.com