



La conexión perfecta entre su oído y el cerebro
Solucionamos tu pérdida auditiva gracias al nuevo audífono desarrollado por **SIEMENS**

EFETA®
centros auditivos

Córdoba
Cruz Conde, 12
cordoba@efeta.es
957 473 564

Lucena
Av. del Parque, 14
lucena@efeta.es
957 513 375

Pruébalo gratis durante 1 MES

Hazte un estudio gratuito, y si lo necesitas, podrás beneficiarte de un **25% descuento***

* Sólo tecnología SIEMENS.



SANICOR

Marcamos la diferencia

www.ortopediaaeropuerto.com



CENTRAL

Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL

Avda. Arroyo del Moro 1

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL



FP GRADO MEDIO Y SUPERIOR

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

¡ABIERTO PLAZO de MATRICULACIÓN!

Curso 2017/18

¿Quieres ser un profesional sanitario?

Sin notas de corte
Prácticas profesionales
Título Oficial

957 270 300

www.fundacionalborcordoba.org

*

info@fundacionalborcordoba.org

*

Calle María Montessori S/N. 14011 Córdoba

HOSPITAL REINA SOFÍA

La Unidad de Salud Mental forma a cerca de 200 profesionales en técnicas de reducción de estrés

La Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental del Hospital Universitario Reina Sofía, a través del área de Psicoterapia, está desarrollando un programa formativo sobre técnicas de reducción de estrés dirigido a profesionales sanitarios. Hasta el momento, unas 200 personas han participado en alguno de los talleres que se han desarrollado desde que en 2015 comenzara esta línea formativa. Cada programa se estructura en ocho sesiones semanales de dos horas de duración y otra final de práctica intensiva. La formación se centra en el programa de Reducción del Estrés Basado en la Atención Plena (REBAP), también conocido como MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction).

(sigue en la página 2)



Esta actividad ha tenido un alto grado de satisfacción entre los participantes



Medicina y Cirugía Estética

Primera consulta y revisiones gratuitas
Financiación hasta 24 meses
sin intereses



Avda. de la Arruzafa, 42

tfno. 957 402 556

whatsapp 692 180 738

www.clínicaalzahar.com

noticia de portada

La Unidad de Salud Mental del Reina Sofía forma a cerca de 200 profesionales en técnicas de reducción de estrés

El objetivo de este programa es ofrecer herramientas para desarrollar habilidades que ayuden a afrontar conscientemente el malestar, la enfermedad, la pérdida y los desafíos de la vida

REDACCIÓN

La Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental del Hospital Universitario Reina Sofía, a través del área de Psicoterapia, está desarrollando un programa formativo sobre técnicas de reducción de estrés dirigido a profesionales sanitarios. Hasta el momento, unas 200 personas han participado en alguno de los talleres que se han desarrollado desde que en 2015 comenzara esta línea formativa.

Cada programa se estructura en ocho sesiones semanales de dos horas de duración y otra final de práctica intensiva. La formación se centra en el programa de Reducción del Estrés Basado en la Atención Plena (REBAP), también conocido como MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction).

Según explica la psicóloga clínica de la Unidad de Salud Mental Comunitaria Centro del hospital y coordinadora del curso Inmaculada Carranza, “esta formación es uno de los entrenamientos de mindfulness más reconocidos y su eficacia ha sido contrastada por numerosos estudios científicos”. Las evidencias demuestran sus efectos relacionados con la reducción del estrés y la mejora de la salud. También mejora la capacidad de atención y favorece mejores relaciones interpersonales”.

Cada programa se estructura en ocho sesiones semanales de dos horas de duración y otra final de práctica intensiva

A lo largo de las ocho sesiones se abordan aspectos como qué es mindfulness o atención plena; las percepciones y la realidad; el poder de las emociones; cómo reaccionar o responder al estrés; la alimentación y consumo; la comunicación consciente; la gestión del tiempo que hacemos y cómo se puede vivir desde el mindfulness en la vida cotidiana.

Este tipo de técnicas son capaces de inducir cambios importantes en la actividad cerebral y en el epigenoma humano, lo que



Esta actividad ha tenido un alto grado de satisfacción entre los participantes

a su vez se traduce en la mejora de los síntomas y la reducción del riesgo a desarrollar diversas patologías. En esta línea, el objetivo que se persigue, según Carranza, “es practicar y desarrollar la conciencia plena (Mindfulness) para ‘estar presente’ en aquello que está ocurriendo, para darnos la oportunidad de afrontar conscientemente el estrés, el malestar, la enfermedad, la pérdida y los desafíos de la vida”.

El entrenamiento en estas técnicas dota a los profesionales de recursos de intervención que potencian el desarrollo personal, generando recursos propios eficaces en el afrontamiento de las situaciones vitales conflictivas, alejado del uso sobremedicado de las mismas, en consonancia con las líneas estratégicas de Salud Mental.

Las primeras convocatorias de estos talleres fueron dirigidas a profesionales del área de Salud Mental en 2015 y posteriormente, se abrió la oferta a otros profesionales sanitarios de Atención Primaria. En todos los ciclos formativos, la aceptación y el grado de satisfacción de los participantes han sido muy altos.

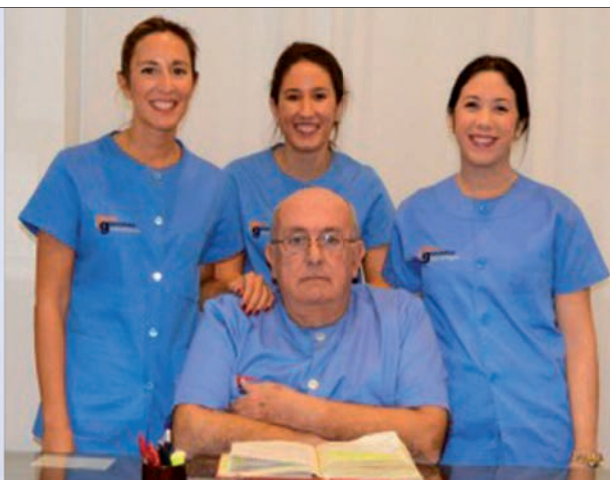


Profesionales de Salud Mental en una de las sesiones celebradas

**clínicas López
gonzález
odontólogos**

**CLÍNICAS DENTALES
BRILLANTE -HIGUERÓN**

Avd/ Brillante Nº12. C.P 14006
Tel: 957 401 184 (Córdoba)
C/Aguilarejo bajo 1, C.P 14193
Tel: 957 329 369 El Higuero (Córdoba)



Déjenos cuidar de su sonrisa y la de su familia

**Les atenderemos con la sensibilidad
y delgadeza que se merecen**

- Atendemos un gran número de compañías médicas
- Disponemos del Plan de Asistencia Dental Infantil de la Junta de Andalucía
- Primera visita, revisiones y consultas gratuitas.

«Doctor, ¿realmente necesito una rinoplastia?» Disipando las dudas del paciente

REDACCIÓN

Someterse a una cirugía plástica es una decisión que debe tomarse de manera reflexiva. Es importante estar seguro de que las razones para someterse a ella son justificadas y elegir cuidadosamente a nuestro cirujano. La rinoplastia (cirugía de nariz) es, según la experiencia del Dr. Emilio Cabrera, una de las cirugías que mas dudas suscitan entre los pacientes, y la intervención que mas tiempo les lleva decidir. Las razones para ello comienzan cuando el paciente se pregunta si los resultados serán naturales y responderán a las expectativas creadas en cuanto a cambio de un elemento tan protagonista en el rostro. Además, se unen preguntas relacionadas con la duración de postoperatorio y el dolor que se sentirá en este periodo.

El Dr. Emilio Cabrera, experto en rinoplastia, señala que, como en todas las cirugías, para conseguir un buen resultado, es necesario comenzar por llevar a cabo una adecuada indicación quirúrgica, es decir: debe señ-

larse al paciente si realmente su nariz necesita un cambio, si este es viable, y cuáles serán los resultados. Y ese proceso debe hacerse de una manera clara, precisa y honesta, sin crear falsas expectativas.

Así es la primera consulta

La consulta constituye una etapa esencial para afrontar una rinoplastia. De hecho la consulta es tan importante como la propia cirugía. Es la oportunidad de conocer cuáles son los aspectos de la nariz que no gustan al paciente y que desearía modificar o mejorar. Una vez conocidas sus aspiraciones, es el momento en que el Dr. Emilio Cabrera le explique qué modificaciones podrán llevarse a cabo, y de qué forma, siempre con expectativas realistas para el resultado. La cirugía estética nasal requiere la realización de consultas pausadas, donde el paciente pueda expresar sus objetivos, expresando todas las dudas y realizando todas las preguntas necesarias. Es esencial que cuando salga por la puerta de la consulta tenga toda la información y

seguridad necesaria para afrontar la rinoplastia.

Tras esta consulta y una exploración física previa muy minuciosa mediante un proceso que permite sistematizar y analizar todas las medidas externas necesarias para la realización de una rinoplastia, el cirujano comunicará finalmente al paciente si la cirugía está o no indicada. Porque sucede que, en algunas ocasiones, una vez completado este proceso previo, el cirujano debe decir no, y no recomendar la rinoplastia. Son casos en los que los objetivos que el paciente busca son irreales o sin fundamento.

La consulta es tan importante como la propia cirugía

Tras la cirugía, y una vez cumplidas las metas estéticas, los beneficios para el paciente son pronto evidentes con una mejora no solo de la imagen facial sino también de la confianza en sí mismo y la autoestima.

¿Qué limitaciones tiene una rinoplastia?

Para el Dr. Emilio Cabrera, experto en rinoplastia, éste es un aspecto fundamental: "aunque pueda sonar frustrante, el paciente debe conocer con claridad que sí que hay limitaciones en los resultados. Esto depende básicamente del punto de partida, de la nariz de la que parta el cirujano. Hay que entender que solo podemos cambiar las cosas y que la nariz es una estructura muy sofisticada con múltiples piezas que, muchas veces, en la cirugía, a modo de puzzle, deben ser separadas y vueltas a unir con total seguridad, porque debemos recordar que la nariz no solo debe ser bonita, también debe seguir teniendo un correcto funcionamiento tras la intervención."



¿Por qué elegirnos?

En Cabrera Plástica & Estética, estamos especializados en procedimientos de rinoplastia. Cada miembro de nuestro equipo, se centra en hacer de su rinoplastia la mejor experiencia posible. Desde la consulta inicial hasta la cirugía en sí, y durante el seguimiento posterior, todo nuestro equipo se dedica a ofrecerle los cuidados e indicaciones que hemos reunido en nuestros años de experiencia y conocimientos como expertos.



El Dr. Emilio Cabrera es cirujano plástico de referencia en Córdoba en rinoplastia funcional y estética, tanto primaria como secundaria. Es miembro de la SECPRE (Sociedad Española de Cirugía Plástica, Estética y Reparadora) y de la ASAPS (American Society for Aesthetics Plastic Surgery).

+ INFO EN www.rino-plastia.es
especialistas en resultados naturales

Comparte nuestro trabajo en



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



sumario e información

► noticias

La Unidad de Salud Mental del Reina Sofía forma a cerca de 200 profesionales en técnicas de reducción de estrés	2
Personas mayores y con discapacidad, el perfil de personas tuteladas por la Fundación Padre Miguel García Blanco	6
El colegio de médicos premia la investigación en salud	8
Demuestran la eficacia de un nuevo fármaco en el tratamiento de la artritis reumatoide	8
Investigadores de Reina Sofía, IMIBIC y UCO analizan las terapias más eficaces para combatir trastornos psicológicos	10

► en buenas manos

Clínica CID con el deporte: revisión médico-bucal de la plantilla del Córdoba CF	14
Una investigación llevada a cabo en Austria, Reino Unido y España describe los beneficios del Shiatsu	16
Un protocolo quirúrgico de La Arruzafa, en el último libro de la Sociedad Española de Cirugía Ocular Implanto-Refractiva	18
	
¿Qué es el pie diabético?	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 SEPTIEMBRE

28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 Día Internacional de la Migraña	13	14	15 Día Mundial del Linfoma	16	17
18	19 Día Nacional de la Disfonía Espasmodica	20	21 Día Mundial del Alzheimer	22	23 Día mundial del síndrome de piernas inquietas	24 Día Mundial de la Retinosis Pigmentaria
25	26	27	28 Día Mundial de la Rabia	29 Día Mundial del Corazón	30	1

LA FRASE DEL MES

« El diagnóstico no es el fin, sino el comienzo de la práctica. »

Martin H. Fischer



clínica Dental Noreña

Odontología general
Implantología
Ortodoncia
Estética dental
Odontopediatría

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

«Trabajamos con compañías médicas»
Implante dental completo 960€

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

Siete años para ver

Fundación La Arruzafa realiza un doble trasplante de córnea y devuelve la visión a un niño guineano que nació ciego y que ha sido evacuado desde su país de origen tras ser diagnosticado en una misión oftalmológica

laArruzafa
HOSPITAL | INSTITUTO OFTALMOLOGÍA | FUNDACIÓN

Sus dos ojos azules propiciaban ceguera. La visión al nacer era prácticamente nula, porque su mirada era opaca. Fernando Siafa es un niño de apenas siete años (10-08-2010) natural de Guinea Ecuatorial que observaba la realidad a través de dos ventanas oscuras que le impedían desarrollar una vida normal por culpa de una enfermedad hereditaria. Su caso fue diagnosticado el año pasado por el equipo de oftalmólogos y voluntarios de la Fundación La Arruzafa (FLA) en la última misión de cariz médico desarrollada en ese país africano, donde ésta ha atendido hasta la fecha a 2.447 pacientes en las cinco expediciones realizadas a esa república del viejo continente.

Reconocido su caso por los especialistas, los responsables de esta organización sin ánimo de lucro promovida e impulsada por profesionales del Hospital La Arruzafa (HLA) e Innova Ocular La Arruzafa activaron el protocolo de evacuación para intentar salvar la visión de este menor. Un hecho que a día de hoy es una realidad, porque Fernando ha comenzado a ver a los siete años tras haber sido intervenido de un trasplante corneal en cada ojo.

Tal y como explica el oftalmólogo Alberto Villarrubia, que le ha at-



Fernando Siafa junto al oftalmólogo del Hospital La Arruzafa, Alberto Villarrubia

nido junto a su equipo en el HLA, «el niño sólo podía ver una luz ininteligible desde su nacimiento que resultaba opaca. Su cuerpo nació con una enfermedad congénita, una distrofia corneal, que le imposibilitaba ver más allá de esa oscuridad provocada por su patología».

Las distrofias corneales son alteraciones congénitas de la córnea. Pueden afectar a diferentes partes de la misma y, alguna de ellas, como la que padecía Fernando, resultan poco frecuentes y de difícil diagnóstico en España. Existen con mayor o

menor «penetrancia», más o menos graves. La «modalidad» que padecía Fernando era la más grave y se presenta al nacimiento. Este tipo de afección se suele asociar a antecedentes de consanguinidad familiar. «Cuando se produce con una importancia severa, provoca una ceguera porque la córnea, que es la parte más anterior del ojo (una especie de cristal de dimensiones milimétricas) y sus células no mantienen la transparencia que deben tener porque están dañadas, provocando un edema corneal que hace que el

paciente vea de la misma manera a cómo lo haría a través de un «cristal sucio», explica el oftalmólogo. En el caso del menor guineano, ese cristal estaría, empleando el mismo simil, «muy sucio».

Compleja cirugía

Con estos antecedentes, el equipo dirigido por Villarrubia, que es uno de los que mayor número de trasplantes de córnea realiza cada año en España, decidió realizar uno «de la capa corneal que tenía dañada», algo que técnicamente se denomina trasplante lamelar endotelial o técnica DSAEK. «Un procedimiento similar se le realizó hace años a un niño de Senegal que presentó un caso similar», asegura el oftalmólogo.

«Actualmente, podemos afirmar que esa cirugía realizada a Fernando ha obtenido unos resultados que se pueden calificar de espectaculares», en alusión a la «disminución del grosor del edema y a la transparencia resultante». Tanto es así que, dos meses después de la primera intervención, que tuvo lugar en mayo se programó una segunda cirugía en el otro ojo (izquierdo) para llevar a cabo un segundo trasplante bajo la misma técnica, cirugía que también ha obtenido un resultado «tremendamente satisfactorio» y cuya óptima evolución se sucede desde los primeros días del postoperatorio.

«Este tipo de personas, en determinados países corren el riesgo de ser excluidas socialmente dadas sus deficiencias visuales. Con Fernando estamos todos muy impresionados y contentos. Ahora va a poder desarrollar una vida relativamente normal en su relación con el medio y su familia», detalla Villarrubia.

El paciente está a la espera de recibir el alta médica, algo que «con probabilidad» recibirá durante el mes de septiembre, tal y como asegura el oftalmólogo. El mismo especialista afirma que «el hecho de pertenecer a la Fundación La Arruzafa nos da la oportunidad de realizar este tipo de labor con pacientes que no cuentan con la posibilidad de recibir este tipo de asistencia en sus países de origen, para nosotros es todo un orgullo formar parte de esta organización».

En este sentido, detalla que «produce una satisfacción personal y profesional muy grande el hecho de ver que un niño ciego vuelve a sonreír; es algo que no está pagado con nada. Para un médico es algo muy importante. Esto no lo podríamos hacer sin la existencia de la fundación. Para todo nuestro equipo, tener la posibilidad de llevar a cabo este tipo de operaciones, por complejas que resulten, tienen un sentido muy humano porque consideramos que, de alguna manera, estamos contribuyendo para salvarle la vida», concluye Villarrubia.

CLÍNICA DENTAL
EDUARDO LÓPEZ
LA SALUD NO SE FRANQUICIA

Tu dentista de confianza

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

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

noticias

Personas mayores y con discapacidad, el perfil de personas tuteladas por la Fundación Padre Miguel García Blanco

La Fundación, perteneciente a la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, ha publicado en su Memoria de actividad del pasado año los datos relativos al perfil de personas tuteladas, que se ubica en Andalucía y que, mayoritariamente, padece discapacidad intelectual

REDACCIÓN

La mayor parte de las tutelas y pretutelas que lleva a cabo la Fundación Tutelar Padre Miguel García Blanco se ejercen sobre personas con discapacidad intelectual o discapacidad mental. Así se desprende de la Memoria de actividad correspondiente al año 2016 que acaba de publicar esta Fundación de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios.

Generalmente, las personas a las que se tutelan tienen un alto grado de dependencia

Durante el año 2016 fueron 83 las personas cuya tutela o pretutela estuvo a cargo de la fundación de la Orden Hospitalaria. La coordinadora de la misma, Rosario Fijo, explica que la Fundación Tutelar Padre Miguel García Blanco se encarga de «ejercer la tutela de personas legalmente incapacitadas, prestando los apoyos necesarios e indispensables para velar, supervisar y complementar la capacidad de cada una de las personas encomendadas para posibilitar su plena integración social, familiar y laboral».



El grueso de estas tutelas, como indica la propia Memoria de Actividad se concentran en personas de tramo de edad de entre 36 a 65 años, que suponen el 43 por ciento del total, siguiéndoles las de más de 65 años, con un porcentaje del 30 por ciento.

Las causas principales de incapacitación de estas personas son la discapacidad intelectual, en un 71 por ciento de los casos; y la discapacidad mental, con un 27 por ciento. Solo un 2 por ciento tiene

como causa el padecimiento de la demencia senil.

Generalmente, las personas a las que se tutelan tienen un alto grado de dependencia. Según la memoria de 2016, el 55% de ellas tienen el grado tres; el 31 por ciento, el grado dos; y solo el 4% tiene como diagnóstico el primero de los grados de la dependencia.

Sobre ellos se presta una atención que se enfoca en cuatro aspectos fundamentales.

El primero de ellos sería la atención social, que es el trabajo más directo con las personas tuteladas, realizándoles un seguimiento personal y trabajando su plan individualizado. La atención de los voluntarios tutelares supone un apoyo fundamental en sus relaciones interpersonales y para el propio desarrollo de estas personas, que mejoran su bienestar emocional gracias al tiempo que comparten con estos voluntarios. Por último, la atención económica y la jurídica, para ocuparse de la gestión de sus intereses y sus expedientes, completan la actividad de la fundación para con sus tutelados.

Las personas tuteladas proceden de algunos de los centros de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios en la provincia Bética, como la Ciudad San Juan de Dios de Alcalá de Guadaira, dedicada a la discapacidad intelectual o el Centro Asistencial San Juan de Dios de Málaga, dedicado a la discapacidad intelectual y a la salud mental. «Aunque el 93 por ciento de las personas a las que atendemos están en nuestros centros de Andalucía, ejercemos también la tutela de personas procedentes de centros de la Orden Hospitalaria en Canarias o la Comunidad de Madrid», añade la coordinadora.



Tratamiento de la Incontinencia de Orina con Láser

En 15 minutos, en consulta, sin dolor, sin anestesia.

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

Especialidades

Ginecología

Obstetricia

Patología Mamaria

Ecografía 3D / 4D

Cirugía Ginecológica
 Mínimamente Invasiva

Ginecología Estética

Cirugía Íntima

FERNANDO



cuida de ti

AZNAR

CITA PREVIA:

957 23 29 40



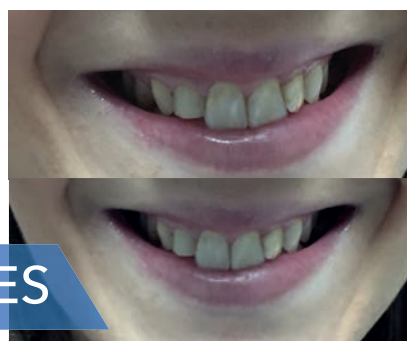
centro dental y estética Jesús María



DR. TOMÁS PÁEZ

ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO

TU SONRISA, NUESTRA MEJOR CARTA DE PRESENTACIÓN



ANTES

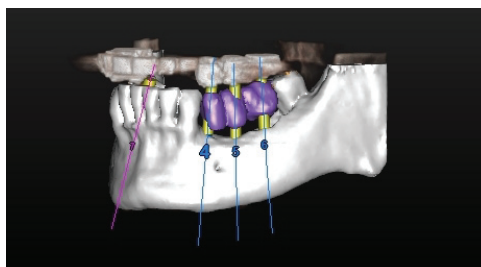
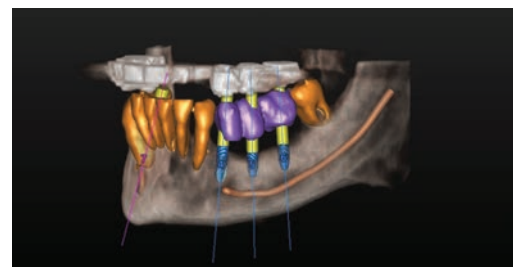
IMÁGENES DE
UN CASO REAL



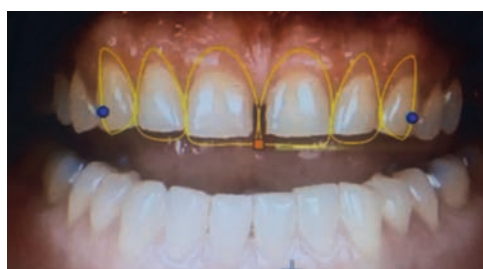
DESPUÉS

**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, 4º-5 (Junto a Tendillas) | 14003 Córdoba
centrodentaljesusmaria.es | info@centrodentaljesusmaria.es

noticias

El colegio de médicos premia la investigación en salud



Bernabé Galán y Rafael Herrador

REDACCIÓN

El Colegio de Médicos de Córdoba mantiene abierta la convocatoria para su Premio Nacional de Investigación hasta el próximo 27 de octubre. Este premio, que cumple ya su decimoquinta edición, tiene como objeto el apoyo a actividades investigadoras científicas en el ámbito de la salud y la medicina. En palabras del presidente del Colegio, Bernabé Galán, «a través de este galardón, tratamos de impulsar la promoción de la constante mejora de los niveles científicos, formativos, culturales y económicos de todos nuestros colegiados cordobeses y de la profesión médica en general».

El premio tiene carácter nacional y está dirigido a trabajos de investigación publicados a lo largo de 2016. Se admiten trabajos mul-

ticéntricos, nacionales e internacionales, siempre y cuando uno de los firmantes sea un médico colegiado en España. De hecho, sólo se excluyen proyectos de médicos premiados en las dos ediciones inmediatamente anteriores. Según indica el Dr. Manuel Montero-Pérez-Barquero, que actúa como secretario del jurado, «los criterios que se tienen en cuenta para la concesión del galardón son la calidad científica, la aplicabilidad clínica y proyección futura de los resultados, además de la independencia financiera de los trabajos». El fallo del jurado se hará público en los quince días siguientes al final de la convocatoria y será inapelable. El premio está dotado con 6.000 euros para el trabajo de investigación ganador y con 2.500 y 1.500 euros para el segundo y tercer clasificados, respectivamente.

Demuestran la eficacia de un nuevo fármaco en el tratamiento de la artritis reumatoide

Reduce la actividad de la enfermedad y promueve el óptimo funcionamiento del tejido vascular

REDACCIÓN

Investigadores del Hospital Universitario Reina Sofía, el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) y la Universidad de Córdoba (UCO), han desarrollado un estudio en el que demuestran la eficacia de un nuevo fármaco biológico denominado Tocilizumab (TCZ) en el tratamiento de la artritis reumatoide, al actuar sobre los principales desencadenantes de la aterosclerosis y enfermedad cardiovascular.

Los resultados del artículo indican que el uso de TCZ puede contribuir a reducir el riesgo de padecer enfermedad cardiovascular

El estudio, publicado en la revista Translational Research, y dirigido por las investigadoras del grupo del IMIBIC “Enfermedades autoinmunes sistémicas-inflamatorias crónicas del aparato locomotor y tejido conectivo” Rosario López-Pedrería y Nuria Barbarroja, se ha realizado en una cohorte de 20 pacientes con artritis reumatoide, a los que se



Algunos de los investigadores del grupo que desarrolla el estudio

trató con TCZ durante seis meses.

Los investigadores describen en su estudio los cambios moleculares relacionados con la inflamación, y demuestran que el TCZ reduce la tendencia a la trombosis en la artritis reumatoide. El trabajo evidencia que este fármaco, además de reducir la actividad de la enfermedad, disminuyendo los fenómenos inflamatorios que propician la destrucción de la articulación, promueve el óptimo funcionamiento del tejido vascular, por lo que disminuye el riesgo cardiovascular.

Así pues, los resultados del artículo indican que el uso de TCZ puede contribuir a reducir el riesgo de padecer enfermedad

cardiovascular, principal causa de morbilidad y mortalidad asociada a estos pacientes.

La artritis reumatoide es una enfermedad inflamatoria crónica que no tiene cura. En España se erige como un problema de salud pública, pues se estima que la padecen más de 200.000 personas, que pueden sufrir incapacidad motora, así como multitud de manifestaciones sistémicas por todo el organismo. Entre estas manifestaciones destacan las enfermedades cardiovasculares, primera causa de mortalidad de estos pacientes, por lo que el hallazgo de nuevas terapias que ayuden a mejorar la calidad de vida de estos pacientes se hace indispensable.



**REPARACIONES
LIBERACIONES
ACCESORIOS**

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

Si no quieres chapuzas ven a TECNO-MOVIL

Tel. 957 496 806



INNOVAMED
MEDICINA INTEGRAL

**Medicina
Hiperbárica**

Un tratamiento complementario de primer orden para:

- ONCOLOGIA RADIOTERAPICA
- NECROSIS MANDIBULAR
- PIE DIABETICO
- OSTEOMIELITIS
- ULCERAS

C/Dolores Ibarruri, 1 - 14011 Córdoba
(Junto a centro comercial la sierra)

T. 957 41 81 09
www.innovamedclinica.com

Elimina diez años en una hora **sin cirugía**

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

REDACCIÓN

¿EN QUÉ CONSISTE?

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

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

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

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

¿POR QUÉ ES TAN EFICAZ?

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

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

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

¿SE UTILIZA ALGÚN TIPO DE ANESTESIA?

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

¿EL EFECTO ES DURADERO?

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

TIEMPO DE RECUPERACIÓN

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

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

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



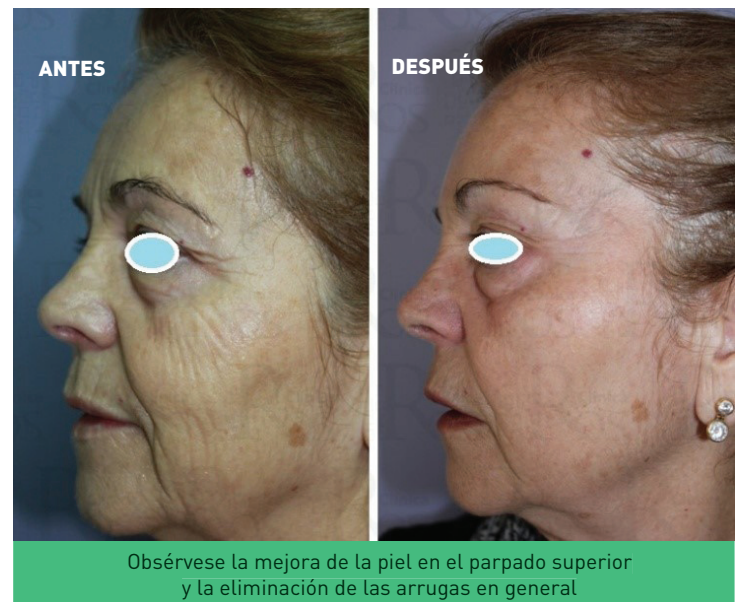
La doctora Rocío Soto Cansino

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

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

¿DÓNDE SE REALIZARÁ EL TRATAMIENTO?

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



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

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

Tfno. 957 782 226.

www.clinicaros.es

noticias

Investigadores de Reina Sofía, IMIBIC y UCO analizan las terapias más eficaces para combatir trastornos psicológicos

Este estudio establece que los tratamientos basados en los modelos cognitivo-conductuales son los que alcanzan los niveles más altos de evidencia científica

REDACCIÓN

Profesionales del Hospital Universitario Reina Sofía, del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) y de la Universidad de Córdoba (UCO) han realizado un estudio en el que han analizado y comparado los listados de tratamientos psicológicos recomendados por las instituciones científicas mundiales más importantes en el área de la evidencia en psicología (American Psychological Association, National Institute of Clinical Excellence, Cochrane Collaboration, y Australian Psychological Society). Este estudio servirá para que los profesionales de psicología clínica e investigadores puedan comprobar y elegir las terapias que resultan más eficaces para abordar cada trastorno, según el punto de vista de diferentes organizaciones.

Esta investigación, coordinada por el profesor del Departamento de Psicología de la UCO e investigador del IMIBIC Juan Antonio Moriana, desarrollado junto al investigador del IMIBIC Mario Gálvez-Lara y el investigador de la UCO Jorge Corpas, incluye datos acerca de las recomendacio-



En la foto, de izquierda a derecha, Jorge Corpas, Juan Antonio Moriana y Mario Gálvez-Lara.

nes de 135 tratamientos psicológicos para 23 trastornos de salud mental en población adulta. Los autores llegan a la conclusión de que existen importantes discrepancias en las recomendaciones hechas por las diferentes organizaciones analizadas acerca de la efectividad de los tratamientos psicológicos.

Estas diferencias pueden ser debidas a la combinación de va-

rios factores, entre los que se encuentran que los procedimientos o comités que analizan la evidencia de los diferentes tratamientos podrían estar sesgados, los estudios en los que las diferentes entidades se basaron para hacer sus recomendaciones diferían unos de otros, los criterios utilizados para valorar la evidencia no eran los mismos en todas las organizaciones y, por último, las

revisiones acerca de la evidencia existente se han realizado en diferentes momentos temporales.

Este estudio, publicado en la revista Clinical Psychology Review, y financiado por el programa Retos del Ministerio de Economía, Industria y Competitividad, concluye que el grado de acuerdo entre las cuatro instituciones analizadas es bajo para la mayoría de los trastornos, ya que solamente

7 de los 23 trastornos incluidos en la revisión alcanzaron niveles de acuerdo aceptables.

Los autores destacan que las terapias basadas en los modelos cognitivo-conductuales (aquellas enfocadas en la vinculación del pensamiento y la conducta y que incluyen técnicas de reestructuración cognitiva y estrategias de afrontamiento y/o exposición, entre otras) son las que, generalmente, alcanzan los niveles más altos de evidencia científica. Como hallazgo significativo, estos autores han detectado además, que para el tratamiento psicológico de la depresión aparecen 23 terapias basadas en la evidencia recomendadas, al menos, por alguna de las cuatro organizaciones revisadas, existiendo divergencias significativas respecto a cuál de ellas sería el tratamiento de elección para los trastornos depresivos.

Los investigadores consideran que esta contribución va a suponer un importante avance para los profesionales de la psicología clínica e investigadores, ya que van a poder comprobar y elegir las terapias más eficaces para cada trastorno, según el punto de vista de las instituciones de referencia analizadas.

elcolchón
Especialistas en Descanso...zzzz

desde 1972



Calle Osario, 3 Local

957 471 369



638 415 577



Todoliva

Aceite de Oliva Virgen Extra

*Aceite de intensos y
variados aromas frutados*

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

farmacias de guardia



FARMACIAS DE GUARDIA
CORDOBA DE LUNES A VIERNES

www.cofco.org

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 Mº MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRANZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
ESPEJO BLANCAS, 2	Esquina Almogavares (Junto al Ambulatorio)	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a 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.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23	Explanada - Junto a Parque Infantil	ZONA PARQUE CRUZ CONDE
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE
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



FARMACIAS DE GUARDIA
CORDOBA DOMINGOS

www.cofco.org

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.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

NOCHE

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

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



FARMACIAS DE GUARDIA
CORDOBA SABADOS

www.cofco.org

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 Mº MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
LOPE DE HOCES, 7	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a 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.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE
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



FARMACIAS DE GUARDIA
CORDOBA FESTIVO

www.cofco.org

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.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

NOCHE

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

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



ESCUELA EUROPEA DE SHIATSU
WWW.SHIATSU.NET

CURSOS DE INICIACIÓN Y DE FORMACIÓN PROFESIONAL

NUEVO CURSO DE INICIACIÓN LOS MIÉRCOLES A PARTIR DEL 4 DE OCTUBRE

Centro Tao

C/ Manuel de Falla, 4, local
centro_tao@hotmail.com
957 281 322 - 677 877 916



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





Una investigación describe
los beneficios del Shiatsu

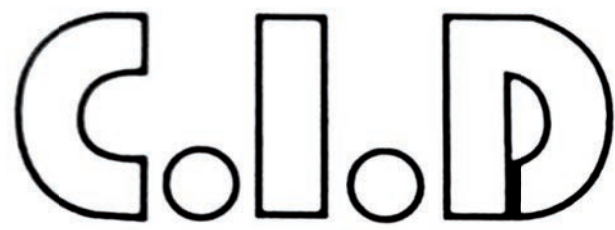
salud 16

Un protocolo de La Arruzafa, en el
libro de la Sociedad Española de
Cirugía Ocular Implanto-Refractiva

información 18

¿Qué es el
pie diabético?

reportaje 22



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

CLINICA CID CON EL DEPORTE

Revisión médico-bucal de la plantilla del Córdoba CF

El pasado mes de julio tuvo lugar en las nuevas instalaciones del Hospital San Juan de Dios la revisión anual pretemporada de la plantilla del Córdoba CF.

Por primera vez se realizó un examen bucal completo y de ATM por parte del equipo médico de la Clínica Cid clínica de implantología dental de Córdoba dirigido por el Dr. Rafael Gutiérrez de Ravé.

El resultado de la exploración fue muy favorable para la mayoría de los jugadores.



En la foto junto con el resto de facultativos



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

De Platón a Batman: Manual para educar con sabiduría y valores

Aristóteles, Cicerón, John Locke, Kant, Sócrates, Hume o Platón; Superman, Wonder Woman, Batman, Spiderman o el Capitán América nos acompañarán en este viaje para conseguir que nuestros hijos sepan ser felices a lo largo de su vida.




Kids&Us®
school of english



ENGLISH FOR LIFE



desde el primer año de vida



"BE THE DIRECTOR OF YOUR OWN STORY"

www.kidsandus.es

MATRÍCULAS ABIERTAS CURSO 2017-2018

Kids&Us Córdoba · Avda. Cañito Bazán, 1 (Edificio Atlas) · 14011 Córdoba
T. 957 228 094 / 647 857 568 · cordoba@kidsandus.net

Kids&Us Córdoba San Cayetano · C/ Alonso el Sabio, 14 · 14001 Córdoba
T. 957 074 575 / 601 163 463 · cordoba.sancayetano@kidsandus.es

Kids&Us Córdoba Open Arena · C/ Escritora María Goyri, s/n · 14005 Córdoba
T. 957 419 794 / 610 459 796 · cordoba.openarena@kidsandus.es

Una investigación llevada a cabo en Austria, Reino Unido y España describe los beneficios del Shiatsu

La Escuela europea de Shiatsu se fundó en Inglaterra en 1984 y tiene una amplia red de sucursales en toda Europa

REDACCIÓN

Shiatsu significa «presión con los dedos» en japonés. Es una técnica corporal, manual basada en la sabiduría de la medicina tradicional del oriente, con la que mediante una serie de estiramientos y trabajo de presión sobre los meridianos energéticos se consigue mejorar la salud y prevenir enfermedades. Estimula y armoniza la energía vital de la persona para promover la salud y el bienestar. Es pues un medio importante para despertar el poder de autocuración de nuestro organismo y prevenir problemas de salud.

Para el practicante de Shiatsu, es a la vez una manera de ayudar a otros y un camino de desarrollo personal.

La Escuela europea de Shiatsu se fundó en Inglaterra en 1984 y tiene una amplia red de sucursales en toda Europa. Todos enseñamos un programa común y mantenemos un alto nivel de profesionalidad en la enseñanza.

Nuestros cursos están homologados a las normas de la Asociación de Profesionales de Shiatsu en España (APSE) y a las de la Federación Europea de Shiatsu (FES), que agrupa la asociaciones nacionales de todos los países eu-

ropeos. Así aseguramos un alto nivel de estudios y el reconocimiento de nuestros graduados en España y en Europa.

En general los clientes expresan que ha sido un apoyo importante para hacer cambios en su estilo de vida para adoptar hábitos más saludables

Recientemente se ha realizado un estudio de investigación por la Universidad de Leeds, en Inglaterra patrocinado por la Federación Europea de Shiatsu sobre los efectos de esta técnica desde la perspectiva de nuestros clientes. Este se ha llevado a cabo en tres países europeos: Austria, Reino Unido y España. La investigación demuestra:

- Que el shiatsu es seguro.
- Que la gran mayoría de los clientes perciben beneficios a corto y largo plazo con mejoría de sus síntomas y cambios en su estilo de vida.



- Los beneficios en términos de bienestar general, mantenimiento de salud, promoción de salud y conciencia de salud son notables.
- Reducción en el uso de medicación.
- Los resultados mas notables son en reducción de síntomas de estrés y tensión, y en problemas relacionados con músculos, articulaciones y estructura corporal, incluyendo dolor de espalda.
- Reducción en el uso de medicina convencional, medicación y días de trabajo

perdidos. Estos son indicadores del valor añadido y los beneficios económicos del tratamiento de shiatsu.

En general los clientes expresan que ha sido un apoyo importante para hacer cambios en su estilo de vida para adoptar hábitos más saludables, con el resultado añadido de sentirse mejor consigo mismos, aumentando su confianza y resolución.

La gran mayoría de clientes expresan un alto nivel de satisfacción con sus sesiones de shiatsu.



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

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

**INSTITUTO SUPERIOR DE
FORMACIÓN PROFESIONAL**



C.D.P. ALBOR CÓRDOBA



**-Tu última oportunidad de
convertirte en un
Profesional Sanitario-**

¡ÚLTIMAS PLAZAS!

Técnico en **Farmacia y Parafarmacia**

Técnico en **Cuidados Auxiliares de Enfermería**

Técnico Superior en **Higiene Bucodental**

Técnico Superior en **Radioterapia y Dosimetría**

Técnico Superior en **Imagen para el Diagnóstico
y Medicina Nuclear**



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE SALUD

Centro Oficial FP
Código Centro: 14012734

Sin *notas* de Corte
Titulación *Oficial*

957 270 300

Calle María Montessori S/N.
14011. Córdoba

www.fundacionalborcordoba.org
info@fundacionalborcordoba.org

Un protocolo quirúrgico de La Arruzafa, en el último libro de la Sociedad Española de Cirugía Ocular Implanto-Refractiva

El método, empleado en la cirugía de catarata por la Unidad de Vítreo-Retina de IO La Arruzafa, ha sido publicado en la última monografía de la Secoir en un volumen donde han participado un centenar especialistas de toda España



Un protocolo específico desarrollado por la Unidad de Vítreo-Retina del Hospital La Arruzafa (HLA) e Innova Ocular relacionado con la cirugía de catarata forma parte del nuevo libro monográfico editado por la Sociedad Española de Cirugía Ocular Implanto-Refractiva en un volumen donde han participado 116 especialistas de toda España.

Los especialistas del HLA concluyen que este tipo de pacientes requieren de una «actuación específica»

El método, definido y empleado por los especialistas Juan Manuel Laborda, Pedro Martínez, Juan Manuel Cubero y Consuelo Spínola, pertenecientes a la referida unidad de IO La Arruzafa, se explica en uno de los capítulos del libro bajo el título «Catarata y Aceite de silicona».

El texto alude al procedimiento desarrollado y contrastado en el seno del HLA en cirugías



de cataratas en pacientes ya vitrectomizados, es decir, que ya habían recibido una cirugía previa sobre el vítreo (sustancia viscosa que rellena la cavidad posterior de ojo) y que cuentan con un taponamiento provocado por el uso de aceite de silicona, pro-

ducto empleado en las cirugías vitreorretinianas complejas.

Los especialistas del HLA concluyen que este tipo de pacientes requieren de una «actuación específica» donde resulta necesario «valorar si se debe mantener o no el taponador por el proceso

vitreorretiniano que presente el paciente» para así poder determinar un tipo de el procedimiento propio que también permita «llevar unas pautas concretas en la cirugía para minimizar las complicaciones», tal y como se explica en el texto.

Se da la circunstancia de que la cirugía de catarata en un paciente al que ya se le ha realizado una vitrectomía y con dicho taponamiento no es un tipo de intervención común. En el HLA, en 2016, del total de pacientes intervenidos tras un desprendimiento de retina (154), únicamente un 15 por ciento presentaban dicho taponamiento.

El método elaborado por esta unidad, especifica indicaciones propias de uso del aceite de silicona, a tenor de los diferentes tipos; indicaciones de la cirugía de catarata; y método en las diferentes técnicas quirúrgicas, estableciendo un protocolo detallado para cirugías de catarata en pacientes vitrectomizados.

Como conclusión principal de dicho artículo, publicado en un libro cuya autoría firman los especialistas Fernando González del Valle y Miguel Ruiz Miguel (Innova Ocular San Sebastián), los oftalmólogos de La Arruzafa proponen la «facovitrectomía como técnica a seguir, en la mayor parte de los casos» sobre los pacientes que presentaban dichas referencias.

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

Salvador Vinuesa Sánchez
 Ana M^a Machado Rodríguez

CENTRO DE FISIOTERAPIA & OSTEOPATÍA

SANTA MARINA

C/ Mayor de Santa Marina, nº 6

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

www.fisioterapiasantamarina.es





R A D I O L O G I A
CRUZ CONDE

UNIDAD DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEN DE LA MAMA

- Mamógrafo digital
- Ecografía de mama
- Biopsia de mama ecodirigida



IMAGEN DENTAL

TAC dental modelo i-CAT



VENTAJAS i-CAT

- Rapidez y comodidad
- Imágenes de alta calidad
- Escala 1:1
- Resolución submilimétrica
- Disminución de los artefactos
- Reducción de la dosis de radiación
- Protocolo de exploración pediátrica
- Permite estudios en el campo ORL (Senos paranasales y peñascos)

Compatibilidad: Las imágenes obtenidas son totalmente compatibles con los programas informáticos más potentes para la planificación de implantes dentales.

C/ Cruz Conde, 16 4º D - 14003 Córdoba - Telfs. 957 47 27 04 - 957 47 04 12



Elige con Rigor. Es tu Salud.

**PIDA CITA
SIN COMPROMISO**



**ATENCIÓN AL
PACIENTE 24 H**

957 453 330

- ✓ Cirugía Plástica Reparadora
- ✓ Cirugía Estética
- ✓ Cirugía y Patología Mamaria
- ✓ Medicina y Estética Láser
- ✓ Patología Venosa
- ✓ Pared Abdominal y Endoscopia

TU SALUD EN BUENAS MANOS

En Diagonal Centro Quirúrgico nos importa tu bienestar. Somos un equipo de cirujanos con gran experiencia y empleamos tecnología de vanguardia. En nuestras manos podrás operarte con total tranquilidad y con un periodo de recuperación cómodo y breve.

www.diagonalcq.es



VelaShape III®

VelaShape III®

Vaqueros y camiseta blanca, “La combinación perfecta”

Con tan sólo un **simple tratamiento** puedes conseguir:

· Reducción de la celulitis · Remodelación corporal · Mejora de la piel



957-453330

www.lasercordoba.es

¿Qué es el pie diabético?

REDACCIÓN

Se define el PIE DIABÉTICO, como una alteración clínica de base etiopatogénica neuropática e inducida por la hiperglucemia mantenida, en la que con o sin coexistencia de isquemia, y previo desencadenante traumático, se produce lesión y/o ulceración del pie.

El pie del paciente diabético es muy sensible a todas formas de traumatismos: el talón y las prominencias óseas resultan especialmente vulnerables.

Los daños a los nervios periféricos de los pies provocan trastornos sensoriales, úlceras de la planta del pie, atrofia de la piel.

Es frecuente en los pacientes diabéticos que las lesiones pro-

pias del denominado pie diabético trascurren sin dolor, debido a lo cual se suele agravar la lesión antes de que el paciente pida ayuda especializada.

• En la mayoría de los casos se puede evitar la aparición de úlceras en el pie diabético. Los investigadores dicen que hasta un 85% de las amputaciones se pueden prevenir fácilmente.

• Se puede conseguir una importante reducción de las amputaciones mediante una buena atención sanitaria y unos cuidados personales basados en una buena información, Así como con medidas o soluciones de prevención.

SOLUCIONES

Calcetines de compresión para Diabetes

“El uso de calcetines para diabéticos de compresión leve (18 a 25 mmHg) mostró reducciones estadísticamente significativas en las circunferencias de la pantorrilla, tobillo y pies y podría ayudar a pacientes con diabetes y edema de extremidades inferiores sin comprometer la vascularidad de las extremidades inferiores.

Ortesis plantares

Para evitar desestructuración de los arcos plantares y redistribuir las cargas para evitar callosidades y sobrecargas.

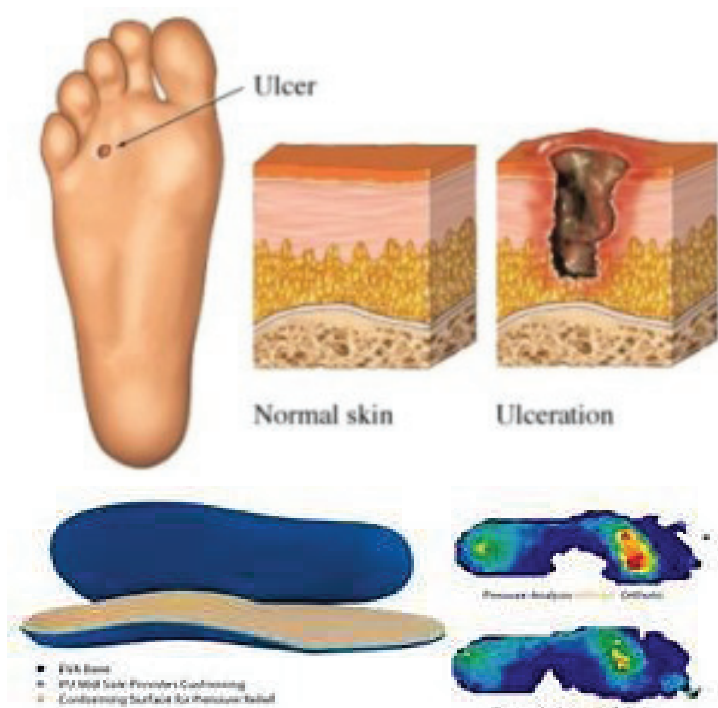
Por medio de las ortesis plantares (plantillas) podemos evitar la sobrecarga en distintas zonas de la planta del pie e incluso la aparición de rozaduras en el dorso del pie. Tales como rozaduras por dedos en garra, o dedos en martillo.

Para la elaboración de la plantilla se puede realizar un estudio de la pisada para analizar las zonas de más presión y sobrecarga. Según estos datos podemos realinear la estructura del pie y evitar sobrecargas.

El Calzado ESPECIFICO en la Diabetes

Recomendaciones sobre el uso del calzado en los pacientes con diabetes:

1. Los zapatos deben ser de cuero. Deben ser suficientemente largos, anchos y espaciosos en la punta para que entren cómodamente los dedos en garra, deformidad más frecuente en el diabético. Sin costuras internas, flexibles, ligeros, transpirables y con el suelo que no resbale.



Por un mundo sin barreras:
www.entornoactivo.com
www.ortopediaaeropuerto.com
 Telf 957 900 011

edificio **ALMINAR**

en Avd. de las Ollerías

En el centro
de Córdoba

PISOS DE 2 Y 3 DORMITORIOS

TRASTERO INCLUIDO Y GARAJE OPCIONAL

MÁXIMO AHORRO
ENERGÉTICO



RESERVE YA!!!

LICENCIA
DE OBRAS
CONCEDIDA

PROMUEVE Y CONSTRUYE



CONSTRUCCIONES
BERLANGA, S.L.

c/ Eduardo Lucena, 4 - 4º
14008 - CORDOBA

50
AÑOS DE
EXPERIENCIA
NOS AVALAN

INFORMACIÓN Y VENTA

957 477 767

c/ EDUARDO LUCENA 4 - 4º



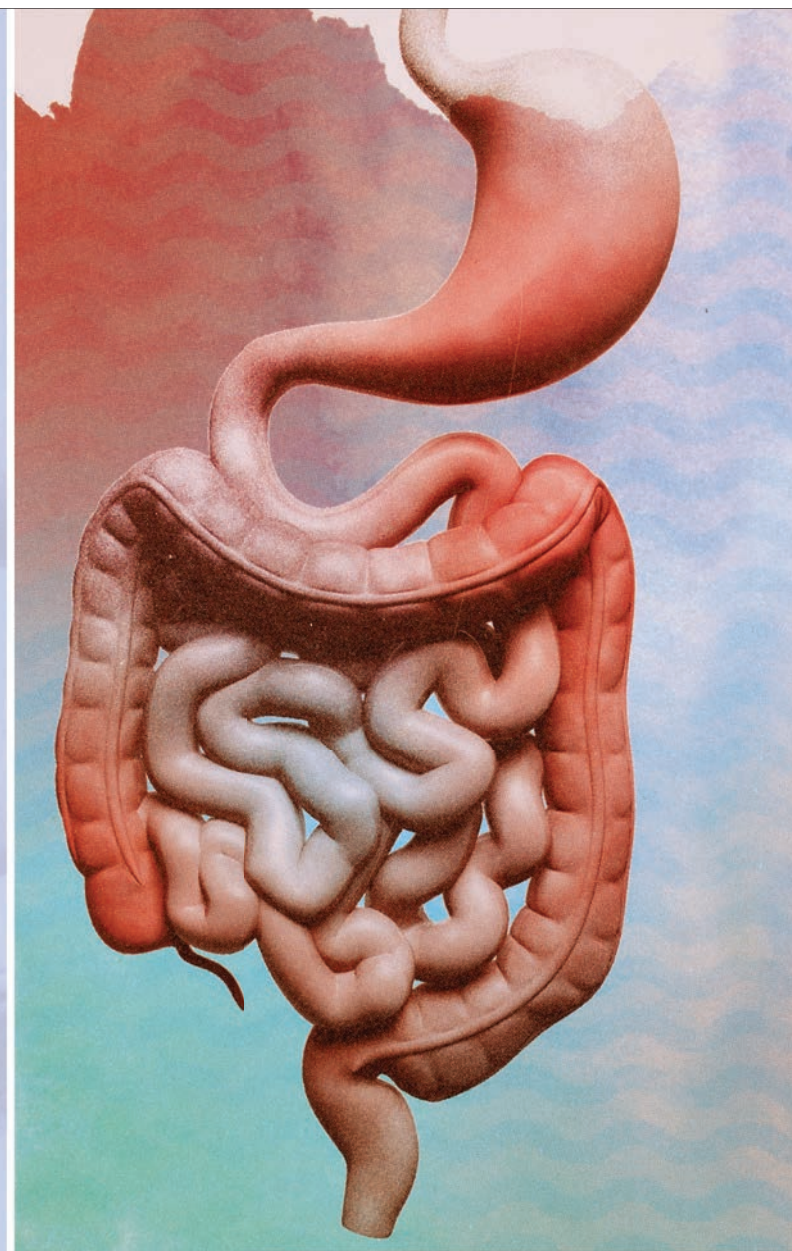
Hidrocolonterapia

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, facilita la absorción de nutrientes y mantiene la flora intestinal en buenas condiciones.



SE RECOMIENDA EN LOS SIGUIENTES CASOS:

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

DR. JOSÉ MARÍA SÁEZ BRAVO

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

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

JUVENTUD A LA VISTA

RC | CLÍNICA
REYES CATÓLICOS

ESTÉTICA INTEGRAL PERIOCULAR

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

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

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

MICROBLADING DE CEJAS

EXTENSIÓN DE PESTAÑAS

BOTOX

RELLENOS DE ÁCIDO HIALURÓNICO

CIRUGÍA DE LOS PÁRPADOS O BLEFAROPLASTIA

957 498 132

f **e** YouTube **g+**

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