




SANICOR

Marcamos la diferencia

www.ortopediaaeropuerto.com



CENTRAL
Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL
Avda. Arroyo del Moro 1

**ABIERTA MATRÍCULA
CURSO 2018/2019**

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

C.D.P. ALBOR CÓRDOBA



- Grado Medio**
- Farmacia y Parafarmacia
- Cuidados Auxiliares de Enfermería
- Grado Superior**
- Radioterapia y Dosimetría
- Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear
- Higiene Bucodental
- Educación Infantil

Tu formación sanitaria en Córdoba

www.fundacionalborcordoba.org • Calle María Montessori S/N 14011 Córdoba • Telf: 957 270 300

HOSPITAL REINA SOFÍA

El Hospital Reina Sofía celebra el Día del Niño Hospitalizado lanzando besos

El Reina Sofía celebra el Día Nacional del Niño Hospitalizado para apoyar a los menores y a sus familiares. Se trata de una iniciativa de la Fundación Atresmedia a la que los profesionales del área pediátrica del complejo hospitalario, voluntarios, familiares y pacientes se suman un año más, lanzando besos al ritmo de la canción *Un Mar de Besos* del grupo musical Bombai en la puerta del Hospital Materno Infantil. Con esta acción, el hospital se adhiere a esta celebración, que se conmemora el domingo 13 de mayo.



Profesionales y usuarios lanzan besos desde la puerta del hospital

(sigue en la página 2)



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.clinicaalzahar.com

noticia de portada

El Hospital Reina Sofía celebra el Día del Niño Hospitalizado lanzando besos al ritmo de la canción del grupo Bombay

El complejo sanitario se suma por cuarto año a esta iniciativa para apoyar a los menores hospitalizados y sus familiares con música, un desayuno saludable y un vídeo en el que han participado más de una treintena de profesionales

REDACCIÓN

El Hospital Universitario Reina Sofía celebra el Día Nacional del Niño Hospitalizado para apoyar a los menores y a sus familiares. Se trata de una iniciativa de la Fundación Atresmedia a la que los profesionales del área pediátrica del complejo hospitalario, voluntarios, familiares y pacientes se suman un año más, lanzando besos al ritmo de la canción *Un Mar de Besos* del grupo musical Bombay en la puerta del Hospital Materno Infantil. Con esta acción, el hospital se adhiere a esta celebración, que se conmemora el domingo 13 de mayo. Esta iniciativa persigue normalizar y humanizar el ingreso de los niños y sus familias y aliviar la inquietud que pueda producirles estar en esta situación.

La Unidad de Actividades Motivacionales del complejo sanitario ha coordinado la organización del acto que ha contado novedades en esta ocasión. Al lanzamiento de globos con besos estampados y a la coreografía al ritmo de la canción *Un Mar de besos* que ya vienen siendo habitual, hoy también se



Profesionales y usuarios lanzan besos desde la puerta del hospital

Una iniciativa para apoyar a los menores hospitalizados y sus familias

ha apostado en este evento por la promoción de la alimentación saludable en la infancia. Para ello, profesionales del área de Alimentación, Calidad y Seguridad Alimentaria, así como de Alojamiento y Confort, han preparado helados y batidos de frutas naturales que han repartido entre los más pequeños y también los adultos en la puerta del Hospital Materno Infantil. El complejo sanitario agradece a los profesionales, pacientes, usuarios y colectivos (Academia de Baile Langa y los Doctores de la Risa, entre otros) que hayan aportado su granito de arena para

hacer más amena la celebración de este día.

Para animar a las familias, niños y profesionales a participar en esta iniciativa a las puertas del hospital, profesionales del área Pediátrica han elaborado un vídeo en el que aparecen lanzando besos al ritmo de la canción de Bombay *Un Mar de Besos*. El vídeo, elaborado por Ana Calvo y Juan Nájjar (en la dirección) y Ángela Aguilera y Leo Sánchez (en la realización), ha contado con la participación de unos 80 profesionales y narra la historia de un paciente pediátrico y su médico, sus sueños, las emociones y el cariño que vive y recibe durante su estancia en el hospital. Los protagonistas son Fernando, un paciente pediátrico (que ya no está hospitalizado) pero que fue intervenido en el complejo hospitalario y la pediatra María José Arroyo.

Ambos, junto con el resto de profesionales y familiares que aparecen en el vídeo, han querido mostrar su cara más humana y cariñosa con motivo de esta conmemoración.

La directora gerente, Valle García, ha participado en el lanzamiento de globos y ha querido poner en valor, con este gesto, «los esfuerzos de humanización que día a día se realizan en el área Pediátrica del personal del hospital y de todos aquellos agentes que trabajan para hacer más agradable la estancia de los niños en el hospital: profesores y voluntarios, así como las organizaciones que velan y contribuyen al bienestar del niño durante su ingreso».

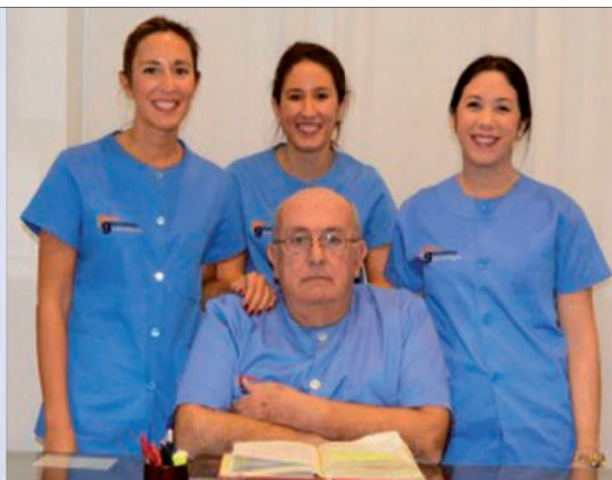
La declaración del 13 de mayo como Día Nacional del Niño Hospitalizado ha sido posible gracias a la buena acogida de la pro-

puesta de los años anteriores. Las entidades han elegido el 13 de mayo para instaurar el Día Nacional del Niño Hospitalizado porque un día como ese, de 1986, se emitió la resolución de la Carta de los Derechos del Niño Hospitalizado por parte del Parlamento Europeo para asentar y reforzar la idea de que el derecho a la mejor asistencia médica posible constituye un derecho fundamental. También colaboran en esta original iniciativa las fundaciones, entidades y asociaciones vinculadas a la atención hospitalaria infantil: Abracadabra, Aladina, Menudos Corazones, Pequeño Deseo, Theodora, la Asociación Española contra el Cáncer, la Federación Española de Padres de Niños con Cáncer, Curarte, Juegaterapia, Pallapupas, Blas Méndez Ponce, Ronald McDonald, Make a Wish y ASION.

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 Higuerón (Córdoba)



Déjenos cuidar de su sonrisa y la de su familia

Les atenderemos con la sensibilidad y delicadeza 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.

Tres preguntas sobre rinoplastia que seguro que alguna vez te has hecho



¿Me la pueden hacer con anestesia local?

«Los pacientes tienen la falsa creencia de que la anestesia local es una anestesia más segura que la general. Tal vez por eso no sea extraño que quien viene a realizarse una rinoplastia termine preguntándonos si puede operarse con anestesia local». La respuesta del Dr Emilio Cabrera, experto en rinoplastia y director de Cabrera Plástica & Estética es siempre la misma: «en rinoplastia los riesgos de la anestesia local, en todos los casos, superan a los posibles beneficios o una supuesta comodidad».

¿Por qué no? Cuando se opera un paciente bajo anestesia local (sedación), éste no tendrá colocado un tubo endotraqueal, que asusta a los pacientes, pero es un elemen-

to de seguridad fundamental y un gran desconocido al que se trata injustamente.

Cuando un paciente está solamente sedado (anestesia local) y no tiene tubo endotraqueal, es relativamente frecuente que puedan pasar pequeñas cantidades de ácido desde el tubo digestivo a la tráquea incluso a los pulmones y esto puede generar un abanico de complicaciones. Como buscamos los mejores resultados en rinoplastia con riesgos minimizados, deben tomarse todas las medidas de seguridad necesarias para que la cirugía no se vea truncada por ningún imprevisto. Además de ello, la rinoplastia requiere gran precisión y a la vez gran concentración. El cirujano no debe estar pendiente de si al paciente le molestan sus acciones o preocupado de si va a tener un problema con la anestesia.

¿Da igual cómo quede la punta si el resto queda bien?

«Es imposible conseguir un resultado natural y satisfactorio en rinoplastia sin prestar atención a la posición y forma de la punta nasal».

El Dr Emilio Cabrera nos subraya que «si bien es cierto que una gran mayoría de pacientes acuden a la rinoplastia para eliminar una giba, no puede pasarse por alto la situación, posición y forma de la punta nasal de cara a un óptimo resultado de la intervención».

¿Pero qué tiene que ver la punta con el resto? La punta nasal debe guardar una correcta relación con

el dorso nasal. En varones la punta nasal debe continuar la línea del dorso de la nariz. En mujeres resulta más atractivo si la punta nasal está ligeramente elevada ya que ese «supratip break» y sus características definirán la nueva nariz. Sin ella, la nariz quedará impersonal.

En Cabrera Plástica & Estética realizamos todas las rinoplastias con abordaje abierto. La rinoplastia abierta permite una valoración intraoperatoria de todas las estructuras que conforman la punta nasal y, de esa forma, es posible realizar un tratamiento gradual y efectivo que consiga el resultado deseado. Nuestro abordaje para la punta nasal poco definida comprende suturas e injertos integrados dentro de la propia estructura de los cartilagos de la punta nasal e injertos superpuestos de punta nasal.

¿Me va a romper la nariz al operarme?

«Los pacientes tienen miedo a la idea formada en su mente de que le romperemos la nariz durante la cirugía. En la mayoría de las ocasiones no entienden el motivo, y además piensan que esta rotura estará asociada a un mayor dolor. No es exactamente así» comenta el Dr Emilio Cabrera. «En esta cirugía de alta precisión se provocan fracturas controladas y precisas con la finalidad de estrechar la nariz y alinearla en los casos en los que esté desviada.»

¿Entonces, me dolerá? El simple hecho de pensar que el hueso se va a romper genera en los pacientes la

duda lógica de «si se rompe el hueso en una rinoplastia, ¿me va a doler!» La respuesta es no. No es una balonazo en la cara, ni un golpe con una puerta. A pesar de romper el hueso, la rinoplastia es un procedimiento indoloro. La razón para ello es que, aunque el hueso se fracture, se hace de manera controlada y éste queda inmovilizado mediante una férula, impidiendo que se mueva y, por tanto, evitando que duela.

La rinoplastia, tanto por razones estéticas como por motivos funcionales, debe obtener un resultado que en ningún modo delate que ha existido cirugía alguna, y por añadido debe conducir a una nariz que respete la personalidad facial del paciente, huyendo de la estandarización del resultado.

El Dr. Emilio Cabrera realiza la denominada «rinoplastia abierta estructural», que aprendió del Dr. Toriumi-Chicago. Esta técnica está basada en la utilización de tejido del propio paciente (generalmente septum nasal) para dar forma y mejorar la funcionalidad de la nariz en el mismo acto quirúrgico. La ventaja que tiene esta técnica es la de operar bajo visión directa y modelar los tejidos con absoluta precisión, obteniéndose unos resultados excelentes.

Es importante reseñar además que en rinoplastia es muy importante anticiparse a cómo envejecerá la nariz, para así prever cómo ira evolucionando el resultado de la cirugía con el paso de los años. El resultado de una rinoplastia debe realizarse a largo plazo, la nariz debe tener un «buen envejecimiento» que prevean los cambios y aseguren que envejecerá acorde al resto de la cara, sin distorsionarse.

Hay muchos cirujanos plásticos, pero pocos especialistas en rinoplastia. Es esencial encontrar un cirujano especialista en rinoplastia para obtener el mejor resultado posible para su nariz. Puedes ver una amplia galería de casos reales en www.rino-plastia.es



El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado. Pertenece a prestigiosas sociedades científicas como la SECPRE (Sociedad española de cirugía plástica, reparadora y estética) o de la ASAPS (American Society for Aesthetic Plastic Surgery), además de otras como la ISAPS (International Society of Aesthetic Plastic Surgery). Es director de la clínica Cabrera Plástica & Estética.

Comparte nuestro trabajo en:



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



sumario e información

► noticias

El Reina Sofía celebra el Día del Niño Hospitalizado lanzando besos al ritmo de la música 2

El Hospital Reina Sofía despide a los residentes que finalizan su formación con una conferencia de Pilar Jericó 6

Los farmacéuticos se forman en el uso de los probióticos en los trastornos gastrointestinales infantiles 8

El Colegio de Enfermería actualiza los conocimientos en emergencias hospitalarias de los enfermeros 8

A África no se va para ver, sino para actuar 10

► en buenas manos

Menteagil resalta la necesidad e importancia de la rehabilitación neuropsicológica tras un ictus 16



Entrevista a María Gómez Bermudo 18

La importancia de la autoestima en los niños 20

Crucigrama de los personajes ilustres 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 JUNIO

28	29	30	31	1	2 Día Nacional contra la Miastenia Gravis	3
4	5	6	7	8	9	10
11 Día Mundial del Cáncer de Próstata	12	13 Día Europeo de la Preven- ción del Cán- cer de Piel	14 Día Mundial del Donante de Sangre	15	16	17
18	19	20	21 Día Mundial contra la ELA	22	23	24
25	26	27 Día Inter- nacional de la Sordoce- guera	28	29 Día Mundial de la Esclero- dermia	30	1

LA FRASE DEL MES

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

William Osler

Promoción Especial*

AUDÍFONOS

PHONAK
life is on



- Precios **ESPECIALES**
- Estudio auditivo **GRATUITO**
- Financiación **SIN intereses**

¡OYE!

de venta en:

Y si además tienes la tarjeta **sesentaycinco** DTOS. ESPECIALES

30% Tarjeta verde **35%** Tarjeta oro

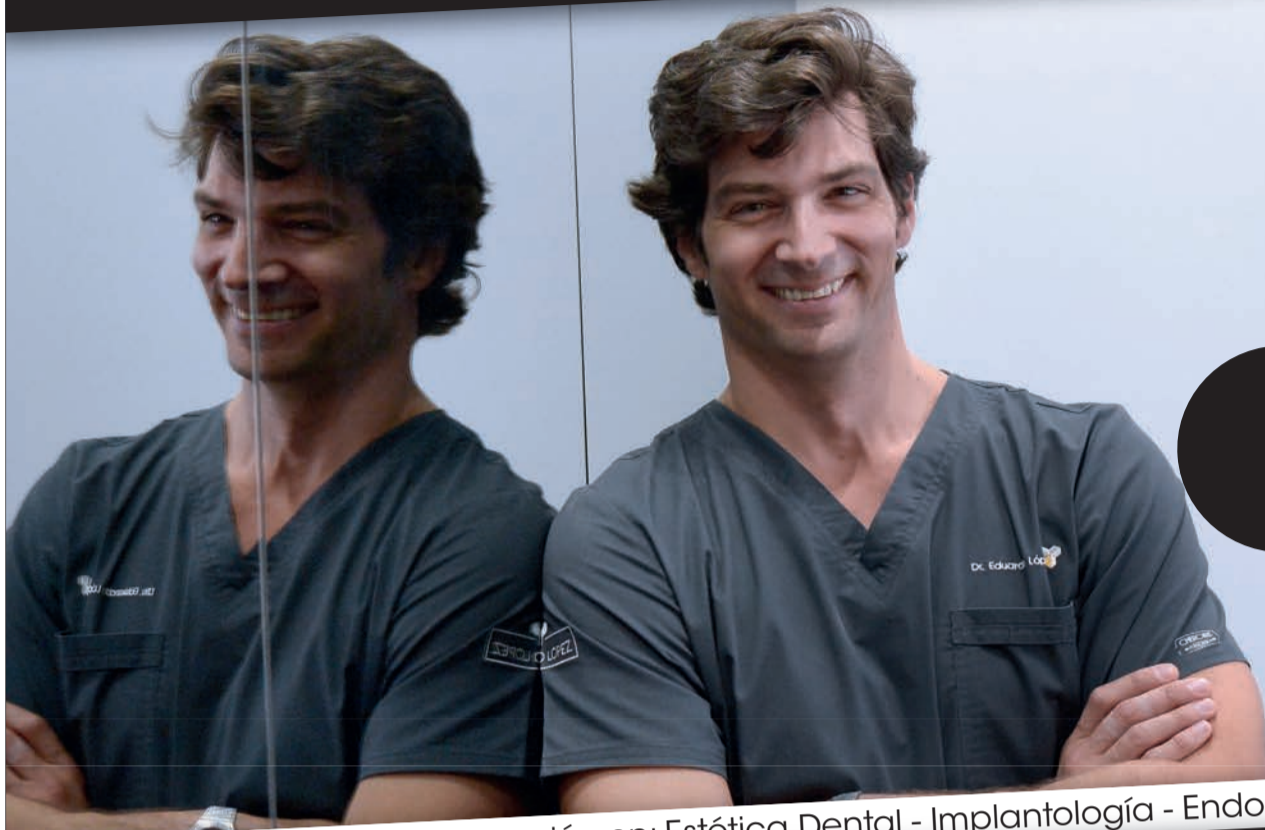


ALPHA
SANITARIA
SERVICIOS GLOBALES DE SALUD

AV. AMÉRICA, 3 • C/ ISLA FORMENTERA, 1

957 47 95 86 / 957 47 90 69

*Promoción válida hasta el 30 de junio de 2018.



**Tu dentista
de confianza**

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

Tel: **957 391 234**

C/ Fernando de Córdoba, nº 1 local.
clinicadentaleduardolopez.es



dra.
paloma ojel
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 Reina Sofía despide a los residentes que finalizan su formación con una conferencia de Pilar Jericó

Una jornada en la que además de reflexionar y compartir recuerdos, se ha puesto en valor el trabajo realizado durante toda su etapa formativa al residente excelente con la entrega del Premio Profesor Don Carlos Pera

REDACCIÓN

El Reina Sofía despide un año más a los Especialistas Internos Residentes (EIR) que ahora finalizan su periodo formativo en Córdoba. Por ello, se ha organizado un acto de homenaje a los 94 residentes que terminan su formación para que tengan un recuerdo de la etapa que ahora concluyen. La delegada de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, María Ángeles Luna, la directora gerente del hospital, Valle García, y la jefa de Estudios del hospital, Elisa Roldán, han asistido a este encuentro.

Un acto de homenaje a los 94 residentes que terminan su formación

La jornada es organizada anualmente por la Comisión de Docencia del complejo sanitario para agradecer a los especialistas su paso por el centro, su implicación y su compromiso. Desde hace varios años, este evento ha incorporado novedades a fin de hacer más emotiva la despedida. Del total de especialistas que terminan este año,

86 se han formado como médicos (62 especialistas en atención hospitalaria y 24 en atención primaria), 5 como enfermeros especialistas (enfermería pediátrica y obstétrico-ginecológica), 2 como psicólogos clínicos y 1 como farmacéutica hospitalaria.

El encuentro ha comenzado con la proyección de un vídeo elaborado por el propio hospital tras el que los asistentes han podido disfrutar de la conferencia de la Doctora en Organización de Empresas y Licenciada en Ciencias Económicas y Empresariales por la Universidad de Madrid, Pilar Jericó, que ha pronunciado la conferencia «Políticas y herramientas para la gestión del cambio», en la que ha profundizado en aspectos y claves que los profesionales pueden aplicar a su día a día. Además, el acto ha contado con la intervención de un residente que se despide y un tutor, en representación del resto.

Otro de los momentos centrales de la jornada ha sido la entrega del Premio Profesor Don Carlos Pera, que ha recaído en la especialista en Reumatología Clementina López, como reconocimiento a su actividad docente e investigadora durante esta etapa. Aunque es la primera vez que se entrega el premio que lleva el nombre de quien



Foto de familia de residentes, tutores y autoridades

fuera jefe de Departamento de Cirugía del hospital, se trata de la segunda ocasión que se entrega un premio al residente excelente en el marco de este encuentro.

Por último, el Reina Sofía ha querido hacer un especial reconocimiento a una de las secretarías de Docencia, Antonia del Río, por su trabajo e implicación durante toda su etapa laboral que próximamente


finaliza. La directora gerente le ha hecho entrega de un ramo de flores, acompañada por la actual jefa de estudios, los profesionales del centro que anteriormente habían ostentado este cargo y las compañeras se han sumado a este homenaje.

Finalmente, todos los especialistas internos residentes han subido al escenario para hacerse la tradicional foto de familia.



ELADIO G. HORTELAÑO
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

CIRUGÍA ESTÉTICA
MEDICINA ESTÉTICA
CIRUGÍA REPARADORA

618 968 041
957 477 147 

Plaza Colón 14-2º
14001 Córdoba 

Síguenos



tu sonrisa,
nuestra mejor
carta de
presentación

Dr. Tomás Páez



CENTRO DENTAL Y ESTÉTICA
JESÚS MARÍA

C/ Jesús María, 6, 4º-5
(Junto a Tendillas)

957 48 12 31

noticias

Se forman en el uso de probióticos en los trastornos gastrointestinales infantiles

El Colegio de Farmacéuticos ha organizado un curso formativo sobre la aplicación de estos tratamientos



Una imagen durante el curso

REDACCIÓN

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba ha organizado, junto a Laboratorios Italfarmaco, la conferencia «Actualización sobre el Uso de Probióticos en los Trastornos Gastrointestinales del Niño Sano», impartida por el Dr. Juan José Gilbert Pérez, Gastroenterólogo pediátrico del Reina Sofía.

Estos tratamientos se basan en el uso de microorganismos vivos adicionados que permanecen activos en el intestino y ejercen importantes efectos fisiológicos, entre ellos contribuir al equilibrio de la microbiota intestinal y potenciar el sistema inmune. Durante la

sesión el ponente incidió en sus características clínicas aplicadas a dolencias propias de la edad pediátrica como el conocido «cólico del lactante», una diarrea aguda o asociada al uso de antibióticos o al estreñimiento del niño.

El Colegio Oficial de Farmacéuticos ha añadido en los últimos años este tipo de formaciones a su cartera de servicios debido al aumento experimentado en el mercado de productos probióticos y a la consecuente necesidad de formación del profesional sanitario, especialmente del farmacéutico, para contribuir de manera efectiva en la mejora de la salud del paciente.

El Colegio de Enfermería actualiza los conocimientos en emergencias hospitalarias de los enfermeros

Conocer las prioridades de actuación adecuadas cuando se presenta una emergencia hospitalaria es una de las mejores herramientas para un profesional enfermero



Asistentes al curso

REDACCIÓN

Conocer las prioridades de actuación adecuadas ante una emergencia hospitalaria es una de las mejores herramientas de un profesional enfermero para alcanzar la excelencia en la atención al paciente. Esta es una de las metas que persigue el Curso de atención de enfermería ante las urgencias hospitalarias y que ha tenido lugar en el Colegio de Enfermería de Córdoba.

El curso, al que acceden los colegiados de manera gratuita, ha sido desarrollado en colaboración con la Escuela Internacional

de Ciencias de la Salud. De este modo, el Colegio de Enfermería de Córdoba sigue firme en su apuesta por la formación continuada y de calidad a sus colegiados.

En palabras del enfermero instructor de este curso, Diego Melgarejo Ávila, el principal objetivo es «que los compañeros enfermeros y enfermeras de urgencias adquieran seguridad y sepan realmente cuales son las características de los pacientes de urgencias y las técnicas específicas de este servicio». Un campo de la enfermería en el que la formación constante y la actualización de conocimientos de los

profesionales de la enfermería repercuten de manera directa en el cuidado y salud del paciente.

El grupo de alumnos, mayoritariamente joven, «es consciente de la importancia de adquirir estos conocimientos y muestran bastante interés e inquietud», ha afirmado el instructor. De este modo, Melgarejo se ha encargado de que el alumnado «cuente con un conocimiento más amplio» en esta materia y finalice este curso con las capacidades necesarias para conocer la actuación sistémica y global de una urgencia, así como su cometido específico como profesional enfermero.

REPARACIONES
LIBERACIONES
ACCESORIOS

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

Si no quieres chapuzas ven a TECNO-MOVIL

Tel. 957 496 806

INNOVAMED
CÁMARA HIPERBÁRICA EN CÓRDOBA

LA OXIGENACIÓN HIPERBÁRICA UNA SOLUCIÓN AL PADECIMIENTO DEL PIE DIABÉTICO

- PROMUEVE LA CICATRIZACIÓN DE LA LESIÓN
- PREVIENE NECROSIS O LIMITA TEJIDOS DE MAYOR LESIÓN
- DISMINUYE LOS REQUERIMIENTOS DE INSULINA POR AUMENTO DE LA UTILIZACIÓN PERIFÉRICA DE LA GLUCOSA
- AUMENTA LA PRESIÓN PARCIAL TISULAR CON O₂ CORRIGIENDO LA HIPOXIA Y AUMENTANDO LA DISTANCIA DE DIFUSIÓN
- AUMENTO DEL EFECTO INMUNOESTIMULADOR
- PERMITE LA MEJOR PENETRACIÓN DEL ANTIBIÓTICO

Calle Dolores Ibarruri, 1, 14011 Córdoba T. 957 41 81 09 www.innovamedclinica.com

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.

La abdominoplastia es la solución que ofrecemos en Clínica Ros

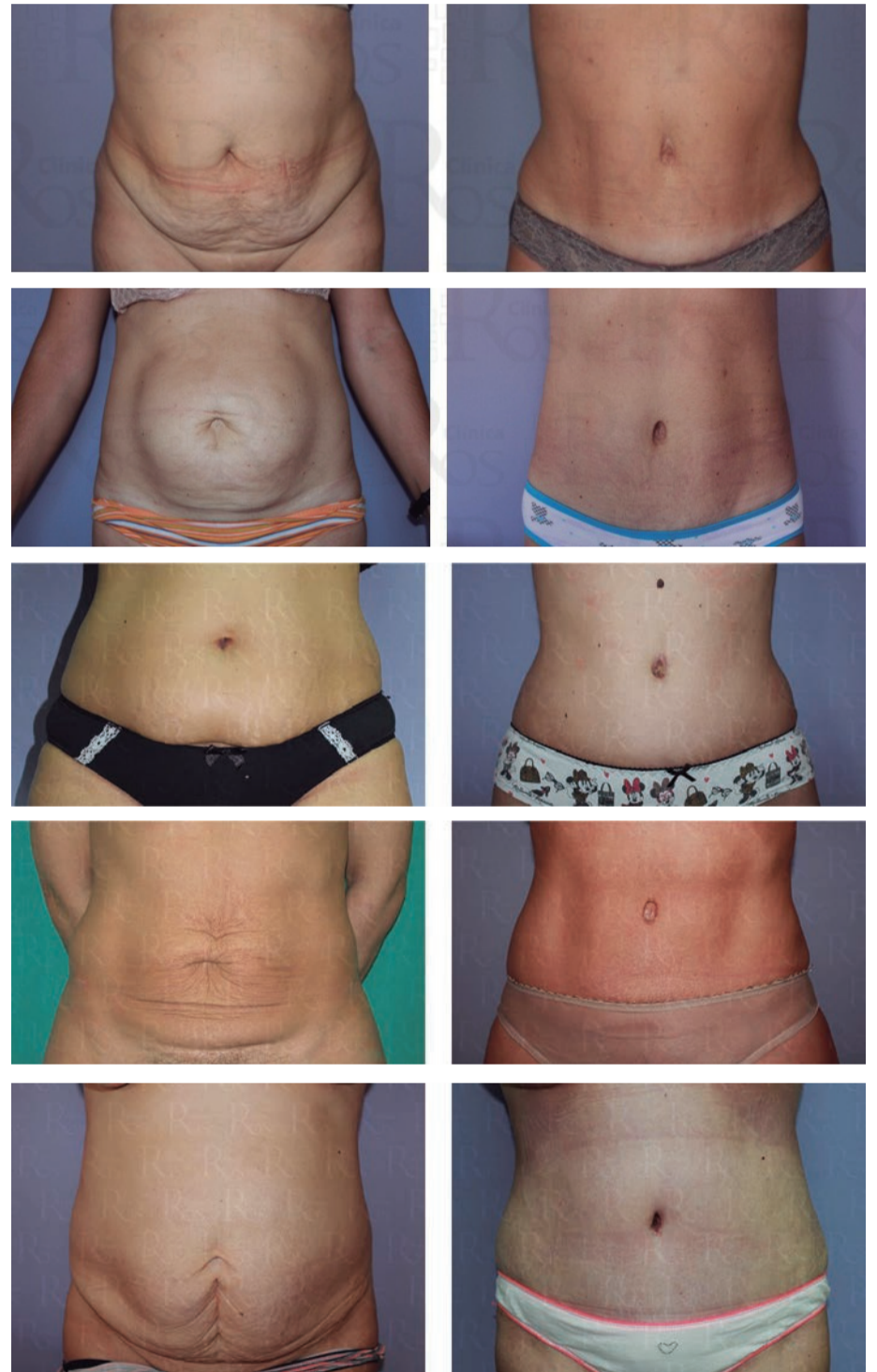
Según el tipo de abdominoplastia se utilizará una anestesia u otra, aunque lo normal es una anestesia general que mantenga al paciente dormido mientras la doctora Soto lleva a cabo la operación, en otras ocasiones se opta por utilizar una anestesia epidural y una sedación.

La abdominoplastia, 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.

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 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 de 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 llámanos al 957 782 226.



NUESTRA TRAYECTORIA GARANTIZA EL RESULTADO

Medicina y cirugía estética plástica y reparadora

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

Tfno. 957 782 226.

Instagram: doctorarociosoto facebook: clínica ros

www.clinicaros.es

noticias

A África no se va para ver, sino para actuar

«Proyecto memoria», una iniciativa de Casa África que incluye el testimonio audiovisual del Superior de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios junto con el de 54 españoles que han trabajado por los derechos y libertades del pueblo africano

REDACCIÓN

El hermano José Antonio Soria es uno de los 55 españoles que forman parte del «Proyecto memoria», una iniciativa de Casa África que ha aglutinado los testimonios y vivencias de estas personas que han dedicado gran parte de su vida a ayudar al continente vecino.

Según explica Casa África, «Proyecto Memoria es una iniciativa multimedia y en soporte web que se ha presentado en estos días en CaixaForum de Madrid y que pretende ser un homenaje a los españoles —fundamentalmente cooperantes y misioneros— que convirtieron África en el centro de sus vidas durante los siglos XX y XXI. Se trata de un proyecto vivo, en continua evolución y abierto, que se alimentará con nuevos testimonios en el futuro. Por ahora reúne 55 historias de personas que han conocido en profundidad 32 países africanos en los que, además de trabajar con y para los africanos, fueron testigos de algunos de los momentos históricos más importantes de la historia reciente del continente».

José Antonio Soria O.H. relata durante más de una hora cómo fueron esos 18 años en tierras africanas, en los hospitales de



Soria, en su etapa como misionero

San Juan de Dios en Camerún y en Liberia, para los que se preparó con carácter previo, estudiando Enfermería y, posteriormente, un curso en la Complutense de Madrid sobre enfermedades tropicales, porque, según él, «A África no se va para ver, sino para actuar».

El hermano hace un repaso por todos aquellos años llenos de luces y sombras, de grandes contrastes emocionales. En Camerún — cuenta— «fue donde vi morir a un niño por primera vez; donde también vi nacer por primera vez a un niño».

Al llegar a Liberia, en 1993, se encontró «un país destrozado» que llevaba tres años de guerra civil y el aterrizaje hubo de hacerlo en una suerte de hangar, «pues el aeropuerto internacional había sido destrozado». Soria relata con emoción que fue allí donde «me di cuenta lo que es vivir en paz, porque en Monrovia se vivía con muchas necesidades, pero en paz. Liberia era una cárcel grande».

El trabajo de compilación de estos testimonios comenzó en 2012 con una entrevista realizada a Pilar Cacho, una monja que

atesora casi 40 años de experiencias extremas en Zimbabwe. Un par de años más tarde, en Las Palmas de Gran Canaria, el Superior Provincial, José Antonio Soria, inauguró la exposición «África a bolígrafo», obra del arquitecto y pintor sevillano Javier Jiménez Sánchez-Dalp, quien ha colaborado con la Orden Hospitalaria y sus proyectos sociales en África durante toda su trayectoria. Casa África recogió entonces el testimonio del hermano José Antonio Soria, quien se mantuvo como misionero durante 18 años, primero

en Camerún, luego en Liberia.

En el proyecto participan misioneros y cooperantes como Sor Justina de Miguel, una hermana franciscana que continúa trabajando por las personas con discapacidad en Senegal a sus 80 años; el periodista y escritor Chema Caballero, que durante más de dos décadas se dedicó a rehabilitar a menores que habían combatido en la guerra civil de Sierra Leona; o Amparo Morondo, que continúa trabajando para combatir el contagio de Sida de madres seropositivas a sus hijos en Costa de Marfil.

Todos los testimonios se han hecho públicos a través de www.proyectomemoria.es, la web en la que se recogen las entrevistas en profundidad de los 55 participantes y que se completan con una galería de fotos históricas y de contenido relacionado que permite contextualizar y conocer con detalle los aspectos más relevantes de su tiempo en el continente, como noticias, fichas de los países o mapas.

La actividad de Casa África forma parte de la acción exterior del Estado y entre otros objetivos tiene el de promover la creación de nuevas políticas y la consolidación de las relaciones hispano-africanas en la agenda internacional, en centros de estudio e investigación y en los medios de comunicación.

Essenzia[®]
Dormire

R3VIVE
Nueva línea sport

elcolchón
Especialistas en Descanso... zzzz
desde 1972

COMPACT FORM DRY PURE PROFILING DRY HIGH SOFT HR50 malva CELLIANT TENCEL SUPERSTRETCH COMFORTZONE PUREFRESH BLOQUE MULTIPRO VISCOGEL

Calle Osario, 3 Local 957 471 369 638 415 577



FERNANDO



cuida de ti

AZNAR

Unidad Ginecoestética Láser Córdoba

Tratamiento de la
Incontinencia de Orina con Láser

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



Especialidades

Ginecología

Obstetricia

Patología Mamaria

Ecografía 3D / 4D

Cirugía Ginecología

Mínimamente Invasiva

Ginecología Estética

Cirugía Íntima

Nueva
clínica
en
Córdoba

CONSULTA ONLINE

www.clinicafernandoaznar.es

www.ginecologiaestetica.es

www.ginecoestetica.es

www.oshot.es

Os atenderemos en la nueva Unidad en:
Clínica La Sierra (prolongación c/Teruel, 19)

CITA PREVIA: **957 23 29 40**

farmacias de guardia

DE LUNES A VIERNES *

DÍA 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 Noguier	ZONA CIUDAD JARDIN
RODRIGUEZ MARIN, 8	Farmacia de la Espartería (Próxima al Ayuntamiento)	ZONA CENTRO
ISLA DE HIERRO, 4	Esquina calle Isla Formentera	ZONA NOREÑA
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
AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
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
FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 y 5	Junto a Deza	ZONA NOREÑA
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

AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

* Los viernes el horario de noche se amplía hasta las 10:00 del sábado

SÁBADOS

DÍA 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 Noguier	ZONA CIUDAD JARDIN
RODRIGUEZ MARIN, 8	Farmacia de la Espartería (Próxima al Ayuntamiento)	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
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
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
FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 y 5	Junto a Deza	ZONA NOREÑA
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

AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

DOMINGO

DÍA 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
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
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

AV.JESUS RESCATADO, S/N	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN



Llámanos 957 740 054
C/ Diego Serrano, 2 Local
14005 Córdoba España

"Implante completo: implante + aditamento + corona".

Desde 19,50 €/mes, en 60 meses.

T.I.N.: 7,99% T.A.E.: 8,29%.

Equipo profesional con más de 20 años de experiencia

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



CLINICA C.I.D
CENTRO INTEGRAL DENTAL
GUTIÉRREZ & RAVÉ



EXPERTOS EN CASOS DENTALES COMPLEJOS

www.clinicacid.com
Tlf. 957 484 904

Avda. América, 9. 1°-2
(esquina Gran Capitán)
14008 CÓRDOBA

Prótesis de Zirconio sobre Implantes Dentales

El escáner intraoral facilita la toma de impresión de dientes e implantes

Presentamos un caso extremo de un paciente periodontal con movilidad dental y pérdida ósea alveolar avanzada.

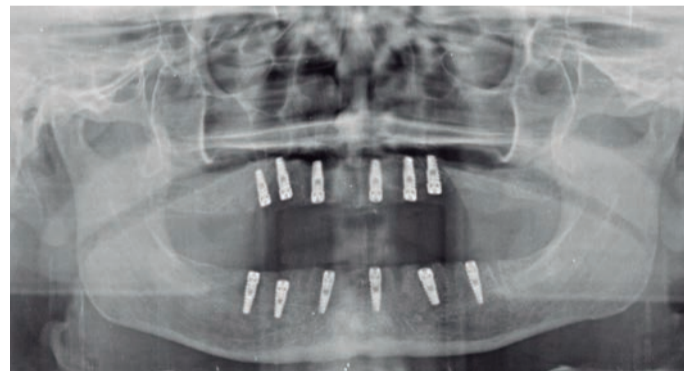
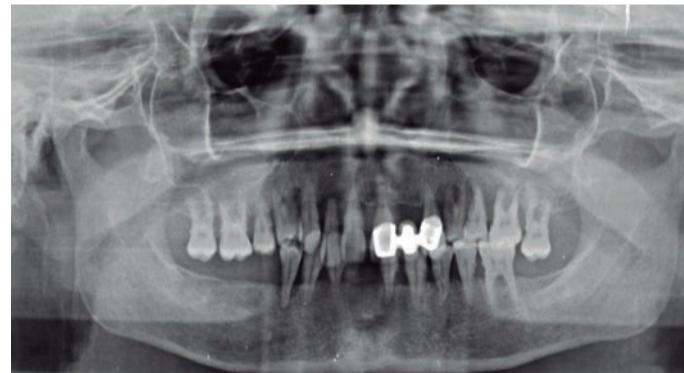
El procedimiento de rehabilitación completa consiste en la **extracción múltiple** de todas las piezas dentales, posteriormente se procede a la inserción de **implantes osteointegrados**

de **carga inmediata** y la colocación de una prótesis fija cementada sobre dichos implantes.

En una sola sesión el paciente está totalmente rehabilitado
Tras el periodo de integración de 3 meses se procede al escaneo de los pilares de titanio sobre implantes, así como

al diseño y confección en este caso de prótesis de cerámica sin metal o de zirconio.

Esta técnica nos permite una máxima estética y un buen ajuste funcional aportando al paciente un bienestar desde el punto de vista de la masticación así como una mejora de su aspecto físico y autoestima personal.



Resaltan la importancia de la rehabilitación neuropsicológica tras un ictus

mente sana 16

Entrevista a María Gómez Bermudo, de Fundación Albor

entrevista 18

La importancia de la autoestima en los niños

libros saludables 20

Crucigrama de los personajes ilustres

pasatiempos 22



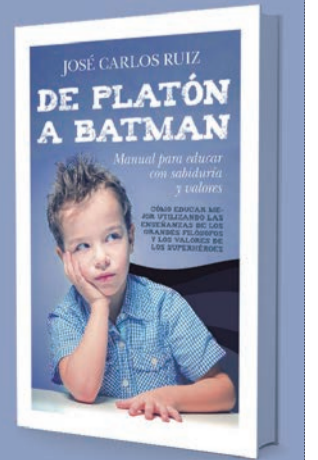
957 474 078

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.



Fundación la Arruzafa regresa a Benin para llevar a cabo su cuarta misión oftalmológica en ese país africano

La organización desplaza a siete voluntarios y envía 320 kilos de material médico para desarrollar su cometido humanitario tras haber atendido hasta el momento a 24.207 personas y realizado 1.916 cirugías en sus desplazamientos en ese continente



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 vuelto a desplazar hasta Benin (África) para llevar a cabo su cuarta misión oftalmológica en dicho país.

Por el momento, en ese país se ha asistido a 3.035 pacientes y realizado 193 cirugías

El equipo de cooperantes está compuesto por los oftalmólogos Juan Manuel Cubero y Eduardo Esteban, el anestesista Jorge García, los optometristas Teresa Gálvez y Pedro Ruiz, la enfermera Cecilia Expósito y la auxiliar María José Ortiz.



Una imagen del equipo de voluntarios

El grupo desplazado, que ha transportado consigo 320 kilos de material para uso médico, farmacológico y óptico, es la segunda misión que se lleva a cabo en lo que

va de año tras la realizada en Guinea en el mes de marzo, donde se atendió a 861 pacientes y realizado 115 cirugías en la que fue la misión número treinta y uno desde

su constitución a países africanos.

Se da la circunstancia de que esta expedición es la cuarta que se lleva a cabo en Benin, un país donde la Fun-

dación atendió a 1.149 pacientes e intervino quirúrgicamente a 95 personas.

La Fundación La Arruzafa es una organización sin ánimo de lucro, que persigue la promoción de la salud oftalmológica, la investigación

Por el momento, en ese país se ha asistido a 3.035 pacientes y realizado 193 cirugías. En las misiones completadas allí, la FLA ha entregado 830 gafas graduadas, 790 de sol y 68 de graduación especial.

La Fundación La Arruzafa es una organización sin ánimo de lucro, 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.

- / 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



Menteágil resalta la necesidad e importancia de la rehabilitación neuropsicológica tras un ictus

¿En menteágil contamos con un equipo de profesionales especializados en el trabajo de neurorehabilitación después de haber sufrido ictus

SANDRA NOGUERAS CARRASCO
PSICÓLOGA SANITARIA Y NEUROPSICÓLOGA

¿En menteágil contamos con un equipo de profesionales especializados en el trabajo de neurorehabilitación después de haber sufrido ictus.

¿Qué es un ictus?

El ictus es una enfermedad cerebrovascular que afecta a los vasos sanguíneos que suministran sangre al cerebro. También llamado accidente cerebrovascular (ACV).

¿Porque ocurren los ictus?

Un ictus ocurre cuando un vaso sanguíneo que lleva sangre al cerebro se rompe o es taponado por un coágulo u otra partícula. Debido a esta ruptura o bloqueo, parte del cerebro no consigue el flujo de sangre que necesita y como consecuencia las células nerviosas del área del cerebro afectada no reciben oxígeno, por lo que no pueden funcionar y mueren pasados unos minutos.

Factores de riesgo para sufrir un ictus

Algunos de los factores que pueden aumentar las posibilidades de sufrir un ictus son: edad avanzada, herencia familiar, hipertensión arterial, ser fumador, padecer diabetes... entre otros.

Síntomas

En función del área del cerebro afectada pueden producirse unos síntomas u otros: adormecimiento o debilidad repentina en

la cara, el brazo o una pierna, especialmente en uno de los lados del cuerpo; confusión repentina y/o dificultad para hablar o para entender; problemas para andar, mareo, pérdida de equilibrio o coordinación; alteraciones espontáneas para ver en uno o los dos ojos y/o dolor fuerte de cabeza sin que se conozca la causa.

¿Qué es la rehabilitación neuropsicológica?

La rehabilitación neuropsicológica es imprescindible en el tratamiento neurorehabilitador de una persona que ha sufrido un ictus, ya que facilita la reintegración del sujeto en su ambiente familiar, laboral y social. Es un proceso a través del cual los pacientes junto con profesionales trabajan para aliviar los déficits cognitivos.

El principal objetivo es reducir el impacto de los daños producidos, mejorando o compensando las alteraciones provocadas por la lesión cerebral, restándole a las limitaciones funcionales e impulsando las capacidades preservadas de la persona para desenvolverse en las actividades de la vida diaria.

¿Cómo trabajamos en menteágil?

El equipo de neuropsicología de menteágil, utiliza diversas técnicas de evaluación para conocer las funciones cognitivas que han sido afectadas tras el impacto del daño cerebral, valorando los puntos débiles más afectados y los puntos fuertes mejor preservados para posteriormente preparar programas de rehabilitación específicos



Sandra Nogueras Carrasco

para cada paciente de forma individualizada.

Objetivos de la rehabilitación neuropsicológica

Los objetivos que perseguimos son: reducir las consecuencias de los déficits cognitivos

en la vida diaria, así como el nivel en que estos impiden el funcionamiento adecuado del individuo en su entorno social, asegurar la autonomía personal y favorecer la socialización y acompañar a la persona y a sus familiares en el trabajo de elaborar un nuevo proyecto de vida.

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 clínica o en el domicilio
- ▶ Fichas para trabajar en el domicilio



¡ACTIVA TU CEREBRO!

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

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

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

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



Dolores Ibarra, 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

PROGRAMACIÓN

FIESTAS y FERIA

NUESTRA SEÑORA DE LA SALUD

VIERNES 18 DE MAYO

- **Música. Orquesta de Córdoba.** Laura Ruiz Ferreres (clarinete), Lorenzo Ramos (director). Programa: Aaron Copland (i) - Ludvig Van Beethoven (Teatro Góngora / 20.30 horas)
- **Apertura zona de atracciones y Caseta Municipal** (22.00 horas)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". "El Pele y Amigos. 50 años de cante" (Teatro de la Axerquía / 21.00 horas)
- **Música.** Comienza el baile. Música ambiental (Caseta Municipal / 22.30 horas)

SÁBADO 19 DE MAYO

- **Inauguración oficial del Recinto Ferial.** Encendido de la portada y del Alumbrado Extraordinario de Feria (00.00 horas)
- **Fuegos artificiales.** Pirotecnia Hermanos Ortega (Entre puente de El Arenal y puente de la autovía) (00.01 horas)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". Wolf Star. Musical Rock Internacional, Festival de Tributos y Rock Andaluz (Caseta Municipal / 00.15 horas)
- **Exhibición de Enganches de Tradición.** Organiza el Club de Carruajes de Tradición de Córdoba (Alcázar de los Reyes Cristianos / Acceso por avenida del Alcázar / Entrada libre / 12.00 horas)
- **Actos Virgen de la Salud.** Salida desde la Ermita hacia el Real de la Feria con los Estandartes de la Virgen. (13.00 horas / Llegada a la Caseta Municipal a las 14.00 horas)
- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Maratón de Coros Rocieros del XXIII Encuentro Rociero** "Camino del Arenal": Coro Alegría de la Viñuela (13.00 horas), Coro Arco Iris (13.45), Coro Amigos de San Lorenzo (14.30), Coro Alegría de Reina Sofía (15.15), Coro Alba (16.00), Coro Sol y Luna (16.45), Coro Ritmo y Compás (17.30), Coro San Vicente Ferrer (18.15), Coro Savia Cordobesa (19.00) (Caseta Municipal)
- **Variedades.** Juan Tamariz, "Magia potagia y más" (Teatro Góngora / 20.30 horas)
- **Orquesta en Feria.** La Banda Sureña

(Caseta Municipal / 22.30 horas)

- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". Mojinos Escozíos (Caseta Municipal / 24.00 horas)
- **Continua actuación de "La Banda Sureña"** (Caseta Municipal / 01.30 horas domingo)

DOMINGO 20 DE MAYO

- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Programa infantil.** Actuación de "Piruleta y Chupón" (Caseta Municipal / 13.00 horas)
- **Pasacalles de animación** a cargo de "Los Dibujos de la TV" (Desde Portada de Feria hasta Caseta Municipal / 13.30 horas)
- **Maratón de Coros Rocieros del XXIII Encuentro Rociero** "Camino del Arenal": Coro Las Jaras (14.15), Coro El Arte de Nuestra Tierra (15.00), Coro La Unión (15.45), Coro Volver a Empezar (16.30), Coro Nuevo Amanecer de Fátima (17.15), Coro Amigos de San José Obrero (18.00), Coro Alminar (18.45), Coro Yerbabuena (19.30), Coro Cantares (20.15), Coro Vistasierra (21.00), Coro Aromas de Azahar (21.45), Coro Virgen de la Cabeza (22.30) (Caseta Municipal)
- **Teatro infantil.** "Caperucita, lo que nunca se contó", Teatro Teloncillo (Teatro Góngora / 18.00 horas)
- **Música en la feria.** Copla. Actuación de Andrés Bernete (Caseta Municipal / 23.15 horas)

LUNES 21 DE MAYO

- **Concurso de Casetas**
- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Retablo de Baile en Feria.** Academias locales: Jorge del Pino y Salud Millán (Caseta Municipal / 14.30 horas)
- **Homenaje al bolero.** Beatriz Zafra (Caseta Municipal / 21.30 horas)
- **Gala de la Copla Cordobesa** "Feria de Mayo". María Carmona y Javier Pacheco (Caseta Municipal / 22.30 horas)

MARTES 22 DE MAYO

- **Concurso de Casetas**
- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De

13.00 a 20.00 horas)

- **Retablo de Baile en Feria.** Academias locales: Flora e Hija, Estefanía Cuevas y Katy Reyes (Caseta Municipal / 14.30 horas)
- **Música ambiental.** Selección de éxitos a cargo de "DJ Espi" (Caseta Municipal / 18.00 horas)
- **Show de humor** con Cheli Capitán (Caseta Municipal / 21.30 horas)
- **Gala de la Copla Cordobesa** "Feria de Mayo". Rafa Galdón y Amor Martínez (Caseta Municipal / 22.30 horas)

MIÉRCOLES 23 DE MAYO

- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Actuación flamenca:** Grupo de baile flamenco "Trazos" (Caseta Municipal / 14.30 horas)
- **Actuación musical** grupo "Channel Quartet". Versiones y DJ Edu (Caseta Municipal / 16.00 horas)
- **Exhibición de Fitflame** (fitness & flamenco) (Caseta Municipal / 19.00 horas)
- **XXIV Taller Artesanal de Peluquería** "El moño cordobés". Elisabeth Atenciano (Caseta Municipal / 20.30 horas)
- **Actuación de "Orquesta Andalus"** (Caseta Municipal / 22.00 horas)
- **Conciertos Estelares** "Feria de Mayo". "planeta 80" (Caseta Municipal / 23.30 horas)
- **Continua actuación** de "Orquesta Andalus" (Caseta Municipal / 01.30 horas jueves)

JUEVES 24 DE MAYO

- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Pasacalles rociero** "Camino del Arenal". Itinerario: Arco del Triunfo, Puente Romano, Torre de la Calahorra, Acera Arrecife, plaza Santa Teresa, avenida Campo de la Verdad, puente de El Arenal, y Recinto Ferial (Salida: Puerta del Puente - Arco del Triunfo / 12.30 horas)
- **Selección musical de ambiente de Feria** (Caseta Municipal / 13.30 horas)
- **Encuentro con los coros del pasacalles** "Camino del Arenal" (Caseta Municipal / 14.00 horas)
- **Espectáculo humor/magia:** "El Gran Alua" (Caseta Municipal / 14.30 horas)
- **Exhibición de caballistas** en la pista instalada en zona próxima a la Caseta Doma de Campo y Criadores de Caballos (Paseo de Caballos, calle Guadalquivir / 15.00 horas)

- **Actuación de Coros Rocieros** del XXIII Encuentro Rociero "Camino del Arenal": Coro Azahar (16.15), Coro Amigos del Rocío (17.00), Coro Paz y Esperanza (17.45) (Caseta Municipal)
- **Música infantil con Bailabón** (Caseta Municipal / 21.00 horas)
- **Teatro.** "Autobiografía de un yogui", con "El Brujo" (Teatro Góngora / 20.30 horas)
- **Espectáculo extraordinario** "Feria de Nuestra Señora de la Salud". "Tadeo Jones", una aventura musical (Teatro de la Axerquía / 21.00 horas / Entrada de pago)
- **Actuación en directo** con la orquesta "Arco Iris" (Caseta Municipal / 22.00 horas)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". "La Regadera" (Caseta Municipal / 23.30 horas)
- **Continua actuación** de la orquesta "Arco Iris" (Caseta Municipal / 01.00 horas viernes)

VIERNES 25 DE MAYO

- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Actuación musical estelar** a cargo de "Oro y Plata" (Caseta Municipal / 14.00 horas)
- **Música en directo** con "La Divina Orquesta" (Caseta Municipal / 21.00 horas)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". Niña Pastori, "Desde la azotea" (Teatro de la Axerquía / 22.00 horas / Entrada de pago)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". "Rocko-Pop" (Caseta Municipal / 23.00 horas)
- **Continua música** de baile con "La Divina Orquesta" (Caseta Municipal / 00.30 horas sábado)

SÁBADO 26 DE MAYO

- **Paseo de caballos** (Calles del Recinto Ferial: Guadalquivir, Medina Azahara, Enmedio, Alcázar, Tendillas, Mezquita, Patios, Puente Romano y El Potro / De 13.00 a 20.00 horas)
- **Pasacalles creativo-musical** "Mascotas Pasacalles" (Caseta Municipal / 13.30 horas / Hasta la Portada de Feria)
- **Fiesta infantil** a cargo del grupo "Los Pitujuegos" (Caseta Municipal / 14.00 horas)
- **Conciertos Estelares** "Feria de Mayo". Actuación Laura María Larrea y José Ortiz. Gala "Se llama copla" (Caseta Municipal / 15.00 horas)
- **Animación infantil** "Los payasos bailones" (Caseta Municipal / 18.30 horas)
- **Fútbol.** En pantalla gigante la final de la Champions League "Real Madrid-Liverpool" (Caseta Municipal / 20.45 horas)
- **Música** con "La Divina Orquesta" (Caseta Municipal / 22.00 horas)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". Adexe & Nau: "Tu & Yo" (Teatro de la Axerquía / 22.00 horas / Entrada de pago)
- **Conciertos Extraordinarios** "Feria de Mayo". Andy y Lucas (Caseta Municipal / 24.00 horas)
- **Continua actuación** de "La Divina Orquesta" (Caseta Municipal / 02.00 horas domingo)
- **Clausura caseta municipal** (Caseta Municipal / 05.00 horas domingo)



AYUNTAMIENTO DE CÓRDOBA

Cruzcampo

Entrevista a María Gómez Bermudo

«Apostamos por una formación profesional avanzada y de calidad»

REDACCIÓN

¿En qué fase se encuentra el trabajo en la Fundación Albor Córdoba?

La Fundación Albor Córdoba se encuentra ahora inmersa en la realización de las prácticas del alumnado de segundo año, en concreto, el módulo de formación en centros de trabajo.

Nos sentimos tremendamente orgullosos del nivel que están teniendo en sus respectivos puestos de prácticas, la retroalimentación que recibimos es muy gratificante.

Las empresas colaboradoras destacan no solo la profesionalidad y el saber hacer de nuestro alumnado sino que también valoran de forma muy positiva otros aspectos igualmente importantes para nosotros como son la empatía, asertividad, el trabajo el equipo y el desarrollo de su labor diaria con entrega.

¿Por qué embarcarse ahora en un ciclo de educación infantil?

Actualmente nuestra oferta formativa se centra en la rama sanitaria de la formación profesional de manera exclusiva, ofertando ciclos de grado medio como es técnico en cuidados auxiliares de enfermería y técnico en farmacia y parafarmacia; y ciclos de grado superior como higiene bucodental, radioterapia e imagen para el diagnóstico. La rama de educación infantil aumenta esta oferta sanitaria a un ámbito más amplio de la actividad socio-comunitaria.

Además, pretendemos crear sinergias entre los ciclos, familiarizando y acercando al resto de estudiantes de nuestro instituto con las características particulares que tiene la población infantil y cómo atenderles desde sus respectivas profesiones, ya que, no es lo mismo hacer una revisión dental a un adulto que a un niño pequeño, por ejemplo.

Por otro lado, planteamos la apertura de este ciclo al detectar la necesidad de profesionales bien formados en esta área que también se encuentra en el área socio sanitaria.



María Gómez Bermudo

¿Qué van a aprender y hacer en este ciclo?

Los técnicos en educación infantil trabajan con niños de 0 a 3 años. Son edades cruciales en el desarrollo de la persona a todos los niveles. Nuestro alumnado aprenderá a dar una atención integral a esta población, haremos hincapié en el proceso de enseñanza-aprendizaje desde las inteligencias múltiples. Serán capaces de programar todo tipo de actividades, y podrán utilizar múltiples recursos.

A diferencia del auxiliar en educación infantil, con el título de técnico superior en Educación Infantil sí se pueden desempeñar funciones educativas.

¿Por qué elegir Fundación Albor Córdoba para estudiar Educación Infantil?

Como en el resto de nuestros ciclos, será eminentemente práctico. Ponemos a disposición de nuestro alumnado talleres totalmente equipados simulando un centro de educación infantil con las últimas tecnologías, en la línea de los magníficos talleres sanitarios con los que contamos en nuestro centro. Además, tendrán a disposición aulas diseñadas desde el aprendi-

zaje cooperativo. Se hará mucho hincapié en el aprendizaje de otros idiomas. Se dará importancia a otros modelos de comunicación, como la lengua de signos, que podrán aprender con nosotros. Sin olvidar que estarán inmersos en las nuevas tecnologías desde el primer momento, utilizándolas como alumnos y así potenciar su uso posterior en las aulas de infantil.

¿Qué salidas tiene este ciclo en el ámbito laboral?

Nuestro alumnado podrá trabajar en centros de educación infantil, así como en los servicios sociales de atención a la infancia, ludotecas, casas de cultura, bibliotecas, centros educativos, centros de ocio, granjas escuela...

También van a recibir una formación que les haga plantearse el emprendimiento empresarial. Otro punto muy importante es que tras este ciclo se puede abrir para muchos alumnos el interés por continuar su formación universitaria.

¿Cuánto dura este ciclo?

El ciclo de técnico infantil consta de dos cursos académicos, con la realización de las prác-

ticas en empresa desde la mitad del segundo curso. El primer curso está destinado, sobre todo, a la teoría y la práctica, que se desarrolla principalmente en nuestras aulas, aunque pretendemos que nuestro alumnado mantenga un contacto continuo con profesionales del sector. Se organizarán por ello charlas con especialistas, cursos complementarios, etc. Desde el primer momento nuestro alumnado conocerá de primera mano la realidad del mercado laboral en el que se integrarán una vez acaben.

¿Qué mensaje envía a aquellas personas que les gustaría introducirse en esta profesión?

Destacar que el índice de empleo de los técnicos en formación profesional, tal como todos conocemos a través de recientes estudios y publicaciones en los diferentes medios de comunicación, supera ya al de los universitarios; esto unido, a la calidad de nuestra formación y la gran demanda del sector de profesionales con mayor formación en nuevas tecnologías e idiomas hace de este ciclo una gran oportunidad de formación y empleo.

¿Cómo se puede contactar con vosotros?

La mejor forma de conocer de primera mano lo que hacemos en Fundación Albor Córdoba es que visiten nuestras instalaciones con sus grandes recursos. Igualmente, pueden visitar nuestra web www.fundacionalborcordoba.org, facebook o simplemente pidiendo información en nuestro teléfono, donde les asesoraremos sobre cualquier duda que tengan acerca de la formación que les ofrecemos. Además, hemos organizado un día de jornada de puertas abiertas que será el próximo sábado 2 de junio desde las 10:30 a 14:00 en nuestro centro de Córdoba capital situado en la C/ María Montessori s/n (junto al Tablero bajo).

De cualquier modo, estaremos encantados de mostrarles nuestras instalaciones y atenderles de manera personalizada de lunes a viernes en horario de mañana.

VEN

1er y 2º ciclo Infantil & 1º-2º EPO



AL CURSO DE VERANO





ACTIVIDADES ACUÁTICAS



AJEDREZ



TALLER COCINA



ROBÓTICA



COMEDOR (cocina propia)



AULA MATINAL



PINTURA

**¡Abierta Matrícula
Curso 2018/2019!**



C.D.P. ALBOR CÓRDOBA

Técnico Superior en EDUCACIÓN INFANTIL

Novedad en el curso 2018/2019
Orientado a nuevas tecnologías,
Lengua de Signos e idiomas.

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

OTROS CICLOS FORMATIVOS

Técnico en

Cuidados Auxiliares de Enfermería
Farmacia y Parafarmacia

Técnico Superior en

Higiene Bucodental
Radioterapia y Dosimetría
Imagen para el Diagnóstico y
Medicina Nuclear



**Instituto Superior Formación
Profesional Sanitaria en Córdoba**



**Centro Autorizado
FP Oficial**

**Código Centro
14012734**

 **957 270 300**

Calle María Montessori s/n
14011. Córdoba

www.fundacionalborcordoba.org
info@fundacionalborcordoba.org

La importancia de la autoestima en los niños

El libro de Fernando Alberca nos presenta las claves necesarias para fomentar una sana autoestima en los niños, elemento de gran importancia para el desarrollo de su carácter

REDACCIÓN

Todos los padres quieren que sus hijos se sientan felices y viceversa, para un hijo es muy importante que sus padres lo estén. En este sentido, es muy importante reforzar positivamente la autoestima en un niño o adolescente pues no solo es suficiente quererlos mucho para que se sientan satisfechos, deben sentirse que su vida es valiosa e importante.

Pero ¿en qué consiste la autoestima? ¿Cuánta tiene nuestro hijo? ¿Por qué es tan decisiva y cómo puede aumentarse adecuadamente?... Muchos de estos interrogantes nos los resuelve Fernando Alberca, autor del *best seller* *Todos los niños pueden ser Einstein*, en este sugerente título al que acompaña con prácticos consejos para todos los padres y madres que desean acertar y hacer más capaces y felices a sus hijos.

«La autoestima de un hijo es el valor que le da a su vida y de ella depende mucho de lo que deseamos para él»

Los estudios e investigaciones más recientes corroboran que un nivel adecuado de autoestima es requisito necesario para que en el individuo se desarrollen y expandan sus principales cualidades: talento, creatividad, sentido de la responsabilidad,



Fernando Alberca, autor de *Hijo, tú vales mucho*

honestidad, buen comportamiento, sinceridad... Todo aquello que, en suma, le permitirá aspirar a las mejores metas y a sentirse protagonista de su propia vida, desde el sano optimismo y la convicción plena de que cualquier reto que se le presente podrá ser encarado y solventado con garantías. No obstante, y debido a una sociedad que tiende a presionarnos en exceso y a empe-

queñecernos en lugar de a potenciar lo que somos, los menores —al margen del cariño que se les profese— albergan con mayor frecuencia de lo que pensamos una escasa autoestima, lo que tiene indefectiblemente un reflejo en la conducta, en el comportamiento concreto que exteriorizan. A menudo, las conductas que no se desean en un hijo tienen ahí su verdadero origen y razón de ser.

Por ello, porque todos los hijos deberían sentirse, además de queridos, protagonistas de una vida sumamente valiosa y llamada a cosechar grandes logros, surgió este libro de Fernando Alberca, en el que padres y educadores podrán encontrar las claves para acrecentar la autoestima de un hijo o un alumno, con propuestas prácticas para lograrlo. De ello depende mucho más de lo que pensamos.

Para saber más



monra comercial

su proveedor de confianza

Todo para su jardín y piscina

Tenemos servicio a domicilio gratuito en Córdoba capital



Avda. Virgen de las Angustias, 3 - 14006 CÓRDOBA

Teléfono 957 273 494 e-mail: ramon.orti@ramonorti.com www.comercialmonra.com

Síguenos en





Collection *Todoliva*

AOVEs de fincas Multivarietales en seto

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

hierba fresca
recien cortada

plátano

alcachofa

**Aceites
Virgenes Extra**

frutos secos

canela

manzana



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

tomate

almendra

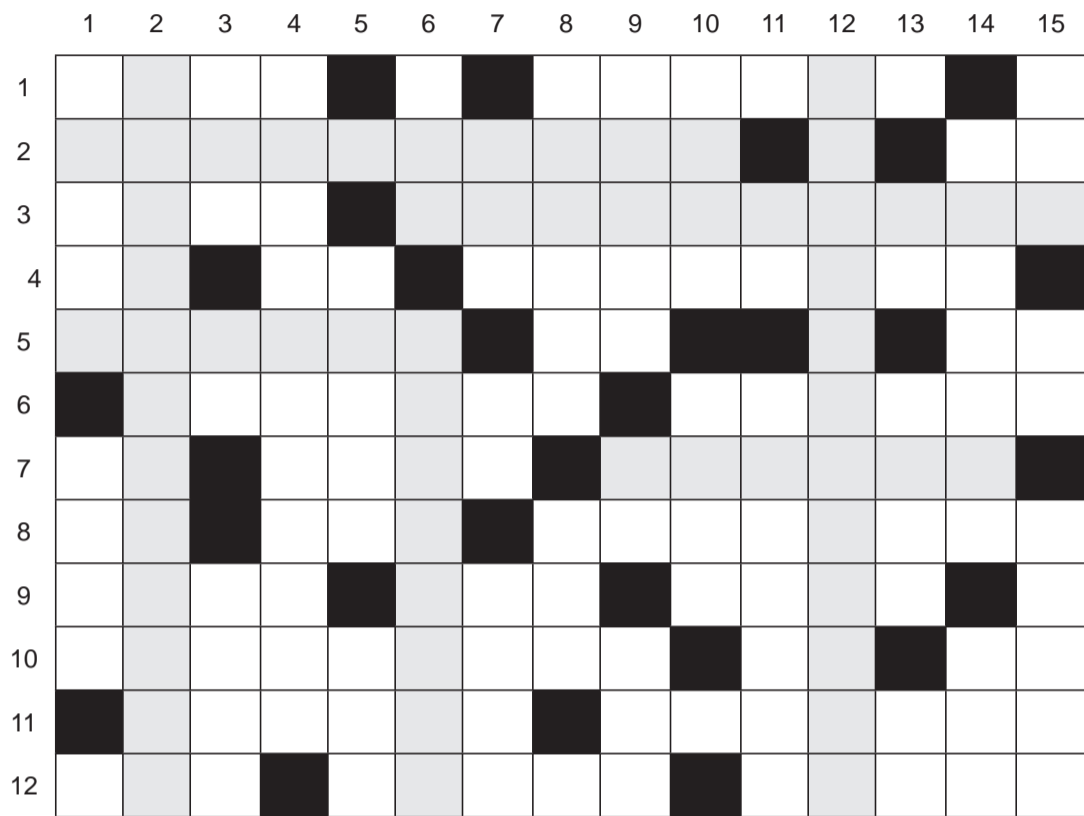
hojas de olivo

Collection *Aoves Todoliva*

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

Crucigrama de los personajes ilustres

Con las palabras en fondo gris, se pueden leer SIETE (7) personajes ilustres cordobeses



HORIZONTALES: 1.- El adiós de los catalanes. La placa de los coches santanderinos. Comunícaselo, coméntaselo. Litro. 2.- **El Poeta cordobés, autor de "El Laberinto de la Fortuna"** (tres palabras). El símbolo del Uranio. Forma de pronombre. 3.- Adverbio de lugar: **Fue un teólogo, médico y rabino judío cordobés (1138-1204)**. 4.- Incontinencia urinaria. Media docena de romanos. Esclava concubina en el Imperio otomano. 5.- **Orador y escritor romano, tutor y consejero de Nerón**. Asistente Social. La placa de los vehículos alemanes. Cierta infusión. 6.- Al revés, tragad, engullid. Planta liliácea, (ajoporro). 7.- En los coches de Ceuta. Al revés, mente latina. **Poeta romano de Córdoba, autor de "Farsalia"**. 8.- Voz de mando. Desgaste con los dientes. Atase con cuerdas. 9.- Envolved, enrollad. Acrónimo de cementerio. Leyenda, fábula. Tonelada. 10.- Aeronautas, pilotos. Negación. Carta ganadora de la baraja. 11.- Nombre de varón. Excluiré, prescindiré. 12.- Al revés, utilice, maneje. Limpiar, lavar, fregar. Relativo al aire.

VERTICALES: 1.- Estropeáis, deterioráis. Caleta, ensenada. La placa de España. 2.- **Título que ostentó el escritor cordobés Ángel de Saavedra, autor de "Don Álvaro o la fuerza del sino"** (tres palabras). 3.- El agua del Río Sena. Símbolo del Sodio. Al revés, juntaba, agrupaba. 4.- Ente de estudios superiores. 5.- La cuarta letra. Imagen religiosa rusa. Doctora. 6.- Al revés, espacio de tiempo. **Filósofo y médico andaluz, nacido en Córdoba (1126-1198)**. 7.- Fue un dirigente chino. Esclerosis múltiple. Marcharse. 8.- Divinidad. Antígeno prostático específico. Área. 9.- Inmaculada, cariñosamente, (plural). Lactancia materna. Monja, religiosa. 10.- Al revés, elogios, alabanzas. Láminas para tocar instrumentos de cuerda. Mil romanos. 11.- Era. Conjunción copulativa. República del Este europeo. 12.- **Poeta y dramaturgo del Siglo de Oro, con su primer apellido original** (tres palabras). 13.- Cero. Distrito Columbia. Las letras de la rana. Marchar. 14.- Lugares para escenografías. Labre la tierra. 15.- Flor heráldica. Río gallego. Al revés, punto cardinal.

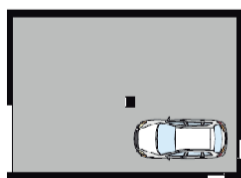
Por Julián Rodríguez

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

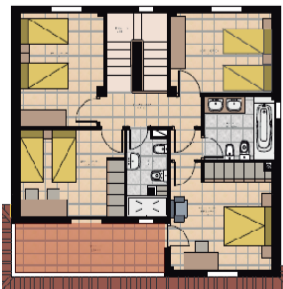
Chalets unifamiliares en Cerro Muriano

A tan sólo 10 minutos de Córdoba

Calidades de lujo



Sótano



Planta Alta



Planta Baja

Chalets de tres plantas, disponible en tres y cuatro dormitorios con parcela de 650 metros.

Un lugar perfecto para vivir en plena naturaleza

Promueve: PRONUVER SL
 Construye: CONSTRUCCIONES BERLANGA SL



CONSTRUCCIONES BERLANGA, S.L.

INFORMACIÓN Y VENTA:
 C/ Eduardo Lucena Nº 4 - 4º
 Tel: 957 477 767

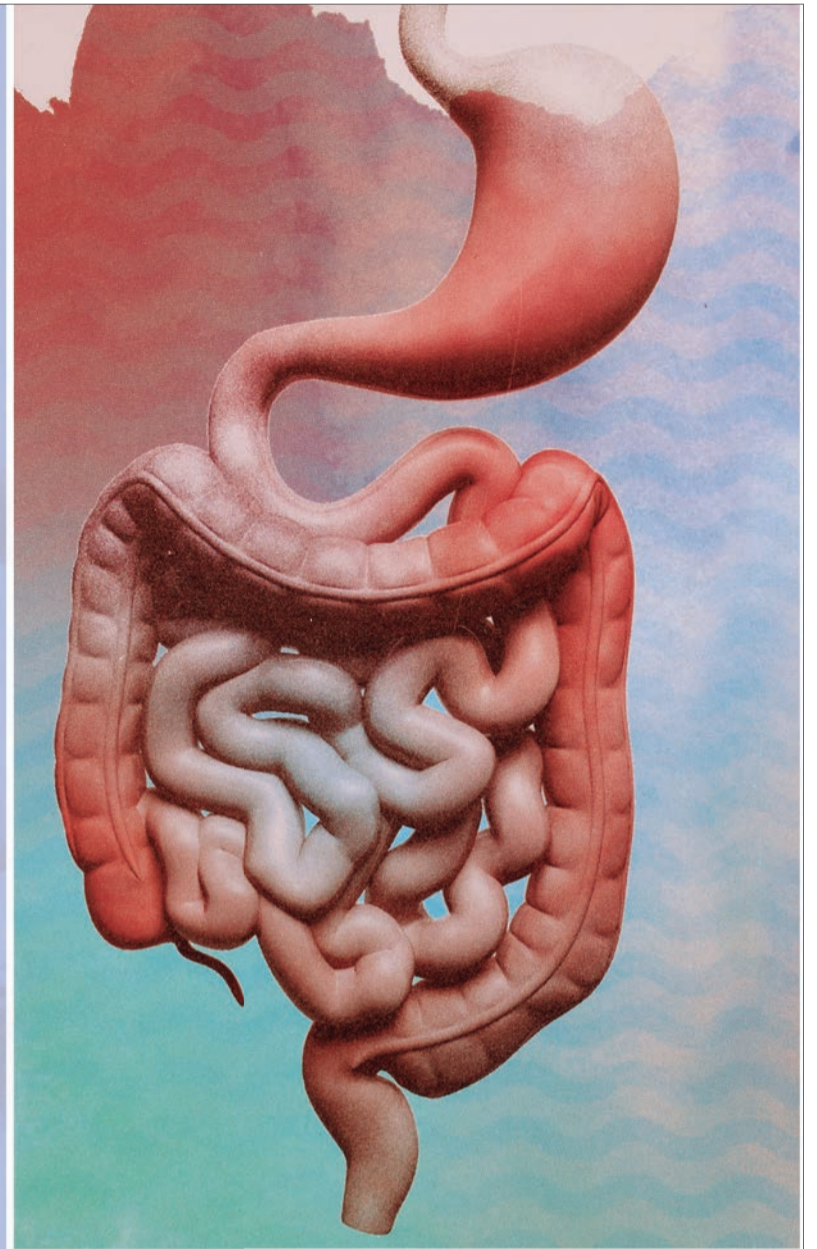
Hidrocolonterapia

El uso del agua para ganar en salud

Es una herramienta terapéutica que consiste en la limpieza de todo el colon con agua a presión previamente filtrada y purificada y a la temperatura adecuada. Es un método depurativo seguro, indoloro e inodoro y dura entre 30 y 45 minutos.

¿PARA QUIÉN SE RECOMIENDA?

A personas que sufren de discomfort intestinal debido a una alimentación inadecuada, insuficiente ingesta de agua, estrés, abuso de medicamentos e insanos hábitos de vida en general. La hidrocolonterapia ayuda a eliminar toxinas, facilita la absorción de nutrientes y mantiene la flora intestinal en buenas condiciones.



SE RECOMIENDA EN LOS SIGUIENTES CASOS:

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

DR. JOSÉ MARÍA SÁEZ BRAVO

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

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



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

