



**Ortopedia  
Aeropuerto**

[www.ortopediaaeropuerto.com](http://www.ortopediaaeropuerto.com)

# SANICOR

**Marcamos la diferencia**

**CENTRAL**  
Avda. Aeropuerto 19, local

**SUCURSAL**  
Avda. Arroyo del Moro 1

**INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL** *¡Visítanos!*

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

**C.D.P. ALBOR CÓRDOBA**

*Encuentra tu vocación,  
trabaja en lo que te gusta.*

[www.fundacionalborcordoba.org](http://www.fundacionalborcordoba.org) | Calle María Montessori S/N, 14011, Córdoba | 957 27 03 00

## HOSPITAL QUIRÓNSALUD CÓRDOBA

### Ponen en marcha la primera Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer de la sanidad privada cordobesa

El Hospital Quirónsalud Córdoba ha puesto en marcha la primera Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer de la sanidad privada cordobesa. Según expone la oncóloga Raquel Serrano, «la unidad está orientada a detectar y estudiar los casos que se sospechan hereditarios o de alto riesgo para desarrollar la enfermedad, con el fin de ofrecer un asesoramiento integral a pacientes y familiares, que en la mayoría de ocasiones se encuentran desorientados y no saben cómo actuar».

(sigue en la página 2)



La jefa del servicio de Oncología Médica, María Jesús Rubio, y la oncóloga Raquel Serrano

## CONSULTA MÉDICA DE NUTRICIÓN

Dra. M<sup>a</sup> Isabel Martínez Muñoz  
Colegiada: 6866



**Cita Previa:**  
**957 47 17 43**

Ronda de los Tejares, 16, Portal 5 1º dcha 14001 Córdoba



# noticia de portada

## El Hospital Quirónsalud Córdoba pone en marcha la primera Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer de la sanidad privada cordobesa

**Este servicio estudia los casos con sospecha de componente hereditario, ofreciendo orientación y tratamiento integral tanto para el paciente como para su familia**

REDACCIÓN

El Hospital Quirónsalud Córdoba ha puesto en marcha la primera Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer de la sanidad privada cordobesa. Según expone la oncóloga Raquel Serrano, «la unidad está orientada a detectar y estudiar los casos que se sospechan hereditarios o de alto riesgo para desarrollar la enfermedad, con el fin de ofrecer un asesoramiento integral a pacientes y familiares, que en la mayoría de ocasiones se encuentran desorientados y no saben cómo actuar».

En la consulta de Asesoramiento Genético se establecen las indicaciones y recomendaciones para la realización de un estudio genético en familias con sospecha de cáncer hereditario. Se puede identificar a personas sanas portadoras de mutación que tienen mayor riesgo a lo largo de la vida de padecer algún cáncer, por lo que se podrá reducir la mortalidad en algunos casos al incrementarse la vigilancia y favorecer el diagnóstico precoz.

En aquellas personas que ya padecen la enfermedad y son portadoras de alteración genética, igualmente se pueden aplicar medidas de vigilancia y prevención, ya que pueden desarrollar otros tumores a lo largo de su vida. Además, se evitará la realización de pruebas innecesarias a los familiares que no tienen la mutación. Así, el resultado de estos estudios también es de vital importancia para los descendientes, ya que aquellas personas cuyos progenitores son portadores de mutación, tienen un 50% de probabilidades de heredarla.

**En aquellas personas que ya padecen la enfermedad y son portadoras de alteración genética, igualmente se pueden aplicar medidas de vigilancia y prevención**

Los antecedentes familiares son uno de los factores de riesgo de padecer cáncer, pues existen determinados genes que son transmitidos de padres a hijos. Los cánceres

de mama, ovario, próstata y colon son los tumores hereditarios más frecuentes, por lo que es relevante detectar los casos que se sospechan hereditarios y así poder asesorar a las familias.

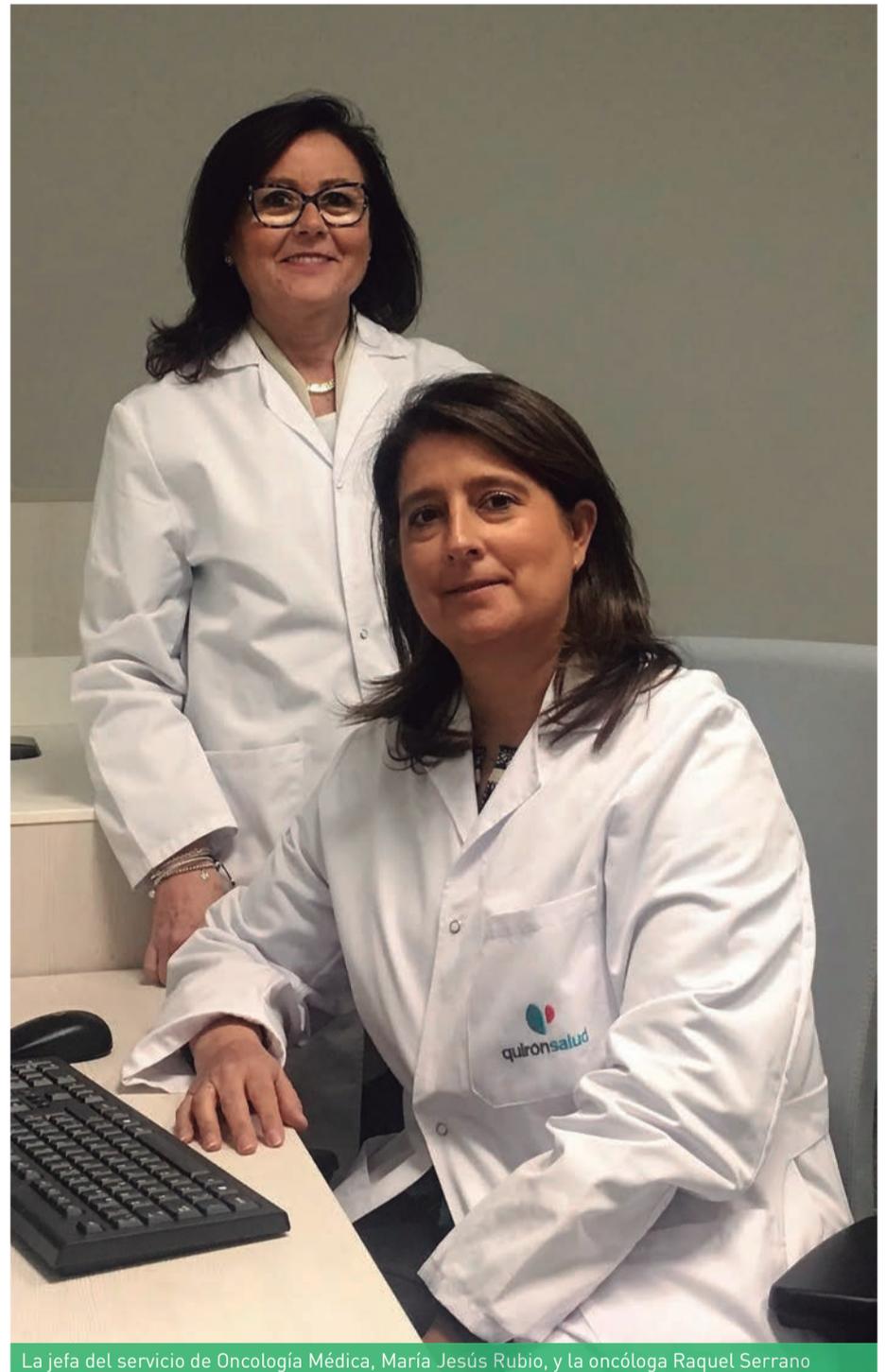
La Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer del Hospital Quirónsalud Córdoba está coordinada por el servicio de Oncología Médica y cuenta con un equipo multidisciplinar para el correcto seguimiento y elaboración de medidas de prevención, compuesto por oncólogos, médicos de familia, especialistas de aparato digestivo, cirujanos, endocrinos, radiólogos, ginecólogos, urólogos patólogos, especialistas de laboratorio y psicólogos, que trabajan de forma coordinada para ofrecer la mejor solución diagnóstica y terapéutica a los pacientes y sus familiares.

**En los casos de cáncer de ovario el estudio genético estaría indicado en todos los casos**

La doctora Serrano ha indicado que los criterios de sospecha de un cáncer hereditario son la aparición de la enfermedad por debajo de los 50 años; que afecte a diferentes generaciones (varios familiares directos en la misma rama afectados del mismo cáncer o tumores relacionados); la aparición de varios tumores malignos en el mismo individuo; y en los casos de cáncer de ovario el estudio genético estaría indicado en todos los casos, ya que hay tratamientos específicos para las pacientes que presentan la mutación BRCA, que tienen una mejor respuesta y mayor supervivencia.

### Quirónsalud en Andalucía

El Grupo Hospitalario Quirónsalud cuenta en la actualidad en Andalucía con siete centros hospitalarios situados en las ciudades de Málaga, Marbella, Los Barrios (Cádiz), dos en Sevilla, Córdoba y Huelva, además de 16 centros médicos de especialidades y diagnóstico y un hospital de día quirúrgico, que lo posicionan como líder hospitalario privado de esta comunidad autónoma.



La jefa del servicio de Oncología Médica, María Jesús Rubio, y la oncóloga Raquel Serrano

**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 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.



# ELADIO G. HORTELANO

CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

CIRUGÍA ESTÉTICA  
MEDICINA ESTÉTICA  
CIRUGÍA REPARADORA

618 968 041  
957 477 147



Plaza Colón 14-2°  
14001 Córdoba



Síguenos



# sumario

## ► noticias

**Ponen en marcha la primera Unidad de Asesoramiento Genético en Cáncer de la sanidad privada cordobesa** 2

**¿Qué es el Deterioro Cognitivo Leve? En menteágil te lo explicamos** 6

**'Aslándticos' se suma a la campaña 'La Vida Misma' de San Juan de Dios** 8

**Expertos alertan de la importancia de vigilar a los menores de un año con catarro para detectar cuanto antes una bronquiolitis** 10

## ► en buenas manos

**El Dr. Rafael Gutiérrez de Ravé participará como ponente en el próximo congreso SOCE en Bilbao** 14

**Fundación la Arruzafa atiende a 824 pacientes y en su última misión de cooperación en Tanzania** 15

**El poder nutricional de las legumbres: una fuente de proteínas para equilibrar tu dieta** 16

**Dieta y ejercicio físico después de Navidad** 18



**La repercusión del ejercicio terapéutico en la inestabilidad del hombro** 20

**Crucigrama de las pruebas médicas** 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

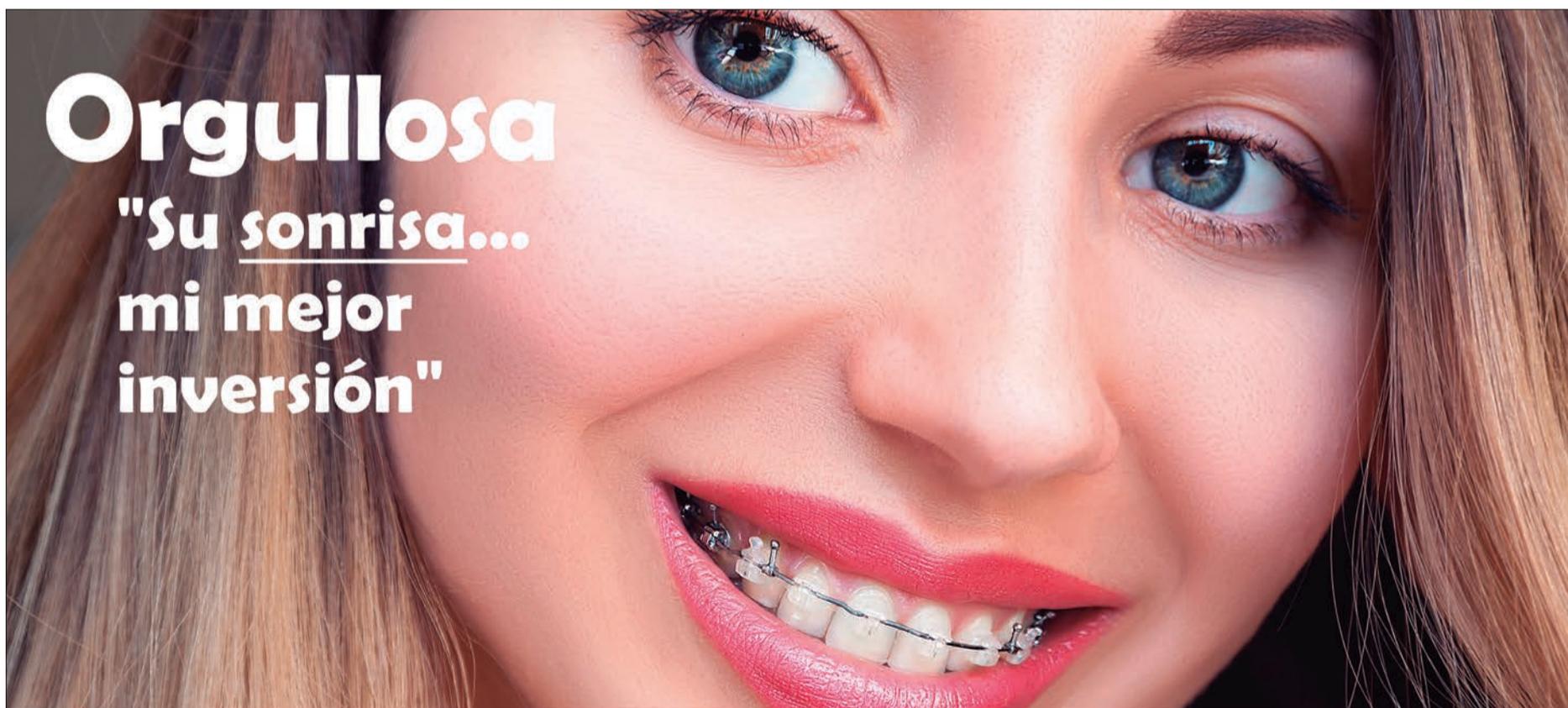
## DÍAS DE SALUD INTERNACIONALES EN ENERO

31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27 Día Mundial de la contra la Lepra
28	29	30	31	1	2	3

## LA FRASE DEL MES

« La salud es la riqueza real y no las piezas de oro y plata »

Mahatma Gandhi



**Orgullosa**  
"Su sonrisa...  
mi mejor inversión"

**naterabravo**

CLÍNICA DE ODONTOLOGÍA

957 082 632   
www.naterabravo.com

**Descubre la ORTODONCIA**

**Financiación a 24 MESES sin intereses**

\*Ejemplo de Financiación 2.160€ a devolver en 24 meses. Cuota 90€/mes. Comisión de apertura 3%. TIN 0,00%. Importe total adeudado 2.225€. Consulte entidades en naterabravo.

*de tú a tú,  
de verdad*

... para ti  
y toda tu familia.

Fernando de Córdoba, 1 · Local

**957 39 1234**

clinicadentaleduardolopez.es  

DSG - dslabrador.com



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   



# ¿Qué es el Deterioro Cognitivo Leve? En menteágil te lo explicamos

Actualmente existe mucha confusión cuando se habla de deterioro cognitivo leve (DCL), Muchos familiares llaman a menteágil muy preocupados porque han ido a la consulta de un médico especialista y le han diagnosticado DCL a su familiar

JOSEFA TIENDA SERRANO, NEUROPSICÓLOGA Y GERONTÓLOGA DE MENTEÁGIL. AN07691

El DCL es un trastorno complejo, lo podíamos definir como el punto medio entre el envejecimiento normal y la demencia. Las personas que tienen DCL, pueden manifestar problemas de memoria aislados sin presentar otros déficit, y se trataría de DCL tipo amnésico. También pueden presentar déficit en otros dominios cognitivos (*lenguaje, funciones ejecutivas...*) y se denominaría DCL de otro dominio indistinto a la memoria. Lo más importante es destacar que aunque existan déficits no son tan graves que impiden desarrollar una vida relativamente autónoma.

La evolución hacia una demencia dependerá de muchos factores, pero una intervención temprana es fundamental para intentar que el DCL no pase a ser una entidad diagnóstica más grave



Josefa Tienda Serrano, Neuropsicóloga y Gerontóloga de menteágil

## IMPORTANCIA DEL DIAGNÓSTICO PRECOZ

El DCL tiene una alta prevalencia entre los 60 y 80 años, *desde menteágil recomendamos a todas las personas y familiares que estén preocupados el consultarnos sin ningún compromiso, ya que es muy importante su diagnóstico precoz.* Es fundamen-

tal abordar cuanto antes esta patología, ya que los pacientes con DCL tienen más probabilidad de padecer una demencia. La evolución hacia una demencia dependerá de muchos factores como la edad, los antecedentes familiares etc. Sin embargo una intervención temprana es fundamental para intentar que el DCL no pase a ser una entidad diagnóstica más grave.

## MENTEÁGIL, ESPECIALISTAS EN ESTIMULACIÓN COGNITIVA: «LA GIMNASIA DE LA MEMORIA»

*En menteágil tenemos un equipo de neuropsicología y gerontología especializado en el trabajo con personas sanas o con deterioro cognitivo leve. Tras realizar un protocolo de valoración exhaustivo y definir qué*

tipo de déficit tiene la persona, proponemos la incorporación a un grupo de estimulación cognitiva. En este grupo de estimulación cognitiva se propone un trabajo mantenido y periódico donde se persigue rehabilitar los dominios afectados, reforzar los dominios mantenidos, aumentar el estado de ánimo, la autoeficacia y la socialización.

## CUIDAMOS TU MEMORIA

Estimulación cognitiva «la gimnasia de tu cerebro»



menteágil  
expertos en estimulación cognitiva

### LAS SESIONES PUEDEN SER:

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

### ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

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



Primera consulta informativa **GRATUITA**

## ¡ACTIVA TU CEREBRO!

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

### OTROS SERVICIOS

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



Dolores Ibarruri, 3 (Zona Carrefour Sierra)  
Plaza San Miguel 9, 1º - 1  
Avd. Barcelona, 8 (Zona Levante)  
Centro Médico Ciudad Jardín

Otros centros:  
· Puente Genil  
· Lucena  
· Villanueva de Córdoba



957 485 513  
630 778 690



menteagil@menteagil.com



www.menteagil.com



tu sonrisa,  
nuestra mejor  
carta de  
presentación

Dr. Tomás Páez



- IMPLANTOLOGÍA (Dr. Tomás Páez)
- PROSTODONCÍA (Dr. Tomás Páez)
- ESTÉTICA DENTAL (Dr. Tomás Páez)
- ODONTOLOGÍA GENERAL (Dra. Lourdes Palacios- Dr. Ramón Gallego)
- PERIODONCIA (Dr. Ramón Gallego)
- ORTODONCIA (Dra. Margarita Acedo)
- MEDICINA ESTÉTICA (Dr. José M° Cabrera)
- SEDACIÓN CONSCIENTE

CENTRO DENTAL Y ESTÉTICA  
**JESÚS MARÍA**

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

**957 48 12 31**

# noticias

## 'Aslándticos' se suma a la campaña 'La Vida Misma' de San Juan de Dios

**El grupo ha visitado la instalación de esta iniciativa nacional desarrollada con el objetivo de romper estereotipos y sensibilizar sobre las personas sin hogar y en situación de vulnerabilidad**

REDACCIÓN

El grupo cordobés 'Aslándticos' ha visitado la instalación 'La Vida Misma' en el Hospital San Juan de Dios de Córdoba, una casa de cartón que materializa la campaña impulsada desde la Orden Hospitalaria a nivel nacional, con el objetivo de romper estereotipos y sensibilizar sobre la realidad de las personas sin hogar y en situación de vulnerabilidad social.

«Para nosotros siempre ha sido muy importante ayudar a los demás, animar y apoyar a quien lo necesite. Tratamos de hacerlo siempre con nuestras canciones y en nuestros directos.»

Los autores de éxitos como 'Mi primer día' han querido así sumarse a esta iniciativa, en la que han profundizado de la mano del responsable del Área de Desarrollo Solidario del centro cordobés, Luis Amaro. «Para nosotros siempre ha sido muy importante ayudar a los demás, animar y apoyar a quien lo necesite. Tratamos de hacerlo siempre con nuestras canciones y en nuestros directos. Esta iniciativa nos



Fotografía de la visita del grupo cordobés 'Aslándticos'

ha encantado y si podemos ayudar sumando nuestra presencia, estamos encantados», afirma el grupo de músicos.

Por su parte, Luis Amaro ha subrayado que «existen situaciones cercanas de vulnerabilidad, que en ocasiones nos pasan desapercibidas, y sobre las que es importante tomar conciencia y generar actitudes positivas que ayuden a mitigarlas y a no estereotiparlas».

Esta casa de cartón, que está recorriendo los diferentes hospitales y centros asistenciales que la Orden de San Juan de Dios tiene por toda España, cuenta con un juego interactivo a través del que se acercan la historia de cuatro personajes que viven situaciones de pobreza extrema, pobreza energética, vida en la calle o lo que se conoce como 'trabajadores pobres', bajo el lema 'No todos tenemos la

misma vida, pero formamos parte de la vida misma'.

### Compromiso social

Desde la Obra Social del Hospital San Juan de Dios de Córdoba se atiende mensualmente a unas 160 familias con el Programa de Garantía Alimentaria, en el que colaboran las instituciones local, provincial y autonómica y numerosos bienhechores. Además, se desarrollan otros proyectos vinculados a contribuir al pago de alquiler de la vivienda, recibos de luz y agua o gastos sanitarios a las familias más vulnerables.

En España, la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios atiende al año a más de 13.000 personas sin hogar que viven en la calle, en los 12 centros y dispositivos residenciales que tiene para ello y a cerca de 45.000 personas vulnerables en más de 20 centros, mediante servicios de higiene y salud, garantía alimentaria, acompañamiento para la inserción laboral, atención para familias monomarentales e infancia, entre otros.

La campaña 'La Vida Misma' cuenta con la subvención del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de fondos procedentes del IRPF. Más información en [www.lavidamisma-sjd.org](http://www.lavidamisma-sjd.org).



*Dr. José Mª Cabrera*

**Especialista en  
Cirugía Plástica  
Reparadora y Estética**

Ronda de Los Tejares, 34  
14008 Córdoba

**957 486 268**



**REPARACIONES  
LIBERACIONES  
ACCESORIOS**

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

*Si no quieres chapuzas ven a TECNO-MOVIL*

**Tel. 957 496 806**

# Rellenos faciales, ser bell@ con naturalidad

En los últimos tiempos los rellenos faciales han aumentado su demanda debido al auge de los tratamientos de rejuvenecimiento facial por la calidad y naturalidad que ofrecen

## REDACCIÓN

Los rellenos faciales se implantan mediante un catéter sin punta (cánula) o bien agujas muy finas, a través de la cual se introducen sustancias que se encuentran de forma natural en el propio cuerpo.

En su versión estética la doctora rocío Soto prefiere un relleno reabsorbible que se inyecta más o menos superficialmente integrándose de manera natural en los tejidos. Los resultados son inmediatos. Los rellenos faciales reabsorbibles sin cirugía no tienen casi efectos secundarios, no provocan rechazo, son prácticamente indolores y de resultados inmediatos.

**La Dra Soto apuesta por el autoinjerto graso, el plasma gel, el ácido hialurónico y por la hidroxiapatita cálcica que son productos habituales de nuestro organismo**

En los últimos tiempos los rellenos faciales han aumentado su demanda debido al auge de los tratamientos de rejuvenecimiento facial por la calidad y naturalidad que ofrecen.

Lo nuevos materiales con los que se trabaja ofrecen resultados muy eficaces, solo se requiere una buena aplicación y técnica del profesional. Aplicarlo donde se ha perdido el volumen sin producir deformidades, consiste en embellecer el rostro aplicando donde realmente es necesario

y en puntos estratégicos para elevar otras zonas manteniendo la naturalidad en reposo y con los movimientos.

Dentro de los rellenos faciales nos encontramos con dos grupos principales:

- **Producido por el propio organismo**  
Son los rellenos que están en boga en estos momentos hay dos opciones, se realiza un trasplante de tu propia grasa o bien con una extracción de sangre obtenemos un relleno sin posibilidad de ser rechazado. Es reabsorbido parcialmente pues un 25% queda permanente.
- **Reabsorbibles:** Sintético con efectos duran un año aproximadamente y se puede volver a realizar el tratamiento. Se encuentran en este grupo el ácido hialurónico, el colágeno, el ácido poliláctico y la hidroxiapatita cálcica.
- **No reabsorbibles o Permanentes:** Sintéticos tiene limitadas sus aplicaciones. Los podemos dividir en: los bifásicos: son microesferas de metacrilato en un medio que las vehicula como el colágeno, este se reabsorbe y persiste el metacrilato y los homogéneos: poliacrilamida, polialquilamida y silicona.

La Dra Soto apuesta por el autoinjerto graso, el plasma gel, el ácido hialurónico y por la hidroxiapatita cálcica que son productos habituales de nuestro organismo sin necesitar pruebas de alergia ni tolerancia.

**Efectos del tratamiento**

La duración media del implante depende de la calidad de la piel pero el efecto del relleno facial reabsorbible suele durar entre ocho y dieciocho meses. Se puede aplicar



para eliminar arrugas, gracias a su textura y composición química. Generalmente, una sesión es suficiente y los resultados son inmediatos. En 1 ó 2 sesiones, de no más de 20 minutos de duración, se mejoran notablemente las arrugas o cicatrices del rostro.

El tratamiento no requiere hospitalización, por lo que el paciente puede reanudar su vida normal justo después del tratamiento. En la Clínica Ros recomendamos utilizar protección solar después del tratamiento y evitar exponerse a los rayos solares.




**P**orque 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](http://www.clinicaros.es)

# noticias

## Expertos alertan de la importancia de vigilar a los menores de un año con catarro para detectar cuanto antes una bronquiolitis

Esta infección afecta tanto a niños como a adultos, en mayores de 2 años suele causar un cuadro catarral leve, pero en el primer año de vida puede llevar a ingresos por la dificultad respiratoria que causa

REDACCIÓN

La infección vírica que más preocupa a los padres de niños entre 3 meses y un año durante los meses de invierno es la bronquiolitis aguda, pues puede conllevar ingresos por la dificultad respiratoria que causa, por lo que es importante que los padres vigilen a los pequeños con catarro para detectar cuanto antes dicha infección, según ha indicado Daniel Ruiz, pediatra del Hospital Quirónsalud Córdoba.

**Para evitar estas infecciones respiratorias hay que tener en cuenta algunas medidas**

La bronquiolitis aguda puede ser causada por multitud de virus, aunque el más frecuente y el que conlleva una mayor gravedad es el virus respiratorio sincitial (VRS). Este virus tiene una especial facilidad para afectar a las células de la parte más distal del árbol bronquial en los lactantes con pocos meses de vida, provocando una importante secreción de moco, que es lo que da lugar a la dificultad respiratoria.



Daniel Ruiz, pediatra del Hospital Quirónsalud Córdoba

Por tanto, en estos meses de invierno es relevante, según el doctor Ruiz, estar alerta a los signos que nos pueden ayudar a identificar una bronquiolitis en los pequeños cuando están con catarro, como una tos persistente o cambios en la tonalidad de la tos; sensación de "burbujeo" al respirar; aumento de los movimientos de

las costillas y abdominal a la hora de respirar; sensación de "pitidos"; y rechazo del alimento, entre otros. En caso de que se presente alguno de estos síntomas, "es recomendable acudir al servicio de Urgencias para poder determinar cuánto antes si nos encontramos ante una bronquiolitis", ha destacado el doctor Ruiz.

Para evitar estas infecciones respiratorias hay que tener en cuenta algunas medidas como evitar acudir con lactantes pequeños a centros comerciales y lugares con grandes aglomeraciones de personas, minimizar el contacto con niños en edad de guardería o escolar -lo que es especialmente difícil cuando hay

hermanos mayores- y evitar el contacto con adultos enfermos.

El doctor Ruiz ha resaltado que las infecciones respiratorias suponen en invierno más de un tercio de las consultas pediátricas en atención primaria y urgencias y provocan numerosos ingresos en esta época del año.

Quirónsalud es el grupo hospitalario más importante de España y el tercero de Europa. Está presente en 13 comunidades autónomas, cuenta con la tecnología más avanzada y dispone de una oferta superior a 6.200 camas en más de 100 centros, como la Fundación Jiménez Díaz, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Universitario Dexeus, Ruber, Centro Médico Teknon, Hospital La Luz, Policlínica de Guipúzcoa, entre otros, así como con un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional.

Trabajamos en la promoción de la docencia (siete de nuestros hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (contamos con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

**Essenzia**<sup>®</sup>  
Dormire

**R3VIVE**  
Nueva línea sport

**elcolchón**  
Especialistas en Descanso... zzzz  
desde 1972








COMPACT FORM   DRY PURE PROFILING   DRY HIGH SOFT   HR50 malva   CELLIENT   TENCEL   SUSPENSION SYSTEM OF FITNESS   Invisio SuperStretch   ComfortZone   PUREfresh   BLOQUE MULTIPRO   VISCOGEL

Calle Osario, 3 Local    957 471 369    638 415 577

Arriola & Partners

# Ya estamos en Córdoba

Una nueva manera de entender y gestionar el sector inmobiliario

Arriola and Partners llega a la ciudad de Córdoba con la idea de traer un nuevo concepto de gestión integral inmobiliaria, en la que la excelencia en el servicio y el conocimiento del suelo en el que operamos son dos pilares fundamentales. Nuestra seriedad y experiencia nos han llevado a ser una organización destacada en las provincias de Málaga, Cádiz y Madrid, y ahora, en Córdoba, lugar donde abrimos nuestra nueva Delegación con la intención de convertirnos en un referente del sector inmobiliario

El Equipo Arriola and Partners de Córdoba cuenta con una larga experiencia en el ámbito técnico y comercial inmobiliario caracterizada por la profesionalidad y la vocación hacia el sector, lo que nos permite ofrecer a nuestros clientes un servicio completo y de máxima confianza.

T: 722 617 601  
cordoba@arriolaandpartners.com  
www.arriolaandpartners.com  
Ronda de los Tejares 27, local



Sarah Carmona Thernell, Arquitecta y Rafael Castillo Galiana, Delegado en Córdoba de Arriola and Partners

## ahora, Las Terrazas de Poniente Sur mvc. Cómodas y amplias, ideales para invertir o ubicar tu consulta médica.



Comercializa:

**GILMAR**  
CONSULTING INMOBILIARIO

La información gráfica de este documento puede ser modificada durante el transcurso de la ejecución de la obra por exigencias técnicas, jurídicas o comerciales. Las imágenes utilizadas en este soporte tienen carácter provisional, a expensas de la configuración definitiva del Proyecto. 123 viviendas entre C/ Escritor Conde de Zamora y Av. del Aeropuerto, oficina de ventas en Avda. Gran Capitán n°1, 5°E. Las cantidades antes indicadas se paritizarán de conformidad a la ley. Se abrirá una cuenta bancaria especial y exclusiva para los ingresos. El dinero entregado en concepto de señal y como parte del precio Promueve: Metrovacesa, S.A. 902-552-255 info@metrovacesa.com

### Junto a la Clínica Quirón

Entre C/ Escritor Conde de Zamora y Av. del Aeropuerto.  
Oficina de ventas: Av. Gran Capitán n°1, 5°E.



**Hemos llegado al punto cardinal idóneo. La brújula ha encontrado tu destino: Lo que buscabas está a poniente.**  
En la mejor zona de Córdoba, se sitúan 123 viviendas de entre 1 y 5 dormitorios con terraza y hasta 100m<sup>2</sup> en los áticos. Todas disponen de aparcamiento y trastero. Amplio espacio común con piscinas, pádel, zonas verdes y parque infantil.

**VIVIENDAS Y LOCALES COMERCIALES PERFECTOS PARA SERVICIOS MÉDICOS Y CONSULTAS  
DEBIDO A SU UBICACIÓN Y FÁCIL ACCESO.**

ponientesur.metrovacesa.com

900 55 25 25

ahora, metrovacesa

# farmacias de guardia

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA DE LUNES A VIERNES**

DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)</b>	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>AVDA. RONDA TEJARES, 2</b>	Esquina con Plaza de Colón	ZONA CENTRO
<b>PLAZA FLOR DEL OLIVO S/N</b>	(El Chimeneón) Frente al gimnasio 'goffi'	ZONA CENTRO
<b>CONCEPCION, 6</b>	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
<b>AV. DE MEDINA AZAHARA, 29</b>	Esquina a Alcalde Sanz Nogueir	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>CONCEPCION, 14</b>		ZONA CENTRO
<b>RODRIGUEZ MARIN, 8</b>	Farmacia de la Espartería (Próxima al Ayuntamiento)	ZONA CENTRO
<b>HISTORIADOR JAEN MORENTE, 4</b>	Tras la Prisiñ Provincial	ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>ISLA DE HIERRO, 4</b>	Esquina calle Isla Formentera	ZONA NOREÑA
<b>CARRETERA TRASSIERRA, 41</b>	Glorieta Hipercor	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11</b>	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
<b>GLORIETA AMADORA ESQUINA ISLA FORMENTERA</b>	Frente a Mercadona	ZONA ARROYO DEL MORO
<b>INFANTA DOÑA MARIA, 5</b>	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19</b>	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4</b>	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>CRUZ CONDE, 21</b>	Esquina a Ronda de los Tejares	ZONA CENTRO
<b>JEREZ, 1</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
<b>JOSE Mª MARTORELL, 4</b>	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>ISLA ALEGRANZA, 10</b>	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
<b>LOPE DE HOCES, 7</b>	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
<b>HUERTA DEL RECUERO S/N</b>	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
<b>CINCO CABALLEROS, 9</b>		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>ESPEJO BLANCAS, 2</b>	Esquina Almogavares (Junto al Ambulatorio)	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>SAGUNTO, 13</b>	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>AVDA. ALMOGAVARES, 46</b>	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 y 5</b>	Junto a Deza	ZONA NOREÑA
<b>AV. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ</b>		ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23</b>	Explanada - Junto a Parque Infantil	ZONA PARQUE CRUZ CONDE
<b>FRANCISCO PIZARRO, 8</b>	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
<b>AVDA. GRAN CAPITAN, 21</b>	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
<b>AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12</b>	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. VIRGEN DE FATIMA, 9</b>		ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>DAMASCO, 21</b>	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>MANUEL DE FALLA, 6</b>	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE

NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE		
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA SABADOS**

DIA DE 10:00 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>CONCEPCION, 6</b>	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
<b>AV. DE MEDINA AZAHARA, 29</b>	Esquina a Alcalde Sanz Nogueir	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>CONCEPCION, 14</b>		ZONA CENTRO
<b>RODRIGUEZ MARIN, 8</b>	Farmacia de la Espartería (Próxima al Ayuntamiento)	ZONA CENTRO
<b>HISTORIADOR JAEN MORENTE, 4</b>	Tras la Prisiñ Provincial	ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>CARRETERA TRASSIERRA, 41</b>	Glorieta Hipercor	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11</b>	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
<b>INFANTA DOÑA MARIA, 5</b>	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19</b>	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>JEREZ, 1</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>JOSE Mª MARTORELL, 4</b>	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>LOPE DE HOCES, 7</b>	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
<b>HUERTA DEL RECUERO S/N</b>	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
<b>CINCO CABALLEROS, 9</b>		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>SAGUNTO, 13</b>	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>AVDA. ALMOGAVARES, 46</b>	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 y 5</b>	Junto a Deza	ZONA NOREÑA
<b>AV. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ</b>		ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>FRANCISCO PIZARRO, 8</b>	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
<b>AVDA. GRAN CAPITAN, 21</b>	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
<b>AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12</b>	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. VIRGEN DE FATIMA, 9</b>		ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>DAMASCO, 21</b>	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>MANUEL DE FALLA, 6</b>	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE
<b>CARRETERA DEL AEROPUERTO KM 4,250 (N-437)</b>	Glorieta Junto al Supermercado Piedra	ZONA AEROPUERTO

NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE		
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA DOMINGOS**

DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>CINCO CABALLEROS, 9</b>		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. ALMOGAVARES, 46</b>	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>AV. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ</b>		ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12</b>	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA 5 ENERO SABADO**

DIA DE 10:00 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>CONCEPCION, 6</b>	Farmacia Concepción (Frente a Bershka)	ZONA CENTRO
<b>AV. DE MEDINA AZAHARA, 29</b>	Esquina a Alcalde Sanz Nogueir	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>CONCEPCION, 14</b>		ZONA CENTRO
<b>RODRIGUEZ MARIN, 8</b>	Farmacia de la Espartería (Próxima al Ayuntamiento)	ZONA CENTRO
<b>HISTORIADOR JAEN MORENTE, 4</b>	Tras la Prisiñ Provincial	ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>CARRETERA TRASSIERRA, 41</b>	Glorieta Hipercor	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11</b>	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
<b>INFANTA DOÑA MARIA, 5</b>	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19</b>	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>JEREZ, 1</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>LOPE DE HOCES, 7</b>	Esq. a Paseo de la Victoria - Junto a la Zona	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
<b>HUERTA DEL RECUERO S/N</b>	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA
<b>CINCO CABALLEROS, 9</b>		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>SAGUNTO, 13</b>	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>AVDA. ALMOGAVARES, 46</b>	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>FELIPE MELLIZO CUADRADO LOCAL 4 y 5</b>	Junto a Deza	ZONA NOREÑA
<b>AV. BARCELONA ESQ. A PLATERO S. CRUZ</b>		ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>FRANCISCO PIZARRO, 8</b>	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
<b>AVDA. GRAN CAPITAN, 21</b>	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
<b>AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12</b>	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. VIRGEN DE FATIMA, 9</b>		ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>DAMASCO, 21</b>	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>MANUEL DE FALLA, 6</b>	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE

NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE		
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA 6 ENERO DOMINGO**

DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>CINCO CABALLEROS, 9</b>		ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. ALMOGAVARES, 46</b>	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
<b>AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12</b>	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE		
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>GRAN VIA PARQUE, 59</b>	Esquina a Avenida Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

**COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE CORDOBA** **FARMACIAS DE GUARDIA** [www.cofco.org](http://www.cofco.org)  
**CORDOBA 7 ENERO FESTIVO**

DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE		
<b>LUCANO, 17</b>	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
<b>MARMOL DE BAÑUELOS, 4</b>	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
<b>HISTORIADOR JAEN MORENTE, 4</b>	Tras la Prisiñ Provincial	ZONA VIRGEN DE FATIMA
<b>CARRETERA TRASSIERRA, 41</b>	Glorieta Hipercor	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>DOLORES IBARRURI, 5</b>	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
<b>AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11</b>	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
<b>INFANTA DOÑA MARIA, 5</b>	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19</b>	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
<b>AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4</b>	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS III-SAGUNTO
<b>JEREZ, 1</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
<b>CARRETERA DE TRASSIERRA, 38</b>	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
<b>AV. JESUS RESCATADO, S/N</b>	Mercado del Marrubial	ZONA A. BARCELONA-CTRA. MADRID
<b>AVDA. DE AMERICA, 3</b>	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
<b>ISLA ALEGRANZA, 10</b>	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
<b>HUERTA DEL RECUERO S/N</b>	Farmacia Noreña - Junto a Arroyo del Moro	ZONA NOREÑA



## INNOVAMED

MEDICINA INTEGRAL



Antes del tratamiento



8 Sesiones



25 sesiones



40 sesiones



60 sesiones

— TRATAMIENTO CON OXIGENACION HIPERBARICA —

Calle Dolores Ibárruri, 1, 14011 Córdoba. Tel. 957 41 81 09

[www.innovamedclinica.com](http://www.innovamedclinica.com)



# DIONI BARRERA

## PELUQUEROS



«Conocemos la importancia de verse bien cada día, y más aún en momentos especiales, por eso, desde «diseño capilar» ponemos toda nuestra profesionalidad a su servicio» Dioni Barrera

# I BARRERA

## PELUQUEROS



«DISEÑO CAPILAR» ALONSO EL SABIO, 4  
(FRENTE AL COLEGIO EL CARMEN). CÓRDOBA  
T. 957 782 388. M. 610 751 173

DIONI BARRERA PELUQUERÍA CRONISTA SALCEDO  
HIERRO, 6. CÓRDOBA. T. 957 486 591

info@dionibarrera.com · dionibarrera.com

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



Convenio de colaboración  
entre la a.e.c.c. de Córdoba  
y Dioni Barrera Diseño Capilar

DIONI BARRERA  
diseño capilar



**El poder nutricional de las legumbres: una fuente de proteínas para equilibrar tu dieta**

entrevista a... 16

**Dieta y ejercicio físico después de Navidad**

deporte saludable 18

**La repercusión del ejercicio terapéutico en la inestabilidad del hombro**  
información 20

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



**EXPERTOS EN CASOS DENTALES COMPLEJOS**

www.clinicacid.com  
Tlf. 957 484 904

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

**SOCE. Sociedad Española de Odontología Digital y Nuevas Tecnologías**  
El Dr. Rafael Gutiérrez de Ravé participará como ponente en el próximo congreso SOCE en Bilbao

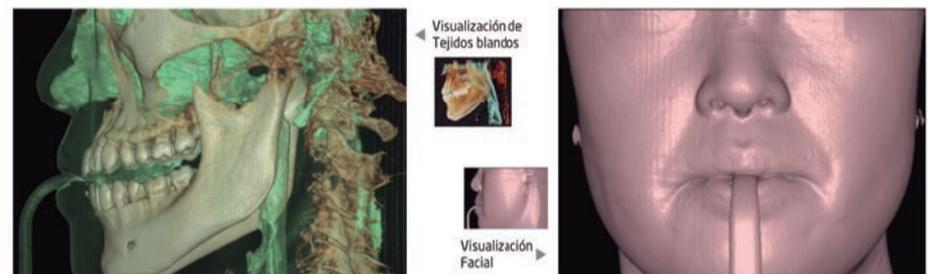
Los próximos 1 y 2 de febrero tendrá lugar en Bilbao una nueva edición del Congreso Anual de la Sociedad Española de Odontología Digital y Nuevas Tecnologías, en el palacio de Euskakduna.

Un experto comité científico y los mejores ponentes nacionales e internacionales expondrán los últimos avances en Odontología Digital entre los que participará el Dr. Rafael Gutiérrez de Ravé, Médico Estomatólogo y especialista en Cirugía Oral e Implantología Dental y miembro activo y fundador de Soce.

En su ponencia hablará de los dispositivos biomédicos de escaneo y obtención de imágenes 3D para el diagnóstico y tratamiento de las patologías dentales aplicadas a la cirugía implantología y estética facial así como de herramientas para realizar la planificación quirúrgicas y protésicas de las rehabilitaciones dentomaxilares. También impartirá un taller práctico sobre impresión 3D.



RAYSCAN ALPHA PLUS



Múltiples opciones, múltiples tratamientos



1 / 2  
Febrero  
de 2019  
Palacio  
Euskalduna



957 474 078

Avda. de América, 21 bajo dcha.  
www.centrodelogopedia.com  
info@centrodelogopedia.com

- Trastornos del lenguaje y de la comunicación
- Alteraciones del habla y de la voz
- Dificultades del aprendizaje
- Atención temprana
- Retraso escolar
- Terapia miofuncional
- Método Hanen
- Fisioterapia infantil y respiratoria
- Psicomotricidad

Amalia  
JOYERÍA

- Collares a medida
- Colgantes
- Broches
- Diseño en plata
- Piedras semipreciosas
- Pulseras
- Pendientes
- Diseño en oro

DOCE DE OCTUBRE, 10 - BAJO. TLF.: 957 479 354. CÓRDOBA

## Fundación la Arruzafa atiende a 824 pacientes y en su última misión de cooperación en Tanzania

El grupo desplazado, compuesto por ocho voluntarios y que ha realizado revisiones oftalmológicas en Simanjiro y Mangola, también ha conseguido operar a 92 pacientes en los doce días que ha durado la misión, la trigésimo cuarta en África desde que se constituyó esta organización promovida e impulsada por profesionales del Hospital La Arruzafa



El grupo de ocho voluntarios pertenecientes a la Fundación La Arruzafa (FLA), organización sin ánimo de lucro promovida y gestionada por profesionales del Hospital La Arruzafa (HLA), que durante una docena de días se ha desplazado en misión de cooperación al país africano de Tanzania, ha conseguido atender a 824 pacientes y realizar 92 cirugías de catarata.

En esta expedición, como se suele hacer de manera habitual en el país tanzano, el equipo se ha dividido en dos, atendiendo a 122 personas en Simanjiro y a 702 en Mangola

El equipo, que ya está de regreso y que también pudo transportar hacia el continente 415 kilos de material sanitario y medica-

mentos para su uso durante la expedición, ha completado la misión número treinta y cuatro en un año (2018) donde también ha atendido a pacientes en Guinea Ecuatorial, Benín y Madagascar.

Los voluntarios movilizados han sido los oftalmólogos Juan Manuel Laborda y Consuelo Spínola, el anestesiista José María Pérez Aragón, la optometrista Teresa Gálvez, la enfermera Inés Calvo, la auxiliar Gema Blanco, y los voluntarios Carlota Guirao y Francisco Ruiz.

Se da la circunstancia de que por primera vez desde que se constituyó la FLA, en 2005, se han completado cuatro expediciones a los lugares donde hay instaurada misión oftalmológica en un mismo año, atendiendo a 4.106 personas y llevando a cabo 402 intervenciones quirúrgicas en los 48 días de voluntariado de sus cooperantes en África.

En esta expedición, como se suele hacer de manera habitual en el país tanzano, el equipo se ha dividido en dos, atendiendo a 122 personas en Simanjiro y a 702



en Mangola. De igual manera, la fundación ha hecho entrega de 479 gafas (197 premontadas, 225 de sol y 57 recicladas), completando la labor asistencial con revisiones llevadas a cabo por oftalmólogos y optometristas.

La FLA que, en la actualidad cuenta con un total de 385 socios, y que se autofinancia gracias a los proyectos formativos, como el congreso Forum Arruzafa (el más reconocido tras sumar ya 19 ediciones), que desarrolla más

las aportaciones y donaciones de sus socios, cierra así su actividad de cooperación internacional en el presente año, ya con la mirada puesta en los proyectos para 2019, donde se contempla regresar a las misiones en África.

- / 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<sup>a</sup> 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](http://www.fisioterapiasantamarina.es)



# El poder nutricional de las legumbres: una fuente de proteínas para equilibrar tu dieta

REDACCIÓN

Las legumbres han formado parte de la gastronomía de la mayoría de pueblos y culturas del mundo, ya que son alimentos con numerosos nutrientes básicos para una dieta bien equilibrada.

Forman una parte esencial de la dieta mediterránea siendo uno de los pilares más importantes de nuestra alimentación

Con la denominación genérica de «legumbres secas» se conocen las semillas secas, limpias y separadas de las vainas procedentes de plantas de la familia de las leguminosas. Las principales legumbres secas que se producen y consumen en nuestro país son: alubias o judías, entre las que destacan la alubia blanca de riñón, las fabas, caparró, judión de la Granja, palmeña jaspeada o la Tolosana; lentejas, de las que existen numerosas variedades tales como la castellana o reina, verdina, beluga, pardiña, puy y arnuña; los garbanzos, que gozan de gran popularidad en nuestro país y cuyas variedades más usadas son el garbanzo castellano, el blanco lechoso, el venoso andaluz, el chamad y el pedrosillano. Además de los anteriores, también tenemos soja y guisantes, estos últimos se consumen frescos o congelados.



Forman una parte esencial de la dieta mediterránea siendo uno de los pilares más importantes de nuestra alimentación debido a la gran cantidad de nutrientes que aportan y a su bajo contenido en

grasas, son económicamente accesibles y contribuyen a la sostenibilidad medioambiental. Su valor calórico es de 350 Kcal por cada 100 g de alimento crudo y varía en función de la forma de prepararlas.

Son una gran fuente de proteínas (entre 19-36%) vegetales de buena calidad. Combinados con cereales como arroz o quinoa permite el aporte de aminoácidos azufrados escasos en las legumbres. Sus hidratos de carbono son de digestión lenta por lo que la glucosa se libera en sangre de forma gradual. Destacan su contenido en minerales tales como calcio, hierro, zinc, fósforo y magnesio. También nos brindan vitaminas como niacina, B6 o ácido fólico.

Son una gran fuente de proteínas vegetales de buena calidad y de fibra

Su contenido en fibra es alto en su forma soluble y en menor medida insoluble, lo que favorece los procesos de tránsito intestinal, contribuyen a la prevención de cáncer de colon, reducen los niveles de colesterol en sangre, ayudan a regular la digestión y en combinación con otros alimentos disminuyen el pico de glucosa que produce la ingestión de los mismos lo que reduce el riesgo de diabetes.

Por tanto las legumbres no deben faltar en una alimentación equilibrada. Los expertos en nutrición recomiendan consumir entre 2 y 4 raciones a la semana (70 g en crudo, un plato normal individual de legumbre cocida).



**La Energía de lo Natural**

LEGUMBRES  
*La Flor*  
del Garbanzo

**aguilar Sánchez**  
ALIMENTARIA

Aguilar Sánchez Alimentaria S.L.  
Pol. Amargacena Parc. 14 Nav. 4  
14013, CÓRDOBA  
Tel: 957 201 844

[www.aguilarsanchez.com](http://www.aguilarsanchez.com)



# NUEVA PROMOCIÓN

## Los Boliches



Apartamentos de **dos dormitorios con terraza**

**A 50 metros del paseo marítimo**

Proinmosol, bienvenido a casa

**644 897 715**

# TRAZOS

ESTUDIO DE COCINAS

Distribuidor oficial :

# Miele

Avda. Escritor Conde de Zamora s/n

**957 356 828**

[www.trazoscocinas.es](http://www.trazoscocinas.es)  

 **Balay**

**SIEMENS**

 **BOSCH**

 **NEFF**

# Dieta y ejercicio físico después de Navidad

## No se trata de adelgazar rápido, sino de adelgazar de forma inteligente

CLUB GYM SIERRA  
FITNESS & HAPPINESS CLUB  
WWW.CLUBGYMSIERRA.ES

Han pasado las fiestas y ahora nos encontramos con que, en tan solo tres semanas nuestro peso ha aumentado varios kilos, cosa que nos hace sentir fatal, y provoca que queramos volver de la forma más rápida posible a recuperar nuestro peso ideal. Reflexionemos, la solución para perder peso no está ahora en hacer dietas milagro ni en disminuir drásticamente la ingestión de alimentos; esto podría ser peligroso para la salud al estar eliminando el aporte de vitaminas, minerales y otros nutrientes fundamentales.

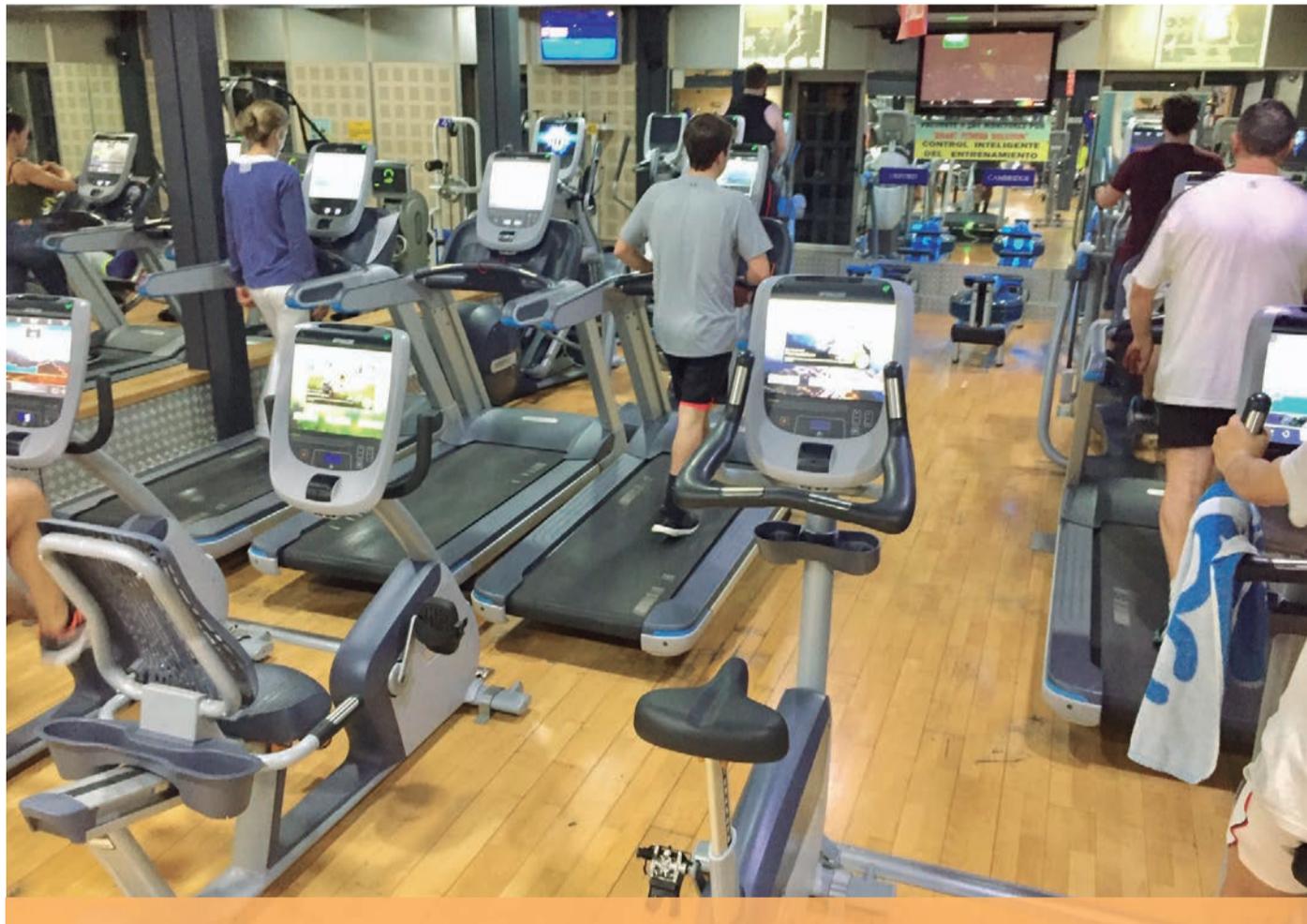
En Club Gym Sierra vemos a diario a personas que han iniciado dietas incontroladas, desequilibradas, o recomendadas por amigos y conocidos, lo que nos hace prescribir la única forma correcta que existe para perder peso de manera inteligente: combinar una **actividad física diaria** y asesorada, junto con una **dieta equilibrada** y controlada. Esto hará que se produzca un balance negativo entre lo que comes y lo que gastas, y por consiguiente perderás peso de forma razonable sin perder tu salud.

### La actividad física y la alimentación están estrechamente unidas

No por ser una persona físicamente activa y sin problemas de sobrepeso, puedes relajarte y dejar de dar importancia a la alimentación. De hecho, algunos alimentos favorecen la actividad deportiva, y otros no tanto.

Por ejemplo: si practicas actividades aeróbicas, necesitarás abundantes hidratos de carbono que te aporten azúcares. En cambio, si tu pasión es el entrenamiento de la fuerza, necesitarás aumentar la ingesta de proteínas que te ayuden a crecer tu masa muscular, a fin de responder a la demanda de esfuerzo. La combinación de la dieta con el ejercicio implica una optimización del consumo y el uso de los alimentos. Además, si adoptas algunas medidas con respecto al tiempo que debe transcurrir entre la comida y el comienzo de la actividad física, podrás mejorar tus prestaciones de manera notable.

Ten en cuenta que el proceso de digestión consume energía, por lo que mientras



se realiza, disponemos de menos combustible para el ejercicio, cosa que deberemos tener en cuenta, ya que en función de lo que hayas comido, así será de larga tu digestión: los alimentos grasos puede tardar incluso más de 4 horas, mientras que los hidratos de carbono entre 1 y 2 horas.

### Ponerse en manos de profesionales para mejorar tu salud

Desde Club Gym Sierra queremos aclararte que, a la hora de comenzar una dieta hay que estar asesorado tanto por profesionales de la nutrición, quienes te prescribirán un régimen de alimentación adecuado, como por profesionales del ejercicio que valorarán tu condición física y tu salud, y te recomendarán un programa de entrenamiento acorde a tu persona. Lanzarse a comer o realizar ejercicio sin

control solo puede acarrear lesiones, así que tenlo en cuenta.

Por un lado deberás realizar ejercicios aeróbicos para conseguir quemar calorías de forma óptima, tales como correr, spinning, natación, elíptica, etc., y por otro lado deberás también entrenar con pesas, mancuernas y máquinas de tonificación, ya que está demostrado que los ejercicios de fuerza son necesarios, incrementan el tono muscular, favorecen la creación de calcio por nuestros huesos, mejoran tu nivel hormonal y algo muy importante, hacen que aumente el gasto energético después incluso de terminar el ejercicio, ya que al favorecer el crecimiento muscular, exige más demanda energética aumentando el metabolismo basal o de reposo.

Además, y si no te ves con fuerza de voluntad suficiente, te aconsejamos que te pongas en manos de un buen Entrenador Personal, el cual te animará, te ayudará, te transmitirá sus conocimientos, optimizará tu tiempo, hará que consigas resulta-

dos y que disfrutes de la actividad física siendo tu compañero perfecto. Eso sí, también te exigirá compromiso por tu parte para conseguir los objetivos marcados desde el inicio

### Si no te ves con fuerza de voluntad suficiente, te aconsejamos que te pongas en manos de un buen entrenador personal

Resumiendo: las prisas tanto en adelgazar como en mejorar la condición física no son buenas compañeras, consiguiendo con ello desequilibrios metabólicos y físicos que pueden poner seriamente en peligro tu salud, así que, en Enero, ponte en manos de buenos profesionales y acude a un buen gimnasio que no esté masificado, que te atiendan bien y que te ofrezca buenos servicios y garantías.



**ES EL MOMENTO**

**NECESITAS CLUB GYM SIERRA**

club **G<sup>M</sup>**  
**SIERRA**<sup>1987</sup>  
**GIMNASIO**



# 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

# La repercusión del ejercicio terapéutico en la inestabilidad del hombro

FRANCISCO PLAZA ARANDA. COLG: 8534

En Clínica Logos, logopedia y Fisioterapia, nuestro compañero Francisco Plaza, Fisioterapeuta especializado en fisioterapia deportiva, nos habla de su experiencia en el tratamiento de la inestabilidad del hombro, patología que suele llegar con bastante frecuencia a consulta y frustra mucho a los que la padecen.

La inestabilidad del hombro es una condición que tiene lugar cuando los músculos, tendones, huesos y ligamentos que están alrededor del hombro no cumplen correctamente con su función. Como consecuencia de esta inestabilidad se puede producir una luxación (separación de dos huesos en el lugar donde se unen) de la articulación. Se trata de una lesión deportiva frecuente y muy frustrante.

Esta afección puede ocurrir cuando un deportista sufre un golpe directo en el hombro, o cuando una persona sufre un traumatismo en el hombro como resultado de un accidente o caída. La inestabilidad puede resultar muy frustrante para la persona mientras no sea correctamente diagnosticada y tratada. Las personas que sufren inestabilidad de hombro se quejan con bastante frecuencia de una sensación incómoda de que su hombro está a punto de "saltar" o "deslizarse" fuera de su lugar. En algunos casos la presentación clínica es más sutil y el dolor es la única manifestación.

Generalmente se presenta en dos grupos de personas:



- Aquellos que previamente han tenido inestabilidad de hombro: Estos suelen padecer mas episodios de inestabilidad en el futuro o inestabilidad recurrente.
- Deportistas: Los deportistas que participan en deportes que requieren movimientos por encima de la cabeza, como baloncesto, natación, gimnasia olímpica o tenis pueden experimentar síntomas continuos como conse-

cuencia de un hombro laxo o padecer de inestabilidad multidireccional (inestabilidad del hombro en más de una dirección).

- Causas genéticas: Algunos pacientes nacen con articulaciones dobles o desórdenes del tejido conjuntivo que pueden llevar a articulaciones de hombro laxas. Esto puede causar inestabilidad del hombro.

Los síntomas habitualmente asociados con inestabilidad y luxaciones del hombro incluyen: dolor intenso en la zona del hombro, ansiedad (temor a que el hombro se desplace fuera de lugar), limitación en los movimientos, chasquidos o sensación de deslizamiento, posición inusual del hombro.

En cuanto al tratamiento de la inestabilidad del hombro, podemos decir que el ejercicio terapéutico -tanto como tratamiento conservador como posquirúrgico-aplicado de forma correcta, individualizada y supervisada por un fisioterapeuta es una de las mejores formas de tratamiento según nos muestra la evidencia científica actualmente.

Por lo que, un programa de entrenamiento prescrito y supervisado por un fisioterapeuta en el que incluya: ejercicios para asegurar la estabilidad de la articulación del hombro, ejercicios de fuerza, ejercicios de potenciación de la musculatura que rodea el hombro y, por último, ejercicios funcionales para integrarlos a la vida cotidiana; nos dará como resultado un hombro estable a la vez que móvil.

Por tanto, el ejercicio terapéutico como tratamiento en la inestabilidad de hombro es una herramienta eficaz para asegurar la estabilidad, la prevención de futuras subluxaciones y luxaciones, tratamiento de estas y en la rehabilitación de intervenciones quirúrgicas de la articulación del hombro. En la Clínica Logos atendemos y tratamos este tipo de lesiones con profesional cualificado y formado.

## ABIERTO TODOS LOS DÍAS DEL AÑO

### · Especialidades médicas

### · Técnicas de diagnóstico

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

### · Certificados médicos de todo tipo

Aviación, Conductor, Armas, Animales peligrosos, Embarcaciones, Gruas...

### · Odontología

Implantología, conservadora, ortodoncia, periodoncia



**CENTRO MEDICO  
CIUDAD JARDIN**

**Abierto todos  
los días del año**

**Les deseamos unas felices fiestas**

Laborables de 8'30 a 22'00 horas

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

Consulte nuestra página web y solicite su cita:  
[www.centromedicociudadjardin.com](http://www.centromedicociudadjardin.com)

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

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



# RADIOLOGIA 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



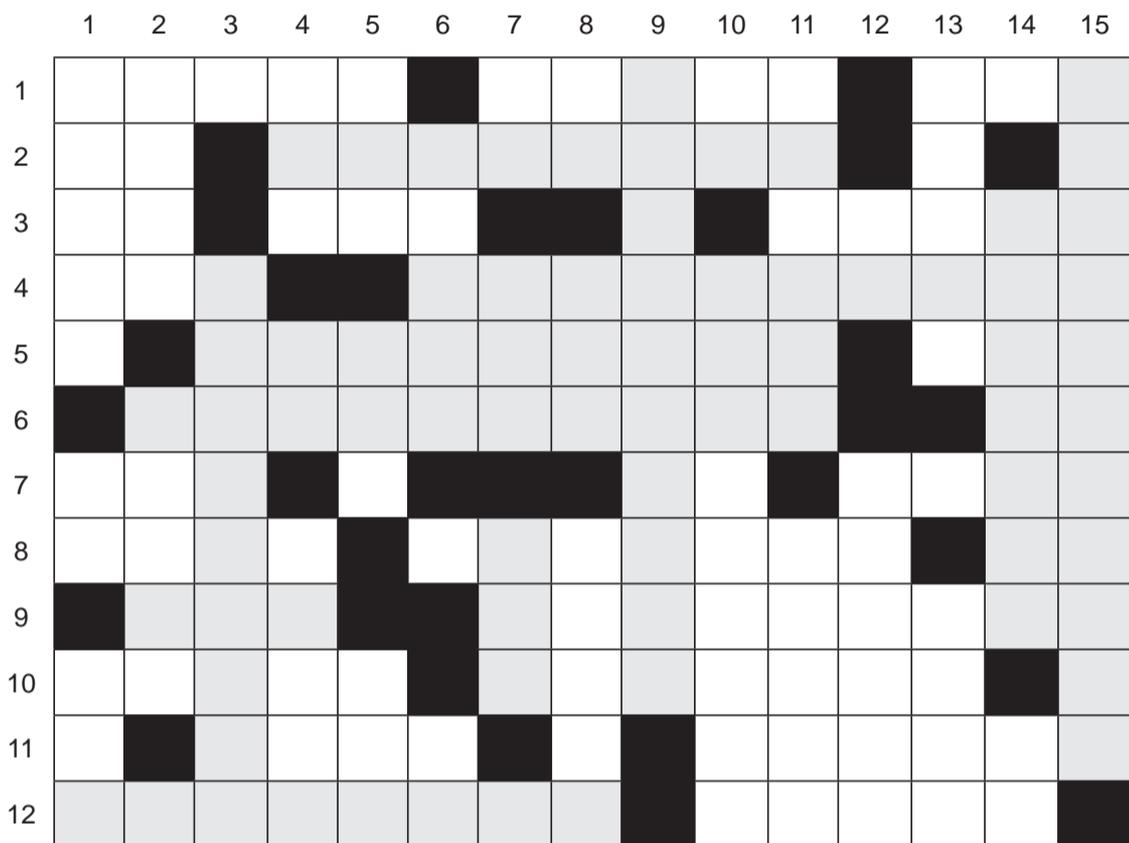
VENTAJAS I-CAT

- 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.

# Crucigrama de las pruebas médicas

Con las palabras en fondo gris, se pueden leer ONCE (11) pruebas y análisis clínicos



**HORIZONTALES:** 1.- Relativa al oro. Al revés, tiradores de puertas. Extensión ofimática gubernamental. 2.- La matrícula turca. **Pruebas de un órgano glandular masculino.** Oxígeno. Palote de párvulo. 3.- Audiencia Nacional. Aire anglosajón. Mil romanos. Lenguaje de silbido gomero. 4.- Pierde el equilibrio. **Una técnica de diagnóstico.** 5.- Área. **Prueba bioquímica de las células.** Al revés, el Patriarca del arca. 6.- **Analítica de los tejidos y el plasma sanguíneo.** Protactinio. 7.- Bolso de damas inglesas. Azufre. *Air Nostrum.* Todas las letras de losa. 8.- Al revés, adorna. Tener confianza en alguien. Instituto de Investigación. 9.- **Tomografía Axial Computerizada** (resonancia magnética). Graciosas, divertidas. 10.- Al revés, sorteos. Acuerdo, convenio. Un uno. 11.- Excelencia. Marcharos. Carbono. Labramos. 12.- **Prueba para analizar la tasa de glucosa.** Administrar sedantes.

**VERTICALES:** 1.- Acomete, agrade. Badajoz. Ganas de beber. 2.- Cofre para echar votos. Entona canciones. Italia. 3.- Placa del remolque. **Prueba diagnóstica por ultrasonido.** 4.- Encuesta de Población Activa. 49 romanos. Al revés, medios bricolajes. 5.- Al revés, cólera, furia. Nombre de consonante. Corroe. 6.- Ventilaciones. Cien. Sociedad de Tasación. 7.- Su Santidad. Consonantes de latón. **Siglas de la prueba 'Optical Coherence Tomography'.** Este. 8.- Operación Triunfo. Diario Oficial de Extremadura. Consonantes de chineros. 9.- **Exploración de la glándula mamaria.** 10.- Oficina de Turismo. Seguidores de un movimiento judío. 11.- Unidad de presión. Amarrar con cuerdas. 12.- Satélite de Júpiter. Al revés, la que da. 13.- Porrazo. Símbolo del Oxígeno. Al revés, dueños. 14.- Orden. **Análisis de tejidos humanos.** La mitad del orbe. 15.- **Analítica biológica.**

Por Julián Rodríguez

\* Las soluciones aparecerán publicadas en la web de Córdoba Sana ([www.cordobasana.es](http://www.cordobasana.es)).

**CUESTIÓN DE FUTURO**

centro **auditivo**  
**campos**



**RECARGABLE**  
BATERÍA Y PILA



*Con la mejor tecnología digital*

**¡ ANTES DE DECIDIRSE,  
CONSULTENOS !**

**oticon**  
PEOPLE FIRST

**SIEMENS**

**WIDEX**<sup>®</sup>  
HIGH DEFINITION HEARING

**ReSound**

rediscover hearing

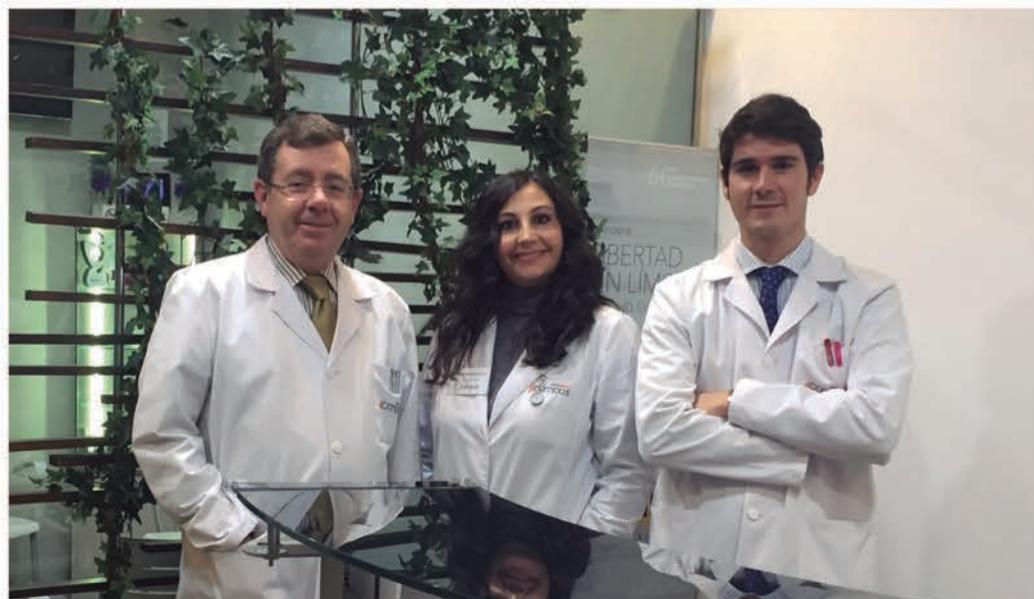
**LE ASESORAMOS**

**\* Ayuda de la Junta de Andalucía**

**\*Compañías \*MUFACE \*ISFAS**

**Financiación 24 meses sin intereses**

**\* Consulte presupuesto de cualquier marca**



*Tu equipo  
de confianza*

**PASEO DE LA VICTORIA 29**

**957 29 37 16**

**www.centroauditivocampos.es**

# Biofiller

La forma más natural  
de **hidratarse** este otoño

**REGALO**

**1 Sesión RF**  
en zona



**RC** | REDONDO CAMACHO  
CIRUGÍA ESTÉTICA  
Y REPARADORA

**957 498 132**

Reyes Católicos, 11 local Córdoba. [www.redondoestetica.com](http://www.redondoestetica.com)

**PRIMERA CONSULTA  
GRATUITA**