

que importante es oír bien!

EFETA
centros auditivos
www.efeta.es

soluciones digitales para la sordera

Centro concertado con Servicio Andaluz de Salud

CÓRDOBA
C/ Cruz Conde, 12-1ª izq
Tel. 957 47 35 64

LUCENA
Avda. del Parque, 14 local
(Esq. C/ San Pedro)
Tel. 957 51 33 75

ES EL SEGUNDO DE TRES NIVELES

La Unidad de Cirugía Torácica obtiene el 'nivel óptimo de calidad'

El Hospital Universitario Reina Sofía cuenta con dos de los tres servicios hospitalarios de Andalucía que tienen este reconocimiento



El doctor Salvatierra junto a los gerentes del hospital, el SAS y la Agencia Sanitaria de Calidad de Andalucía

secciones

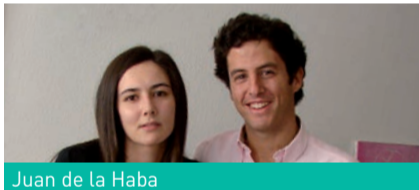
► SANIDAD

Avances en el tratamiento de tumores digestivos 6

Dos implantes y una extracción en un tiempo récord de 16 horas 7

Insisten en el cuidado de los riñones para evitar problemas cardiovasculares 8

► ENTREVISTA



Juan de la Haba

«Cuando estudias medicina las prácticas son muy importantes» 10-11

enbuenasmanos

14 ODONTOLOGÍA

La halitosis o el mal aliento



16 COMER SANO

El vino, un alimento lleno de salud



18 DEPORTE Y SALUD

Los beneficios de la natación

20 INFANCIA Y SALUD

Terrores nocturnos en la infancia

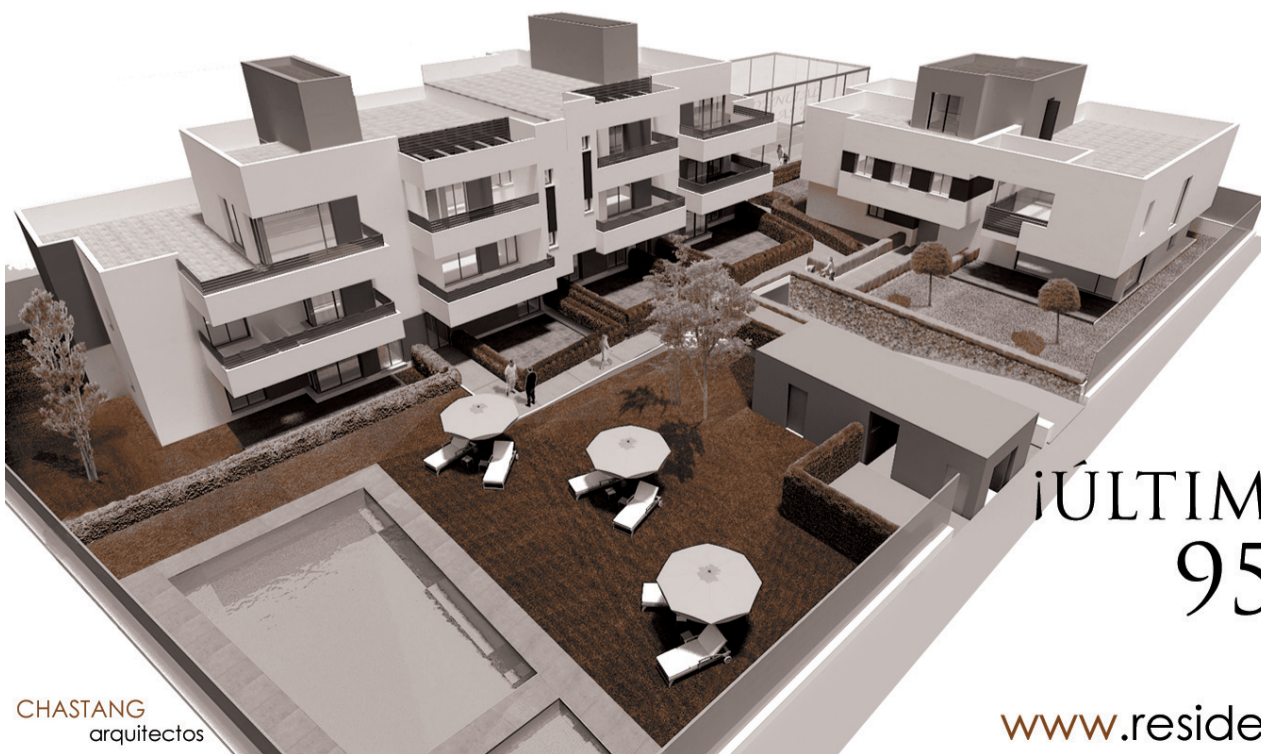


22 SALUD Y BIENESTAR

Hipnosis, ¿Qué es realmente?

RESIDENCIAL PIEDRAS BLANCAS

VIVIENDAS EXCLUSIVAS EN ZONA ARRUZAFÁ. CÓRDOBA



¡ÚLTIMAS DISPONIBLES!
957 496 778

GESTIONA: COYDESUR S.L

www.residencialpedrasblancas.com

El Reina Sofía cuenta con una nueva aula docente que permite difundir la actividad de Cardiología

La sala, que dispone de las últimas tecnologías audiovisuales, **facilita la retransmisión en directo de los cateterismos y el acceso a las pruebas de imágenes**, para comparar la evolución de los pacientes ya tratados

REDACCIÓN

El Servicio de Cardiología del Hospital Universitario Reina Sofía dispone de una nueva aula docente desde la que se puede seguir en directo el desarrollo de los cateterismos que llevan a cabo los cardiólogos intervencionistas, interactuar con ellos mientras trabajan y tener acceso a información complementaria del paciente. La sala se ubica en la nueva área administrativa de esta especialidad, que acaba de entrar en funcionamiento.

Este espacio, de 30 metros cuadrados en los que se distribuyen 34 asientos, está pensado para fines docentes, es decir, para que profesionales del hospital, especialistas procedentes de otros centros, estudiantes y residentes conozcan el trabajo que se desarrolla en las salas de hemodinámica del complejo sanitario.

Así, la sala amplía la capacidad docente de Cardiología al permitir el seguimiento en tiempo real de la actividad de los cardiólogos intervencionistas en las salas de hemodinámica,

El espacio, de 30 metros cuadrados en los que se distribuyen 34 asientos, está pensado para fines docentes



Nueva sala multimedia en el Hospital Reina Sofía

tener acceso a todas las pruebas de imágenes realizadas a los pacientes y también visiones comparativas de la evolución de los enfermos. Por otra parte, la nueva sala también cumple una función asistencial, pues aquí se reúnen los cardiólogos en sus sesiones clínicas para planificar y analizar la actividad asistencial e investigadora.

El aula cuenta con una gran pantalla que se puede dividir en varias secciones para mostrar detalles de la imagen digital de las arterias y del corazón, del polígrafo (presiones del enfermo) y ecocardiograma, entre otras. Además, a través de un sistema de archivo denominado ISSA,

se pueden rescatar para su consulta procedimientos realizados al paciente con anterioridad (angiografías, TACs y ecografías, fundamentalmente) y, entre otras ventajas, permite grabar en formato DVD lo que proyecta.

Inauguración

Medio centenar de personas acudieron a la inauguración de este espacio, que incluyó retransmisión en directo de la realización de un cateterismo. Se prevé que centenares de personas pasen por la nueva sala cada año para recibir formación y conocer la experiencia de este centro que figura entre los primeros del país

20.894

El pasado año se registraron 20.894 consultas y 3.251 ingresos en Cardiología. Además se contabilizaron 6.527 ecografías doppler, 227 ecografías transefágicas, 692 ecografías transtorácicas y 1.173 hollers, entre otras.

en incorporar las novedades que se van produciendo en el ámbito de la cardiología intervencionista.

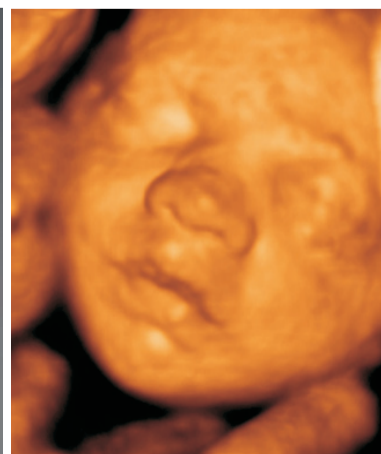
El jefe de servicio de Cardiología, José Suárez de Lezo, se ocupó de presentar y conducir el acto, en el que también participaron el jefe de servicio de Hematología del hospital, Antonio Torres, que impartió una conferencia titulada 'La enseñanza médica en nuestro tiempo' y Alfredo García, de Cath Medical, que habló sobre los sistemas docentes multimedia en Cardiología. Finalmente, en representación del equipo de dirección del hospital intervino su director económico administrativo, Horacio Pijuan.

Además, el pasado año se registraron 3.251 ingresos en Cardiología y 20.894 consultas. Por otra parte, en el apartado de las pruebas diagnósticas se contabilizaron 6.527 ecografías doppler, 227 ecografías transefágicas, 692 ecografías transtorácicas y 1.173 hollers, entre otras.

El dato

Intervenciones en 2010

En 2010, los cardiólogos intervencionistas del Hospital Reina Sofía efectuaron 2.908 cateterismos, de ellos, 1.645 diagnósticos y 1.263 terapéuticos. Esta prueba es un procedimiento invasivo para estudiar el corazón y las arterias coronarias por medio de un tubo que se dirige dentro del organismo con ayuda de radioscopia que y se introduce a través de la arteria femoral para llegar al músculo cardíaco. También se llevaron a cabo 227 estudios electrofisiológicos.



ecox
CENTRO IMAGEN 4D PRENATAL

Ecografías 3D y 4D
Especialistas en imagen prenatal

Claudio Marcelo, 11 * Córdoba * 957 745 334

www.ecox4d.com

* Alicante * Córdoba * Coruña * Granada * Madrid * Valencia * Valladolid

Una exposición acerca el programa de la donación y trasplante órganos

Un total de **23 artistas plásticos**, en su mayoría andaluces, participan en esta iniciativa cultural que desarrolla el complejo sanitario

REDACCIÓN

La Casa Góngora de Córdoba acoge hasta el próximo 24 de mayo una exposición colectiva con obras muy variadas bajo un denominador común: la donación de órganos. Esta propuesta cultural, que pretende llevar el mensaje de la donación de órganos a la población interesada por las artes plásticas, se enmarca en la campaña promocional del Reina Sofía, para la difusión de la importancia de la donación de órganos en el conjunto de la sociedad.

La muestra se presenta bajo el título 'Arte, donación y vida' y en ella participan 23 artistas, en su mayoría andaluces, algunos con proyección nacional e incluso in-

ternacional. Entre las piezas se incluyen videocreaciones, instalaciones, óleo sobre lienzo o tabla, esculturas, infografías y dibujos. Esta iniciativa, que intenta apelar a las conciencias a través de un compromiso con la donación por parte de los autores, se puede visitar en la sala de exposiciones Galatea de la Casa Góngora.

En este confluyen diversos puntos de vista con estéticas muy personales generadas dentro de las manifestaciones más contemporáneas, cuyo punto en común es un derroche de calidad artística y sensibilidad. Así, algunos autores se han recreado en la anatomía humana, otras obras son de naturaleza más simbólica o realidades reinventadas, otras ofrecen planteamientos más poéticos y

también muestran el reciclaje de fragmentos cotidianos de la vida.

La comisaria, la artista cordobesa Marisa Vadillo, califica de «lujo y gran honor» haber podido organizar esta exposición que incorpora piezas de «profesionales del arte contemporáneo que se encuentran en activo y que han sido muy generosos al producir sus obras, en casi todos los casos, exclusivamente para esta muestra».

Según Vadillo, que lleva alrededor de año y medio de dedicación a esta actividad y participa con una de sus obras en esta original iniciativa, en la exposición colabora «un cartel de lujo; es para mí un sueño hecho realidad que artistas de la talla de los autores de estas obras dijeran sí y se implicaran con el proyecto». Por su parte, la



Dirección del Hospital Reina Sofía agradece a la comisaria y a todos los artistas su dedicación altruista a la causa de la donación.

Además, la exposición forma parte de las iniciativas que apoyan la candidatura de la capitalidad cultural para Córdoba en 2016.



Comida Casera Tradicional Amplia Carta



José Matias Montes Figueroa
Diplomado en Hostelería





Servicio y Atención
Excelente



Carnes y Pescados
con Denominación de Origen

Calle El Nogal, 16 - Telf.: 957 277 653 - 14006 Córdoba

Breves

Córdoba Sana
estrena sitio web

Dando un paso más para facilitar el acceso a nuestros contenidos por parte de los lectores, y tras numerosas peticiones de ejemplares desde fuera de la provincia de Córdoba, el equipo que realiza *Córdoba Sana* se alegra de presentar la nueva web www.cordobasana.es donde podréis encontrar una versión digital del periódico en papel. Además, en los próximos meses iremos añadiendo algunos servicios adicionales aprovechando las posibilidades que Internet nos ofrece.

Reconocida la Unidad
de la Mujer del
hospital Reina Sofía

La Unidad de Gestión Clínica de la Mujer del hospital Reina Sofía de Córdoba ha recibido de manos del director gerente del Servicio Andaluz de Salud (SAS), José Luis Gutiérrez, los distintivos que certifican el nivel Avanzado de calidad obtenido tras superar su proceso de acreditación con la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía, fundación pública de la Consejería de Salud encargada de impulsar la mejora continua de los diferentes elementos del sistema sanitario.

Con esta unidad, el hospital cuenta ya con 9 dispositivos acreditados, a los que hay que añadir más de 100 profesionales con la certificación de sus competencias y más de 200 que se encuentran en estos momentos inmersos en sus procesos de acreditación.

CONSULTA

El libro 'Don de vida' reúne una veintena de relatos que muestran la esencia del complejo proceso de donación y trasplante

La Delegación de Salud en Córdoba y el Hospital Universitario Reina Sofía presentan hoy el libro Don de vida, que reúne una veintena de cuentos realizados por escritores cordobeses y de otras provincias españolas, así como pacientes y familiares de personas que se sometieron a un trasplante. La iniciativa está financiada por la Obra Social y Cultural de CajaSur.

Los coordinadores del libro, los poetas Antonio Varo y Manuel Gahete, señalan que la mayoría de los relatos tienen en común la esencia de los trasplantes: la tenue línea que separa la vida de la muerte, la generosidad de los donantes y la ilusión y la esperanza de quienes aguardan una llamada a cualquier hora para emprender una nueva vida.

Este libro, que al igual que el resto de las iniciativas que tratan de promover la donación, forma parte de la campaña que impulsa el hospital y es la culminación de un viejo deseo del coordinador de trasplantes del hospital, Juan Carlos Robles, desde que una década atrás llegaron a sus manos los primeros relatos.

Córdoba Sana
Edita: JCHR Ediciones (Javier Chastang Roldán) **Director-Gerente:** Javier Chastang Roldán **Redacción y Maquetación:** Óscar Córdoba **Departamento comercial:** Javier Chastang Roldán **Administración:** María Jesús Córdoba **Diseño:** Publimedia Creaciones, S.L. /Nacho Medina **Dirección:** C/ Teruel, 4, Portal 2, 3º D. 14012 - Córdoba **Teléfonos:** 605 829 454 (atención al lector y departamento comercial) **Buzón de sugerencias:** cordobasanaprensa@gmail.com **Buzón de dirección:** javierchastang@gmail.com **web:** www.cordobasana.es

DEPOSITO LEGAL: CA-860-2006

LA IMAGEN DEL MES



NUEVA JUNTA DE GOBIERNO EN EL COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE CÓRDOBA
 La candidatura encabezada por D. Práxedes Cruz ha salido designada tras ser la única presentada a las elecciones colegiales. La nueva Junta de Gobierno del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba tomó posesión de su cargo el pasado jueves 31 de marzo.

CARTAS DE LOS LECTORES

Radiactividad y salud

El desgraciado terremoto que acaba de asolar Japón (con los devastadores efectos del posterior tsunami) ha puesto de manifiesto el problema de la seguridad de nuestras centrales nucleares, un tema que ha saltado a los titulares de todos los periódicos. La situación de los reactores de la central nipona de Fukushima ha hecho saltar las alarmas respecto de los niveles de radiación que pueden aquejar a los habitantes de su entorno. Pero todo ello parece haber despertado un temor infundado respecto a la radiación «controlada» que se da en numerosos ámbitos de nuestra vida cotidiana.

Puede enviar sus cartas por correo ordinario a la dirección C/ Teruel, 4, portal 2, 3º D, o por correo electrónico a cordobasanaprensa@gmail.com. No deberán exceder de un folio a doble espacio, si excedieran nos reservamos el derecho a recortar su contenido y han de ir acompañadas de una fotocopia del DNI del remitente.

Es importante recordar (o informar) que existen fuentes naturales de radiación, como ciertos gases del terreno, y, en mucha menor medida, estamos expuestos igualmente a la radiación que producen diversas pruebas y procedimientos médicos. Pero el organismo humano no se ve afectado negativamente por los 3 milisieverts (mSv) que según la Organización Mundial de la Salud recibe por término medio una

persona a lo largo de un año. Habría que superar los 100 mSv para que nuestro organismo se resintiera por efecto de la radiación, apareciendo entonces náuseas, problemas respiratorios y posibles daños en la piel (además del perjuicio para los futuros bebés).

Afortunadamente, la situación no es esa salvo, lógicamente, para los ciudadanos japoneses que viven en el área geográfica de Fukushima. Es con ellos con los que tenemos que mostrarnos solidarios y prestarles desde Occidente toda nuestra colaboración.

ISABEL SERRANO

SON NOTICIA



CÓRDOBA 2016
 Capital Europea de la Cultura
 CIUDAD CANDIDATA



Isabel Bravo
 Número 6 en el examen MIR

➤ Todo un éxito para ella misma y para la Facultad de Medicina de Córdoba.



Enrique Gómez
 Número 34 en el examen MIR

➤ Este futuro urólogo ha conseguido una envidiable posición ante más de 13.000 candidatos.



Práxedes Cruz
 Presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos

➤ La candidatura encabezada por D. Práxedes Cruz ha salido designada como nueva Junta de Gobierno del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba

CONSULTA MEDICA

NTRA. SRA. DEL PILAR

D. Lope de Sosa, 29 (Ciudad Jardín)
 Infanta Doña María, 52 (Ciudad Jardín)
 Teléfono 957 235 003
 e-mail: amaves_53@hotmail.com

Horario: de 4 de la tarde a 8 de la mañana (festivos incluidos)

SERVICIOS

- cirugía menor
- chequeos
- rehabilitación
- fisioterapia

ESPECIALIDADES

- nutricionista
- traumatólogo
- reumatólogo
- otorrino
- obesidad
- psicólogo
- neuropsicólogo
- oculista
- medicina general
- urgencias



médicos de córdoba

ó. CÓRDOBA

Nacido en Córdoba, tras licenciarse en la Facultad de Sevilla comenzó a trabajar en el entonces dependiente de la Diputación Hospital Provincial de Córdoba, pasando por el servicio de traumatología del doctor Alfonso Carpintero. Tras esa etapa pasó al Reina Sofía, donde ha permanecido desde entonces.

- **¿Cómo podríamos definir la especialidad de 'traumatología y ortopedia'?**

- La traumatología es el estudio y tratamiento de los traumatismos o, de una forma más simplificada, es la parte de la medicina que se encarga de arreglar los huesos que se han roto. Por otro lado, la ortopedia es el tratamiento de aquellas patologías que hacen que se deformen los huesos.

- **¿Qué casos son los que ha tratado más usualmente?**

- Dentro de la traumatología, yo estoy especializado, y es a lo que me he dedicado los últimos 35 años, en miembro superior. Cirugía de hombro, de codo y de mano. Probablemente, las lesiones más graves que he tratado sean las relacionadas con el plexo braquial, que es la estructura nerviosa que inerva cada miembro superior. Estas lesiones suelen producirse por accidentes de tráfico; sobre todo en las caídas de moto de personas jóvenes.

- **¿Cómo ha evolucionado la especialidad a lo largo de su carrera?**

- En cuanto a cirugía del miembro superior no ha habido una gran evolución. Por ejemplo, en la cirugía de la mano se siguen usando prácticamente las mismas técnicas que hace 30 ó 35 años. No obstante, el cambio ha sido mayor en otro aspectos como la inclusión de tratamientos por problemas reumáticos. Además, ha aumentado mucho la utilización de prótesis de mano, algo que antes casi no se hacía. También han aumentado mucho los casos que tienen relación con la patología del hombro. En relación con este tema, concretamente desde la Unidad de Miembro Superior del Servicio de Traumatología y Ortopedia del hospital Reina Sofía, llevamos unos años aplicando una prótesis pionera en Andalucía, llamada prótesis invertida.

- **¿Qué avances podríamos ver en los próximos años?**

- Es probable que, en cuanto a cirugía no veamos grandes avances porque las técnicas están ya muy depuradas. En cuanto a prótesis, tampoco creo que haya grandes avances: hace treinta años se ponían prótesis de cadera, y se siguen poniendo prótesis actualmente. Quizá la mayor diferencia es que cada vez se hace en personas más jóvenes.

- **¿Y eso a qué se debe?**

- Sobre todo a que ha mejorado la calidad de los materiales de las prótesis. Por ejemplo, antes era impensable ponerle una prótesis de cadera a una persona de cuarenta años aunque la necesitase, hoy se pone.

DNI profesional

Nombre: Manuel Moreno Díaz Lugar de nacimiento: Córdoba **Titulación:** Médico licenciado en Medicina y Cirugía. **Especialidad:** Traumatología y ortopedia. **Trayectoria:** Su carrera profesional se ha desarrollado casi en su totalidad en el Hospital Reina Sofía, aunque antes de eso trabajó en el Hospital Provincial, en el servicio de traumatología del doctor Alfonso Carpintero.



«En veinte años se podrán usar chips para conectar nervios lesionados»

Manuel Moreno Díaz

Especialista en Traumatología y Ortopedia

- **¿En cuestión de prótesis tampoco se esperan grandes avances?**

- En los años 70 se desarrollaron las de cadera, en los años 80 las de rodilla, en los 90 las de hombro y codo. En los próximos años seguirán mejorándose las técnicas, los materiales... pero las bases siguen siendo las mismas. Hay diferencias, claro. Por ejemplo hoy en día se procura operar caderas con cirugía mínimamente invasiva. El avance que quizá sí podríamos ver en 20-30 años tiene que ver con las lesiones nerviosas y es la utilización de chips que hagan que no sea imprescindible unir dos nervios para que pueda funcionar, por ejemplo, la mano.

- **¿Cómo afronta el cambio de vida ahora que se acerca la jubilación?**

- Muy bien, ya que tengo una afición que me va a ocupar muchas horas. Soy aficionado a los bonsáis, de hecho tengo una buena colección. He sido durante muchos años presidente de la Asociación Cordobesa de Bonsáis, cargo que dejé hace unos años. Ahora me voy a tomar un descanso para dedicarme a los árboles.



El apunte

El médico no nace

+ Desde su faceta de profesor en la Facultad de Medicina de Córdoba, el doctor Moreno afirma que un médico no nace, sino que se hace. En sus propias palabras «los artistas pueden nacer con un don que les permite pintar, cantar o bailar, pero los médicos, en cambio, se hacen trabajando». Así, nos indica que «las nuevas generaciones se están incorporando perfectamente, sobre todo las mujeres, cuyo número en las clases puede estar por encima del 60% con respecto a los hombres».



MEDULA

BOSS HUGO BOSS

VERSACE COLLECTION

ARMANI COLLEZIONI

Claudio Marcelo, 14
14002 Córdoba - Telf. / Fax: 957 479 766



sanidad

Expertos exponen en Córdoba los avances en el diagnóstico y tratamiento de tumores digestivos

La reunión, que reúne cada año en la ciudad a las figuras más destacadas en este campo, se ha centrado en el **cáncer colorrectal, gastroesofágico y de páncreas y vías biliares**



Ojo al dato

150

Alrededor de 150 expertos del país han asistido en Córdoba a la 'XIV Reunión de consenso en tratamiento oncológico: tumores digestivos' a fin de analizar los avances y novedades relacionadas con la atención integral para este tipo de carcinomas.

REDACCIÓN

Esta cita, que anualmente organiza el Servicio de Oncología Médica del Hospital Reina Sofía, se ha convertido en uno de los principales encuentros nacionales para actualizar las últimas aportaciones en el ámbito de la oncología.

El programa confeccionado para esta edición ha incluido, como temática central, el cáncer colorrectal (factores pronóstico y predictivo de respuesta, aportación de la biología molecular y la cirugía peritoneal en estadios avanzados de la enfermedad, entre otros), los tumores gastroesofágicos y aquellos que afectan al páncreas y las vías biliares.

El conjunto de los tumores digestivos constituye la causa más frecuente de cáncer en ambos sexos. El cáncer colorrectal (una de las neoplasias más frecuentes en Occidente) es la segunda más habitual en hombres y mujeres tras el cáncer de pulmón y de mama, respectivamente. El cáncer colorrectal es, en conjunto, el primer tumor maligno en incidencia y el segundo en mortalidad.

En el encuentro, celebrado en el Palacio de Congresos y Exposiciones de Córdoba, han participa-

do una docena de ponentes, entre quienes se incluyen especialistas del complejo sanitario cordobés, del Hospital Universitario Carlos Haya de Málaga, la Clínica Universitaria de Navarra, el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla de Santander y los hospitales madrileños Ramón y Cajal, Clínico San Carlos, Gregorio Marañón y 12 de Octubre.

Terapias biológicas

Una de las líneas de tratamiento más eficaces en la actualidad son las terapias biológicas, ya que, partiendo del conocimiento de la base genética del paciente, permite personalizar los tratamientos y aplicar a cada persona aquellos que ofrecen mejor respuesta en función de sus características. En esta línea, explica el organizador de la reunión y jefe

de servicio de Oncología Médica del Hospital Reina Sofía, Enrique Aranda, «contamos en la actualidad con un amplio abanico de posibilidades terapéuticas para tratar los tumores digestivos, concretamente el cáncer colorrectal, que consiguen mejorar la supervivencia».

La incorporación de estos medicamentos biológicos, que se suman a las terapias convencionales como la cirugía, radioterapia y quimioterapia, aumenta las posibilidades de tratamiento y eficacia, especialmente en el cáncer colorrectal avanzado. Esta medicación también mejora la respuesta y supervivencia de los pacientes con otros tumores digestivos.

Desde el punto de vista quirúrgico, destaca la incorporación de la laparoscopia y técnicas mínimamente invasivas que ofrecen más garantía que la cirugía convencional, así como las ventajas de la aplicación de quimioterapia y radioterapia antes de llevar a cabo la intervención quirúrgica o durante su desarrollo. El doctor Aranda, que también es presidente del Grupo Español de Tumores Digestivos, señala que la reunión cuenta con el aval de Sociedad Española de Oncología Médica y la Sociedad Andaluza de Cancerología.

El trabajo del servicio de Oncología Médica del Reina Sofía, en coordinación con el resto de los especialistas que intervienen en el abordaje de la patología tumoral, permite que los pacientes atendidos en este hospital reciban tratamientos de vanguardia. Los oncólogos médicos suman a su actividad asistencial y docente un amplio recorrido investigador –como línea de investigación destaca una asociada a la identificación de mecanismos moleculares de resistencia para una selección de pacientes y uso racional de la terapia combinada–.

A saber

1 Asistencia.

El servicio de Oncología Médica atendió el pasado año a 1.900 nuevos pacientes, de los que alrededor del 32% recibieron asistencia por tumores del tubo digestivo. Así, en unas 440 personas se detectaron, en su mayoría, cáncer de colon (unos 300 pacientes), además de recto, esófago y estómago.

2 Carácter hereditario.

El servicio de Oncología Médica de Reina Sofía puso en marcha hace ya siete años la Unidad de Consejo Genético, desde la que se intenta prevenir y diagnosticar de forma precoz los tumores de carácter hereditario, entre los que figuran los cánceres colorrectales (entre el 5 y el 10% de esta patología presenta base genética).

3 Causa de muerte.

El conjunto de los tumores digestivos constituye la causa más frecuente de cáncer en ambos sexos. El cáncer colorrectal (una de las neoplasias más frecuentes en Occidente) es la segunda más habitual en hombres y mujeres tras el cáncer de pulmón y de mama, respectivamente. El cáncer colorrectal es, en conjunto, el primer tumor maligno en incidencia y el segundo en mortalidad.

El dato

+ Las terapias biológicas parten del conocimiento de la base genética del paciente y permiten personalizar los tratamientos y aplicar a cada persona aquellos que ofrecen mejor respuesta en función de sus características.



EL CHALET

957 27 18 12
605 82 94 54

FUENGIROLA
Piso. 80 m², 3 dormitorios, amueblado, baño reformado, terraza 40 m², 2ª línea de playa, Zona Puerto. Disponible fines de semana y vacaciones.

¡Oferta Semana Santa!

ZONA VIAL
Piso amueblado de 165 m², amplio salón-comedor con terraza, 4 dormitorios, 2 baños y cocina reformados, terraza lavadero, amplia despensa, piscina y jardines comunitarios, ascensor.
55.000.000 + 6.000.000 ptas. con cochera

ZONA BRILLANTE
Parcela 963 m², segunda línea, totalmente llana
330.557 €
55.000.000 pts

CENTRO
Cochera recién reformada
7.500.000 ptas.

JARDINES LOS PATOS
Piso 182 m², 4 dorm, 2 baños y aseo, terraza exterior, patio de 50 m², AA, cochera 2 plazas.
Venta 540.910 €
Alquiler 1.000 €

El equipo de trasplante pulmonar del Reina Sofía realiza dos implantes y una extracción en un tiempo récord de 16 horas

REDACCIÓN

Dos pacientes trasplantados de pulmón recientemente se recuperan en estos momentos en el Hospital Reina Sofía tras recibir sendos trasplantes pulmonares. La particularidad de estas intervenciones está relacionada con la logística que fue preciso poner en marcha para su realización, ya que se llevaron a cabo los injertos y las extracciones en un tiempo récord de tan sólo 16 horas. Para ello, trabajaron de forma simultánea en perfecta coordinación cuatro equipos extractores y trasplantadores del complejo sanitario cordobés.

Este logro, que se produjo hace unas semanas, es la primera vez que sucede en el Hospital Reina Sofía. Si bien en dos ocasiones anteriores –en 2001 y 2007– se habían practicado trasplantes pulmonares a dos pacientes al mismo tiempo, se trataron de intervenciones unipulmonares. Esta vez, uno de los injertos ha sido bipulmonar y el otro de un único pulmón. El complejo sanitario dispone de la infraestructura necesaria para practicar este tipo de intervenciones complejas y, además, del personal competente para combinar el trabajo en varios quirófanos a la vez (funcionaron tres quirófanos).

A la dotación de equipamiento hay que sumar la especiali-

zación y disponibilidad de los profesionales que conforman, el equipo de trasplante pulmonar y la Coordinación de Trasplantes del centro, cuyo trabajo de organización es clave para que se lleven a la práctica este tipo de operaciones. Toda la actividad se concentró de manera ininterrumpida desde las 16.00 horas de un día y hasta las 8.00 horas de la jornada siguiente y fue necesaria la implicación no sólo de los profesionales que se encontraban de guardia en ese momento, sino también de la voluntad de todos los que quisieron colaborar para que este hito se hiciera realidad.

Así, en la tarde, noche y madrugada en que se efectuaron los trasplantes, alrededor de cuarenta profesionales del hospital se implicaron para organizar los cuatro equipos que trabajaron de forma simultánea. Cada uno de ellos estaba formado por un neumólogo, 2 cirujanos torácicos, 2 ó 3 anestesiólogos, un número variable de profesionales de enfermería y de auxiliares de enfermería y un perfusionista. Además, si se tiene en cuenta el tratamiento integral que reciben estos pacientes, hay que incluir a los intensivistas, fisioterapeutas, médicos rehabilitadores, inmunólogos y anatomopatólogos, entre otros especialistas.

Los pacientes, un hombre y una mujer de entre 50 y 60 años

El trabajo de la Coordinación de Trasplantes del centro y el esfuerzo de unos cuarenta profesionales permitieron llevar a cabo una hazaña de estas características por primera vez en el complejo sanitario cordobés



Equipo trasplante pulmonar del Hospital Reina Sofía

aproximadamente, se encuentran estables en planta de hospitalización tras permanecer unos días en la UCI después de recibir el trasplante. A ambos les había llevado a la lista de espera para reci-

bir un trasplante el enfisema pulmonar que padecían –una de las principales causas de indicación para recibir un nuevo pulmón– y se encontraban en una situación de extrema gravedad y muy limi-

tados para realizar la mayoría de las actividades cotidianas.

En lo que va de año, en el Hospital Reina Sofía se han realizado 6 trasplantes de pulmón, todos de ellos en adultos.

JARDINTER

MOBILIARIO PARA INTERIOR, TERRAZA Y HOSTELERÍA



Tresillos de jardín



Pérgolas y Cenadores



Conjuntos de jardín



Tumbonas de piscinas

Ofertas especiales en muebles de jardín

Hasta **12** meses sin intereses

www.Facebook.com/jardinter

C/ ADARVE S/N
TLF: 957 48 78 64

Especialistas del Hospital Reina Sofía insisten en el cuidado de los riñones para evitar problemas cardiovasculares

Los nefrólogos del complejo sanitario y Alcer se suman al llamamiento internacional con motivo del Día Mundial del Riñón que se ha celebrado bajo el lema 'Protege tus riñones, cuida tu corazón'

REDACCIÓN

El servicio de Nefrología del Hospital Universitario Reina Sofía ha participado en la iniciativa global que se celebra anualmente el segundo jueves de cada mes de marzo para conmemorar el Día Mundial del Riñón. El lema elegido en esta ocasión, 'Protege tus riñones, cuida tu corazón', intenta concienciar de la relación directa que existe entre enfermedad renal y los problemas cardiovasculares.

Especialistas, médicos de Atención Primaria y miembros de la Asociación para Lucha contra las Enfermedades del Riñón (Alcer) hacen un llamamiento a todas las personas que tienen algún tipo de problema renal para que cuiden su corazón. Los nefrólogos aclaran que tener una enfermedad renal va a multiplicar por diez el riesgo de padecer problemas cardiovasculares, que se sitúan como la principal



El lema elegido en esta ocasión es 'Protege tus riñones, cuida tu corazón'

causa de mortalidad en pacientes con enfermedad renal crónica.

Esta jornada está promovida por la Sociedad Internacional de Nefrología y la Fundación de Federaciones Renales para concienciar del manejo de una patología que afecta actualmente en España a más del 9 por ciento de la población mayor de 18 años.

La delegada provincial de Salud se estima que, en la provincia de Córdoba, la enfermedad renal puede afectar a alrededor de 80.000 personas –aunque posiblemente más de la mitad desconozca que la padece–, de las que cerca de 500 se tratan con diálisis en alguno de los centros dependientes del complejo Reina Sofía y, de ellas, unas

80 se encuentran a la espera de un trasplante. El procedimiento de la diálisis sustituye temporalmente la función de los riñones y muchos de estos pacientes, a corto o medio plazo, reciben un trasplante renal.

Más de 500 millones de personas en todo el mundo, es decir, uno de cada diez habitantes, padece algún tipo de daño renal y, cada

año, millones de personas presentan episodios cardiovasculares de manera prematura en los que se implica la enfermedad renal. En este sentido, un alto porcentaje de pacientes con enfermedad cardíaca desarrollan en su evolución una disfunción renal y, por otra parte, las personas con problemas renales también presentan una elevada incidencia de enfermedades cardíacas que condicionan su pronóstico.

Los síntomas de la insuficiencia renal, cuya incidencia va en aumento, aparecen tardíamente cuando la enfermedad se encuentra en una fase avanzada. De ahí la conveniencia de la detección temprana de la enfermedad, que permitiría emplear tratamientos para frenar su evolución y tratar las posibles complicaciones asociadas, como son los problemas cardiovasculares. La clave para el diagnóstico temprano y control de esta patología pasa por vigilar los factores de riesgo, fundamentalmente la diabetes y la hipertensión.

El trasplante renal es considerado como el tratamiento más adecuado para la enfermedad renal crónica, fundamentalmente el trasplante procedente de donante vivo.

Esta jornada está promovida por la Sociedad Internacional de Nefrología y la Fundación de Federaciones Renales

Llevo toda una vida entre fogones, soy un enamorado de la buena y sana cocina.

Mi secreto? utilizar materias primas saludables de 1ª calidad, por eso en mi cocina uso **Todoliva**, un exquisito aceite de oliva virgen extra, dulce, suave y frutado. Obtenido sólo y exclusivamente con aceitunas recogidas del árbol en su justo momento de maduración.

Todoliva
Aceite virgen extra
Dulce, suave y frutado

Venta exclusiva en
Todolivo Telf. 957 421 740
C/ Ingeniero Torroja y Miret,
parc 22 (Pl. Torrecilla)
Córdoba



Expertos en trasplantes de Iberoamérica se forman un año más en el Hospital Reina Sofía

Tres médicos de República Dominicana y Colombia conviven durante dos meses con los especialistas del complejo sanitario cordobés a fin de **exportar a su país el modelo español de trasplantes**

REDACCIÓN

Los profesionales del Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba, centro que anualmente se suma al Master Alianza que organiza la Organización Nacional de Trasplantes (ONT) en colaboración con la Red Iberoamericana de Donación y Trasplante, han acogido durante dos meses a expertos en trasplantes de Latinoamérica a fin de ampliar sus conocimientos en esta materia y exportar a su país el modelo español de trasplantes.

El coordinador de trasplantes de la Fundación Donar Colombia, Carlos Mario Merchán; la médico intensivista de Centro Cardio-neuro-oftalmológico y trasplante (Cecanot) de República Dominicana, Clementina Gilleard y la patóloga Mercedes Félix, también del centro caribeño, han visitado del hospital Reina Sofía este año.

La experiencia española demuestra que el aprendizaje de los coordinadores desempeña un papel clave en la mejora de la tasa de donación

Durante su estancia, que se ha prolongado durante los meses de febrero y marzo, estos profesionales se han integrado en la Coordinación de Trasplantes del hospital para conocer de cerca el proceso donación y trasplante de órganos y participar en la actividad de diferentes servicios implicados en esta terapéutica.

Así, han vivido todas las situaciones que se suceden en torno al trasplante como la entrada del paciente en lista de espera, la comunicación de la muerte cerebral a los familiares del paciente y la solicitud de sus órganos, la extracción y el implante de los órganos, el postoperatorio y seguimiento, entre otras.

Amplia experiencia

Los especialistas resaltan «la cálida acogida recibida de parte de todos los profesionales del hospital Reina Sofía» y también ponen en valor la amplia experiencia de los equipos de trasplantes y la Coordinación de Trasplantes del centro «que hacen que parezca sencilla una actividad tremendamente compleja». También reconocen que les han sorprendido mucho «las numerosas actividades que organiza el hospital para promocionar la donación», ya que en sus respectivos países estas ini-



Coordinadores de trasplantes del Reina Sofía con dos de los especialistas iberoamericanos

ciativas son prácticamente anecdóticas o inexistentes.

Además, los alumnos del master han completado su formación con talleres impartidos por la Fundación Iavante –junto a otros compañeros del proyecto Alianza–,

han realizado cursos de resucitación cardiopulmonar, han conocido el trabajo de las asociaciones de trasplantados y el funcionamiento de los servicios del hospital que colaboran estrechamente con la Coordinación de Trasplantes del centro cordobés.

Enfermeras actualizan sus conocimientos en cirugía menor

REDACCIÓN

El Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba ha iniciado en su sede el curso de *Cirugía menor para enfermería. Suturas y reparación de heridas*, en colaboración con la Escuela de Ciencias de la Salud, adscrita a la Universidad Complutense de Madrid.

mativa es que las enfermeras y enfermeros inscritos, con esta actualización de conocimientos, seleccionen el tipo de anestesia y de sutura más adecuado según sea la herida que se les presente en su trabajo diario.

Así, el docente del curso de *Cirugía menor para enfermería* ha afirmado que «hasta ahora la técnica de elección era el punto




Curso de Suturas y Reparación de Heridas 2011

Se trata de un curso organizado para que los profesionales de Enfermería completen su formación en cirugía menor y en el que se incorporan las nuevas técnicas utilizadas en la actualidad, que podrán aplicar directamente sobre trozos de carne de panceta de cerdo –por ser la más similar al tejido humano– durante las sesiones prácticas.

El objetivo principal de la actividad for-

simple y con el curso ampliamos las posibilidades dependiendo del tipo de herida». Además, el profesor explica que «vamos a combinar tipos de anestésicos: epicutáneos con anestesia intradérmica y/o subcutánea» en las sesiones prácticas, para que los alumnos dominen el abanico de técnicas y materiales que se manejan hoy en cirugía menor.



INYVA

GABINETE DE INGENIERIA FORENSE

INFORMES DE RECONSTRUCCION DE ACCIDENTES

ESTUDIOS BIOMECANICOS

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO



Laurel N° 3 Local
14006 Córdoba

Tel. 957 76 87 53
Fax 957 76 87 55
Movil: 607 801 671
all@inyva.e.telefonica.net

Isabel Bravo y Enrique Gómez

Sexta y trigésimo cuarta mejores notas de España en su promoción de MIR



«Cuando estudias medicina las prácticas son muy importantes»

Ó. CÓRDOBA

Ambos cordobeses. Tras su paso por la Facultad de Medicina de la Universidad de Córdoba han pasado el examen MIR en unas excelentes 6ª y 34ª posiciones a nivel estatal, lo que les permitirá escoger la especialidad que quieren (ella ginecología, él urología) con una mayor tranquilidad.

- ¿Qué es el MIR? ¿Cómo se realiza?

- Isabel: Es un examen-oposición que permite entrar en una especialidad para poder trabajar en la sanidad pública.

- ¿De qué método resulta la clasificación posterior?

- Enrique: En nuestro año, que ha sido el primero con el nuevo sistema, la nota media universitaria representa el diez por ciento y la nota del examen el noventa restante. De ese cómputo general se obtiene un orden que es el que determina la posición de cada uno de los más de 13.000 candidatos que se han presentado este año. Esa clasificación es la que se utiliza para escoger las plazas ofertadas.

- ¿Qué ocurre una vez obtenida la plaza?

- E: Según la especialidad son cuatro años para las médicas y cinco

«Hay que tener en cuenta que este trabajo es, en realidad, una forma de vida»

para las quirúrgicas. Que es una etapa en la que estás trabajando pero, al mismo tiempo, te estás formando.

- **Estar en puestos tan altos es, evidentemente, un éxito personal, pero también habla positivamente de la Facultad de Medicina de Córdoba.**

¿Cómo es la formación en dicha facultad?

- E: Desde mi punto de vista es bastante buena. Como es natural hay unos profesores y servicios mejores que otros, pero en general es una universidad que forma bastante bien. Además, no tiene un gran volumen de alumnos y está

muy cerca del hospital. Por otro lado, las prácticas están muy bien dirigidas, aunque es verdad que, a veces, son difíciles de compaginar con la exigencia de muchos exámenes teóricos que tenemos los alumnos.

I: Evidentemente esto no es, en ningún caso, un problema de los

profesores, que siempre suelen estar muy disponibles para nosotros y nos permiten ir por las tardes, en las guardias...

- **Enrique, has estado formándote también en EE.UU. y en Chile: ¿Qué diferencias has encontrado entre ellos y con respecto a España?**

- E: Chile es en cierta medida muy similar a España. Tienen una Seguridad Social, aunque en ella los pacientes también contribuyen según su nivel de ingresos. Su sistema público es, a nivel de conocimientos, equiparable al de cualquier país europeo, pero es cierto que, con respecto a Europa, si se notan más carencias en cuanto a material. Por otra parte, su sistema privado es muy bueno y que sí tiene un gran salto a nivel material con respecto al sistema público. En definitiva, el sistema sanitario de Chile es, en cierta medida, comparable con el español. Estados Unidos, en cambio, es completamente diferente. Para empezar los hospitales están totalmente integrados en la universidad, en una especie de campus. Además, el sistema es privado por lo que si no tienes seguro no tienes acceso a ese tipo de hospital. Por otro lado, el tema de recursos

El dato

Más de 13.000 aspirantes a superar la prueba MIR.

Este año han sido más de 13.000 los candidatos a superar la prueba MIR en España. Esta cifra demuestra la importancia de lo conseguido por Isabel y por Enrique, que con las posiciones conseguidas, tenemos la seguridad de que no tendrán ningún problema, a la hora de elegir la especialidad que más les guste.



AYUDAS TÉCNICAS
INSTRUMENTOS
BIOCIENÉTICOS

**Ortopedia
Aeropuerto**

Atención a la discapacidad



Ortopedia
Aeropuerto

GRATIS DE TERAPIA OCUPACIONAL



**Ortopedia
Aeropuerto**

**Ortopedia
Aeropuerto**

Solicita nuestros catálogos



Ortopedia
Aeropuerto

Accesibilidad y eliminación de barreras

Siempre desde que nacemos por lo que se centra en la vida. Nuestra misión es mejorar tu vida.

www.ortopediainformacion.com
info@ortopediainformacion.com



Ortopedia
Aeropuerto

Somos Profesionales

CENTRAL:
Avda Aeropuerto 19 local
14004 Córdoba - Tel 957456500

SUCURSAL
Avda Arroyo del Moro 1
14011 Córdoba - Tel 957464906

“ *En Chile las prácticas son mucho más intensas e incluso tienen dos años de rotatorio antes de acabar la carrera.* ”

“ *En Estados Unidos los hospitales están totalmente integrados en la universidad.* ”

también está un escalón por encima con respecto al sistema público español. En cuanto a conocimientos, los tres países son pueden ser equiparables.

- **En España cada vez se potencia más el tema de las prácticas ¿Qué ventaja tiene?**

I: Las prácticas en medicina tienen dos grandes beneficios para el alumno: por un lado aprendes mucho más que con la parte teórica, aunque también sea necesaria, por otro cuando comienzas a ejercer, el paso es totalmente natural.

E: En Chile por ejemplo, las prácticas son mucho más intensas e incluso tienen dos años de rotatorio antes de acabar la carrera, por lo que salen mucho mejor formados en ese sentido. A nivel de contacto con el paciente y de práctica diaria.

I: Eso se nota cuando hacemos prácticas en urgencias, y vienen personas que han estudiado en otros países se nota bastante diferencia en la facilidad para tratar con los pacientes y la forma de desenvolverse.

- **Isabel, tu vives en Hinojosa, ¿Cómo ves el sistema sanitario cordobés más allá de la capital?**

I: Podríamos decir que ocurre, en parte, como lo que comentaba Enrique de Chile. A nivel de conocimientos los médicos son iguales que los que hay en la capital, pero en cuanto recursos técnicos, existen muchas carencias. Por ejemplo, si estás en Pozoblanco hay pruebas para las que te tienen que derivar a Córdoba. Ahora bien, en temas de atención primaria y para la mayoría de las situaciones menos complicadas la atención es suficiente y de calidad.

- **¿Pero tu crees que sería necesario mejorar esos recursos?**

I: Claro, eso beneficiaría a mucha gente. Por ejemplo, Hinojosa está a 100 kilómetros de Córdoba y si se pudiesen evitar más desplazamientos, que para algunas familias son difíciles, sobre todo con pacientes ingresados, sería mucho mejor.

- **¿Por qué elegiste estudiar medicina en lugar de otra carrera?**

I: A mi siempre me ha gustado la medicina. No tengo familia en esta profesión pero cuando me hablaban de ello amigos o cuando lo veía en televisión me llamaba mucho la atención.

E: A mi también me ha gustado desde pequeño, pero yo sí lo he vivido en casa. La mayoría de mi familia, mis padres, mis tíos, mis abuelos... se han dedicado a la sanidad y me encantaba convivir con eso, cuando me cuen-

tan sus experiencias personales, poder ver la labor que realiza un médico. Me gusta la idea de poder ayudar a otras personas.

- **¿Es necesaria la vocación o sólo es trabajo?**

I: Se necesita la vocación, aunque evidentemente el esfuerzo es lo más importante, yo creo que sin ese componente vocacional, a la larga, se nota cuando ejerces tu profesión.

E: Hay que tener en cuenta que este trabajo es, en realidad, una forma de vida. Muchos profesionales te lo avisan cuando empiezas: una vez que eres médico no dejas de serlo porque no estás en tu trabajo. Quizá sea una carrera que no entraña tanta dificultad como una ingeniería, pero le tienes que dedicar tu vida.

- **¿Qué especialidad pensáis tomar?**

I: Ginecología, Radiodiagnóstico o Aparato Digestivo.

E: Urología.

- **¿Cómo está el mercado laboral en España para un médico?**

E: Yo creo que con respecto a otras profesiones somos unos privilegiados. Es un trabajo

“ *Hoy en día, otras profesiones están teniendo muchos problemas para encontrar trabajo e incluso tienen que salir fuera de España* ”

que tiene aspectos negativos por el tiempo que necesita cada día y, quizá, por la remuneración con respecto a otras profesiones. Pero a nivel laboral se puede ver que hay muy pocos médicos en paro. Además, la tendencia parece que será positiva en los próximos años. Cuando nosotros salgamos de residentes estaremos en una especie de transición en la que habrá muchas jubilaciones de médicos en toda España y habrá mucho campo de trabajo.

I: Es cierto. Hoy en día, otras profesiones están teniendo muchos problemas para encontrar trabajo e incluso tienen que salir fuera de España si no quieren aceptar trabajos mal remunerados. Nosotros, en cambio, parece que no tendremos ese problema.

- **¿Cómo pensáis que será vuestro futuro inmediato?**

I: Tendremos que seguir aprendiendo, pero tenemos muchas ganas. Sabemos que habrá que dedicarle mucho tiempo y que será duro, pero estamos muy contentos por ver



Isabel y Enrique, tras realizar la entrevista, con la ilusión de empezar a trabajar

donde nos encontramos y que pronto empezaremos a percibir el fruto de tantos años de estudio.

E: Los primeros meses serán duros porque tendremos que coger el hilo del trabajo real, de la práctica clínica... pero tenemos mucha ilusión por poder disfrutar de los que nos gusta.

- **¿Pensáis quedaros en Córdoba?**

E: Sí. Tenemos la oportunidad, durante la residencia, de poder hacer rotatorios por cualquier parte del mundo, pero la base seguirá siendo Córdoba.

I: Yo también pienso quedarme cerca de Córdoba..

ALERGO CLÍNICA VIRGÉN DE LORETO

- Diagnóstico y tratamiento de enfermedades alérgicas
- Alergia a Acaros de polvo domestico, pólenes de plantas, animales y hongos.
- Alergia alimentaria
- Alergia a medicamentos
- Alergia a insectos.
- Dermopatias alérgicas
- Tratamiento de Rinitis, Conjuntivitis, urticaria y asma infantil y adultos.

SE ATIENDEN COMPAÑÍAS ASEGURADORAS



**José de Martorell, 18 local
(Plaza del Zoco)
14005 Córdoba
Tif.: 957 45 45 60**



La halitosis o el mal aliento

La xerostomía es el síntoma de sensación de sequedad de la boca por **mal funcionamiento de las glándulas salivales**

**POR EL DOCTOR RAFAEL GUTIERREZ DE RAVE AGÜERA,
MÉDICO-ESTOMATOLOGO, DIRECTOR DE CLÍNICA C.I.D**

La halitosis es un síntoma o un signo caracterizado por mal aliento u olor desagradable del aliento. Está provocada por algunas bacterias que afectan al 25% de la población

Tiene una gran incidencia en la población general, puesto que se estima que más del 50% de las personas la padecen en algún momento (no crónica). Casi todo el mundo presenta halitosis al despertar por la mañana, después de varias horas de sueño nocturno, cuando las estructuras de la boca han estado en reposo y la producción de saliva ha sido muy escasa.

La mayoría de la población mundial que padece de Halitosis son personas que superan los 50 años de edad.

Las causas de la halitosis pueden ser múltiples, desde escasa higiene bucal, hasta enfermedades tan graves como el cáncer de pulmón, pasando por la gastritis crónica, aunque la gran mayoría tienen su origen en la propia boca.

El mal olor de la boca se produce por descomposición bacteriana de restos de alimentos entre los dientes, de saliva, de células de la mucosa oral o de sangre, que



produce sustancias volátiles como ácidos grasos simples como el ácido butírico, ácido propiónico, ácido valérico y componentes sulfurados derivados de las proteínas como la putrescina y cadaverina. Debido a esta producción de sustancias, más del 85-90% de las halitosis tienen su origen en la cavidad oral y cuando no existe patología, suele ser por higiene bucal escasa.

Tratamiento de la halitosis:

En clínica se observa frecuentemente que una de las causas más comunes de halitosis es la gastritis crónica. El tratamiento correspondiente alivia o cura este síntoma.

Si todos los pasos posteriores no son capaces por sí mismos de solucionar la halitosis se debe acudir a un odontólogo especialista que le llevará a cabo un tratamiento específico contra la halitosis.



Masticar chicle sin azúcar es otro remedio contra la halitosis

eb
m
en
buenas
manos



El vino, un alimento lleno de salud

comer sano 16

Los beneficios de la natación

deporte saludable 18

Terros nocturnos en la infancia

la infancia y la salud 20

Entrevista al Rvdo. Rafael de Santiago

salud y bienestar 22

El tratamiento de la halitosis tiene distintas fases:

- Acudir a un odontólogo que explore la cavidad oral, todas las piezas dentarias y las encías. Es posible que aconseje una tartrectomía (limpieza bucal) para eliminar el sarro y la placa bacteriana y trate las piezas dentales con caries o extraiga las piezas en muy mal estado.
- Uso de seda dental: para eliminar los restos de comida incrustados entre los dientes. Debe realizar después de las comidas y antes del cepillado dental.
- Cepillado dental, como mínimo tres veces al día o después de cada comida principal y sobre todo nunca olvidar antes de ir a dormir por la noche. El cepillado de los dientes debe realizarse en todas sus caras y también debe incluir el dorso de la lengua. Se recomienda un cepillo dental suave si sangran las encías y una pasta de dientes que tenga un alto contenido en flúor.
- Colutorios bucales (especialmente los que contienen agentes antisépticos) tras el cepillado o entre cepillados. Su eficacia es transitoria y no deberían sustituir al cepillado dental sino complementarlo.
- Masticar chicle sin azúcar: es otro remedio contra la halitosis entre las comidas o entre cepillados de dientes, debido a que se aumenta la producción de saliva. Tampoco debe sustituir al cepillado dental. Los chicles con Xilitol, además, tienen un efecto bacteriostático debido a la neutralización de los ácidos y evitan la formación de placa dental.
- Ingesta abundante de agua: se recomienda beber entre uno y dos litros de agua al día para favorecer la producción de saliva.
- Evitar el tabaco, alcohol, café y alimentos de intenso sabor u olor como el ajo, que potencian la halitosis.

Iznájar de Castro
Elegancia y calidad

- CAMISERÍA EXCLUSIVA Y PERSONALIZADA
- JOYERÍA TAURINA Y ECUESTRE
- ESENCIA Y ELEGANCIA ESPAÑOLA EN EL VESTIR Y COMPLEMENTOS

GARANTÍA TOTAL

ESTILO Y DISEÑO

FABRICACION PROPIA

Iznájar de Castro

PLAZA DE COLON, 16
14001 CORDOBA
www.iznajardecastro.com
iznajardecastro@hotmail.com
Móvil: 693 350 744

Retinopatía diabética: Señal de alarma para su diabetes



Hospital La Arruzafa
Instituto de Oftalmología La Arruzafa
www.hospitalarruzafa.com

DR. JUAN MANUEL LABORDA OÑATE,
INSTITUTO DE OFTALMOLOGÍA LA ARRUZAF

La Organización Mundial de la Salud prevé para el año 2011 que el 12 % de la población sea diabética, doblando el 6% actual. Si esa previsión se cumple, supondrá mas de 5 millones de diabéticos en España, y más de cien mil en la provincia de Córdoba. Los malos hábitos en la dieta, los excesos y el sedentarismo han sido factores determinantes para esta alarmante progresión.

Por retinopatía diabética entendemos las lesiones que la diabetes produce en la retina, que es el tejido nervioso que tenemos en el fondo del ojo, donde están los fotorreceptores (conos y bastones),

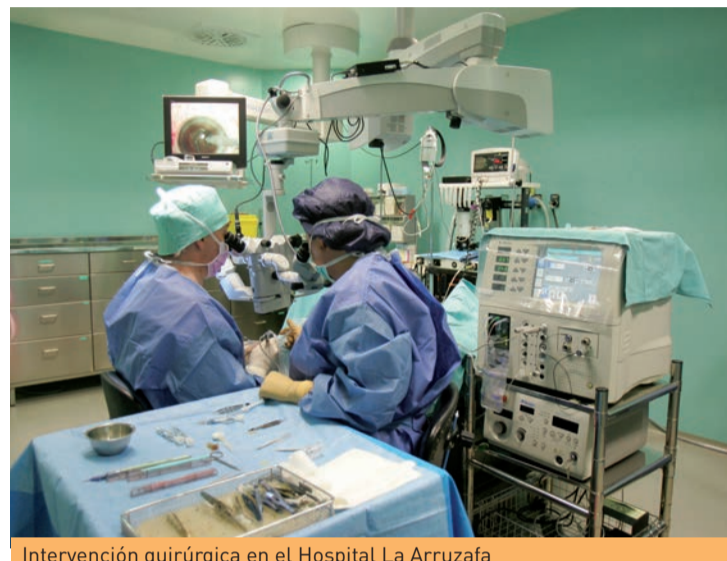
las células que recogen la visión y las transmiten al cerebro, lo que provoca una pérdida más o menos importante de la visión, que en algunos casos llega a la ceguera completa e irreversible (más de tres mil casos anuales en España). Las lesiones se producen porque se daña la circulación de la retina, y se producen hemorragias, exudados, inflamación, edema y proliferaciones vasculares y membranosas en la retina y el vítreo.

Hoy en día, los avances científicos en la Medicina, nos permiten tratar, y prevenir esa situación, evitando la ceguera. Pero indudablemente un mal control de la diabetes antes o después provocará pérdida en la visión.

Las mejoras tecnológicas han sido espectaculares; disponemos de fotografías digitalizadas para el seguimiento de las lesiones vasculares de la retina, de tomografías de coherencia óptica para valorar con detalle el estado macular, y de tratamientos con láser muy precisos, fotocoagulando la retina en las zonas que se requieran, para evitar la progresión de la enfermedad. La cirugía (vitrec-

tomía) también se ha perfeccionado. Consiste en unas pequeñas perforaciones que se hacen en la esclera (lo blanco del ojo), por donde entramos en la cavidad vítreo para aspirar, limpiar, quitar membranas, aplicar láser, etc. Es muy útil en muchos casos, especialmente en los procesos mas graves. Para que un paciente diabético en la actualidad termine ciego, tiene que abandonarse en sus cuidados y tratamientos.

Por eso es fundamental que los diabéticos pasen controles periódicos oftalmológicos una vez al año para detectar las lesiones cuando estén empezando, o mas frecuentemente si ya hay alteraciones. Hay que considerar la Retinopatía además de como un riesgo importante para la visión, como una señal de alarma, indica que la diabetes no está bien controlada, que antes o después vendrán las complicaciones nefrológicas, cardíacas, etc., con riesgo vital, y que es el momento si no se ha hecho antes, de llevar un control meticuloso de su dieta, del ejercicio, de la medicación, de la insulina, etc., pautas que debe marcar el endocrinólogo.



Intervención quirúrgica en el Hospital La Arruzafa

el dato
12%

Según la Organización Mundial de la Salud, en el año 2011 un 12% de la población mundial será diabética, doblando la actual previsión.

Un futuro positivo

+ Se prevé que la diabetes sea una enfermedad con muy buen pronóstico en el futuro, dados los avances en el tratamiento como las bombas de insulina y los trasplantes, y muchas más mejoras que se presentarán en los próximos años. No obstante, mientras se llega a la curación de la diabetes, el control y la prevención siguen siendo determinantes.

*Rincón
de las Beatillas*

Cocina Tradicional Cordobesa

RESERVAS

957 48 33 36
629 75 74 83

Plaza de las Beatillas, 1 14001 - CÓRDOBA

elrincon@tabernabeatillas.com



El vino, un alimento lleno de salud

Los **antioxidantes** del vino ayudan mitigar los efectos de los **radicales libres** en el organismo

Beneficios

El vino es recomendado para personas con anemia ya que aporta hierro y el alcohol ayuda a la absorción de este. Se está estudiando por sus efectos anticancerígenos. Aporta minerales y oligoelementos como calcio, magnesio, zinc potasio...

Numerosos estudios realizados sobre poblaciones que siguen la dieta mediterránea, donde se consume vino de forma moderada, han demostrado que el consumo de vino en cantidades justas es beneficioso para la salud. El alto contenido en taninos, compuestos fenólicos que se encuentran en la piel y pepitas de las uvas, es beneficioso para la salud cardiovascular, por su acción antioxidante.

Los taninos son sustancias naturales, astringentes y amargas que proceden de la maceración de

los hollejos y pepitas y de la crianza del mosto en madera. Existen dos tipos, los frutales procedentes de la piel de la uva macerada en el mosto que son más saludables y finos, y los que proceden de la madera, que son algo peores. Se han investigado los hollejos de las uvas y se han hallado numerosos compuestos fenólicos, en particular, ácidos fenólicos, flavonoides y resveratrol, que protegen de la oxidación de las lipoproteínas LDL (conocido como colesterol malo), reduciendo así sus efectos negativos, aumentando el HDL y disminuyendo los mecanismos implicados en el fenómeno de coagulación y agregación plaquetaria, de tal forma que ayuda a que no aparezcan coágulos y por tanto trombosis.

Radicales libres

El envejecimiento y la aparición de algunas enfermedades guarda

relación con la aparición de radicales libres, que son unas partículas que oxidan las células. Estos radicales se pueden combatir con el consumo de productos como verduras, frutas, aceites de oliva y vino tinto con moderación.

Otra sustancia encontrada en la uva es el resveratrol, un compuesto fenólico presente en algunas frutas y verduras, como en los hollejos de las uvas donde forma parte de los pigmentos y protege de los hongos. El resveratrol, según investigadores de la Universidad de Harvard, es capaz de estimular las sirtuinas, unas enzimas celulares que regulan el envejecimiento de los organismos vivos, por tanto su consumo es bueno para ayudar a retrasar el envejecimiento y prevenir enfermedades geriátricas como el Alzheimer.

El vino nos aporta otros beneficios ya que tiene acción antiespasmódica, activa las secreciones biliares, posee acción

antibacteriana y es capaz de atenuar reacciones alérgicas por su efecto antihistamínico. Puede proteger las paredes arteriales ya que fortalece el colágeno y la elastina que las forma. El vino es recomendado para personas con anemia ya que aporta hierro y el alcohol ayuda a la absorción de este. Se está estudiando por sus efectos anticancerígenos. Aporta minerales y oligoelementos como calcio, magnesio, zinc potasio...

La dosis recomendada por médicos y expertos no supera los 30 mg diarios.

El vino lava nuestras inquietudes, enjuaga el alma hasta el fondo y asegura la curación de la tristeza. Séneca

El vino es una cosa maravillosamente apropiada para el hombre si, en tanto en la salud como en la enfermedad, se administra con tino y justa medida. Hipócrates.

En la provincia de Córdoba tenemos vinos de altísima calidad y para todos los paladares. Existen los Vinos de la Tierra de Córdoba donde predominan los tintos y rosados de variedades como Tempranillo, Syrah, Merlot, Cabernet, Sauvignon ... y destacan bodegas como Robles, Pérez Barquero, Alvear, La Aurora.



Apuntes

D.O. Montilla-Moriles.

Los vinos de la D.O Montilla-Moriles, de suprema calidad dentro de los vinos blancos de España, destacan por sus Finos, Olorosos, Amontillados y los premiados Pedro Ximénez. Entre las bodegas con más solera destacan Pérez Barquero, Alvear, Delgado, Toro Albalá, Robles (y sus garronados vinos ecológicos), Bodegas El Gallo y Torres Burgos.

BODEGAS EL GALLO
MONTILLA-MORILES

BODEGAS EL GALLO ha sabido aunar en sus mejores caldos lo mejor de la tradición vitivinícola y la experiencia de una empresa con casi siglo y medio de existencia

C/ Buen Suceso, 3
14001 - Córdoba.
Teléfono: 957482953

FINO AMARGOSO
MONTILLA - MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

FINO AMARGOSO
MONTILLA - MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

BODEGAS EL GALLO
FINO AMARGOSO

BODEGAS EL GALLO
BLANCO DULCE

BODEGAS EL GALLO
OLOROSO TÍO JOSÉ

BODEGAS EL GALLO
MISTELA



CIRUGÍA AVANZADA EN IMPLANTES DENTALES

Director:
Dr. Julián A. Rodas Ibáñez

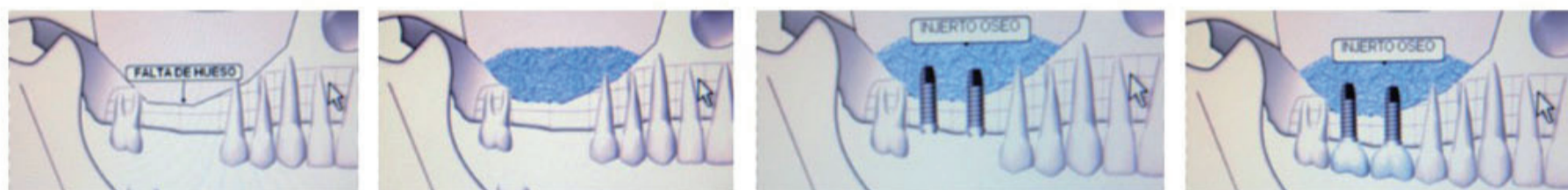
Doctor en Medicina y Cirugía (Col. 6642)
Esp. en Cirugía Oral y Maxilofacial
Director Médico, Unidad Implantología y Cirugía Maxilofacial

En muchos casos el tratamiento con implantes dentales convencionales no puede realizarse debido a la gran pérdida de hueso existente. Esta pérdida excesiva de hueso suele deberse a la pérdida de las piezas dentales a temprana edad, enfermedad periodontal severa, traumatismos dentales u otras enfermedades.

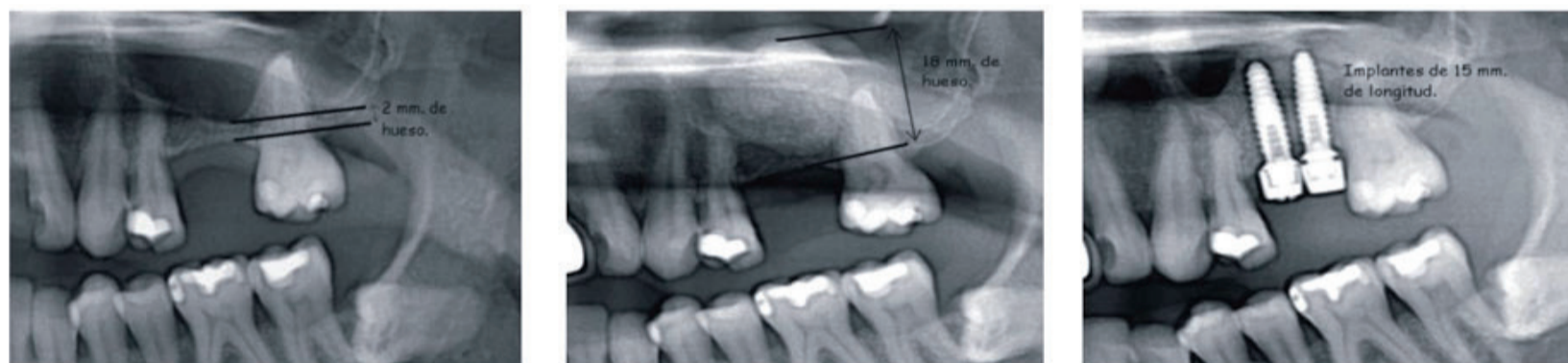
Actualmente DISPONEMOS EN NUESTRO CENTRO DE técnicas quirúrgicas especiales destinadas a tratar a estos pacientes a los que no se les pueden colocar implantes en condiciones normales.

INJERTOS ÓSEOS (ELEVACIÓN SINUSAL)

La **elevación del seno maxilar** es una técnica quirúrgica que permite el aumento de hueso en la arcada superior, para obtener una base ósea adecuada en la que poder colocar implantes osteointegrados, en aquellos casos en que la consistencia del hueso o la cantidad no lo permite.



En una fase inicial hay que labrar el espacio levantando el suelo sinusal, para después colocar en él material óseo de relleno. En la segunda fase se realizará la colocación del o de los implantes, siguiendo la pauta habitual.



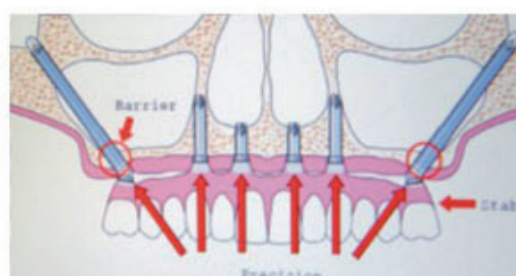
IMPLANTES ZIGOMÁTICOS

En OTROS casos la rehabilitación de los pacientes implicaba procesos largos y pesados que muchas veces incluían injertos de hueso, intervenciones largas y periodos prolongados sin poder utilizar ningún tipo de prótesis.

Esta situación ha cambiado de forma radical gracias a los **Implantes Zigomáticos**. Estos implantes se basan en conceptos más modernos con la utilización del hueso remanente que tiene el paciente, por lo que elimina la necesidad de injertos óseos, y por lo tanto simplifica el tratamiento, aportando gran cantidad de ventajas.

La rehabilitación de estos maxilares generalmente se realiza mediante dos o cuatro **Implantes Zigomáticos** y de 2 a 4 implantes convencionales en la región anterior. Este procedimiento quirúrgico posibilita realizar carga inmediata al paciente pudiendo portar sus dientes fijos en pocos días.

Usualmente este tipo de cirugías deben ser realizadas por un cirujano experto y bajo anestesia local y sedación.



C/ Cruz Conde, 11, 3ª Dcha
14001 - CÓRDOBA

Tlf. 957 47 09 44. Móvil. 609 501 375
e-mail. julianrodas@clinicajulianrodas.com

La natación está considerada como el deporte aeróbico por excelencia, que se puede practicar de muchas formas distintas y adaptadas a la edad, condición física y psíquica de cada persona

Los beneficios de la natación

Beneficios

La mejora de la calidad de vida es uno de los aspectos psicológicos favorecidos por la práctica de la natación. Además alivia tensiones, genera estados de ánimo positivos, reduce el estrés, ayuda en estados de ansiedad y a con síntomas de depresión, mejora el desarrollo psicomotor y favorece la autoestima.

REDACCIÓN

La natación es uno de los deportes más completos que se puede practicar desde la Antigüedad (en 4000 a.C. se encuentran las referencias más antiguas respecto a ella). A los beneficios que nos puede dar la realización de otras actividades se le suma que es un ejercicio sin impactos, se realiza un gran trabajo aeróbico y se ejercitan todos los grandes grupos musculares. Además nos da seguridad a la hora de estar en el agua y es un deporte fácil de practicar por lo que existe un grupo de gente más amplio que por unos u otros motivos no pueden practicar otros ejercicios pero sí la natación.



Se puede practicar de muchas formas distintas y adaptadas a la edad, condición física y psíquica. Existen cursos para bebés, mujeres embarazadas, personas mayores y como formas de terapia para problemas como la desviación de columna, enfermedades cardíacas, de circulación...

Sistema cardiovascular

La natación está considerada como el deporte aeróbico por excelencia, ya que el trabajo aeróbico es moderado y continuado lo que lo hace mucho mejor para el corazón. Éste, con la práctica continuada, se va fortaleciendo y perdiendo la grasa sobrante que le rodea. Cada latido se hace más potente y puede trasladar más sangre de manera que se produce una bajada de la frecuencia cardíaca en estado de reposo, lo que mejora la eficacia del corazón.

Aporta una increíble resistencia cardiopulmonar, estimula la circulación sanguínea, ayuda a mantener una presión arterial estable y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Aporta una increíble resistencia cardiopulmonar



Sistema respiratorio

Se fortalecen los músculos encargados de llenar y vaciar los pulmones por lo que en cada respiración se puede tomar más aire con menos gasto energético, haciendo que sea más eficiente, lo que motiva una bajada de la frecuencia respiratoria.

La natación aumenta la capacidad pulmonar y limpia nuestros pulmones facilitando la eliminación de secreciones broquiales.

La práctica de la natación fortalece los músculos encargados de llenar y vaciar los pulmones, por lo que hace que nuestra respiración sea más eficiente

Sistema muscular

Existen cuatro estilos que nos posibilitan desarrollar todos los grandes grupos musculares de nuestro cuerpo. Los músculos aumentan de tamaño y se hacen más fuertes y resistentes y los huesos

Al aumentar la fortaleza de los músculos y la densidad de los huesos se reducen la probabilidad de sufrir lesiones

aumentan su densidad por lo que tenemos menos posibilidades de sufrir lesiones. Además se ejercitan todas las articulaciones lo que, a la larga, nos aportará mayor flexibilidad.

Relaja la excesiva tonicidad muscular de la tarea diaria y se mejora nuestra postura corporal.

Calidad de vida

La mejora de la calidad de vida, es uno de los aspectos psicológicos que favorece la práctica de este deporte, además, alivia tensiones, genera estados de ánimo positivos, reduce el estrés, ayuda a mejorar estados de ansiedad y a aliviar síntomas de depresión, mejora el desarrollo psicomotor y favorece la autoestima.

Es un deporte que se puede practicar con otras personas, lo que ayuda a relacionarse con otra gente y a desarrollarse socialmente.

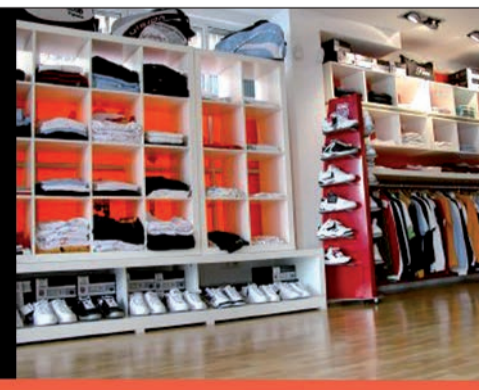
Terapias y patologías para las que se recomienda la natación

Discapacidades físicas y motoras, autismo, asma, molestias musculares y articulares, hernias discales, lumbalgias o pinzamientos, estrés, estimulación precoz y ayuda en dietas de adelgazamiento controlado.



LA PALA PADEL

c/ El Castaño nº 2. (Santa Rosa). 957081195. www.lapalapadel.com



EL DIRECTORIO DE *CÓRDOBA SANA*

CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y LOGOPEDIA

celinfor@vodafone.es

- Estimulación temprana
- Dificultades del aprendizaje
- Alteraciones del habla, de la voz, afasias, disartrias, sorderas, etc...

Tif. 957 47 40 78

Avda. América, 21 bjo. dcha.
14008 Córdoba

/ tratamiento del dolor
/ cervical, dorsal, lumbar
/ osteopatía y manipulaciones vertebrales
/ lesiones deportivas
/ esguinces, tendinitis, contusiones
/ patologías de rodilla, codos y hombros...
/ reumatología
/ lumbalgias, ciáticas, hernias de disco
/ masajes, drenaje linfático, electroterapia
/ fisioterapia geriátrica
/ parkinson, alzheimer...

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

AZANA

Proyectos de Reforma
Proyectos de Decoración.
Estudio del color.

Calle Cañito Bazan, s/n
14011 CORDOBA - tlf.: 957 329 638
azanadecoracion@hotmail.com

Carmen de la Torre Cecilia

Doctor en Medicina y Cirugía
Especialista en Pediatría

C/ Isla de Lanzarote, 3

Edif. Los Girasoles II, Portal A - 1º C - (Zona Noreña)

Tel. 957 46 64 00 - 14011 Córdoba

TECNO-MOVIL

- Liberación de móviles y consolas
- Todos tipo de accesorios para tu móvil



Visita nuestra web: www.tecno-movil.com

C/ Reyes Católicos, 24 (junto Diputación)
14001 - Córdoba Tel-Fax: 957 496 806 -
info@tecno-movil.com



EL CHALET

957 27 18 12
605 82 94 54

COCHERA

Cochera recién reformada
calle Reyes Católicos,
7.500.000 ptas.



PISO EN ALQUILER

Zona Camping. Salón amplio, 2 dorm., baño, cocina recién reformada, clima, piscina, cochera, 675 € (También en venta)

ZONA VIAL

Piso amueblado de 165 m², amplio salón-comedor con terraza, 4 dormitorios, 2 baños y cocina reformados, terraza lavadero, amplia despensa, piscina y jardines comunitarios, ascensor. 55.000.000 + 6.000.000 ptas. con cochera.



ESCUELA INFANTIL

acuarelas

Polígono Tecnocórdoba
C/ Estocolmo, 38 (esquina)

Teléf. 610 571 947

www.eiacuarelas.com

MENSANOVA

LA NUEVA MENSAJERIA

DE CÓRDOBA
Y PARA CÓRDOBA

- ✓ Servicios locales en moto URGENTE
- ✓ Servicios locales en coche URGENTE
- ✓ Servicio coche directo, sin esperas a cualquier parte de la región

☎ 957 08 23 46 - 637 552 102

Terrores nocturnos en la infancia

No existe tratamiento, pero los padres podemos contribuir a que no aparezcan **reduciendo el estrés del niño**

REDACCIÓN

Los terrores nocturnos son trastornos parecidos a las pesadillas pero más espectaculares. Los padres suelen asustarse mucho al presenciarlos pero no tienen por qué ser motivo de preocupación o suponer un problema médico subyacente.

Qué son

Las pesadillas son sueños que les producen miedo y despiertan por completo pero los terrores son sueños que también les producen miedo pero no llegan a despertarse del todo desde una fase de sueño muy profundo. No ocurren en la fase REM como las pesadillas; desde un punto de vista técnico, no son propiamente sueños, sino una súbita reacción de miedo que tiene lugar durante la transición entre fases del sueño.

Cuando suceden, el niño grita y se agita fuertemente hasta que cae rendido y por la mañana normalmente no se acuerda de lo sucedido. Suelen ocurrir dos o tres horas después de que el niño concilie el sueño, entre las 1 y 3 de la madrugada, cuando tiene lugar la transición desde la fase más profunda del sueño a la más superficial (REM).

Cuando le sucede, el niño suele incorporarse y sentarse en la cama súbitamente, suele gritar y chillar llevado por la angustia. Puede estar con el ritmo cardíaco y respiración acelerada, sudar y con los ojos



abiertos de par en par aunque está parcialmente dormido pero al cabo de un rato, un plazo que es muy variable, suele calmarse y dormir plácidamente. Estas situaciones producen alarma en padres primerizos, que no pueden consolarlos.

Por la mañana no se suelen acordar de nada ni tener imágenes que se los recuerden. Conforme los niños van creciendo, las pesadillas y terrores van desapareciendo. Si no remiten y son prologados en el tiempo si hay

que acudir al pediatra para que nos ayude y aconseje.

Qué hacer

No existen tratamiento pero los padres podemos contribuir a que no aparezcan: hay que reducir el estrés al que está sometido el niño, mantener rutinas que sean relajantes antes de acostarlo, como por ejemplo bañarlo y procurar que no se acueste exhausto o permanezca despierto hasta muy tarde.

Las causas

+ Están causados por una hiperactivación del sistema nervioso central durante el sueño, motivados en muchos casos porque el sistema central, que regula la actividad cerebral durante el sueño y vigilia aun no ha madurado del todo. Se ha constatado que niños que estaban muy cansados, enfermos o fatigados tienen en algún momento terrores al igual que si han tomado un nuevo medicamento o dormían en un entorno que no les era familiar.

Suele ser más frecuente en niños que en niñas, pero en cualquier caso, se trata de un fenómeno poco frecuente que afecta al 8% de la población infantil.

80%

Los terrores nocturnos parecen tener un componente hereditario. Aproximadamente el 80% de los niños que tienen terrores nocturnos tienen un familiar que también los experimentó o bien que sufrió de sonambulismo (un tipo similar de trastorno del sueño) en su infancia.

Canastas de Bebé

Realizadas a mano
y confeccionadas
a su gusto de forma
personalizada

Teléfonos:
957 271 812
957 281 076



las tentaciones

DESCUBRA LA **NUEVA TIENDA** TRAS LA REFORMA
Y APROVÉCHESE DE **PRECIOS EXCEPCIONALES** DE REAPERTURA



CÓRDOBA

Plaza de Colón, 22-23
Tel. 957 496 794
cordoba@roche-bobois.com
www.roche-bobois.es

rochebobois
PARIS

«Si al hombre le ‘secuestramos el cielo’, le quitamos la posibilidad de trascenderse»

Rvdo. Rafael de Santiago

Capellán moderador de la capilla del Hospital Reina Sofía

Ó. CÓRDOBA

El Rvdo. Rafael María de Santiago Sánchez, es moderador de los capellanes sanitarios del Obispado de Córdoba, y lleva más de diez años como sacerdote en el Hospital Reina Sofía, labor que podría dejar de ejercer en unos meses por su nombramiento como párroco de la parroquia de la Sagrada Familia de Córdoba.

- ¿Cuanto tiempo lleva como sacerdote en el Hospital Reina Sofía?

- Ya he cumplido diez años aquí. En un principio, el actual arzobispo de Granada, don Javier Martínez, me pidió que viniese por unos meses, hasta el nombramiento del nuevo capellán. Y aquí sigo hasta hoy.

- Durante estos años ha debido ver casos muy duros, pero también mucha esperanza. ¿Qué nos puede contar de ambas facetas?

- Está claro que nuestra labor aquí es complicada porque sufres mucho porque, de alguna manera, compartes la angustia y el sufrimiento, no sólo del paciente, sino también de la familia. Pero también es verdad que tienes satisfacciones porque estás en contacto con personas en un momento muy importante de su vida y cuando les hablas ves el consuelo que aportas, la paz que le comunicas... son sin lugar a dudas gratificaciones que el Señor nos da.

- ¿Cómo afrontaría el cambio de destino?

- Nunca he tenido problemas con los cambios o los traslados. Además, ese posible cambio se debe a que recientemente me han hecho párroco de la Sagrada Familia de Córdoba, y si uno quiere ser un buen párroco tiene que pasar mucho tiempo en su parroquia.

- ¿Qué diferencias ha notado en la vivencia de la fe en estos diez años?

- Claro. Actualmente hay mucha gente que vive 'sin Dios', más que antes, pero pensemos que, en un hospital, la calidad de vida de un paciente que cree en Dios no es la misma que la de uno que no cree. Porque, aunque es verdad que la fe no te quita el sufrimiento físico, sí que aporta un sentido a la vida y, por ello, un gran consuelo. En este sentido yo veo mucha diferencia en cómo vive la enfermedad o la muerte un paciente que tiene fe y uno que no la tiene. Si al



El Rvdo. Rafael María de Santiago, en la capilla del Reina Sofía

hombre le quitamos la posibilidad de trascenderse, si le 'secuestramos el cielo', si no puede mirar hacia arriba y tener una esperanza ¿a dónde se agarra?

- ¿Qué recomendaría a quien, por la salud, está pasando momentos difíciles?

- Fundamentalmente que 'miren al cielo'. Es algo que siempre da esperanza.

Hipnosis, ¿Qué es realmente?

ÁNGEL CASTILLO

¿Que es la hipnosis?
¿para que sirve?

Todos estamos acostumbrados a ver en televisión o en alguna discoteca de carretera a una o varias personas tocando un tambor inexistente o ladrando a cuatro patas o nadando en un mar inmenso con aguas cristalinas después de haber perdido la voluntad ante ese señor trajeado con poderes mentales que no nos atrevemos a mirar vaya que solo con una mirada profunda nos haga desplomarnos ante el a su merced, PUES NADA MAS LEJOS DE LA REALIDAD

La hipnosis se prohibió en la etapa franquista y solo se permitía la hipnosis circense, entonces pues tenemos una idea equivocada de la madre de todas las terapias, LA HIPNOSIS.

«ninguna persona pierde su voluntad, ninguna persona hará o dirá algo que le perjudique o vaya en contra de sus principios»

Todo lo que estamos acostumbrados a ver tiene un truquillo que tal vez en otras publicaciones os diré.

Pero ¿qué es en realidad? ¿Un estado alterado de consciencia tal vez?

A lo largo del día experimentamos varios estados de hipnosis como puede ser a la hora de ver una película y estamos absortos en ella, un partido de futbol televisado que vivimos intensamente, cuando discutimos, nos enamoramos, hacemos el amor, etc.

En realidad toda comunicación eficaz ya es hipnosis y en realidad nada es hipnosis.

«nadie queda hipnotizado eternamente»

Tengo que despedirme por el momento y se los lectores consideraréis oportuno y adecuado os seguirá adentrando en este apasionante e intrigante mundo de la HIPNOSIS a la cual vivo por y para ella.



hola paris!

Perfumeria

Estética

Alta peluquería

Plaza Colón, 27
14001 Córdoba

957 47 84 95
957 48 61 23

COMERCIAL

MONRA

- Diseño, Realización y Mantenimiento de Jardines
- Instalación y Reparación de Riegos y Pozos
- Depuradoras
- Maquinaria para jardín
- Productos Químicos



- Cloradoras Salinas
- Depuradoras
- Cubiertas
- Olvídense del Mantenimiento de su Piscina
- Disfrute de su Piscina Todo El Año
- Le Instalamos La Cubierta y La Climatización
- Limpiafondos Automáticos
- Le asesoramos sin coste

Comercial MONRA. Su Proveedor de confianza

Nuevas instalaciones: Avda. Virgen de las Angustias, 5-local 14006 CÓRDOBA
Teléfono 957 273 494 e-mail: ramon.orti@ramon.orti.com www.comercialmonra.com



En Mercedes estamos de estreno.

Ven a COVISA a conocer el Nuevo Clase C y el Nuevo SLK del 1 al 8 de abril.

Los estrenos siempre despiertan curiosidad. Y más aún cuando cuentan con dos protagonistas: el Nuevo Clase C y el Nuevo SLK, diferentes modelos con la tecnología más avanzada y la deportividad como

denominador común. Acércate a las jornadas de puertas abiertas de tu concesionario y descubre qué está pasando en Mercedes-Benz.

Si deseas concertar una prueba de vehículo, llama al 957293311

125! años creando automóviles



Mercedes-Benz

COVISA

Concesionarios Oficiales Mercedes-Benz CIUDAD MERCEDES, Ctra.Nacional 432 km.278, 14820, CÓRDOBA, Tel.: 957 29 33 11 · Variante Las Pañuelas, km 42,5, 14900, LUCENA, www.covisa.mercedes-benz.es