

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

Ortopedia Aeropuerto

Solicita nuestros catálogos

CENTRAL:
Avda Aeropuerto 19 local
14004 Córdoba - Tel 957456500

SUCURSAL
Avda Arroyo del Moro 1
14011 Córdoba - Tel 957464906

Accesibilidad y eliminación de barreras

Somos Profesionales

POR PRIMERA VEZ

El Reina Sofía realiza un trasplante combinado de hígado y riñón a dos pacientes infantiles

La amplia trayectoria en trasplante hepático pediátrico junto con el desarrollo de la nefrología infantil en el complejo sanitario han sido claves para poder realizar con éxito ambas intervenciones



Un quirófano en plena intervención

secciones

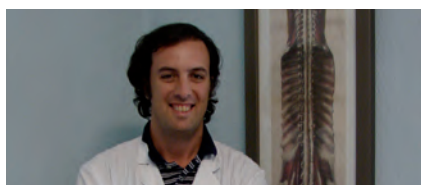
SANIDAD

La vacuna española del sida en el congreso mundial de Bangkok 6

Nuevos cursos de prescripción enfermera 7

Sanitarios checos aprenden tratamientos en problemas de audición y lenguaje 8

ENTREVISTA



Eduardo Agüera

«El Alzheimer es más complicado para la familia que para el paciente» 10-11

en buenas manos

14 ODONTOLOGÍA

Comienza la campaña de vacunación para la gripe



16 COMER SANO

El huevo, alimento básico en la cocina



18 DEPORTE Y SALUD

El dolor de espalda y el deporte

20 INFANCIA Y SALUD

El reflujo gastroesofágico en los bebés



22 SALUD Y BIENESTAR

Marta Muñoz, de la Escuela Europea de Shiatsu



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

Más de 4.000 pacientes al año se beneficiarán del nuevo equipo híbrido de PET y TAC del Hospital Reina Sofía

La Consejería de Salud de la Junta de Andalucía ha invertido más de 1,5 millones de euros en esta tecnología, que se convierte en la primera de este tipo que se instala en un hospital español

REDACCIÓN

Más de 4.000 pacientes al año se beneficiarán del nuevo equipo híbrido que combina PET (Tomografía por Emisión de Positrones) y TAC (Tomografía Axial Computarizada) para aportar más rapidez y precisión en el diagnóstico de las patologías oncológicas. El Hospital Reina Sofía de Córdoba ha puesto en funcionamiento esta tecnología, que forma parte de Medicina Nuclear y representa la última incorporación al diagnóstico por imagen de la especialidad.

La consejera de Salud, María Jesús Montero, ha inaugurado el pasado 14 de septiembre este equipamiento de última generación que por primera vez se instala en un hospital español y cuya inversión ha superado los 1,5 millones de euros. Alrededor de una veintena de pacientes diarios y más de 4.000 al año se podrán someter a estos estudios (antes de las 24 horas las personas hospitalizadas y entre 4 y 5 días si se hace de manera ambulatoria).

Alrededor de una veintena de pacientes diarios y más de 4.000 al año se podrán someter a estos estudios



La consejera de Salud, segunda por la izquierda, junto a otros responsables, tras la inauguración del PET-TAC

Un volumen importante de pacientes oncológicos, en un momento determinado de su evolución, requiere de la realización de este tipo de pruebas que ofrecen gran fiabilidad en la localización de la lesión, su posible extensión a tejidos circundantes y en caso de metástasis. La información que aporta ayuda a decidir si se indica cirugía, quimioterapia, radioterapia o la combinación de éstas y en qué orden se debe aplicar, así como la evaluación de la respuesta terapéutica.

Durante su visita, Montero recordó a José María Latre, quien fuera responsable de la Unidad de Gestión Clínica de Medicina Nuclear hasta su fallecimiento el pasado mes de junio. La consejera destacó «el cariño hacia el doctor Latre que se percibe entre sus compañeros y familiares —también presentes en el acto—», así como «su entusiasmo y compromiso con la sanidad pública» que han hecho de la unidad de Medicina Nuclear del centro cordobés «una de las más importantes del país».

El dato

Definición

+ El PET ofrece información bioquímica y metabólica de órganos y tejidos y es capaz de detectar precozmente alteraciones en determinadas patologías antes de que evidencien cambios morfológicos. El diagnóstico, estadificación y valoración de la respuesta terapéutica en tumores es su principal indicación, aunque también se emplea en el estudio de determinadas enfermedades neuropsiquiátricas y cardíacas.

Actividad

Desde la puesta en marcha del primer PET en 2007, el Reina Sofía ha realizado 4.401 sesiones. Alrededor del 90% asociados a linfomas, cáncer de pulmón y carcinoma colorrectal, mientras que el 10% restante se emplea en el diagnóstico de cáncer de tiroides, cabeza y cuello, vía biliares y melanoma, entre otros.

El nuevo equipo sustituye al que entró en funcionamiento hace cuatro años, y ofrece una única imagen que aúna el estudio funcional del metabolismo celular que facilita el PET (con una resolución de 4,2 milímetros) y el anatómico que proporciona el TAC helicoidal multicorte. Esta alta resolución permite la detección de lesiones muy pequeñas y mucha exactitud en la localización anatómica. Asimismo, al incorporar ambos procedimientos, se evita la duplicidad de estudios.

Este moderno equipamiento permitirá aumentar el número de pacientes a tratar al reducirse el tiempo de exploración (la media es de unos 20 minutos frente a los 75 minutos del otro equipo). Además, la dosis del radiofármaco utilizado en estos procesos se reduce a la mitad hasta situarse en los 5 millicuries (por lo que también descienden los niveles de radiación a los que se expone el enfermo).



ÁNGEL CASTILLO

SESIONES GRUPALES PARA DEJAR DE FUMAR TODOS LOS MIERCOLES Y UN SABADO AL MES PREVIA CITA

Especialidades:

- Tabaquismo
- Alcoholismo
- Adicciones
- Adelgazamiento
- Fobias
- Estrés
- Dolores en general
- Preparación al parto sin dolor



hip-angelcastillo@hotmail.com

C/ Rafael Orti, Local 1 (frente parasoles Noreña) - 957 359 187 - 957 461 169
Antes Vía Augusta, 1 - C.P. 14011 - Móvil: 609 530 291 - 693 597 918

El dato

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba se organiza en cuatro áreas de investigación preferentes: Inmunología, inflamación, oncología y enfermedades infecciosas; nutrición, metabolismo y endocrinología; terapia celular y trasplante de órganos, y medicina integradora y nuevas tecnologías.

Comienzan las obras para la construcción del instituto de excelencia en investigación biomédica de Córdoba

La finalización de las actuaciones del nuevo edificio del IMIBIC está prevista para 2013 y supondrá una inversión de 11,9 millones de euros, a los que se sumarán otros 6,4 para su equipamiento científico

REDACCIÓN

Las obras para la construcción del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC), centro que desarrolla trabajos de excelencia en esta área de la salud, comenzarán en breve tras la colocación, en la tarde del 16 de septiembre, de la primera piedra del edificio. Se ubicará en una parcela cedida por el Hospital Universitario Reina Sofía situada entre el acceso a Urgencias y la zona de aparcamiento. La finalización de las actuaciones está prevista para el año 2013.

El acto ha contó con la participación de la consejera de Salud, María Jesús Montero; la directo-

ra general de Investigación, Tecnología y Empresa, Sol Calzado y el rector de la Universidad de Córdoba, José Manuel Roldán, entre otras autoridades. Estas actuaciones supondrán una inversión de 11,9 millones de euros financiados por la Consejería de Economía, Innovación y Ciencia y fondos FEDER concedidos a la Universidad de Córdoba.

Además, para al equipamiento científico está previsto destinar 6,4 millones de euros (2 por la Consejería de Salud, otros 2 por Economía, Innovación y Ciencia y 2,4 por la Universidad de Córdoba — éstos cofinanciados por esta última consejería y fondos FEDER—.

La futura puesta en marcha de la nueva sede permitirá ubicar en

un mismo espacio a todos los profesionales de la provincia dedicados a la investigación biomédica de excelencia, así como incorporar la tecnología más puntera que permita trabajar con equipamiento de última generación con la intención obtener los mejores resultados en investigación en beneficio de los pacientes y así mejorar la atención de las patologías de mayor incidencia entre la población.

También se podrán ampliar y mejorar los espacios dedicados a investigar y se potenciará la investigación traslacional, es decir, aproximar la investigación básica y clínica para favorecer la transferencia inmediata de los avances a la realidad clínica y al desarrollo de nuevas terapéuticas.

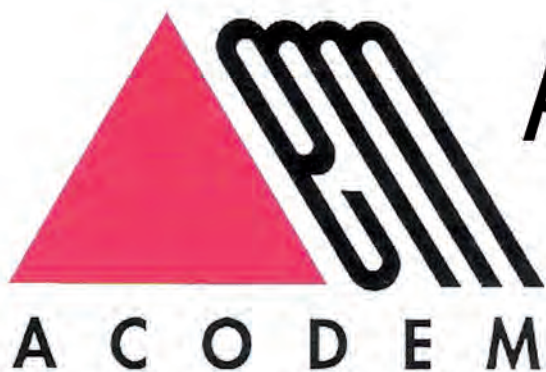


Las autoridades en el acto de colocación de la primera piedra

El IMIBIC ha sido acreditado por el Instituto de Salud Carlos III como centro de investigación sanitaria, un reconocimiento que convierte este centro en el

segundo acreditado en Andalucía, sumándose así al Instituto de Investigación Biomédica de Sevilla. Esta distinción fue ratificada el pasado 19 de septiembre.

7 de octubre: día de postulación e información



Asociación cordobesa
de
esclerosis múltiple

Con tu ayuda avanzamos más

Sede social: Plaza Vista Alegre, 32 (Edificio Florencia)

Teléfonos y fax: 957 468 183 - 957 452 521

14004 Córdoba

www.alcavia.net/acodem

e-mail: acodem@alcavia.net

Breves

Detección
precoz de sordera

Los profesionales de la consulta de hipoacusia del Hospital Universitario Reina Sofía han atendido de enero a agosto de este año a un total de 2.773 bebés, que se han sometido a pruebas durante sus primeras horas de vida al objeto de poder intervenir, en caso de diagnóstico positivo, antes de los seis meses. Desde que comenzó esta actividad en el complejo sanitario cordobés hace más cinco años, a 23.226 recién nacidos se les ha practicado este cribado para la detección de sordera.

El *screening* auditivo se lleva a cabo en una consulta que se ubica en la cuarta planta del Hospital Materno Infantil, en un espacio aislado del ruido ambiental donde se realizan pruebas sencillas, indoloras y fiables de unos diez minutos a todos los recién nacidos denominadas otoemisiones y potenciales auditivos. Los pacientes en los que detecta alguna anomalía o presentan dudas se derivan al otorrino y, en este sentido, en lo que llevamos de año se han remitido al especialista a 16 menores, entre los que se han detectados dos casos de sordera.

Normalmente, la primera prueba de cribado se realiza horas después de nacer y antes del alta hospitalaria y sólo en caso de resultado dudoso, positivo o antecedente de riesgo familiar o preconcepcional, se deriva al bebé al servicio de Otorrinolaringología para confirmar el diagnóstico.

CONSULTA

Apenas el 60 por ciento
de la población de riesgo
cordobesa se vacunó
de la gripe en 2010

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba, junto con el Laboratorio Sanofi Pasteur, ha puesto en marcha la campaña de vacunación antigripal del presente ejercicio 2011/2012. Durante el transcurso de la presentación, que contó con el Presidente del Colegio D. Práxedes Cruz y con el Jefe de Medicina Preventiva del Hospital Reina Sofía, el Dr. Rafael Fernández Crehuet, se han especificado las posibilidades que ofrece la vacuna de cara a prevenir en la sociedad esta pandemia que se extiende desde el presente mes de octubre hasta enero.

En dicha presentación se instó, por parte del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba, a concienciar a la sociedad cordobesa de las necesidades y beneficios que presenta la vacunación. Además de fomentar la vacunación a los grupos de riesgo habituales (mayores de 65, niños, sanitarios, militares y personal expuesto a la atención al público) el colegio oficial reconoce que la prevención se debe hacer extensiva al resto de población, entre los que se incluye, mayores de 6 meses y embarazadas en el primer trimestre.

El Presidente del Colegio Práxedes Cruz, advierte que «las vacunas se renuevan cada año y que por ello el paciente debe vacunarse cada campaña». Durante 2010 apenas el 60 por ciento de la población de riesgo cordobesa se vacunó adecuadamente de la gripe. Cifra alejada de la petición conjunta de la OMS y de la Comisión Europea que fijan esa franja de vacunación en, al menos, un 75 por ciento.

En cuanto a la vacuna, se mantiene la cepa de 2010, la H1N1 y, como ya se presentó en la anterior campaña, las vacunas intradérmicas son las más adecuadas para su aplicación por el menor dolor que producen y mayor efectividad.


CÓRDOBA 2016
Capital Europea de la Cultura
CIUDAD CANDIDATA



Eduardo Agüera
Jefe de la Unidad de Demencias del Hospital Reina Sofía

► La unidad que dirige se encuentra entre las mejores de Europa y en ella tratan a pacientes de toda el área de influencia del Hospital Universitario Reina Sofía.



Práxedes Cruz
Presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos

► El Colegio de Farmacéuticos a unido sus esfuerzos con Cruz Roja-Córdoba, con la firma de un convenio para realizar actividades de fomento y sensibilización social.



Mª Jesús Montero
Consejera de Sanidad

► Gracias a la aportación de la Consejería de Sanidad, más de 4.000 pacientes al año se beneficiarán del nuevo equipo híbrido de PET y TAC del Hospital Reina Sofía

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



EL COLEGIO DE FARMACÉUTICOS UNE ESFUERZOS CON CRUZ ROJA-CÓRDOBA Ambos organismos han dejado patente dichos lazos de colaboración a través de la firma de un convenio que recoge todo tipo de actividades de fomento y sensibilización social.

CARTAS DE LOS LECTORES

Bebidas... ¿energéticas?

Este verano hemos tenido ocasión de leer en la prensa el resultado de diversos estudios, realizados al parecer en Estados Unidos, que venían a confirmar algo que muchos, incluso sin conocimientos específicos en la materia, nos temíamos desde hace algún tiempo: el peligro que un consumo desahorado de las conocidas como bebidas energéticas puede acarrear a nuestra salud.

Según dichos estudios, aquellas personas que padecen de tensión arterial alta o han sufrido dolencias de corazón deberían limitar al máximo o simplemente evitar el consumo de dichas bebidas, por otra parte cada día más habituales en

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.

nuestro entorno. Al parecer, los niveles de cafeína y taurina que entrañan podrían acrecentar los síntomas de dichas patologías. La dosis de cafeína, por ejemplo, se corresponde con la de dos tazas de café, de manera que las personas que ingieren estas bebidas ven aumentar su frecuencia cardíaca casi un ocho por ciento, y su presión arterial un siete.

Las llamadas bebidas energéticas surgieron en el ámbito del deporte de alta competición, con un objetivo pre-

ciso, pero esto degeneró rápidamente y en la actualidad su consumo se ha multiplicado y extendido entre todas las capas de la sociedad, con una especial incidencia entre nuestros jóvenes. A la vista de tales estudios cabe preguntarse si no sería aconsejable que nuestras autoridades sanitarias tomasen cartas en el asunto y, de un modo similar a como se ha hecho con el tabaco, se alertara suficientemente a la población del peligro que entraña un consumo inconsciente de dichas bebidas, fuera del ámbito para el que fueron concebidas y sin limitación alguna de cantidad.

FRANCISCO VILLARRUBIA

SON NOTICIA



CÓRDOBA 2016
Capital Europea de la Cultura
CIUDAD CANDIDATA

Amalia
JOYERÍA

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

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

médicos de córdoba

Ó. CÓRDOBA

Nacido en Córdoba, cursó sus estudios en la universidad de su ciudad. Ha desarrollado parte de su trayectoria en el Hospital Infanta Margarita de Cabra, y actualmente médico del servicio de Análisis Clínicos del Hospital Universitario Reina Sofía.

- ¿Qué labores se realizan desde el departamento de Análisis Clínicos?

- En el momento actual tenemos una cartera de servicios muy amplia en cuanto a pruebas de laboratorio, con un equipo de última generación en cada una de las unidades. Respondemos a la demanda de los clínicos, tanto a nivel hospitalario como de atención primaria, y en ese sentido servimos de apoyo diagnóstico al facultativo. Nosotros hacemos una serie de determinaciones analíticas, bien sean de bioquímica, de biología molecular, de genética... además, participamos con el laboratorio en el área de reproducción asistida del Hospital Reina Sofía.

- ¿Cuál es el volumen de trabajo que soporta el servicio?

- El servicio de bioquímica en este momento, que es puntero en España ya que es de las pocas cadenas automatizadas que hay con tanto volumen, procesa en torno a 2.400 muestras diarias. Entre estos pacientes incluimos los que llegan tanto por la vía de urgencias como por la vía rutinaria; pueden estar hospitalizados, pueden ser de consultas externas o de los centros de salud y pueblos de la provincia en los que tiene su área de influencia el Hospital Reina Sofía.

- ¿Cuánto se tarda en conseguir los resultados?

- A pesar de que el volumen es importante, la respuesta es bastante rápida. En este momento estamos dando en urgencias respuesta analítica en menos de 60 minutos, y al resto de peticiones en 24 horas.

- ¿Con qué medios cuenta el servicio?

- Hoy en día el laboratorio manual es prácticamente inexistente. En lugar de eso contamos con medios materiales que son de última generación en cada una de las unidades, como los autoanalizadores, a los que les suministramos una muestra de suero del paciente, que procesan de forma automática ofreciéndonos un resultado final con la información que les solicitamos. Por otro lado tenemos un gran personal sanitario, formado por celadores, técnicos de laboratorio, personal de enfermería y facultativos (médicos, farmacéuticos y también biólogas en la unidad de reproducción asistida).

- ¿Cómo ha sido la evolución en los últimos años?

- Ha sido muy importante, puesto que se ha pasado de un laboratorio muy manual, con escasos medios técnicos, a unas instalaciones modernas y tecnológicamente avanza-



DNI profesional

Nombre: Enrique Bellido Muñoz
Lugar de nacimiento: Córdoba
Titulación: Médico especialista en análisis clínico
Facultad: Universidad de Córdoba
Trayectoria profesional: Hospital Infanta Margarita (Cabra) y Hospital Reina Sofía (Córdoba).

«Tratamos de dar resultados, con prontitud, pero sobre todo con calidad»

Enrique Bellido Muñoz

Miembro de la Unidad de Análisis Clínicos

das. Si no se hubiese producido, sería materialmente imposible soportar el volumen y el tiempo de respuesta con el que ahora trabajamos.

- ¿Será el laboratorio una parte activa en la tendencia a adaptar, mediante pruebas genéticas, los tratamientos casi de forma exclusiva a cada paciente?

- Sí. Ya se está haciendo en genética y se va a ir avanzando cada más en ese sentido. Nosotros estamos procurando definir mucho más el perfil de las pruebas analíticas que acompañen a cada tipo de enfermedad y a cada enfermo. Hoy en día no se pide tanto una analítica en base a parámetros aislados (glucosa, colesterol, ácido úrico...) sino que se pide por un perfil de enfermedad. Esto nos dice que el clínico tiene mucho más claras las ideas con respecto a su paciente, al proceso que puede sufrir y a qué analitos pueden darle la respuesta a ese diagnóstico. Esto por otro lado supone también un abaratamiento en el coste, ya que no se piden pruebas que son en muchos casos innecesarias.



El apunte

Un servicio ejemplar

✚ Esta unidad del Reina Sofía está al nivel de las mejores de su campo en toda España, tanto por sus medios técnicos como por el personal altamente cualificado de que está formada. Presta servicio a todas las áreas médicas del hospital y su área de influencia (Fisiología, Inflamación, Metabolismo, Cardiovascular, Cáncer, Neuroendocrino, Genética, Reproducción Asistida...) y, según su propia guía, organiza la obtención, recepción, clasificación y distribución de muestras para los diferentes laboratorios, ofreciendo los resultados en muy poco tiempo, pero con gran calidad.



IV SALÓN COFRADE DE CÓRDOBA

DEL 4 AL 6 DE NOVIEMBRE

RECINTO FERIAL IFECO
WWW.SALONCOFRADE.COM
T. 957 216 700









sanidad

El Reina Sofía da a conocer nuevos resultados de la vacuna española del sida en el congreso mundial de Bangkok

El servicio de Inmunología del centro cordobés **participa por primera vez en este encuentro** que se celebra esta semana para analizar los nuevos avances en vacunas frente al VIH



El doctor Peña, en el centro, junto a su equipo de investigadores en el Laboratorio de Inmunología

Ojo al dato

45

El Sida se ha convertido en una de las enfermedades más devastadoras que ha afrontado la humanidad; desde que comenzó la epidemia, más de 45 millones de personas se han infectado por el VIH y han muerto más de 20 millones. Bajo la acción del tratamiento antirretroviral se convierte en una enfermedad crónica no progresiva, pero sin él suele ser mortal, circunstancia muy frecuente en los países en vías de desarrollo.

REDACCIÓN

Profesionales del Hospital Universitario Reina Sofía participan por primera vez en el Congreso Mundial de Vacunas de Sida 2011, que se celebra esta semana en Bangkok (Tailandia) y donde se analizarán las principales aportaciones de todas las vacunas que se están investigando y/o aplicando para hacer frente al virus de la inmunodeficiencia humana (VIH).

El trabajo, realizado conjuntamente por profesionales del complejo sanitario cordobés y del Hospital Clínic de Barcelona, se presenta en formato póster y sintetiza los efectos favorables de esta terapéutica en las personas infectadas por el VIH a las que se administra la vacuna frente a aquellas que no la reciben (placebo).

Hasta ser aceptada en el congreso, la comunicación de los

inmunólogos del Hospital Reina Sofía ha superado numerosos filtros para, finalmente, recibir la confirmación de un comité muy exigente integrado por profesionales con destacados conocimientos en la materia. En este sentido, el jefe de servicio de Inmunología del centro, José Peña, destaca la satisfacción de su equipo «por poder presentar los resultados de la vacuna terapéutica frente la sida en la que estamos trabajando en colaboración con otros centros españoles». Entre los firmantes del póster figuran, por parte del Reina Sofía, el profesor Peña, el inmunólogo Rafael González y los biólogos Mario Frías y Laura Castro.

Respuesta del sistema inmune

La investigación desarrollada por los profesionales del Laboratorio de Inmunológica del hospi-

tal sobre esta nueva terapéutica ha ayudado a conocer la respuesta del sistema inmune de los pacientes que han recibido esta vacuna española contra VIH, la más efectiva que se ha probado hasta el momento de esta modalidad.

Los especialistas han demostrado que en estos pacientes, tras recibir la vacuna, se produce un incremento de las defensas, lo que justifica el descenso de la carga viral observado. El doctor Peña Martínez ha coordinado este trabajo consistente en la realización de sofisticados estudios sobre las muestras de células de los pacientes.

La participación del complejo sanitario cordobés se debe a su amplia experiencia en estudios en el campo de la inmunidad innata. La vacuna mejora precisamente la respuesta inmune innata al aumentar la funcionalidad de las células NK, que poseen la capacidad de bloquear, cuando su función es normal, la progresión de la infección por el VIH (y esto complementa y pone en valor anteriores resultados publicados por el grupo de vacunas).

El equipo cordobés colabora con este estudio multicéntrico desde que se inició hace seis años y recientemente se han dado a conocer las ventajas y la eficacia que aporta la vacuna. En total, han sido 24 los pacientes infectados por VIH autólogo (del mismo paciente) que han recibido esta inmunoterapia, en el Hospital Clínic de Barcelona.

La vacuna tiene su justificación a pesar de lo tratamientos porque con éstos últimos aparecen, a la larga, complicaciones, resistencia al virus, toxicidad y, además, son muy costosos. Por el contrario, con la vacuna se conseguiría un sistema terapéutico más económico y carente de resistencia viral, así como también se facilitaría su acceso a los países en desarrollado.

A saber

1 En qué se basa.

La vacuna se basa en técnicas de terapia celular con células dendríticas de los propios pacientes.

2 Administración.

A cada uno de ellos se le administró tres dosis, con una separación de dos semanas entre cada una de ellas. Al cabo de 24 semanas se comprobó que en la mayoría de los pacientes se había producido un descenso significativo en la carga viral.

3 Desarrollo.

El desarrollo de esta vacuna terapéutica está impulsado por el Grupo Español de Vacunas Terapéuticas y Preventivas de la Red de Investigación en Sida, que se coordina desde el Institut d'Investigacions Biomèdiques August Pi i Sunyer (IDIBAPS).

4 Colaboración.

Junto al Reina Sofía, trabajan investigadores del Clínic y del Hospital Germans Trias i Pujol de Barcelona; así como de los hospitales Gregorio Marañón y Carlos III y el Instituto de Salud Carlos III de Madrid.

El dato

Los estudios realizados muestran que cuanto mayor es el aumento de la eficiencia de las defensas inducido por la vacuna, mayor es el control del crecimiento virus. La mitad de los pacientes configuró el grupo control y no recibió la vacuna, ya que se ha empleado el método denominado doble ciego —los autores del estudio desconocían quiénes han recibido la vacuna y quiénes no—. Ningún paciente había recibido tratamiento antirretroviral en los dos últimos años.

hola paris!

Perfumería
Estética
Alta peluquería

Plaza Colón, 27
14001 Córdoba

957 47 84 95
957 48 61 23

Cuatro nuevos cursos de **prescripción enfermera** en el Colegio de Enfermería

Permitirán obtener la acreditación como enfermero/a prescriptor/a, **acreditación obligatoria** que otorgará el Ministerio de Sanidad

REDACCIÓN

El Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba ha iniciado la cuarta edición de los cursos de prescripción enfermera para la acreditación de los profesionales inscritos como enfermero/a prescriptor/a.

En total, los cuatro nuevos grupos de alumnos de esta cuarta edición se suman a los 18 que recibieron formación en las ediciones anteriores, celebradas a lo largo de 2011. Así, la cifra de profesionales que ha realizado el curso *Prescripción Enfermera y Utilización de las Nuevas Tecnologías* supera ya con creces los mil alumnos.

Estos cursos, organizados por el Colegio de Enfermería de Córdoba en colaboración con la Escuela de Ciencias de la Salud, permitirán obtener la acreditación como enfermero/a prescriptor/a, acreditación obligatoria que otorgará el Ministerio de Sanidad para todos los profesionales del Estado español conforme a la ley aprobada en el Congreso de los Diputados.

Para ello, los alumnos disponen de una serie de clases presenciales, para las que se organizan en grupos de mañana o tarde, y una vez finalizadas estas sesiones continúan el aprendizaje a través de varios seminarios *on-line*, contando con el apoyo de un horario de tutorías en la sede colegial y con tres meses para completar su formación.



Cuarta edición de los cursos de prescripción enfermera

18

Son los grupos de alumnos que recibieron formación en las ediciones anteriores, celebradas a lo largo de 2011.

Al igual que en las otras tres ediciones, el presidente del Colegio de Enfermería, Florentino Pérez Raya, dedica una parte de la primera sesión de cada grupo a exponer el capítulo de legislación en torno a la prescripción enfermera. Pérez Raya ha señalado que durante sus explicaciones aborda el «por qué llega la prescripción a España en estos momentos, la historia de su aplicación en 14 países a nivel mundial, así como la base

jurídica que ampara la potestad de prescripción para la enfermería de toda España, y por tanto, la cordobesa».

El resto de profesores que componen el cuerpo docente son Enrique Castillo, Jesús Serrano, José Cejas y Gabino Arévalo, quienes se centran en la metodología enfermera en cuanto a intervenciones enfermeras NIC, clasificación de resultados de enfermería NOC y diagnósticos NANDA, así como el uso de la plataforma *e-nursing*, considerada como la más avanzada del mundo para la prescripción enfermera, ya que aporta una seguridad para prescribir medicamentos que proporciona un margen de fiabilidad de prácticamente el cien por cien.

Imparten un curso sobre cuidados paliativos y tratamiento del dolor

Organizado por el Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba y la Escuela de Ciencias de la Salud



Completan su formación en cuidados paliativos y tratamiento del dolor

REDACCIÓN

El Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba ha celebrado el curso *Cuidados Paliativos y Tratamiento del Dolor*, organizado en colaboración con la Escuela de Ciencias de la Salud, que está adscrita a la Universidad Complutense de Madrid. Se trata de un curso que tiene como principal objetivo completar y actualizar la formación de los profesionales de enfermería inscritos para el trabajo en las unidades de paliativos.

Las encargadas de impartir el curso han sido las profesoras y

enfermeras, M^a Mercedes Peña y Esther Quirós, quien afirma que es necesario que «los alumnos adquieran herramientas a nivel psico-emocional, tanto para tratar a los pacientes como a los familiares». En este sentido, es muy importante que los profesionales tengan muy en cuenta a las familias y que sepan utilizar las habilidades comunicativas más eficaces.

Además, señala que no deben olvidarse de «sus propios cuidados como profesionales para manejar el desgaste psico-emocional a que se expone el personal sanitario en el ámbito de los cuidados paliativos».



ATRIO
CAFÉ · COPAS

Tiene historia

Profesionales del Hospital Reina Sofía muestran a sanitarios checos el tratamiento de los problemas de audición y lenguaje

La visita se produjo en la mañana del pasado día 28 de septiembre y el recorrido incluyó el paso por las dependencias del servicio de Otorrinolaringología y también por las del de Rehabilitación

REDACCIÓN

Profesionales del Hospital Universitario Reina Sofía recibieron el pasado día 28 la visita de dos sanitarios checos interesados en conocer el diagnóstico y tratamiento de los distintos problemas que afectan a la audición y el lenguaje en pacientes adultos y niños. Facultativos y personal de enfermería de los servicios de Otorrinolaringología y Rehabilitación han mostrado a los invitados el trabajo que llevan a cabo en este sentido y el equipamiento que emplean para realizar las pruebas necesarias.

El grupo de profesionales checos, integrado por un médico y una estudiante de medicina que trabajan en un centro especializado en esta patología, fue recibido en el Edificio de Consultas Externas. El jefe de servicio de Otorrinolaringología, Juan Roldán, acompañado de otros especialistas y enfermeras, les dio la bienvenida al centro y les explicó el funcionamiento de su unidad.

Así, en primer lugar, pasaron por la consulta de audiometría del hospital, donde

atienden a pacientes adultos y niños a partir de 6 años para detectar posibles pérdidas auditivas por medio de pruebas muy sencillas. Alrededor de 30 personas reciben asistencia en esta unidad diariamente.

Además, tuvieron la oportunidad de conocer una sala de exploraciones auditivas, que incorpora microscopios para la realización de exploraciones físicas del oído. Por otra parte, en los casos en que el paciente no puede colaborar, a causa de alguna enfermedad o por tratarse de niños pequeños, se llevan a cabo potenciales evocados auditivos.

También se desplazaron hasta el Hospital Materno Infantil y allí conocieron el trabajo que se desarrolla en la consulta de hipoacusia, donde se realizan pruebas a los recién nacidos durante sus primeras horas de vida al objeto de poder intervenir de forma precoz si se identifican problemas de audición.

De enero a agosto de este año, a un total de 2.773 bebés han sido atendidos en esta consulta, donde se efectúa el *screening* auditivo en un espacio aislado del ruido ambiental. Aquí se realizan pruebas sencillas, indoloras y fiables de unos diez minutos a todos los recién nacidos denominadas otonisiones y potenciales auditivos.

La visita finalizó en el servicio de Rehabilitación para conocer las terapias que se aplican a fin de tratar las disfonías y re-



Médico checo realiza una exploración de oído con un microscopio

Academia Córdoba es la entidad intermediaria para este programa entre el socio extranjero y las empresas e instituciones locales.

cuperar la voz. El jefe de servicio de esta especialidad, Fernando Mayordomo, y la logopeda Mónica Posadas les explicaron la atención individual y grupal que se presta a los enfermos para tratar de resolver los problemas del lenguaje provocados por nódulos, pólipos, edemas y parálisis en las cuerdas vocales, entre otras causas.

Los médicos de República Checa, beneficiarios del programa *Leonardo da Vinci*, pasarán una estancia en Córdoba de dos semanas con el propósito de conocer cómo se tratan los problemas de la audición. Academia Córdoba es la entidad que hace de intermediaria para este programa entre el socio extranjero y las empresas e instituciones locales.

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

AMARGOSO
MONTILLA-MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

BLANCO DULCE
MONTILLA-MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

OLOROSO TÍO JOSÉ
MONTILLA-MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

MISTELA
MONTILLA-MORILES
DENOMINACIÓN DE ORIGEN



Cirujano Plástico colegiado 5359

Dr. Redondo Camacho

Centro de Cirugía Estética y Reparadora

UNIDAD DE CIRUGÍA PLÁSTICA

CIRUGIA ESTÉTICA DE LA MAMA

- Mamoplastia de Aumento
- Mamoplastia de Reducción
- Ascenso Mamario

RECONSTRUCCIÓN MAMARIA

- Con Prótesis
- Con Tejidos Propios
- Tatuaje Areola

ABDOMINOPLASTIA

MINIABDOMINOPLASTIA

CIRUGÍA DEL PABELLÓN AURICULAR

PÁRPADOS

REJUVENECIMIENTO FACIAL

LIPOSUCCIÓN

RINOPLASTIA y MENTOPLASTIA

UNIDAD DE MEDICINA ESTÉTICA

UNIDAD LASER

- Fotodepilación
- Manchas
- Rejuvenecimiento IPL

RADIOFRECUENCIA

BOTOX

MESOTERAPIA

RELLENO FACIAL

LABIOS

PEELING

Tratamiento por Cirujanos Plásticos titulados

Intervención en Centro hospitalario

Anestesia general o local por Anestesista

Ronda de los Tejares 6, portal 2, 2ºG. Ed. Lauden. Córdoba.

Tel. 957 49 81 32. www.redondoestetica.com

Eduardo Agüera

Jefe de la Unidad de Demencias



«El Alzheimer es más complicado para la familia que para el paciente»

Ó. CÓRDOBA

El doctor D. Eduardo Agüera es médico especialista en neurología. Nacido en Córdoba, donde cursó sus estudios de medicina. Actualmente es jefe de la Unidad de Demencias del Hospital Reina Sofía.

- **¿Cuáles son los primeros síntomas del Alzheimer?**

- Principalmente, la pérdida de memoria y la falta de razonamiento. Son síntomas que, normalmente, son más fáciles de percibir por parte de los familiares que del propio paciente, y son ellos los que, al notar estos despistes, olvidos... se preocupan y hacen que el paciente vaya al médico. Muchos pacientes, cuando vienen por primera vez, no creen que tengan ningún tipo de problema.

- **¿Se pueden distinguir los olvidos provocados por esta enfermedad?**

- La mayor parte de la gente joven puede estar tranquila de que los olvidos que se presentan suelen ser por otros cuadros como anemias, falta de vitaminas, estrés... pero la mejor forma de hacer un estudio de esos síntomas para determinar su causa, sobre todo en personas más mayores, es acudir al médico de atención primaria,

■ ■ ■

«Los avances más recientes nos permiten, a partir del estudio del líquido cefalorraquídeo, saber si una persona va a sufrir Alzheimer cinco y diez años después»

■ ■ ■

que es el encargado de clasificar ese problema de memoria y decidir si es necesario que desde neurología hagamos un estudio del caso.

- **Una vez que el paciente llega aquí ¿qué proceso se sigue?**

- Lo primero es evaluar el problema de memoria. Conocer en qué grado afecta a su vida diaria y ver

si existen otros síntomas, que el paciente puede no haber notado, como problemas al hablar, si se pierde estando en la calle, si ha dejado de reconocer a algún fami-

liar... todo eso nos va diciendo que muy probablemente estemos ante un caso de Alzheimer. Después de la entrevista médica, procedemos a realizar un examen de memoria, que dependiendo de las condiciones del paciente, podemos hacer nosotros o una especialista en neuropsicología que en menos de una hora nos permite saber si esos despistes u olvidos tienen importancia o no.

- **¿Qué ocurre en caso de que la prueba nos diga que sí existe una demencia?**

- En ese caso, ya podemos hablar de enfermedad. Comenzamos a actuar realizando algunas pruebas más, para saber de qué tipo de demencia estamos hablando y, según los resultados, nos planteamos el tratamiento y la medicación más adecuados para el paciente.

- **¿Qué distingue el Alzheimer de otras demencias?**

- Sobre todo la causa. La demencia tipo Alzheimer es una enfermedad degenerativa, y a día de hoy irreversible, en la que se produce una muerte progresiva de neuronas. Otras demencias, en cambio, pueden estar causadas por diferentes mecanismos como los infartos cerebrales, infecciones, problemas del metabolismo... que tienen

El dato

Consorcio Europeo de Enfermedad de Alzheimer.

La Unidad de Alzheimer de Córdoba fue de las primeras de España en unirse al Consorcio Europeo de Enfermedad de Alzheimer, que actualmente cuenta, tan sólo, con otras tres unidades españolas. Es una organización que se encarga de fomentar el estudio y vigilancia de esta enfermedad y permite a la unidad cordobesa estar al día en los últimos avances e investigaciones que se llevan a cabo.

- Ansiedad, Estrés, Miedos
- Depresión, Inestabilidad Emocional
- Duelo
- Trastorno Bipolar
- Trastorno Obsesivo-Compulsivo
- Dependencia Emocional
- Sexualidad
- Relación de pareja, Celos, Maltrato
- Autocontrol, Manejo de la ira
- Autoestima y Habilidades Sociales
- Problemas de Personalidad

GABINETE DE PSICOLOGÍA

Psicología Clínica y de la Salud
Terapia Individual, de Pareja y Familiar



- Adicciones:
Alcohol, Tabaco,
Juego, Sexo, Comida,
Móvil, Internet,...
- Asesoramiento a Padres y Madres
- Motivación
- Psicopedagogía Clínica
- Estrategias de Aprendizaje y
Técnicas de Estudio (Primaria, ESO,
Bachillerato, Ciclos Formativos,
Universitarios y Opositores)

C/ San Álvaro, 10 - 1º 1
14003 Córdoba

Orientación en las dificultades de tu vida diaria...

Cita previa: Tlf 670813702
carmenosuna_psicologa@hotmail.com

“ *Las personas por encima de ochenta años tienen una probabilidad de padecer Alzheimer del diez por ciento.* ”

“ *Resultaría importante, poder contar con neurólogos dedicados exclusivamente a las demencias.* ”

tratamientos completamente diferentes y si son, en muchos casos, reversibles.

- **¿Cómo debe actuar la familia que cuenta con un miembro afectado por la enfermedad de Alzheimer?**

- Esta es una enfermedad muy complicada para la familia (más que para el propio paciente, que sufre menos debido a su falta de memoria). Nosotros elegimos la medicación según la fase en que se encuentre el paciente (leve, moderada, grave...), pero ésta sólo sirve para ralentizar

la progresión de la enfermedad o, en algunos casos, aliviar algo los síntomas, pero el tratamiento va más allá y para ello necesitamos la colaboración de la familia. Una parte muy importante de este tratamiento es lo que llamamos la «estimulación cognitiva» que consiste en no dejar que el paciente esté, por ejemplo,

sentado viendo la televisión, sino que haga ejercicios de memoria, labores domésticas, juegos como el dominó o las cartas...

- **¿Es beneficioso el ejercicio físico?**

- Parece que sí. Según muchos estudios, no sólo la estimulación cognitiva, sino otros aspectos como seguir una dieta mediterránea o practicar ejercicio físico suave de forma regular, ayudan a

prevenir o retrasar la aparición de la enfermedad, e incluso a ralentizar su desarrollo cuando ya ha hecho su aparición.

- **¿Qué evolución puede seguir el estudio del Alzheimer y su tratamiento en los próximos años?**

- Ahora mismo se está haciendo mucho hincapié en la importancia del diagnóstico precoz, por lo que muchos esfuerzos están centrados en ello. Lo ideal sería que antes de que exista un gran número de neuronas afectadas podamos haber actuado. Los avances actuales más recientes van en esa línea y nos permiten, a partir del estudio del líquido cefalorraquídeo, determinar si una persona va a sufrir Alzheimer entre cinco y diez años después. Aunque de momento es cierto que no es una prueba (punción lumbar) que todo el mundo haría voluntariamente porque es bastante molesta.

- **¿Cuál es actualmente el beneficio de la detección precoz?**

- Todo aquello que sabemos que previene o retrasa la aparición de la enfermedad (estimulación cognitiva, ejercicio físico, una dieta sana...) es mucho más importante para las personas que sepan que pueden sufrirla en los próximos años. Además, existen tratamientos con vitaminas o fármacos que también pueden ayudar y cuyo alcance aún no conocemos.

“ *Una parte muy importante de este tratamiento es lo que llamamos la «estimulación cognitiva» que consiste en no dejar que el paciente esté, por ejemplo, sentado viendo la televisión.* ”

- **¿Existe alguna asociación en Córdoba que pueda prestar ayuda a enfermos y familiares afectados?**

- Existe la Asociación de Alzheimer San Rafael que se dedica casi exclusivamente a esta enfermedad. Por otro lado, desde la Unidad de Demencias, tenemos muy buena relación y una colaboración activa con

“ *La demencia tipo Alzheimer es una enfermedad degenerativa, y a día de hoy irreversible, en la que se produce una muerte progresiva de neuronas.* ”

todos los geriatras de todas las residencias (El Yate, Sanyres, Vitalia...), donde se trata no sólo desde el punto de vista del Alzheimer sino de una forma integral.

- **¿Cuál es el grado de incidencia en la provincia de Córdoba?**

- Cambia la frecuencia dependiendo de la edad. Por debajo de sesenta años es muy difícil tenerlo, a partir de los sesenta y cinco años comienza a aumentar, hasta llegar, para las personas por encima de ochenta años, a una incidencia del diez por ciento. Haciendo la estadística, unos 8.000 personas pueden tener Alzheimer,



El doctor Eduardo Agüera en su consulta

aunque no todos ellos están diagnosticados porque algunos consideran que es un problema de memoria habitual de la edad, y eso es algo que debe decidir su médico de atención primaria.

- **¿Cada cuanto tiempo se realizan las revisiones de los pacientes?**

- En la Unidad de Demencias, que es la que tiene esa responsabilidad, se realiza al menos una revisión al año. Por otro lado, si el médico de atención primaria nota cualquier cosa también nos deriva al paciente.

- **¿En qué consisten dichas revisiones?**

- Lo que hacemos es valorar la evolución de la demencia, comprobar la efectividad del tratamiento, ya que no es igual en todos los pacientes, y hacer un seguimiento neurológico, neuropsicológico y neuropsiquiátrico.

- **¿En qué consiste la Unidad de Demencias?**

- La Unidad se encarga de todos los problemas de memoria. Se montó en 2004 y cuenta actualmente con dos neurólogos, tres neuropsicólogas, una psiquiatra y dos enfermeras. Además, me gustaría hacer referencia a los médicos de las residencias, que nos ayudan a llegar a más personas. Por último, evidentemente, nuestra primera línea en muchos casos son los propios médicos de atención primaria.

- **¿Cómo podría mejorarse la Unidad?**

- Evidentemente, disponer de más personal sería excelente, pero resultaría importante, al menos, poder contar con neurólogos dedicados exclusivamente a las demencias y no, como ocurre actualmente, en la que el tiempo que podemos dedicar en exclusiva está limitado.



EL CHALET

957 27 18 12
605 82 94 54

ALQUILER EN FUENGIROLA

Piso de 80 m², 3 dorm., amueblado, baño y terraza de 40 m² reformados, 2ª línea de playa, zona puerto. 450 € / mes (Disponible fines de semana)

CALASANCIO

Se alquilan estudio y habitaciones muy amplias con baño individual en chalet. Amuebladas, refrigeración, TV, Internet, zonas verdes, piscina, barbacoa, aparcamiento. Estudio, 350 €; habitaciones 250 y 275 €.

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 CALASANCIO

Chalet pareado, 216 m² construidos, 4 dorm., 2 baños y aseo, hall, salón, estar y cocina. Calefacción por radiadores, AA. Reforma integral hace 4 años. Jardín amplio, piscina, pozo. 721.000 €

Comienza la campaña de vacunación para la gripe

La campaña 2011/12 se inicia sabiendo que **el año anterior** apenas el 60 por ciento de la población de riesgo cordobesa se vacunó

REDACCIÓN

La gripe es una enfermedad de curso agudo cuya máxima incidencia se da en otoño e invierno. El periodo de incubación es de 48 horas con una variación entre uno y siete días. Se transmite por las gotitas de saliva suspendidas en el aire al toser y estornudar.

Los principales síntomas son: fiebre de hasta 39°C, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares, postración, estornudos, tos intensa y persistente, rinorrea, lagrimeo y faringitis leve. Los síntomas de la gripe pueden confundirse con los de otras patologías respiratorias, como el catarro común, por lo que se recomienda consultar al médico de atención primaria o al pediatra. Es una enfermedad autolimitada con una evolución de 5 a 7 días, aunque algunos de los síntomas suelen durar entre dos y tres semanas.

La vacunación es la medida más eficaz para prevenir la gripe y sus complicaciones. Las medidas higiénicas fundamentales que hay que tener en cuenta para evitar la transmisión del virus son: taparse la boca al toser o al estornudar, preferentemente con pañuelos desechables y no con las manos; lavarse frecuentemente las manos, sobre todo después de haber tosido o estornudado; procurar no reutilizar los pañuelos empleados al estornudar o limpiarse las secreciones nasales.

Inicio de la campaña 2011/2012

Entre las novedades de este año destaca la compra centralizada de vacunas realizada a partir del acuerdo suscrito por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, el Ministerio de Defensa, la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias (Ministerio del Interior), el Instituto Nacional de Gestión Sanitaria (INGESA) y las CCAA de Aragón, Asturias, Baleares, Cantabria, Castilla y León, Comunidad Valenciana, Extremadura y Madrid. Mediante este proceso de compra se han podido adquirir 3.654.980 dosis de vacunay obtener un ahorro estimado de 3.261.136 euros.



El Ministerio recuerda la importancia de que se vacunen los profesionales sanitarios que asisten a personas de riesgo para evitar la transmisión del virus.

La OMS dispone de una red internacional de laboratorios, que cubre a 104 países, a través de la colaboración de 134 centros nacionales de gripe y 5 centros de referencia. Todos los países envían a estos centros los virus aislados durante la temporada gripal y, basándose en el análisis de esos virus, se establecen las recomendaciones de la OMS sobre la composición de la vacuna antigripal.

España participa en este programa con tres centros nacionales de gripe: Centro Nacional de Microbiología del Instituto de Salud Carlos III, Hospital Clínico de Barcelona y Facultad de Medicina de Valladolid.

Los grupos para los que se recomienda la vacunación:

- Personas de 65 o más años de edad.
- Menores de 65 años que, por presentar una condición clínica especial, tienen un alto riesgo de complicaciones derivadas de la gripe o en los que la enfermedad pudiera provocar una descompensación de su condición médica.
- Personas que pueden transmitir la gripe a aquellas que tienen un alto riesgo de presentar complicaciones.

Para la temporada 2011-2012, la vacuna trivalente antigripal recomendada por la OMS para el hemisferio norte contiene las siguientes cepas:

- Cepa análoga a A/California/7/2009 (H1N1).
- Cepa análoga a A/Perth/16/2009 (H3N2).
- Cepa análoga a B/Brisbane/60/2008.

Para que la vacunación sea eficaz es preciso tener en cuenta las siguientes recomendaciones: utilizar siempre la vacuna correspondiente a la temporada en curso, ya que su composición puede ser distinta cada año; repetir la vacunación todos los años en el cuarto trimestre. La vacuna de la gripe sólo protege contra la gripe estacional o común y no contra la gripe aviar ni otros procesos respiratorios.

La Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica realiza la vigilancia epidemiológica de la gripe en España, mediante la información suministrada por las Comunidades Autónomas a través del Sistema de Enfermedades de Declaración Obligatoria (EDO) y del sistema de vigilancia especial, constituido por las redes de vigilancia centinela de gripe.

El huevo, alimento básico en la cocina

comer sano

16

Dolor de espalda y deporte

deporte saludable

18

El reflujo gastroesofágico en los bebés

la infancia y la salud

20

Marta Muñoz, profesora de Shiatsu

salud y bienestar

22



Todos los niños pueden ser Einstein

De Fernando Alberca, autor de Cuatro claves para que tu hijo sea feliz, llega un libro excepcional que cambiará tu concepción sobre acervo genético y el desarrollo de la inteligencia.

PRESENTACIÓN DEL FORUM ARRUZAFÁ 2011: Actualización en sistemas diagnósticos del **Segmento Anterior**

HOSPITAL LA ARRUZAFÁ
INSTITUTO DE OFTALMOLOGÍA LA ARRUZAFÁ

Forum Arruzafa es un encuentro anual que reúne a oftalmólogos de toda España para analizar los últimos avances científicos de esta especialidad, convirtiéndose así



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

en un referente de la Oftalmología a nivel nacional, con una clara vocación de divulgación científica y de intercambio de conocimientos de los temas de máxima actualidad y mayor inquietud entre los profesionales del sector. Al mismo tiempo cumple una importante misión solidaria ya que recauda fondos para los proyectos socio-sanitarios de dicha Fundación.

Cada año, dicho evento, está dedicado a una «subespecialidad» oftalmológica y en el mismo participan grandes expertos, de todo el territorio nacional, que aportan

sus conocimientos, experiencia y enriquecimiento a esta reunión.

Este año, Fundación La Arruzafa organiza el Forum Arruzafa 2011, los días 11 y 12 de noviembre, con el tema «**Actualización en Sistemas Diagnósticos del Segmento Anterior**», cuyo objetivo es el de actualizar la tecnología básica clínica, así como los avances tecnológicos que se han producido en los últimos años para poder realizar diagnósticos y medidas más precisas que ayuden a mejorar los porcentajes de éxito quirúrgico.

La dirección y coordinación correrá a cargo del Jefe de la Unidad de Córnea del Instituto de Oftalmología La Arruzafa, el Dr. Alberto Villarrubia Cuadrado y se prevee la asistencia de más de 400 especialistas. El evento se celebrará en El Parador Nacional de la Arruzafa y se estructurará en diferentes sesiones, con ponencias y mesas redondas, en las que ponentes y congresistas tienen la oportunidad de intercambiar impresiones y discutir sobre cada ponencia o caso clínico.

Duodécima edición del Forum Arruzafa

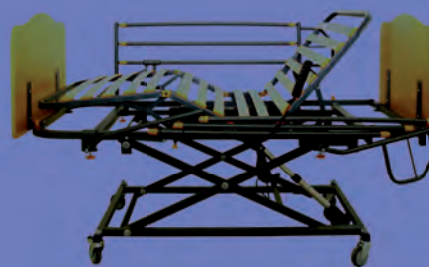
Para inscribirse y acceder al programa del Forum puede hacerlo a través de la web:

www.hospitalarruzafa.com

o entre directamente en la página editada para el evento:

www.hospitalarruzafa.com/congreso

DISTRIBUCIÓN Y SUMINISTRO DE MATERIAL MÉDICO-QUIRÚRGICO



Summedical

Avda. Menéndez Pidal, 12
14004 Córdoba – Córdoba
Telf.: 957202481
www.summedical.com

PRECIOS SIN COMPETENCIA

En Summedical nos dedicamos a la selección, distribución y suministro de los mejores productos médico-quirúrgicos y se los ofrecemos a usted a precios sin competencia, para que si desea superarse no tenga ninguna limitación.

El huevo, alimento básico en la cocina

Tiene un alto contenido en **proteínas, vitaminas, minerales y aminoácidos esenciales**

A. CABELLO

El huevo es uno de los ingredientes básicos en la alimentación y muy versátil en la cocina ya que puede emplearse tanto en comidas saladas como dulces, frías o calientes, etc.

Tiene un alto contenido en proteínas, vitaminas, minerales y aminoácidos esenciales que deben ser incorporados a nuestra dieta ya que el cuerpo no los fabrica por sí solo.

Su alta concentración en nutrientes, su bajo aporte calórico y su fácil asimilación ponen de relieve su papel en la dieta de la población en general, especialmente en la de los grupos con ne-



El 60% de su peso está constituido por la clara, el 30% por la yema y el 10% por la cáscara

AGP Omega-3, que se ha demostrado que es altamente beneficiosa para la salud cardiovascular.

También contiene antioxidantes (Selenio, vitamina E, carotenoides), ácido fólico y colina, necesarios para el buen funcionamiento del organismo. El huevo es una apreciable fuente de vitamina A (100 g de parte comestible aportan un 28,4% de la Cantidad Diaria Recomendada), vitamina D (36%), vitamina E (15,8%), riboflavina (26,4%), niacina (20,6%), ácido fólico (25,6%), vitamina B12 (84%), biotina (40%), ácido pantoténico (30%), fósforo (30,9%), hierro (15,7%), cinc (20%) y selenio (18,2%).

Existen diferencias notables entre el contenido nutricional de la yema y la clara. El colesterol, grasa y otros micronutrientes como minerales y vitaminas hidrosolubles se encuentran en la yema, mientras que la clara esta formada por agua en un 88% y proteínas (ovoalbúmina) en un 11%.

A tener en cuenta

El consumo de huevo crudo no es saludable en grandes dosis debido al riesgo de contraer salmonelosis y por el contenido de avidina, una sustancia que bloquea la absorción de biotina (vitamina B8) y puede originar su deficiencia. Con el calor la avidina se desnaturaliza quedando la vitamina libre para ser absorbida.

Todos estos nutrientes configuran al huevo como uno de los alimentos más ricos y saludables de la dieta además de aportar pocas calorías. Para poder aprovechar todas sus nutrientes el huevo debe cocinarse hasta que la clara este cuajada, ya que el calentamiento facilita la digestión completa de las proteínas del albumen, la liberación de algunas vitaminas y minerales y la destrucción de posibles microorganismos contaminantes como son las salmonelas.

cesidades alimenticias específicas como ancianos, adolescentes, gestantes, personas que realizan dietas hipocalóricas o vegetarianas.

En el huevo, un 60% de su peso aproximadamente está constituido por la clara, un 30% por la yema y el 10% restante por la cáscara. Se suele considerar ración unos 100 g, lo que equivale a dos huevos medianos. Esto nos aporta el 7% de las calorías diarias recomendadas y sus proteínas son de gran valor ya que son

necesarias y además fáciles de asimilar. El contenido en hidratos de carbono es muy pequeño, el aporte de energía vendrá de su contenido en lípidos donde destacan ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados. La calidad de la grasa presente en el huevo es buena pues el contenido de AGM (ácidos grasos monoinsaturados) es de un 3,6% y de AGP (ácidos grasos poliinsaturados) un 1,6%, superando el contenido de grasa saturada que es de 2,8%. Contiene también



TABERNA
El Maestrante
Tu taberna ecuestre en Córdoba



Calle Céspedes nº 5, 14003, Córdoba (Junto a Mezquita Catedral)

BEAUTY *Max*

CENTROS DE ESTETICA Y BELLEZA INTEGRAL

Belleza
para el y para ella

FOTODEPILACIÓN CON EL NUEVO SISTEMA E-LIGHT
TRATAMIENTOS REAFIRMANTES CORPORALES
DEPILACIÓN A LA CERA
ADELGAZAMIENTO POR CAVITACIÓN
TRATAMIENTOS ANTICELULÍTICOS Y FACIALES
PEELING ULTRASÓNICO
MICRODERMOABRASIÓN
REJUVENECIMIENTO FACIAL
MANICURA Y PEDICURA
MASAJES



PIERDE CENTRÍMETROS DESDE LA PRIMERA
SESIÓN DE CAVITACIÓN

Prueba **GRATIS**

PIDA CITA AHORA y le obsequiaremos con
una sesión **GRATIS** de CAVITACIÓN, RADIOFRECUENCIA
O FOTODEPILACIÓN CON EL NUEVO SISTEMA ELIGHT.

"Hasta el 28 de Octubre"

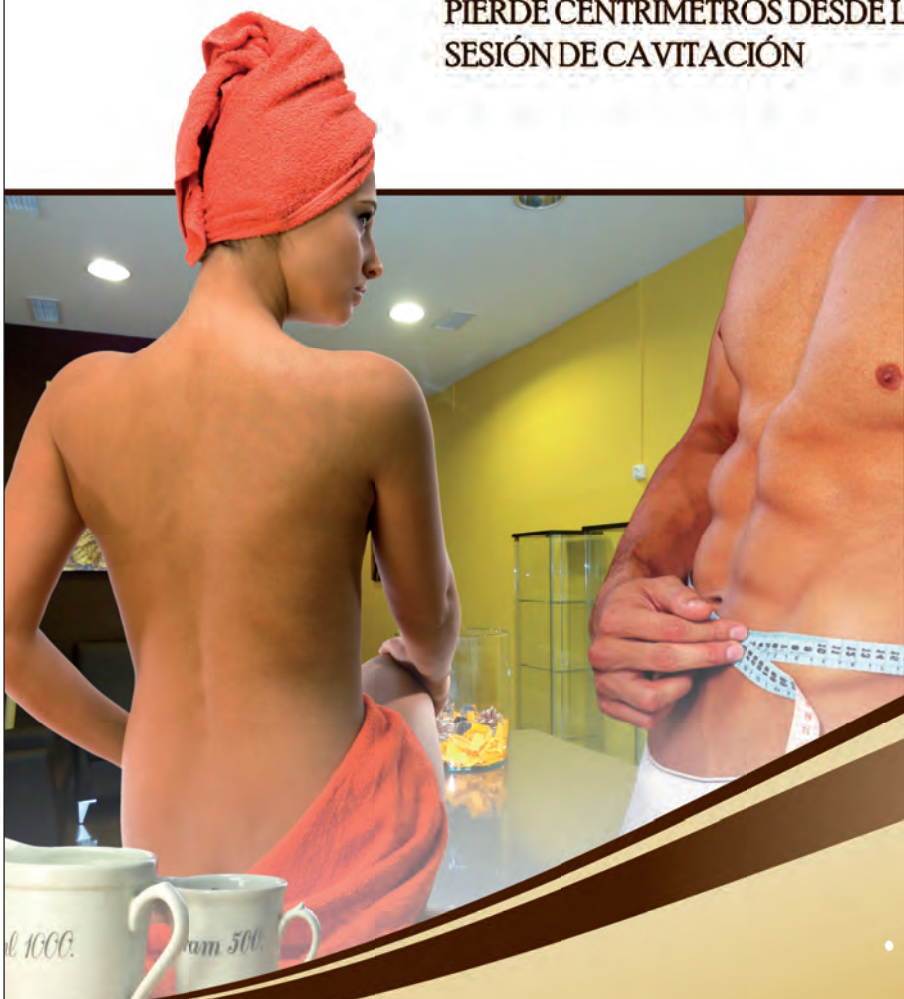
**GRAN INAUGURACIÓN DE TU NUEVO
CENTRO DE ESTÉTICA EN CÓRDOBA**



TRATAMIENTO REAFIRMANTE DE ORO 24K



TRATAMIENTO DRENANTE DE BAMBÚ



C/ Góngora 13
(Frente a Góngora Gran Café)
Tel: 957 78 20 15

Dolor de espalda y deporte

El origen del dolor de espalda es muy diverso, aunque algunas de las causas más frecuentes suelen ser las **contracturas musculares y las lesiones en los ligamentos**

el dato

Jóvenes de 15 años han tenido alguna vez dolores de espalda, en concreto algo menos del 70% de las niñas y más del 50% de los niños.

A. CABELLO

El «dolor de espalda» se puede definir como una sensación de rigidez o tensión muscular localizada en alguna parte de la espalda que eventualmente puede ir acompañada de dolor en otras zonas como articulaciones, brazos y piernas.

Puede estar provocado por acciones cotidianas como pueden ser cargar peso, movimientos bruscos, posiciones inadecuadas y continuas... Afecta por igual a hombres y mujeres, tanto a trabajadores que tienen que estar sentados como a los que realizan algún tipo de trabajo que requiere actividad o esfuerzo físico. Se trata de un problema de primera magnitud que

afecta a la calidad de vida y provoca costes sociales, laborales y económicos.

El origen del dolor de espalda es diverso, algunas de las causas más frecuentes son las contracturas musculares o las lesiones en los ligamentos porque están débiles o fatigados y los sometemos a tensiones mayores de las que pueden soportar. Otras lesiones musculares vienen provocadas por esfuerzos bruscos o intensos. Se pueden aliviar con descanso, tratamientos de frío o tomando medicación.

Otra lesión es la alteración de los discos intervertebrales, que se suele dar a edad más avanzada, y de la que podemos citar como ejemplo clásico la ciática.

Por otro lado, las alteraciones en las articulaciones que hay entre las vértebras como la espondilolistesis que es un desplazamiento de una vértebra sobre otra, pueden comprimir la médula ósea o un nervio provocando un gran dolor:

Otras afecciones pueden venir por el embarazo, osteoporosis, obesidad o sobrepeso, movimientos bruscos, estrés...



Ejercicio físico

El ejercicio físico y el fortalecimiento de los músculos puede ayudarnos a prevenir y a disminuir los dolores. Aunque no es una fórmula mágica se ha observado que personas que realizan ejercicio de forma frecuente pero no intensa, tienen menos dolores de espalda que personas sedentarias.

La natación es uno de los deportes más destacados para evitar contracturas ya que mejoramos nuestro tono muscular y nuestra posición. Nos ayuda a disminuir dolores musculares sobre todo los de la espalda. Debemos tener en cuenta qué tipo de estilo podemos practicar ya que hay movimientos que pueden crearnos exceso de tensiones en las cervicales o en las lumbares. Por lo tanto es conveniente practicar varios estilos como crol, espalda y braza. Si se tienen problemas lumbares no es tan aconsejable la mariposa.

El dolor de espalda se podría mejorar haciendo ejercicios que nos lleven a mejorar y fortalecer la musculatura de la espalda y aumentar su resistencia contra la fatiga, lo que nos llevaría a afrontar la jornada con más posibilidades de no dañarnos cuando tenemos que realizar alguna ac-

El dolor de espalda se podría mejorar haciendo ejercicios que nos lleven a mejorar y fortalecer su musculatura

tividad más intensa. Otros ejercicios que nos pueden ayudar a fortalecer la espalda son montar en bicicleta y correr.

Para prevenir el dolor de espalda cuando realizamos algún deporte es básico realizar un buen calentamiento antes de realizar cualquier actividad física y estirarlos después de su práctica, ya que esto nos evitará posibles lesiones. Debemos usar las técnicas apropiadas de cada ejercicio, lo que nos evitará futuras molestias en la espalda.



Otra lesión es la alteración de los discos intervertebrales, que se suele dar a edad más avanzada, y cuyo ejemplo claro es la ciática



LA PALA
PADEL
REBAJAS

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)
Telf. 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

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

Rincón de las Beatillas

Cocina Tradicional Cordobesa

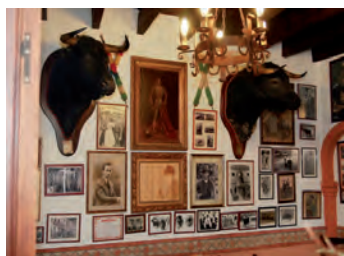
RESERVAS

957 48 33 36

629 75 74 83

Plaza de las Beatillas, 1 14001 - CÓRDOBA

elrincon@tabernabeatillas.com



El reflujo gastroesofágico en los bebés

Si hay otros síntomas, como pérdida de peso, es conveniente consultar con el pediatra

A. CABELLO

El reflujo es una pequeña cantidad de comida que sube hacia el esófago o sale por la boca. En los bebés como el esfínter de entrada al estómago aun no se cierra bien puede ocurrir con frecuencia.

Es muy habitual que pase durante las tomas, aunque también se puede presentar cuando el niño hace algún esfuerzo, tose o llora. Esto se debe a un problema de inmadurez del anillo muscular que conecta el esófago con el estómago, por el que los músculos no se cierran completamente. Este trastorno alcanza su máxima intensidad al cuarto mes de vida.

Su sintomatología son regurgitaciones abundantes o vómitos esporádicos que normalmente no repercuten en la salud del bebé. Si el reflujo viene acompañado de otros síntomas como pérdida de peso es conveniente consultar con el pediatra.

Otras causas del reflujo son la postura horizontal y la alimentación líquida, ambos factores complican el trabajo del mecanismo de cierre del estómago.

Para disminuir la cantidad o frecuencia del reflujo debemos darles el pecho o biberón en una posición erguida y mantenerlos de esta forma durante un periodo de tiempo de al menos veinte minutos. Procurar que el bebé trague poco aire, alimentándole despacio y procurando que lo expulse bien. Hay que evitar que coma demasiado, y es mejor en tomas más pequeñas y más frecuentes.



Comprobar que el agujero de la tetina sea adecuado. No debemos mover demasiado al niño tras la comida. Por último, hay que procurar que no tenga el estómago muy presionado por el pañal, el arnés del cochecito...

En la mayoría de los casos los bebés no sufren ningún problema y los reflujos a partir del cuarto mes van disminuyendo hasta alcanzar su primer año de vida, momento en el que ya deben haber desaparecido.

Enfermedad por flujo gastroesofágico

Algunas regurgitaciones excesivas pueden causar problemas por el paso de ácido del estómago hacia el esófago, que se manifiestan con pérdida de peso, irritación, rechazo del alimento o dificultades a la hora de comer. Puede tener problemas respiratorios, y aparecer en los vómitos restos de sangre, mucosa verde o amarilla. En estos casos el pediatra le hará las pruebas necesarias y mandará un tratamiento adecuado para mejorar su salud.

Síntomas

Este trastorno se suele presentar con los siguientes síntomas:

- El bebé fabrica mucha saliva.
- Mal aliento.
- Cuando está durmiendo se despierta sin causa aparente.
- Puede rechazar el alimento.
- Tiene dolores abdominales.
- Alteraciones de la conducta e irritabilidad.
- Suele tener bronco espasmo reflejo.
- Dolor de garganta o voz ronca.

A tener en cuenta

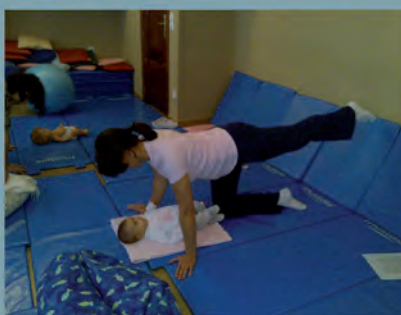
+ El vómito no es el único indicador del reflujo gástrico, muchos niños son víctimas de este trastorno, y no manifiestan este tipo de síntoma. Por ello debemos estar atentos a otras alteraciones relacionadas con este problema.



C.E.M. LOS ARCOS

CENTRO DE EDUCACIÓN MATERNAL Y RECUPERACIÓN PUERPERAL

- PREPARACIÓN AL PARTO
- RECUPERACIÓN PUERPERAL
- GIMNASIA PRENATAL
- GIMNASIA POSPARTO
- YOGA
- PILATES
- MASAJE INFANTIL
- GIMNASIA PARA BEBÉS



ATENDEMOS COMPAÑÍAS MÉDICAS

Rda. de los Tejares, 16 - Portal 5 - 1º Derecha - 14001 Córdoba
Tlf./Fax 957 471 743
info@cemlosarcos.es - www.cemlosarcos.es

JARDINTER

MUEBLES PARA JARDÍN E INTERIOR

**OFERTAS
especiales en
CONJUNTOS
DE JARDIN**



Mobiliario de Resina y Aluminio



Arcones-Muebles auxiliares



Accesorios de baño

Estanterías



MUEBLES RÚSTICOS Y DE FORJA

ARTÍCULOS DE REGALO Y DECORACIÓN

FAROLAS, LAMPARAS Y APLIQUES

TAPICES



Artículos de forja
Mesa camilla

Exposición y venta

Búscanos en  www.facebook.com/jardinter

**Calle Adarve, s/n.
Telf. 957 48 78 64**

JARDINTER

MUEBLES PARA HOSTELERIA

Calle Adarve, s/n.
Telf. 957 48 78 64



BARES

RESTAURANTES

CAFETERÍAS

HOTELES

PUBS



Marta Muñoz, profesora en Córdoba de la **Escuela Europea de Shiatsu**

El shiatsu es una **técnica corporal manual**, basada en la medicina tradicional China

Ó. CÓRDOBA

- ¿Qué es el shiatsu?

- El shiatsu es una técnica corporal, basada en la medicina tradicional China, en la que manualmente se trabajan los meridianos y los puntos de acupuntura, a través de estiramientos y buscando el reequilibrio energético. Nosotros entendemos a la persona como una unidad equilibrada física, emocional y espiritualmente, buscando ese equilibrio entendiendo a la persona como esa unidad y atendiendo a todos esos aspectos. Por lo tanto revisamos con nuestros clientes sus hábitos de vida, de alimentación... para encontrar dicho equilibrio.

- Entonces, ¿no tratáis de forma separada los conceptos físicos, emocionales o espirituales?

- No. Esto es un concepto básico de la medicina oriental que la diferencia de la occidental, en la que se divide mucho a la persona, tratándola como «compartimentos separados», donde cada uno: mente, cuerpo... busca su equilibrio independientemente. Al contrario, en la filosofía oriental se entiende a las personas como una unidad (es el concepto que a mí más me atrajo de esta filosofía y con el que yo más comulgo), y tenemos que buscar la salud dentro de esta unidad, no podemos estar muy bien físicamente y hechos polvo mentalmente.

- ¿Cómo afecta el shiatsu a los clientes?

- Entendemos que nuestro cuerpo está movido a través de la energía del cosmos, que fluye por todos sitios, y que cuando hay un estancamiento o una falta de energía, se produce un desequilibrio en el organismo que puede derivar en una enfermedad o en un malestar. Nosotros, a través de estas manipulaciones, intentamos reequilibrar esa energía, para hacer que el cliente se sienta mejor y más saludable.

- ¿Cuál es el origen del shiatsu?

- Su origen está basado en la medicina tradicional China y comenzó a ejercerse por Tokujiro Namikoshi en Japón durante los años 50 del siglo pasado. Esta técnica reinventa y engloba conceptos, tanto de la medicina oriental tradicional, como de la occidental, aunque el grueso tiene su fundamento en la primera de ellas.



Marta Muñoz, profesora de shiatsu

- ¿Cuáles son los beneficios de esta técnica?

- Nos basamos en la creencia de que el organismo es capaz de encontrar su propio equilibrio. Cuando no vamos con el ritmo natural de la vida se produce un desequilibrio que provoca el malestar, el shiatsu lo que intenta es darle la oportunidad a nuestro organismo de auto curarse recontrando ese equilibrio, esto nos puede beneficiar en diversos trastornos como los digestivos, depresiones, insomnio, trastornos del periodo y sobre todo para el estrés, que según mi experiencia es responsable de muchas dolencias y malestares, ya que nuestro ritmo de vida actual nos empuja a marchar forzadas no dando tiempo a nuestro organismo a relajarse y equilibrarse.

- ¿Cómo se extendió el shiatsu por Europa?

- El origen, como antes comentamos, se encuentra en Japón en los años cincuenta, de allí pasó a América y después a Inglaterra, desde donde se acabó extendiendo por toda Europa.

- ¿Y cuándo llega a Córdoba?

- En el año 2000 llega a Córdoba la Escuela Europea de shiatsu. Tras terminar mi formación en la Escuela Europea comencé a

trabajar como terapeuta de shiatsu aquí en Córdoba y después de estar varios años trabajando comencé a impartir clases a través del Centro Tao, donde en un principio comenzaron a venir profesores de la Escuela Europea. Actualmente, aunque siguen haciéndolo, ya hay profesores cordobeses que han acabado su formación e imparten clases en el centro.

Empezamos un curso de iniciación a final de octubre

- ¿Cuales son las labores del Centro Tao?

- Los que nos encontramos en el centro Tao tenemos una doble vertiente. Por un lado tenemos la atención personalizada a nuestros clientes, me gusta hablar de clientes porque no somos médicos, no pretendemos meternos en el ámbito de la medicina, por lo tanto no trabajamos con pacientes, (cuando a mí me viene alguien con una enfermedad que no se pueda tratar con el shiatsu le aconsejo que visite a un médi-

co), nosotros nos movemos más en el nivel de la prevención, me gusta más hablar de clientes porque me gusta que mis clientes tengan una actitud activa, yo no puedo ayudarles si ellos no toman la actitud necesaria, así pues tenemos sesiones individuales con el cliente, sesiones muy personalizadas a cada cual según su malestar y luego también nos dedicamos a dar la propia formación de la técnica, comenzando desde cero, empezamos con técnicas muy sencillas que puedes aplicar con tus familiares o amigos, hasta una formación profesional.

- ¿Está abierto pues a cualquier persona que lo desee, tanto a clientes como para recibir formación?

- Sí claro. Como clientes evidentemente. Y para formación también, puesto que no se requiere ninguna formación previa, comenzamos desde cero y la formación completa son tres años. Nosotros decimos siempre que es una técnica que aprendemos como medio de crecimiento personal, puesto que te exige una preparación física y mental adecuada, pero también como una forma de ayudar a los demás.

- ¿Para qué personas esta más indicada esta técnica? ¿existe alguien para quien pudiera estar contraindicado?

- Realmente contraindicación no hay, al ser muy personal. No se va a trabajar lo mismo con un chaval de 20 años que con una persona de 60. A cada cual se le aplicaran las técnicas que vayan de acuerdo con sus condiciones. El shiatsu viene muy bien para casi todo, ya lo practiquemos simplemente para prevenir o cuando empiezas a notar que no estas a gusto, que estas un poco depre o que estas mal en general, darte unas sesiones para, ponerte a tono y equilibrarte. En mi opinión eso le viene bien a todo el mundo.

- ¿Cuándo comienza el próximo curso?

- Tenemos uno de iniciación a final de octubre, es un curso de 40 horas y comenzamos desde cero, es sobre todo practico así que, aunque vamos a impartir teoría sobre medicina china, sobre todo vamos a estar el máximo tiempo posible trabajando, aprendiendo técnicas muy básicas y sencillas, donde vamos a ir, por parejas, primero aplicando y luego recibiendo, con lo cual vamos a estar al mismo tiempo aprendiendo a ejecutar las técnicas y disfrutando de los beneficios de recibir el tratamiento.



**ESCUELA EUROPEA DE
SHIATSU**

WWW.SHIATSU.NET

CURSOS DE INICIACIÓN Y DE
FORMACIÓN PROFESIONAL

**NUEVO CURSO DE INICIACIÓN
A FINALES DE OCTUBRE**

Centro Tao

C/ Manuel de Falla, 4, local
centro_tao@hotmail.com
957 281 322 - 660 701 995





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.

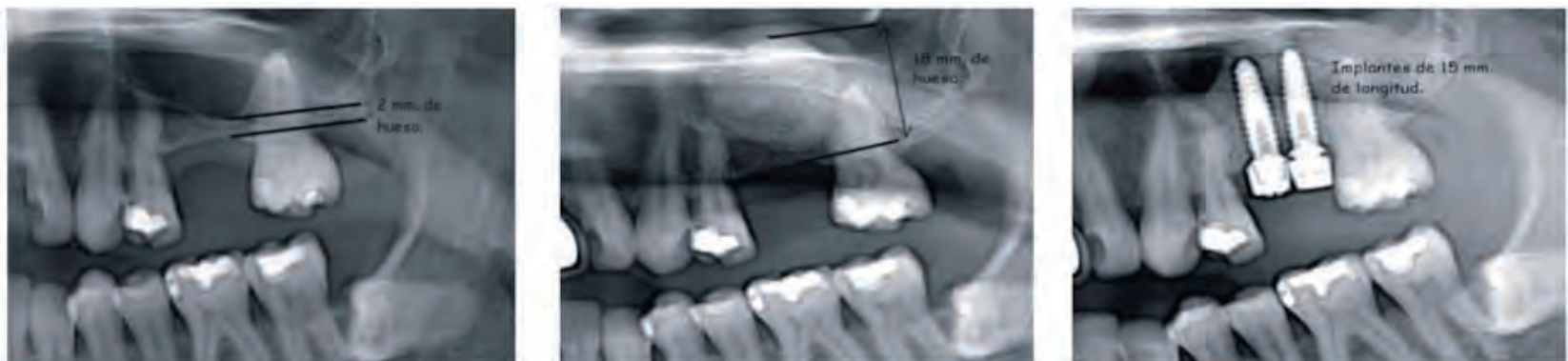
Actualmente DISPONEMOS EN NUESTRO CENTRO DE técnicas quirúrgicas especiales destinadas a tratar a estos pacientes a los que no se les pueden colocar implantes en condiciones normales.

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



Vito 110 CDI Furgón Compacto desde sólo 17.250 €*.

Mi furgoneta. La Nueva Vito.

Una furgoneta en la que puedes confiar. Los estándares de calidad de la marca Mercedes también brillan en la nueva Vito. Gracias a su garantía de 12 años contra la corrosión, una carrocería totalmente galvanizada y largos in-

tervalos de servicio, los tiempos fuera de servicio de la nueva Vito son más cortos que nunca. Esta Vito es más segura que nunca.

www.mercedes-benz.es

www.vitoelsocioperfecto.es

*Vito 110 Furgón Compacto 70kW (95 Cv). Transporte e impuestos no incluidos. Oferta válida hasta el 31/12/2011.

125! años de innovación



Mercedes-Benz

COVISA. Concesionario Oficial Mercedes-Benz. Ctra. N-432, km 278. Tel.: 957 29 33 11. 14820 CÓRDOBA • Variante Las Peñuelas, km. 42,5. Tel.: 957 50 25 49. 14900 LUCENA. www.covisa.mercedes-benz.es