

que importante es oír bien!

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

**EFETA**  
centros auditivos  
www.efeta.es

**soluciones digitales para la sordera**

**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

## EN EL HOSPITAL LA ARRUZAFÁ

# Reunión del grupo Innova Ocular en Córdoba

Directores médicos y departamentos gerenciales de las clínicas oftalmológicas más importantes del país se reunieron en Córdoba con el fin de intercambiar opiniones y conocimientos sobre los avances tecnológicos y técnicas quirúrgicas de máxima actualidad. La cita, organizada por el grupo Innova Ocular en el que se integran los diez centros de referencia de la oftalmología española, entre ellos el cordobés Instituto de Oftalmología y Hospital La Arruzafá.

(sigue en la página 3)



Representantes de las distintas clínicas del grupo Innova Ocular

## secciones

### ► SANIDAD

**El Reina Sofía supera un nuevo récord histórico de trasplantes en 2011** 6

**El farmacéutico, y la aplicación de inhaladores** 7

**Unos 1.400 cordobeses han recibido atención del Plan de Cuidados Paliativos** 8

### ► ENTREVISTA



José Antonio Prados

«Queremos aprovechar el uso de Internet por el bien del paciente» 10-11

## enbuenasmanos

### 15 OFTALMOLOGÍA

**Las revisiones oftalmológicas durante la infancia**



### 16 COMER SANO

**La importancia de controlar el colesterol**



### 18 DEPORTE Y SALUD

**El golf, un deporte para todos, sano y divertido**

### 20 INFANCIA Y SALUD

**Atención Temprana en la Primera Infancia**



### 22 SALUD Y BIENESTAR

**Aprender de nuevo a gustarse y gustar**



**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

## La Catedral de Córdoba y Encinarejo los primeros cardioprottegidos de España

El monumento tendrá dos desfibriladores semiautomáticos, uno donado por SEMES Andalucía, y 16 empleados formados en su uso. La ELA cordobesa dispondrá de tres desfibriladores semiautomáticos y formará para su uso a todos los empleados municipales

REDACCIÓN

La Catedral de Córdoba se convertirá en la primera de España que dispondrá de un plan de cardioprotección según las recomendaciones de la Sociedad de Urgencias y Emergencias (SEMES) de Andalucía para intervenir en casos de parada cardiorrespiratoria y ganar tiempo antes de la llegada del personal sanitario especializado. El obispo de la Diócesis de Córdoba, monseñor Demetrio Fernández, ha presentado el proyecto junto a los presidentes del Cabildo de la Catedral, Manuel Pérez Moya, y del citado colectivo médico y también director del Grupo DESA, Fernando Ayuso. El programa consiste en la instalación de dos desfibriladores semiautomáticos en sendos puntos del monumento y la formación de 14 empleados de la Catedral tanto en el manejo de estos aparatos como en soporte vital básico. El prelado se ha mostrado especialmente «satisfecho» por la mejora de las condiciones de seguridad del primer templo de la Diócesis y ha agradecido que la SEMES haya tenido el «buen gesto» de regalar uno de los dos desfibriladores con los que contará el monumento.

Esta actuación se suma asimismo a otras muy relevantes que ha emprendido el Grupo DESA de la SEMES en lo que va de mes

Ayuso, quien ha resaltado la colaboración prestada por la Iglesia, ha recordado que la Catedral fue uno de los lugares que «pen-



Foto del acto de presentación de la Catedral de Córdoba como espacio cardioprottegido

samos desde un principio que debían cardioprotgerse, ya que se trata de un sitio emblemático por el que pasan todos los años más de un millón de personas». El presidente de la SEMES ha incidido en los «riesgos potenciales» que tienen lugares a los que, como en el caso de la Catedral, acuden tantos visitantes. También se ha referido al proyecto global, que persigue la cardioprotección del resto de la comunidad. No en vano, el programa se ha titulado Andalucía, territorio cardioprottegido.

Esta actuación se suma asimismo a otras muy relevantes que ha emprendido el Grupo DESA de la SEMES en lo que va de mes. En concreto, el grupo científico ya ha dado a conocer que Encinarejo, entidad local autónoma (ELA) de Córdoba, se convertirá en el primer territorio cardioprottegido de Andalucía y que trabaja ya en la elab-

boración de planes similares en los municipios cordobeses de Fuente Obejuna y Cañete de las Torres. También tiene prevista la firma de un convenio con la Diputación de Córdoba para iniciar la cardioprotección de esta provincia.

Al margen de estas intervenciones, Ayuso ha dado a conocer que el Grupo DESA ha iniciado una acción social destinada a recaudar fondos para implantar espacios cardioprottegidos en zonas

deprimidas de toda Andalucía «que no puedan sufragar los gastos que conlleva la implantación de los desfibriladores y la formación». Monseñor Demetrio Fernández se ha adherido de manera simbólica a esta causa colocándose la primera pulsera solidaria. Se trata de una pieza de color rojo con la leyenda «venga, corazón», el lema del citado programa.

Así mismo, Encinarejo se ha convertido en el primer territo-

El dato

### El tratamiento

**+** SEMES inicia los estudios previos para dotar de aparatos y formar a los municipios de Fuente Obejuna y Cañete de las Torres. La sociedad científica estima que en la capital es necesaria la instalación de, al menos, más de un centenar de dispositivos en espacios públicos

rio cardioprottegido de Andalucía. Según ha informado el alcalde de la entidad local autónoma (ELA), Miguel Ruiz Madruga, el proyecto contempla tanto la instalación de tres desfibriladores semiautomáticos colocados en puntos estratégicos como la formación de 24 personas en el uso de los citados aparatos para intervenir en casos de parada cardiorrespiratoria. El representante municipal ha destacado que se trata de la «mejor estrategia para reducir la mortalidad». En términos de Ayuso, esta estadística arroja que en la comunidad autónoma sólo sobrevive el 5% de las personas que sufren un episodio crítico de estas características.

Las calles de la Vega, Osio y II República Española serán los lugares que dispondrán de un desfibrilador semiautomático, según se desprende del informe técnico dado a conocer esta mañana por el alcalde de Encinarejo. Este mismo documento precisa que situar los tres sistemas en estos espacios permite que la primera intervención en caso de que se produzca una parada cardiorrespiratoria se lleve a cabo en menos de cuatro minutos, un tiempo que posibilita una «mayor probabilidad de supervivencia». Ruiz Madruga ha indicado a este respecto que está demostrado que un dispositivo de Emergencias «no llegaría a Encinarejo en menos de 10 minutos y es fundamental ganar tiempo para tratar de evitar la muerte». La inversión necesaria para desarrollar el proyecto en la ELA asciende a 6.580 euros, una cantidad que incluye tanto la instalación de los desfibriladores como la formación de 24 ciudadanos, entre ellos todos los empleados municipales.

C A F É - B A R  
**LA ANTIGUA**  
FUNDADA EN 1999  
Reabierto en 2010



Reyes Católicos, 1

La Sanidad Privada en Buenas Manos

Avda. Gran Capitán, 12. 2ª planta. Tlf. 957 47 84 43

## Reunión del grupo **Innova Ocular** en el Hospital La Arruzafa

La cita fue organizada por el grupo Innova Ocular en el que se integran los diez centros de referencia de la oftalmología española

### REDACCIÓN

Directores médicos y departamentos gerenciales de las clínicas oftalmológicas más importantes del país se reunieron en Córdoba con el fin de intercambiar opiniones y conocimientos sobre los avances tecnológicos y técnicas quirúrgicas de máxima actualidad. La cita, organizada por el grupo Innova Ocular en el que se integran los diez centros de referencia de la oftalmología española, entre ellos el cordobés Instituto de Oftalmología y Hospital La Arruzafa.

Los asistentes pusieron en común sus experiencias con aparataje de máxima novedad y se detuvieron fundamentalmente en lo relacionado con las tecnologías más avanzadas en la corrección de los defectos refractivos con lentes intraoculares de última generación. También la

gestión sanitaria de los centros fue motivo de debate ya que los gerentes analizaron la situación actual de la sanidad, abordando los posibles cambios que se puedan producir en el futuro.

Grupo Innova Ocular nació en el año 2000 cuando un grupo de oftalmólogos de prestigio de todo el país decidieron emprender un proyecto de unificación y homogeneización en sus criterios de actuación, fijando entre sus objetivos ofrecer a sus pacientes un servicio de oftalmología integral de calidad que pudiera dar respuesta al modelo que éstos demandaban. Ello supuso la puesta en marcha del primer grupo de clínicas oftalmológicas de España. Actualmente, los centros oftalmológicos del grupo Innova Ocular se encuentran ubicados en Córdoba, Jerez, Cádiz, Sevilla, Lleida, Madrid, Valencia, Elche, San Sebastián y Tenerife y son referencia internacional en su campo.



Representantes de las distintas clínicas del grupo Innova Ocular frente a la sede del Hospital La Arruzafa

[www.lagambadeoro.es](http://www.lagambadeoro.es) · [comercial@lagambadeoro.es](mailto:comercial@lagambadeoro.es)



**La gamba de ORO**

RESTAURANTE • MARISQUERIA • COCEDERO



Mariano de Cavia, 13 y 15 «Los Olivos Borrachos» · 14005 CORDOBA  
Teléfono 957 23 56 14 · Fax 957 45 24 30

C/. Montenegro (junto a CajaSur) · 14900 LUCENA

## Breve

## El Carromato de Consumo

La Consejería de Salud forma a cerca 6.600 alumnos de Córdoba y provincia en el uso racional del teléfono móvil. Concretamente, el servicio de Consumo de la Delegación cordobesa emprendió una actividad denominada *El Carromato de Consumo*, dirigida a los alumnos de segundo ciclo de Educación Primaria de centros de 22 municipios y que consiste en una dramatización a través de técnicas de psicodrama y títeres.

La obra versa sobre el uso del teléfono móvil y el objetivo, según señala el jefe de servicio de Consumo, Javier Moya, es «que los niños interioricen y aprendan la importancia de hacer un uso racional del teléfono móvil, para ello se les hablará de la utilidad del teléfono móvil, se les darán consejos útiles sobre su uso y sobre cómo controlar el gasto, se les informará sobre la importancia de la protección de sus datos.

## CONSULTA

## Ampliado el plazo del concurso de poesía sobre donación

El Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba ha ampliado un mes más, hasta finales de febrero de este año, el plazo del concurso de poesía sobre la donación de órganos que se presentó a finales del pasado año. Esta iniciativa forma parte de la campaña promocional 'Regala vida, dona órganos' que desarrollan los profesionales del centro sanitario en colaboración con las asociaciones de personas trasplantadas.

Esta actividad se propone profundizar en la importancia de la donación y concienciar de ello al alumnado de Enseñanza Secundaria de Córdoba y la provincia. Con dicha propuesta, la poesía se convierte en vehículo transmisor del proceso de la donación y el trasplante, la generosidad y la solidaridad en este sector de la población.

## SON NOTICIA



## José Antonio Prados

Médico responsable del proyecto Lucano.online

► Desde la Unidad de Gestión Clínica Lucano, ha diseñado el Proyecto Lucano.online, que consiste en la utilización de varias herramientas gratuitas que funcionan en Internet para mejorar la comunicación médico-paciente, ayudar a la accesibilidad y mejorar la formación de los médicos.



## José María Arizón

Director del Servicio de Cardiología del Hospital Reina Sofía

► Ha sido, uno de los médicos que ha reclamado un mayor número de trasplantes infantiles en el hospital cordobés, que es el único de Andalucía acreditado para realizar injertos de corazón a niños.



## María Isabel Baena

Delegada de Salud de la Junta de Andalucía

► Destacó en el balance sanitario de la actual legislatura aspectos como la ampliación de la cartera de servicios en los centros, el «impulso» de la salud pública, el establecimiento de una alianza con los profesionales, la potenciación de la investigación biomédica y el refuerzo de los equipos sanitarios.

## Córdoba Sana

**Edita:** JCHR Ediciones (Javier Chastang Roldán) **Director-Gerente:** Javier Chastang Roldán  
**Redacción y Maquetación:** Óscar Córdoba **Colabora:** Ana Cabello **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



UNOS 800 ESTUDIANTES DE CÓRDOBA Y LA PROVINCIA CONOCERÁN ESTE AÑO EL HOSPITAL REINA SOFÍA DENTRO DE LAS VISITAS ESCOLARES. Esta actividad permite, por noveno año consecutivo, que alumnos de primaria, ESO, bachillerato y ciclos formativos de grado medio y superior se adentren en la actividad hospitalaria diaria. Un total de 813 alumnos de los distintos niveles educativos participarán este año en la novena edición del programa de visitas escolares que se desarrolla en el Hospital Universitario Reina Sofía. Esta iniciativa permite que conozcan la actividad hospitalaria y que vean este centro como posible lugar de trabajo.

## CARTAS DE LOS LECTORES

## Antibióticos a granel

A pesar de los esfuerzos continuados de nuestras autoridades sanitarias «que en este campo vienen siendo insistentes en la advertencia» todavía somos demasiado propensos al consumo de antibióticos en situaciones en las que su empleo está claramente desaconsejado, por favorecer que los elementos nocivos que atacan nuestro organismo se vuelvan inmunes a ellos. Falta aún conciencia ciudadana sobre el peligro de un uso excesivo de los antibióticos, y falta también un mayor conocimiento de las ventajas que reportan los llamados antibióticos naturales. Vegetales o minerales de origen natural,

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.

sin efectos secundarios, con los antibióticos naturales podemos hacer frente a muchas dolencias, como ya nos decían nuestros abuelos. El jengibre, la cebolla o el ajo son ejemplos inmejorables. Pero además de ese consumo inadecuado, padecemos también un consumo indirecto del que los políticos deberían protegernos (si no estuvieran siempre a otras cosas). También se utilizan de manera abusiva los antibióticos en los animales. Esto sucede debido al em-

pleo de cantidades pequeñas de antibióticos por parte de los criadores para la alimentación del ganado, las aves y los porcinos. Una práctica habitual que permite un aumento de peso en los animales con menor cantidad de alimento. De ese modo, los antibióticos administrados pasan a la carne, la leche y los huevos que consumimos más tarde, con el consiguiente riesgo para nuestra salud. Poco o nada se dice de ese consumo indirecto, que debería motivar un estudio riguroso por los poderes públicos que nos gobiernan, en lugar de hacer la vista gorda.

JUAN IGNACIO GUARCH



# hola paris!

Perfumería

Estética

Alta peluquería

Plaza Colón, 27  
14001 Córdoba

957 47 84 95  
957 48 61 23



# Una boda de leyenda en el Castillo de Almodóvar



La celebración de vuestra historia de amor en el Castillo de Almodóvar será un cuento hecho realidad. Abierto en exclusiva para vuestro banquete, os ofrece un marco espectacular para un día tan especial.

Un recibimiento propio de príncipes; alfombras florales, antorchas, velas... Diferentes espacios disponibles; el patio de armas, el salón con sus impresionantes artonados, el patio de albero, con su maravilloso jardín... Y el menú, propio de reyes, a la altura de vuestra imaginación.



El Castillo de Almodóvar os brinda un escenario de fábula para el día de vuestros sueños.



# sanidad

## El Hospital Reina Sofía supera un nuevo récord histórico al realizar un 50% más de trasplantes en 2011

El balance del pasado año indica que se llevaron a cabo 64 trasplantes de órganos y 50 de tejidos más que durante el ejercicio anterior gracias a la generosidad de la sociedad y el esfuerzo de los profesionales



La delegada de Salud y el gerente del hospital, junto a responsables del centro sanitario

### Ojo al dato

# 342

Es el total de trasplantes de órganos y tejidos Hospital Reina Sofía durante el año 2011. Estos se reparten en 68 de riñón, 68 de hígado, 21 de corazón, 24 de pulmón, 11 de páncreas, 73 de progenitores hematopoyéticos (médula ósea y cordón umbilical) y 77 de córnea. Desde 2005 se han realizado 1871 trasplantes de alguno de los órganos descritos anteriormente.

### REDACCIÓN

El Hospital Reina Sofía ha vuelto a batir un nuevo récord al realizar el pasado año un 50% más de trasplantes que en el ejercicio anterior. Concretamente, se implantaron 192 órganos y 150 tejidos, que supone la realización de 64 y 50 intervenciones más, respectivamente. La Delegación Provincial de Salud y el centro hospitalario agradecen a la sociedad su generosidad y a los profesionales su esfuerzo, que han permitido este nuevo hito sanitario.

Del total de intervenciones, 68 fueron renales, 68 hepáticas, 21 de corazón, 24 de pulmón, 11 de páncreas, 73 de progenitores hematopoyéticos y 77 de córnea. Además, en la Clínica Oftalmológica La Arruzafa se practicó un centenar de implantes corneales el pasado año.

Con estas cifras, 2011 se convierte en el año de más actividad en el centro desde que se iniciaran los trasplantes en 1979. En el complejo sanitario cordobés, que fue el hospital andaluz que registró un número más elevado de trasplantes el pasado año, se realizó una de cada cuatro intervenciones efectuadas en Andalucía (26'1%).

La mayor subida de 2011 respecto al año anterior se ha registrado en los injertos renales, pues se practicaron 33 más (94'3%), además de 9 trasplantes más de corazón (75%), 20 más de hígado (41,6%) y 3 más de páncreas (37,5%). En cuanto a los tejidos, el pasado año se alcanzó por primera vez una cifra de trasplantes de córnea considerablemente más alta, ya que se realizaron 40 operaciones más (108%), y también se efectuaron 10 trasplantes más de progenitores hematopoyéticos (16%).

Destaca que en 2011 se llevaron a cabo 17 trasplantes combinados (11 de páncreas-riñón, uno de hígado-pulmón y 5 de hígado-riñón). Por otra parte, de la totalidad de injertos, 15 se practicaron en pacientes infantiles (10 de hígado, 3 renales -2 combinados con hígado-, uno de corazón y uno de pulmón). Además, Entre los injertos renales se incluyen tres de donante vivo, que suponen una alternativa con buenos resultados a la disminución de donantes —a lo largo de la historia del centro se han efectuado 23 trasplantes renales y 6 hepáticos de donante vivo.

Desde que se puso en marcha el programa hace 33 años, se han realizado un total de 5.454 trasplantes en el Reina Sofía —hasta 31 de diciembre de 2011—. De ellos, 1.256 renales, 1.002 hepáticos, 559 cardíacos, 359 pulmonares, 162 de páncreas, 805 de córnea y 1.311 de progenitores hematopoyéticos.

Las donaciones registradas el pasado año sitúan la tasa de donación cordobesa por encima de la media regional y nacional. Concretamente, se contabilizaron 39 donaciones multiorgánicas (18,2% más que en 2010) y la tasa de donantes por millón de población fue de 48,2. Asimismo, se han registrado 696 donantes a lo largo de la historia de este centro, que con su decisión generosa y la de sus familiares han permitido salvar muchas vidas.

Respecto a la causa de fallecimiento, es necesario destacar que continúan disminuyendo los donantes por accidente de tráfico. De hecho, el 18 % de las donaciones del pasado año en el Reina Sofía se debió a este motivo, mientras que el 79% de los donantes falleció como consecuencia de un accidente cerebrovascular.

La edad media del donante de órganos en Córdoba, que se sigue incrementado cada ejercicio, llegó en 2011 a los 64 años, frente a los 57 años de edad media correspondiente a 2010.

### A saber

#### 1 Campaña promocional

El pasado año continuaron las iniciativas de promoción de la donación en el marco de la campaña que se desarrolla desde el hospital por parte de la Coordinación de Trasplantes y la Unidad de Comunicación

#### 2 Iniciativas en 2011

Entre las iniciativas desarrolladas el pasado año figuran la presentación del libro de relatos 'Don de vida', la lectura poética de la antología 'Tintas para la vida II' en Cosmopoética, un acto para conmemorar la superación de los 5.000 trasplantes en el hospital y otro para celebrar el 25 aniversario del primer trasplante cardíaco de Andalucía, así como la renovación del apoyo a la donación por parte de la Asociación Provincial de Trabajadores Autónomos de Auto Taxi de Córdoba

### El dato

**+** El vestíbulo principal del Hospital General acoge una exposición que aborda la temática de la donación, realizado por pacientes de Salud Mental del complejo sanitario bajo la dirección del artista cordobés Esteban Ruiz. La Casa Góngora acogió esta primavera la muestra contemporánea 'Arte, donación y vida', cuya comisaria fue Marisa Vadillo. Finalmente, el año se cerró con la presentación de la convocatoria del primer concurso provincial de poesía 'Tintas para la vida', con el propósito de hacer llegar la importancia de la donación a los escolares cordobeses, y cuyo plazo para la presentación de poemas sigue abierto.

INGENIERÍA  
**ADERE**

PROMOCIÓN  
**¡CALEFACCIONATE!**



**PASA ESTE INVIERNO  
A GUSTO EN CASA  
DESDE 75€/mes\*  
o 3.370 € contado.**

C/ Mejorana Nº 18 · 14012 CÓRDOBA  
Telf. 957 401 888 · www.adereingenieria.com  
Mail: info@adereingenieria.com

GAS NATURAL, G.L.P. Y RENOVABLES, FONTANERÍA,  
CALEFACCIÓN, CLIMATIZACIÓN Y A.C.S.  
PROYECTOS DE INGENIERÍA

\* Incluye:  
Suministro e instalación de caldera de gas  
y 6 radiadores de aluminio marca Ferrol  
Financiación por Repsol Plus al 8% Tán.

## Recogen en un libro publicado en inglés un centenar de casos clínicos ejemplares

El trabajo recopila gran parte de la experiencia de los últimos cinco años de los profesionales de la unidad de neurorradiología del Hospital Reina Sofía

REDACCIÓN

Radiólogos del Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba han reunido en un libro que acaba de publicarse el tratamiento diagnóstico e intervencionista de las principales patologías que se atienden en este servicio. En este trabajo se hace un repaso por el diagnóstico y tratamiento integral de enfermedades de elevada incidencia entre la población.

Así, el libro titulado *Learning Neuroimaging: 100 essential cases*, recopila un centenar de casos clínicos ejemplares que servirán de referencia a otros especialistas y en los que se ofrecen imágenes radiológicas muy representativas de las patologías del sistema nervioso.

La publicación se ha editado exclusivamente en inglés, con el propósito de llegar a facultativos y residentes de Radiodiagnóstico de países europeos y de Estados Unidos. La mayoría de los capítulos han sido realizados por neurorradiólogos del Reina Sofía, bajo la coordinación de Francisco Bravo Rodríguez, y también han participado Rocio Díaz Aguilera, radióloga del Hospital Alto Guadalquivir y Luis C. Hygino Da Cruz, neurorradiólogo de la Clínica de Diagnóstico por Imagen y Multi-Imagen de Río de Janeiro (Brasil).

El documento rescata la atención integral prestada a pacientes durante los últimos cinco años en la sección de Neurorradiología,



Neurorradiólogos que han participado en la elaboración del libro

pertenciente a la Unidad de Gestión Clínica de Radiodiagnóstico. Las herramientas diagnósticas que usan habitualmente estos especialistas van desde una simple radiografía o ecografía hasta un TAC o resonancia, incluyendo procedimientos terapéuticos mucho más complejos que permiten tratar enfermedades de los vasos sanguíneos del cerebro mediante cateterismo (sin emplear la cirugía).

Los capítulos del libro muestran de manera muy detallada las técnicas que se emplean en la detección, mediante imagen radiología digital, de patologías muy frecuentes como son los tumores cerebrales, enfermedades vasculares cerebrales, patologías inflamatorias, infecciosas y traumatismos.

Además, se incluyen casos de enfermedades del ámbito de la patología de cuello y oído, maxilofacial, neuropediatría y de la columna ver-

tebral. También se dedican apartados al estudio de innovadoras técnicas diagnósticas de resonancia magnética funcional y casos en los que el tratamiento elegido pasa por procedimientos endovasculares para resolver hemorragias cerebrales, entre otras patologías.

Los profesionales de la sección de Neurorradiología del Hospital Reina Sofía aplican técnicas diagnósticas e intervencionistas que permiten llevar a cabo una gran número de exploraciones en el hospital (alrededor de 18.000 procedimientos al año), que han sido la fuente que ha permitido mostrar imágenes radiográficas muy representativas de las diversas patologías del sistema nervioso.

La publicación se ha editado exclusivamente en inglés

## El farmacéutico, fundamental en el éxito terapéutico de la aplicación de inhaladores



REDACCIÓN

El pasado 19 de enero tuvo lugar, en la sede del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Córdoba, la Segunda Charla formativa del Ciclo de Conferencias *Actualización en Patologías del Aparato respiratorio: fármacos, dispositivos e inhaladores*.

Durante el transcurso del taller se avanzaron técnicas sobre el manejo de dispositivos de inhalación, con especial atención a su correcta utilización. En este sentido, se comentaron durante la ponencia los errores más frecuentes cometidos por los pa-

cientes. Es ahí donde entra especialmente el papel del farmacéutico como sanitarios del grupo asistencial de Atención Primaria ya que debe saber su correcto manejo con el fin de trasladarlo al paciente.

El objetivo de este Ciclo es la actualización de los farmacéuticos en las diversas patologías respiratorias de mayor consulta e incidencia en la oficina de farmacia y forma parte del Ciclo de Conferencias Formativas, de Atención Farmacéutica, en patologías del Aparato Respiratorio que se celebrarán a lo largo del curso 2011/12.

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



## Unos 1.400 cordobeses han recibido atención en 2011 por parte de los profesionales del Plan de Cuidados Paliativos

La patología oncológica representa el 90% de los casos y entre otras causas figuran demencias, la Enfermedad Lateral Amiotrófica (ELA) e insuficiencias cardíacas y hepáticas

### REDACCIÓN

Unos 1.400 cordobeses han recibido atención en 2011 por parte de los profesionales del Plan de Cuidados Paliativos. En concreto, han sido 198 usuarios del Distrito Sanitario Guadalquivir; 656 del Distrito Sanitario Córdoba y 477 del Hospital Universitario Reina Sofía. Los objetivos de esta prestación son aliviar el sufrimiento, aportar dignidad y favorecer el apoyo psicoemocional y social que cada persona necesite en función de sus necesidades personales.

El Plan de Cuidados Paliativos cuenta con 8 líneas de acción que desarrollan un total de 86 medidas específicas que conforma un documento elaborado por medio centenar de profesionales y que ha contado, además, con la colaboración de asociaciones de pacientes y familiares, quienes han expresado cuáles son sus expectativas, necesidades e inquietudes ante una situación terminal.

Para favorecer la implantación de las medidas que desarrolla el Plan, el Reina Sofía cuenta con un equipo de soporte mixto de cuidados

paliativos referente para los dos distritos (Córdoba y Guadalquivir). Esta unidad coordina y presta apoyo a los profesionales sanitarios de atención primaria y especializada para que, de forma integral y coordinada, se garantice la correcta atención al paciente.

Concretamente, los profesionales de la Unidad de Gestión Clínica de Cuidados Paliativos del Hospital Universitario Reina Sofía han atendido el pasado año a 477 pacientes y a sus cuidadores principales, que por diferentes causas se encontraban en una situación de especial vulnerabilidad que hacía aconsejable la asistencia por parte de los integrantes de este dispositivo. Este equipo, que se hace cargo del seguimiento de los pacientes, es un soporte más para la atención que se presta desde Atención Primaria y Especializada.

Los problemas oncológicos representan el 90% de los casos atendidos y, en el resto de las situaciones, las causas son demencias, la Enfermedad Lateral Amiotrófica (ELA) e insuficiencias cardíacas y hepáticas, entre otras. Los tumores de pulmón, colorrectal y de páncreas y vías biliares figuran entre las patologías oncológicas más frecuentes en estos enfermos. Por sexos, el 58% eran hombres (277) y el 42% mujeres (200), con una edad media de 73 años.

La función de este equipo es atender a aquellos pacientes que se encuentran en situación terminal para quienes no exis-



Foto de archivo

ten tratamientos curativos-, y a su entorno, que precisan cuidados específicos debido a su complejidad más allá de los que reciben en su centro de salud o por parte de los especialistas que controlan su enfermedad.

Entre el 20 y 30% de las personas en situación terminal reciben los cuidados propios de una unidad de paliativos. Los síntomas que presentan estos enfermos, aunque son de muy diversa índole, se relacionan

con dolor de difícil control y, en otras ocasiones, con el entorno afectivo del paciente, que no siempre está acompañado y cuidado por los familiares o se encuentran en un estado de ansiedad constante.

La atención se puede prestar en el domicilio, como sucede en la mayoría de los casos, y también se atiende al paciente en planta de hospitalización, así como en consulta.

**El Plan de Cuidados Paliativos cuenta con 8 líneas de acción que desarrollan un total de 86 medidas específicas**

**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  
BODEGAS EL GALLO  
BODEGAS EL GALLO  
BODEGAS EL GALLO  
BODEGAS EL GALLO  
BODEGAS EL GALLO





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

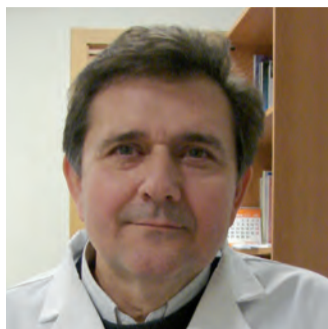
#### PEELING

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](http://www.redondoestetica.com)

# José Antonio Prados

Médico responsable del proyecto Lucano.online



## «Queremos aprovechar las oportunidades que nos ofrece Internet por el bien del paciente»

Ó. CÓRDOBA

El doctor Antonio Prados nació en Córdoba en 1960. Estudió en la Facultad de Medicina de nuestra ciudad, tras lo que realizó la especialización en Medicina Familiar en Málaga. Es doctor en medicina por la Universidad de Córdoba desde el año 1996, pasando casi toda su carrera profesional hasta el momento en diferentes centros de salud en la provincia cordobesa. Además, es profesor del grupo comunicación y salud desde hace más de veinte años y ha tenido responsabilidades en evaluación de la calidad en la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía. También ha ocupado el cargo de vicepresidente de la Sociedad Española de Medicina Familiar, teniendo actualmente esa misma responsabilidad en la Sociedad Andaluza de Medicina Familiar. Desde hace años está interesado en la aplicación de las nuevas tecnologías en la comunicación médico-paciente.

- ¿Quién es el doctor Prados?

- Un médico de familia de toda la vida. Llevo desde el año 1987 dedicado a medicina de familia. Aunque me he movido mucho en ambientes de gestión y de innovación siempre he sido clínico. He estado

■ ■ ■  
 «Siempre había deseado pasar el resto de mi carrera profesional en un centro de la judería»  
 ■ ■ ■

en muchos centros de salud, en zonas rurales, urbanas... he sido director en algunos de esos centros e incluso un año fui director de la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía, en áreas de acreditación

de profesionales y acreditación de la formación. Aparte de eso, me he movido bastante en temas de comunicación médico paciente desde que conocí al doctor Borrell, que es uno de los pioneros, y que fue quien me dirigió la tesis en 1987. Por últi-

mo, estuve en Canadá aprendiendo algunos modelos de comunicación que se llaman centrados en el paciente.

- ¿A cuántos pacientes atiende, aproximadamente, la Unidad de Gestión Clínica Lucano?

- A casi 13.000 pacientes, ya que la zona que atendemos es casi toda la del casco histórico, desde Fleming hasta La Magdalena. Tengo que decir que es una población muy respetuosa y con gran confianza en el centro, y que cuenta con mucha gente mayor. Además, hay bastante relación puesto que colaboramos con asociaciones y colegios de la zona en diversas actividades.

- ¿Cuántos profesionales integran la unidad?

- Estamos ocho médicos, ocho enfermeras, un trabajador social, un auxiliar de clínica y siete administrativos.

- ¿Como surge el proyecto Lucano.online?

- Este proyecto surge al ver la dificultad que tienen muchos de nuestros pacientes para acercarse a utilizar nuestros servicios, tanto por problemas laborales como de acceso, y darnos cuenta de que en algunos casos esto se podía solucionar con la tecnología web 2.0 y con las herramientas online que existen actualmente, por lo que nos planteamos que era un servicio que teníamos que dar. A partir de ahí empezamos a estudiar cuales de estas herramientas nos eran más útiles en este cometido

**El dato**

### Intención de crecimiento.

Este proyecto, que todavía está en su fase de implantación, nace con la intención de probar las herramientas que existen, saber cómo sacarles el mayor partido, extenderse por otros centros de Andalucía y llegar a ser, en el futuro, una fuente de desarrollo, junto con administraciones y empresas, de otras aplicaciones que mejoren la comunicación médico-paciente y las posibilidades de formación, consulta, etc. de los profesionales de los centros de salud.



**IC** ingeniería y electromontajes cordobeses, S.L.

MONTAJES ELECTRICOS Y TELECOMUNICACIONES.  
 ESPECIALISTAS: HOSPITALES, CLINICAS, QUIROFANOS Y CONSULTAS

C/Rigoberta Menchu nº 4 Local. Teléfono y Fax 957 401121  
 E-Mail: ING\_ELEC\_CORDOB@terra.es / www.ingelecor.com  
 14011 CORDOBA.



“ *Existen cada vez más aplicaciones para tablets que tienen gran utilidad desde el punto de vista de la medicina.* ”

“ *El proyecto Lucano.online intenta incorporar todas las herramientas útiles que existen, tanto para los pacientes como para los profesionales.* ”

para desarrollar posteriormente el proyecto Lucano.online.

- **¿Cuál es el objetivo del proyecto de cara al paciente?**

- Uno de las metas que pretende conseguir es mejorar la accesibilidad, dando otra opción a los pacientes, que aunque no sirve en todos los casos, hay muchas ocasiones en las que con una consulta por correo electrónico o con una video conferencia, por poner dos ejemplos, se le puede evitar al paciente el tener que acudir de forma presencial al centro de salud.

- **¿Qué situaciones son las que, de forma más habitual, se pueden resolver de esta forma?**

- Por ejemplo para revisar como va un tratamiento, para dudas sobre la alimentación, de lactancia en los niños...

- **¿Qué otros usos de la tecnología están contemplados en el proyecto?**

- Hay muchas otras herramientas que son útiles para los profesionales y que también integramos dentro del proyecto. Podríamos decir que hay dos partes diferenciadas, una dirigida a pacientes, donde existe una web de información, videoconferencia, chat, redes sociales... que busca, como decíamos, mejorar tanto la información como la accesibilidad al centro de salud, y otra dirigida



El doctor José Antonio Prados en su consulta de la Unidad de Gestión Clínica Lucano

“ *La judería es una zona muy agradable para vivir, para pasear, está llena de buena gente y este es un gran centro de salud.* ”

a profesionales, donde tenemos teleconferencias, telemedicina, teleformación (estamos ya realizando formación con entornos virtuales como Second Life), teleconsulta...

- **¿Qué se está haciendo en teleconsulta?**

- Actualmente estamos pilotando un trabajo con la unidad de paliativos del Reina Sofía. En ella, cuando acudimos a un domicilio llevamos nuestra tablet y, si es necesario, realizo una videoconferencia desde el propio domicilio del paciente para consultar con el especialista hospitalario y que pueda incluso hablar él mismo con la familia directamente.

- **¿Eras usuario de las redes sociales y de otras herramientas, como las que ofrece Google, antes de diseñar Lucano.online?**

- Sí. Siempre he estado metido en Facebook, Twitter y otras herramientas. De hecho la idea surge al comprobar, de forma personal,

la utilidad que pueden tener en determinados casos.

- **Está claro que el uso de estas herramientas está creciendo, pero actualmente ¿en qué situación se encuentra?**

- Realizamos una encuesta antes de implan-

tar el proyecto para ver qué porcentaje de nuestros pacientes (ya que tenemos una población muy envejecida), tenían Skype, correo electrónico... acceso online en definitiva. Aunque sólo un 50% de los hogares tenían acceso a estas herramientas, un 75% reconocían la necesidad de contar con un proyecto de estas características. Actualmente hay muchos pacientes jubilados, que se comunican con nosotros a través del correo, videoconferencias, etc. En cuanto a las redes sociales, la población joven es la que más hace uso de ellas, y aunque no sirven para la comunicación directa por la falta de privacidad, tienen otras ventajas. En cuanto a las consultas de pediatría, el porcentaje de uso de diversas herramientas en dicha encuesta aumentaba hasta alcanzar casi el 100% de los pacientes.

- **¿Se espera que la población conectada vaya en aumento en los próximos años?**

- Claro. Los pacientes que ahora tienen menos de cuarenta años tienen en su mayoría acceso a Internet, y dentro de diez años, seguirán teniéndolo, por lo que al ir «envejeciendo» esta población, irá aumentando el número de personas conectadas. Y si ahora hay un 50% de población que puede hacer uso de este servicio, el 15 años podría ser el 80%.

- **¿Cuántas consultas por correo electrónico se realizan actualmente?**

- Tenemos una media de unos dos correos diarios por profesional, lo que nos está ayudando a disminuir la demanda de servicios de forma presencial.

- **En el proyecto se hace uso de muchas de las herramientas gratuitas de Google. ¿Existe algún tipo de acuerdo con dicha empresa?**

- Este proyecto, aunque está ideado desde el propio centro, enseguida la Consejería de Salud vio que era necesario y, aunque

“ *El barrio tiene algunos problemas de accesibilidad, muchos médicos nos desplazamos en bici pero esto es un problema para las personas mayores.* ”

nosotros no lo hemos tenido, me consta que desde Servicios Centrales ha existido algún tipo de comunicación. Me gustaría señalar que ahora mismo no estamos haciendo un uso de estas herramientas que implique ningún tipo de información privada.

- **¿Es un proyecto que requiera una fuerte inversión?**

- No. La idea, desde el principio, era acercarse al coste cero, por lo tanto todas las herramientas que usamos son software libre y programas de uso gratuito.

- **¿Qué otros servicios del proyecto se están realizando actualmente?**

- Además de los anteriores, todos los profesionales estamos realizando ya teledermatología, de forma coordinada con el Reina Sofía, mediante fotografías que se manda al especialista.

**Taberna La Sal**  
“La rica cocina gaditana, arte y pescaito frito”



Gran variedad de  
pescaito frito y mariscos  
de primera calidad en  
un ambiente andaluz  
y marinero



Llanos del Pretorio, 1 esq. Dª Berenguela (frente a Muebles Martínez) 14006 Córdoba - Teléfono de Reservas: 957 40 06 82 / 619 05 99 72 - mail: info@tabernalasa1.com

También en:

"EL FREIDOR DE TABERNA LA SAL" "PESCAITO FRITO Y MARISCO PARA LLEVAR A CASA"  
c/ Isla Menorca, 5 (Esq. Arroyo del Moro) Reservas y encargos 957 46 13 64







**La importancia de controlar el colesterol**  
*comer sano* 16

**El golf, un deporte sano y divertido**  
*deporte saludable* 18

**Atención temprana en la primera infancia**  
*la infancia y la salud* 20

**Aprender de nuevo a gustarse y gustar**  
*salud y bienestar* 22

# La técnica del lipofilling

Consiste en infiltrar en determinadas zonas del cuerpo grasa **extraída de otras zonas del propio paciente**

DR. REDONDO CAMACHO

- ¿Qué es el Relleno o injerto de grasa?

Consiste en infiltrar en determinadas zonas del cuerpo grasa extraída de otras zonas del propio paciente. También se llama Lipofilling

- ¿Para qué se utiliza esta técnica?

En Cirugía Estética es muy útil para la corrección de los signos de envejecimiento facial, como pliegues, defectos de volumen y flacidez.

En cirugías reparadoras se puede utilizar en lesiones que requieran aporte de volumen, como: tórax excavado, atrofia facial, reconstrucción mamaria y un largo etc.



- ¿Qué ventajas tienen estos rellenos?

La principal es ser autólogo, es decir, del propio cuerpo, lo que supone que no exista reacción crónica por parte del organismo. Además un porcentaje importante del injerto queda como permanente o al menos de muy larga duración.

- ¿Cómo se realiza este proceso?

Consiste en la extracción mediante aspirado con una pequeña cánula del tejido graso excedente en otras zonas del cuerpo como: abdomen, rodillas, muslos, etc. Esa grasa se procesa para depurar el tejido graso rico en células madre y seguidamente se infiltra en las zonas que lo necesiten creando delgados hilos de grasa a modo de estructura o soporte de relleno.

Suele realizarse con anestesia local y de forma ambulatoria, de tal forma que la paciente se marcha a casa al terminar la técnica con un simple tratamiento médico.

- ¿Qué recuperación tiene?

Habitualmente es muy llevadera con un



tratamiento analgésico básico. Debe saber que los rellenos en la cara producirán alguna inflamación y ocasionalmente derrames que desaparecerán en pocos días.

- ¿Cuándo se ve el resultado?

El efecto es inmediato, pero el resultado óptimo tardará un mes aproximadamente, al desaparecer la inflamación. En algunos casos, pueden ser necesarias varias sesiones para corregir el defecto.

- ¿Qué complicaciones puede tener?

Las complicaciones suelen ser leves y poco frecuentes aunque siempre deben ser

explicadas al paciente. Hematomas, infección, asimetría pueden ser algunas de ellas y se controlan bien con tratamiento médico.

Esta técnica se debe realizar siempre en un medio aséptico y debe ser llevada a cabo por profesionales titulados. Requiere la firma de un consentimiento informado específico.

Se trata por tanto de una técnica sencilla, poco agresiva, que ofrece unos buenos resultados en el rejuvenecimiento facial



## 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.

# La importancia de las revisiones oftalmológicas durante la infancia

Uno de los mayores problemas y a veces más difíciles de detectar por los padres es la ambliopía

BELÉN GIMÉNEZ ALCÁNTARA (D.O.O.)  
ANA CONTRERAS ROLDÁN (D.O.O.)  
MIGUEL GIMÉNEZ DE LA LINDE (OFTALMÓLOGO)  
OFTALMOCOR (CLÍNICA DE  
OFTALMOLOGÍA Y CIRUGÍA OCULAR)

Las revisiones oftalmológicas en los niños son muy importantes, no hay que esperar a que el niño presente signos, ni síntomas. La mayoría de las veces un niño no se va a quejar porque él no sabe lo que es ver «normal».

La primera revisión debe hacerse a los 4 años, es una edad ideal ya que están aprendiendo a leer y así la colaboración y la fiabilidad de los resultados es mucho mayor, a no ser que el niño presente algún signo o síntoma (guiña los ojos, ojos rojos, frecuentes orzuelos, se acerca mucho a la tele, se frota los ojos, tuerce la cabeza, desvía un ojo, le va mal en el colegio o dolor de cabeza) que habría que examinarlos en cuanto se observen.



**La primera revisión debe hacerse a los cuatro años, cuando están aprendiendo a leer**

Uno de los mayores problemas y a veces más difíciles de detectar por los padres es la ambliopía (ojo vago) esta puede deberse a tres causas: ESTRABISMO, que es la desviación de un ojo, normalmen-

te fácil de detectar por los padres, el ojo desviado se anula imposibilitando el desarrollo visual; ANISOMETRÍA, que es la diferencia de graduación entre ambos ojos, por lo que el desarrollo del ojo

**En un examen oftalmológico se detectaría cualquier forma de ambliopía**

de mayor graduación se dificulta y DEPRIVACIÓN, que puede ser por catarata congénita, o cualquier otra alteración que afecte a la transparencia de los medios así como alteraciones en los párpados.

En un examen oftalmológico se detectaría cualquier forma de ambliopía, mientras antes se descubra y empiece la rehabilitación del ojo afectado mejor será el resultado. En el caso de la ambliopía anisométrica el primer paso es poner la graduación, hacer revisiones para ver cómo evoluciona y valorar oclusiones con parche u otras formas de penalización del ojo «bueno». En el estrabismo habría que considerar la cirugía igual que en la ambliopía por catarata congénita.

Los padres juegan un papel muy importante en el tratamiento de la ambliopía ya que los niños suelen

ser reacios a ponerse las gafas o el parche, ellos no pueden ser conscientes del beneficio que le puede aportar pero los padres sí. Un niño con ojo vago puede tener limitaciones en algunos aspectos de su vida, puede afectar a su rendimiento escolar, hay ciertos trabajos a los que no podría optar e incluso algo tan sencillo como ver una película en 3D no podría disfrutarla de igual manera. Por eso es tan importante que los padres sean insistentes porque pasada la edad de desarrollo visual ya sería demasiado tarde.

## el apunte

**Los padres juegan un papel muy importante en el tratamiento de la ambliopía ya que los niños suelen ser reacios a ponerse las gafas o el parche, ellos no pueden ser conscientes del beneficio que le puede aportar pero los padres sí.**



## Juguetes Mi Hobby

Tienda especializada en radio control y slot

- Scalextric, Ninco, Superslot, Slot-it...
- Kyosho, HPI, Merlin, Walkera...
- Airsoft y Paintball
- Barcos y casas de madera
- Juegos educativos y de construcción
- Muñecas y accesorios: La Nina, C. González.
- Trenes eléctricos
- Juegos de mesa y estrategia
- Modelismo estático
- Puzzles y peluches
- Disponemos de profesores para vuelo r/c

Presentando este cupón 5% de descuento.

No acumulable a otras ofertas.

C/ Antonio Maura 37 (Ciudad Jardín)  
957232311 mihobby@terra.es

# La importancia de la información a la hora de **controlar el colesterol**

Los alimentos de origen vegetal están recomendados puesto que estos **no poseen colesterol alguno**

A. CABELLO

El colesterol es un componente esencial de las membranas celulares, regula la fluidez de esta y es precursor tanto de hormonas esteroideas como de la vitamina D. Su transporte es por vía sanguínea en forma de lipoproteínas. El tipo y los distintos niveles de concentraciones de éstas son las detonantes de ciertas patologías cardiovasculares. El origen del colesterol se realiza en su mayoría por síntesis endógena en el hígado pero también proviene de la dieta.

La mayor parte del colesterol se transporta en la sangre unido a proteínas, formando unas partículas conocidas como lipoproteínas de baja densidad o LDL y las HDL, de alta densidad. El LDL se acumula en las arterias, por contra, bajas cantidades de HDL

**Entre las frutas podemos incorporar a nuestra dieta la manzana, piña...**



aumentan el riesgo de padecer alguna enfermedad cardiovascular. Esto se debe a que el HDL o colesterol «bueno» tienen como función retirar el colesterol de las arterias y llevarlo de vuelta al hígado.

La hipercolesterolemia es una enfermedad que no muestra síntomas externos, siendo el análisis de sangre la única forma de establecer nuestro nivel total de colesterol así como de sus dos fracciones. Si los niveles de LDL

**La leche y yogures desnatados, queso fresco no más de tres raciones diarias**

son superiores al óptimo tu médico te recetará un medicamento adecuado y/o prescribirá una dieta baja en estas grasas.

Tenemos que saber que los alimentos de origen vegetal están recomendados puesto que estos no poseen colesterol alguno. La lechuga, acelgas, espinacas, brócoli, zanahorias, tomate, espárragos, ajos y calabaza son buenos ejemplos. Entre las frutas podemos incorporar a nuestra dieta la manzana, piña, melón, naranja y mandarina, arándanos, sandía...

El aceite de oliva es muy recomendable ya que se trata de una grasa monoinsaturada que tiene las propiedades de interferir en la absorción de colesterol LDL a nivel intestinal, favorece la excreción fecal del mismo o aumenta el HDL.

Las pastas, arroces y legumbres pueden ser consumidas sin

la presencia de grasas animales tales como embutidos, tocinos... Carnes como la pechuga de pollo y pavo son más apropiadas que otras para reducir el colesterol, pero podemos ingerir algo de magro de ternera y cerdo desgrasado. Los pescados azules ricos en omega-3 son muy recomendables además de otros como la merluza. Las gambas, langostinos y cigalas mejor dejarlas para otro momento.

La leche, yogures desnatados, y queso fresco en no más de tres raciones diarias.

Los frutos secos y alimentos con fibra también nos pueden ayudar a bajarlo. Sin olvidar beber mucha agua ya sea natural o en infusiones y realizar ejercicio físico regularmente.

Debemos olvidarnos de productos tales como embutidos, carnes rojas, mantequillas, natas y mayonesas (grasas saturadas), bollería industrial, lácteos enteros, alimentos precocinados, *snacks*, fritos, paté o chocolate.

Este esfuerzo a la larga valdrá la pena.

TABERNA  
**El Maestrante**  
*Tu taberna ecuestre en Córdoba*

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





# 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.

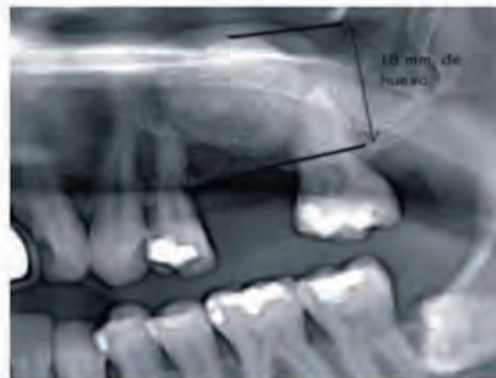
Actualmente DISPONEMOS EN NUESTRO CENTRO DE técnicas quirúrgicas especiales destinadas a tratar a estos pacientes a los que no se les pueden colocar implantes en condiciones normales.

## 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.



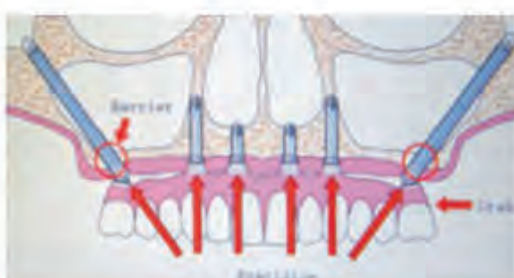
## IMPLANTES ZIGOMÁTICOS

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](mailto:julianrodas@clinicajulianrodas.com)

# El golf, un deporte para todos, sano y divertido

Es un ejercicio muy saludable que **nos permite relajarnos y disfrutar de amigos y naturaleza**

A. CABELLO

El deporte del golf, al ser de baja intensidad, dinámico y a la vez estático y que se practica al aire libre, resulta perfecto para personas de más de 40 años, con problemas cardiovasculares, metabólicos, neurológicos o con afecciones musculares o de huesos. Jugar al golf requiere dar largos paseos sobre un terreno cómodo como es la hierba a un ritmo no muy alto lo que proporciona efectos saludables sobre quién lo juega, además de tener pocas posibilidades de lesión.

**Debemos usar ropa de colores claros, zapatos adecuados para golf, usar crema protectora solar para evitar quemaduras, llevar gorra, gafas de sol**

Para iniciarse en esta práctica las personas con algún problema cardiovascular deben someterse a análisis médicos que determinen si pueden realizar esta actividad deportiva y en que grado de intensidad.



Como en todo deporte, es muy importante empezar con un buen calentamiento que ayude a prevenir posibles lesiones. Es conveniente realizar estiramientos musculares, algo de carrera suave, calentar la zona lumbar y tener una postura correcta para no sobrecargar la espalda durante el juego. Tras la práctica podemos realizar algunos estiramientos.

Debemos usar ropa de colores claros, zapatos adecuados para golf, usar crema protectora solar para evitar quemaduras, llevar gorra y gafas de sol. Hay que estar constantemente hidratados para evitar calambres y otros problemas.

Con el golf se disminuyen los riesgos

de padecer problemas cardiovasculares, se reducen el colesterol malo y aumenta el bueno, y disminuyen los triglicéridos. Nos ayuda a tener un buen nivel de tensión arterial. Aumentamos el tono de los músculos así como la flexibilidad de las articulaciones, previene la osteoporosis y puede ser un buen deporte unido a una dieta saludable si lo que queremos es reducir peso. Mentalmente es un ejercicio muy saludable que nos permite relajarnos y disfrutar de amigos y naturaleza. Ayuda a controlar la ansiedad. Y ayuda a la prevención de la diabetes ya que aumenta la sensibilidad a la insulina y la regulación del metabolismo de la glucosa.

## A tener en cuenta

**Para iniciarse en esta práctica las personas con algún problema cardiovascular deben someterse a análisis médicos que determinen si pueden realizar esta actividad deportiva y en que grado de intensidad.**



**EL CHALET**

**957 27 18 12**  
**605 82 94 54**

## ZONA BRILLANTE

**Chalet Amueblado, Independiente, 2030 m2, 188 útiles + 80 bodega, salón-comedor, 4 dormitorios, amplio despacho, 2 baños, aseo con ducha, climatizado, 4 arm. emp. + amplio gabanero, piscina recién reformada, vistas impresionantes.**  
**Alquiler: 1500 €. Venta: 840.000 €**



# EL DIRECTORIO DE *CÓRDOBA SANA*

impresión  
**VERTIGO**



**COMBATE LA CRISIS**

TU PUBLICIDAD ...  
A UN PRECIO  
**DVÉRTIGO.**

para que la  
"desaceleración"  
no te afecte

- diseño · cartelería · revistas · imágenes corporativas · impresión digital · láser · sellos ·

Pol. Ind. Tecnocordoba  
C/ Estonia, Parc. ME2, nave 8A  
14014 Córdoba  
957 083 587 - 957 322 018  
e-mail: [info@dvertigo.com](mailto:info@dvertigo.com)

/ 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<sup>a</sup> Machado Rodríguez

CENTRO DE FISIOTERAPIA & OSTEOPATÍA

## SANTA MARINA

C/ Mayor de Santa Marina, nº 6

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

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

### CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y LOGOPEDIA

[celinfor@vodafone.es](mailto: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

## TECNO-MOVIL

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



Visita nuestra web: [www.tecno-movil.com](http://www.tecno-movil.com)

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



ATRIO  
CAFÉ · COPAS

Tiene historia

Avenida Grán Capitán 32. Córdoba · 14001. [atriocafe@hotmail.es](mailto:atriocafe@hotmail.es)

# Atención temprana en la primera infancia

En el ámbito de la Atención Temprana, se debe distinguir entre **crecimiento y desarrollo**

**MAIKA SALVADOR SOLA**  
PSICÓLOGA INFANTIL Y DE ADULTOS.  
ESPECIALISTA EN ATENCIÓN TEMPRANA

Los recién nacidos, vienen al mundo con un potencial impresionante por desarrollar. Este potencial no será igual en todos los niños, dependerá de las oportunidades que los adultos les den. Además tiene un periodo de caducidad, ya que este periodo no dura toda la vida, sino que se prolonga desde el nacimiento hasta los 6 años, de forma que estos años son fundamentales para el desarrollo total de la persona.

Por describirlo de forma coloquial, en estos años consigues los ahorros de los que vivirás el resto de tu vida. Estos ahorros se traducen en conexiones cerebrales, las cuales se forman con las nuevas experiencias que tienen los niños como un sonido nuevo, un tacto diferente...

Para ayudar a las familias a dotar a los más pequeños de la casa de todas las oportunidades posibles, Maika Salvador Sola, Psicóloga y Especialista en Atención Temprana lleva 4 años dirigiendo el gimnasio para bebés en C.E.M. Los Arcos.

La atención temprana es un ámbito de trabajo relativamente reciente, que ha cobrado relevancia social y académica en los

**La atención temprana es un ámbito de trabajo relativamente reciente**



últimos años. Se viene observando así, un aumento en la sensibilidad de la sociedad hacia las necesidades de los niños pequeños y de sus familias.

En el ámbito de la Atención Temprana, se debe distinguir entre CRECIMIENTO (proceso por el cual el organismo aumenta el número y el volumen de sus células permitiéndole construir tejidos y órganos) y DESARROLLO (la adquisición progresiva de funciones, destrezas y habilidades que van a permitirle al niño interactuar con su medio ambiente para adaptarse a él o modificarlo).

Para conseguir mejorar el desarrollo del bebé, se repite de forma sistemática y secuencial ejercicios y actividades para reforzar las áreas neuronales de los bebés. Durante la estimulación no solo se potencia adecuadamente el desarrollo motriz, cognitivo, social y emocional del bebé, sino que también se amplía su desarrollo individual, sus capacidades, su predisposición y su ritmo.

El ritmo de cada bebé es único y diferente, los padres lo deben tener en cuenta a la hora de estimularle. Jamás se deberá forzar al niño a que haga alguna actividad para la que no esté preparado, ni suficientemente estimulado. El bebé debe sentirse libre y motivado para mantener siempre una buena disposición durante todo el proceso de aprendizaje. Por esta razón, los padres deben respetar su desarrollo individual, evitando comparaciones y presiones sobre su hijo.

Antes de empezar con la estimulación es importante que un profesional establezca en qué momento evolutivo se encuentra el bebé, y así ofrecerle a los padres las actividades y los estímulos más adecuados.

Una ventaja añadida es el fortalecimiento del vínculo emocional o apego entre padres e hijos, ya que la gran mayoría de actividades requieren contacto con el bebé. Además de proporcionarles momentos lúdicos y de juego, través de éste los padres pueden observar el comportamiento de su hijo y conocer sus necesidades, deseos, gustos, e inquietudes.

En la Atención Temprana se busca el equilibrio. Por eso ésta debe ser integral, tanto física como intelectual. Si un niño solo aprende a jugar con la pelota y no está adecuadamente estimulado en la lectura, por ejemplo, será un genio en el deporte, pero se sentirá incapaz de leer un libro. La estimulación debe:

- Circular por todos los caminos: físico, intelectual, emocional,...
- Respetar las opciones personales del niño.
- Crear la motivación en los niños. Niños motivados son niños felices.

Más información en [www.cemlosarcos.es](http://www.cemlosarcos.es)

## el dato

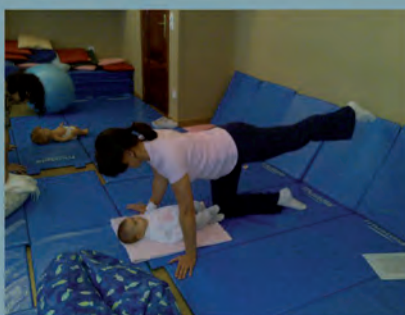
**Antes de empezar con la estimulación es importante que un profesional establezca en qué momento evolutivo se encuentra el bebé, y así ofrecerle a los padres las actividades y los estímulos más adecuados.**



## 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](mailto:info@cemlosarcos.es) - [www.cemlosarcos.es](http://www.cemlosarcos.es)

**COLCHONERÍAS DAMASCO**  
El descanso de hoy,  
la salud de mañana

C/. Damasco, 7 (Ciudad Jardín)  
Tel. Y Fax 957 23 42 87  
14004 - Córdoba  
e-mail: info@colchoneriasdamasco.com

**Colchón**  
Grupo **pikolin**

**Desde 38€**

**REB↓J↑S**  
MÁXIMO DESCANSO, MÍNIMO PRECIO

**Nido**  
Cochón Látex + Base Articulada

**Desde 125€**

**Edredones Nórdicos**

**18 DÍAS**

**MASH**

EN TEXTIL HASTA 50% DTO.

¡VISITANOS y COMPROBARÁS NUESTRAS VENTAJAS!  
SERVICIO PROPIO, RÁPIDO Y DIRECTO A VUESTRO DOMICILIO EN CUALQUIER PUNTO DE ESPAÑA.

**Colchón Viscoelástico + Tapiflex**

**Desde 422€**

Regalo de Nórdico + almohada + Funda de colchón

**REB↓J↑S**  
MÁXIMO DESCANSO, MÍNIMO PRECIO

**Pack. 90** Y de Regalo Almohada  
Colchón + Somier + Patas

**Desde 132€**

**ALMOHADAS Desde 6€**

**BULTEX**  
El Descanso Europeo.

**Muy bueno**

**COLCHONERÍAS DAMASCO**

C/. Damasco, 7 (Ciudad Jardín)  
Tel. y Fax 957 23 42 87 \* 14004 - Córdoba  
e-mail: info@colchoneriasdamasco.com

**Con Tempur**  
Olvídense de sus Problemas de cuello y espalda

Recuperación nocturna para el cuerpo y la mente

**+ TEMPUR**  
COLCHONES Y ALMOHADAS QUE ALIVIAN LA PRESIÓN

# REBAJAS

¡¡¡LE DAMOS LA VUELTA A LOS PRECIOS!!!

Si no tienes nuestro folleto, descárgatelo en [www.beds.es](http://www.beds.es)

Colchón Nube 135x190

**antes 945€**

**AHORA 549€**

135x190

Con la garantía de las primeras marcas

el descanso y tú

**bed's Córdoba**

C/ Alonso de Burgos, 3  
Tel. 957 484 926

COLCHONES
BASES
ALMOHADAS
ROPA DE CAMA
beds.es

# Aprender de nuevo a gustarse y gustar. Un lugar que invita a entrar y conocer **otra manera de ser atendido**

**Perder el cabello, tras una enfermedad o durante un tratamiento para tratarla es una experiencia dura**

ANA ESPINO

Perder el cabello, tras una enfermedad o durante un tratamiento para superarla es una experiencia dura y en muchos casos traumática, casi más, en la mayoría de las ocasiones que la propia enfermedad. A la crudeza de un diagnóstico inesperado hay que añadir que, aunque de forma momentánea y con la promesa firme de «regreso al pasado» que nos hacen, nuestro físico sufre un cambio drástico, desalentador. En este preciso momento es cuando se hace del todo necesario pensar que, como un ingrediente más a añadir a la pastilla diaria o al suero que nos cura hay que confiar en nosotros mismos, querer estar bien con la imagen que nos devuelve nuestro espejo, volver a sonreírnos con la seguridad de entonces.

## Diseño capilar cuenta con un equipo profesional, formado y atento dirigido por Dioni Barrera

Hasta hace poco tiempo era casi tabú hablar de pelucas, de postizos o de maquillajes que disimulasen las cicatrices o las ojeras. Hasta ahora, se señalaba, porque se notaba con profundo descaro, a quien era portador de unas pelucas que parecían no tener un dueño fijo. Hasta ayer se procura-

ba buscar horarios distintos para clientes distintos, la falta de intimidad por la falta de espacio hacía preceptivo ser atendido «después del cierre»...

Hasta ahora, porque desde febrero la firma de peluquería Dioni Barrera pone a disposición de aquellas personas que lo necesiten un lugar distinto a todo lo que hay en nuestra ciudad para atender a aquél que quiera recuperarse también a través de mejorar su imagen. **Diseño capilar** es un nuevo local con un nuevo concepto. Su objetivo único y primordial es atender, de una forma totalmente personalizada a cuantas personas soliciten ayuda para recuperar su fisonomía capilar. Se dará un tratamiento exclusivo a todos los problemas que se planteen y se buscará la solución más acertada. Sin límite de edad, de sexo o condición, este centro quiere ser referente y escuela para enseñar a mimar y a escuchar a un cliente que no acababa de encontrar su sitio. A partir de este momento tendrá la tranquilidad de que, llegado el caso, dispondrá de unas instalaciones cómodas, cálidas, en las que podrá estar acompañado, si así lo desea de sus familiares y amigos, tomar un café sin prisa y disfrutar de un horario amplio. El abanico de posibilidades en cuanto a pelucas y postizos es muy variado, pudiendo escoger las que mejor se ajusten a nuestro presupuesto y sobre todo a nuestro físico. Cualquier pérdida de ca-

bello parcial o total provocada por diversas circunstancias tienen solución, sólo hay que escoger el sitio adecuado.

**Diseño capilar** no sólo piensa en la cabeza, las cejas, primordiales para darle a nuestra cara la fisonomía que nos caracteriza también tienen su espacio. Para los momentos de relax o simplemente para sentirse diferente sin perder un ápice de nuestro atractivo existe una firma de turbantes y pañuelos con una variada gama de colores que será capaz de satisfacer los gustos más dispares a la vez que nos ofrecen la posibilidad de enseñarnos a lucirlos de la mejor forma posible. Y para completar un asesoramiento integral de nuestra imagen nos aconsejan una línea exclusiva de maquillajes ecológicos diseñados especialmente para personas con la piel sensible o dañada por tratamientos.

**Diseño capilar** cuenta con un equipo profesional, formado y atento dirigido por Dioni Barrera, que cuenta en su trayectoria con más de 28 años de dedicación a la peluquería. Reconocido no sólo en nuestra ciudad (entre otras inquietudes, imparte cursos y atiende a personajes públicos), Dioni Barrera lleva mucho tiempo vinculado a la AECC a la que responde siempre que se le requiere. De ahí sus inquietudes por desarrollar un proyecto integral donde atender de forma más precisa y con calma a todas aquellas personas que hasta este momento no disponían de un lugar donde



dar salida a los problemas que se plantean cuando el cabello se pierde.

La finalidad de **Diseño capilar** es hacer posible una vuelta a la normalidad. Recuperada la confianza se hace uno más fuerte y se lucha mejor y con más fuerza. Sentirse bien por fuera ayuda a sentirse bien por dentro. Y eso, siempre, será avanzar.

Invitamos a cuantos penséis que podemos serles útiles y necesarios. Nuestras puertas se abren para dar cabida a la esperanza y a la ilusión. Bienvenidos todos.

DIONI BARRERA  
 diseño capilar

Alonso El Sabio, 4  
 14001 · Córdoba  
 T. 957 782 388  
 M. 610 751 173



**COMPRO  
VENDO  
ORO  
PLATA  
RELOJES  
JOYAS  
MONEDAS**



**DISCRECIÓN  
Y  
SERIEDAD**

# Compro oro y plata

**ORO 18K: Cadena 20 gr. 500€**

**Anillo 8 gr. 200€**

**Reloj 80 gr. 2000€**

**Pulsera 26 gr. 650€**

**PLATA: Bandejas 1,5 kg. 675€**

**Cubertería de 6 kg. 2700€**

**Juego de café 5 kg. 2250€**

**Candelabros 3,5 kg. 1575€**

**RELOJES: ROLEX, OMEGA, LONGINES,  
CARTIER, BRETILING, HUBLLOT, PATEK, PHILIPPE, IWC**

**SE HACEN EMPEÑOS**



**Plaza Antonio Fernández Grilo, 1  
14008 CÓRDOBA**

**Teléfono: 957 49 27 03**

**Móvil: 617 13 19 91**

**joaquinreyessoto@hotmail.es**



**COMPRO  
VENDO**

**ORO**

**PLATA**

**TASACIONES**

**A**

**DOMICILIO**



**617 13 19 91**

**957 0495 14**



**HORARIO**

**De 10 a 14 h.**

**De 17:30 a 20:30 h.**

 smart<sup>®</sup>

open your mind.

# Una gran idea para dos.



**SMART YIN&YANG**  
DESDE  
**10.950€**

Te vas a enamorar del nuevo smart Yin&Yang y razones no te faltan: acabado pulse, motor de 52kW, radio audio basic, dirección asistida, cambio automatizado softouch, aire acondicionado y en color negro o blanco. Llévate desde 10.950€ y por 450€ más puedes equiparlo con un navegador multimedia. Date prisa, hay pocas unidades.

Consumos desde 4,2 hasta 4,3 l/100km y emisiones de CO<sub>2</sub> desde 97 hasta 98 gr/km en ciclo mixto.

**smart center Córdoba.** Covisa Automoción S.A. Ctra- Nacional 432 Km. 278, 14820 Córdoba. Tel. 957 293 311. Variante Las Peñuelas Km. 42,5, 14900 Lucena. Tel. 957 502 549.

smart Yin&Yang Limited Edition de 52kW (71CV). IVA, IM y transporte incluido. Consumo medio desde 4,2 hasta 4,3 (l/100km) y emisiones de CO<sub>2</sub> desde 97 hasta 98 gr/km en ciclo mixto. Oferta válida hasta 31/03/2012