

# Córdoba sana

enero de 2014 • Año VIII • número 80. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO • www.cordobasana.es

**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

**INCONTINENCIAS LEVES**  
Ropa Interior sin absorbente /compresas  
Seguro, discreto y de fácil lavado  
100% algodón

**Ortopedia Aeropuerto**

ROPA ADAPTADA  
Para usuarios sentados en silla  
Con el Objetivo de facilitar la tarea de vestirse tanto al usuario como al CUIDADOR

Solicita nuestros catálogos

**CENTRAL:**  
Avda Aeropuerto 19 local  
14004 Córdoba - Tel 957456500

**SUCURSAL**  
Avda Arroyo del Moro 1  
14011 Córdoba - Tel 957464906



## SE DESARROLLÓ EN EL SALÓN DE ACTOS DEL REINA SOFÍA

### El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba entrega los premios a los mejores trabajos científicos del año 2013

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) celebró el pasado 16 de diciembre su III Lección Conmemorativa Maimónides, en la que se han premiado los mejores trabajos científicos desarrollados por sus investigadores y se ha homenajeado la figura de este ilustre médico y filósofo cordobés en el aniversario de su fallecimiento.

(sigue en la página 2)



Fotografía del acto

**TABERNA SALINAS**  
Desde 1879

*«Rincón último de la autenticidad cordobesa»*  
P. García Baena

Compromiso de Calidad Turística

Tundidores, 3 (junto a Espartería) 14002 Córdoba Teléfono 957 480 135 www.tabernasalinas.com



**SI HA TENIDO PROBLEMAS PARA MASTICARLO...**

**¡NECESITA VISITARNOS!**

**SOMOS ESPECIALISTAS EN IMPLANTES Y PRÓTESIS.**

**VENGA Y LE INFORMAREMOS DE LA MEJOR OPCIÓN PARA RECUPERAR LA SALUD DE SU BOCA.**  
**PRIMERA CONSULTA + REVISIÓN GRATUITA.**

**Clínica Dental ISLADENT**  
Queremos verte sonreír

C/ Isla Aleganza s/n 14011 Córdoba Teléfono: 957 46 48 49 info@isladent.es



# noticia de portada

## El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba entrega los premios a los mejores trabajos científicos del año 2013

La directora del Centro de Investigación Cardiovascular CSIC-CCC de Barcelona, Lina Badimón, ha impartido la lección de homenaje al ilustre médico y filósofo cordobés que da nombre al Instituto

REDACCIÓN

El Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) celebró el pasado 16 de diciembre su III Lección Conmemorativa Maimónides, en la que se han premiado los mejores trabajos científicos desarrollados por sus investigadores y se ha homenajeado la figura de este ilustre médico y filósofo cordobés en el aniversario de su fallecimiento.

El acto se desarrolló en el salón de actos del Hospital Universitario Reina Sofía y ha contó con la presencia del rector de la Universidad de Córdoba, José Manuel Roldán; la delegada de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, María Isabel Baena; el delegado de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo, José Ángel Expósito; el director Gerente del Hospital Universitario Reina Sofía, José Manuel Aranda; y el director científico del IMIBIC, Francisco Pérez Jiménez.



Fotografía del acto

En esta edición, se han entregado un total de seis distinciones

La Lección Maimónides ha sido impartida por la directora del Centro de Investigación Cardiovascular CSIC-ICCC de Barcelona, Lina Badimón. Al frente del centro mixto de investigación catalán, la profesora Badimón es una referencia en el estudio de enfermedades cardiovasculares. En concreto, destaca por el estudio de los mecanismos causales que determinan el desarrollo de la aterosclerosis, que es el proceso patológico que produce lesión en las paredes arteriales. Sus investigaciones buscan identificar los genes, proteínas y procesos clave en el desarrollo de los primeros cambios patológicos y que puedan abrir la vía a distintas opciones diagnósticas y terapéuticas.

Seis premios a la excelencia en investigación, innovación y periodismo

En esta edición, se han entregado un total de seis distinciones que reconocen las

### Maimónides, ocho siglos después de su muerte

Este evento tiene especial importancia para el IMIBIC porque recuerda la figura del célebre médico y filósofo cordobés en el aniversario de su muerte. En esta ocasión, el doctor José Álvarez Kindelán, especialista en Urología y conocedor de la figura de Maimónides, ha realizado una breve reseña histórica sobre el que está considerado uno de los legados científicos más relevantes de toda la Edad Media. Álvarez Kindelán ha destacado que Maimónides sigue siendo fuente de conocimiento e inspiración para muchos y, con su trabajo, convirtió a la ciudad de Córdoba en un foco de excelencia

mejores iniciativas recientes del IMIBIC. Un año más, la Fundación Cajasur ha colaborado con la financiación de estos galardones como muestra de su compromiso con la investigación de excelencia hecha en Córdoba. Como principal novedad, este año el premio a la publicación científica más relevante lleva el nombre del ex vicerrector de la Universidad de Córdoba, Enrique Aguilar Benítez de Lugo. El Consejo

Rector del IMIBIC consideró que debía llevar su nombre por la intensa labor de potenciación de la investigación cordobesa tanto en el caso del ceiA3 como del IMIBIC. El investigador Francisco Ruiz Pino ha recibido el galardón como reconocimiento a su trabajo sobre el papel del receptor Neurokinin B en el control de la pubertad femenina y su modulación por el estado metabólico.

La distinción a la publicación científica más relevante en colaboración con grupos internacionales ha sido para el trabajo de María Encarnación Rodríguez, investigadora del grupo de Metabolismo del calcio y calcificación vascular del IMIBIC. El estudio determina el papel del calcio como nuevo regulador de la producción de FGF23.

La Lección Maimónides ha sido impartida por la directora del Centro de Investigación Cardiovascular CSIC-ICCC de Barcelona

Además de los resultados científicos, el IMIBIC ha querido premiar a los mejores ejemplos de traslación de los resultados de investigación. La comisión de selección de ambos premios ha considerado que la aplicación móvil PadMed, actual número uno en la plataforma de descargas Apple Store, merecía el reconocimiento en la modalidad 'patente, registro o spin-off'. Por otro lado, el investigador Carlos Pérez Sánchez ha sido el ganador en la modalidad 'mejor iniciativa o participación en guías de práctica clínica' por un trabajo que evalúa la disfunción mitocondrial en pacientes con síndrome antifosfolípido y el efecto beneficioso del tratamiento con coenzima Q10.

El premio al mejor trabajo de master relacionado con el ámbito de la biomedicina ha sido para investigador predoctoral Juan Miguel Díaz Tocados, que superó sus estudios de máster en 2012 gracias a un proyecto sobre el papel del magnesio en la regulación de la formación de hueso y la mineralización de células madre mesenquimales.

Por su parte, el IMIBIC ha premiado por tercer año consecutivo a la iniciativa periodística más relevante a la hora de difundir la imagen del Instituto. En esta edición, la periodista de El Día de Córdoba Lourdes Chaparro ha sido galardonada como reconocimiento a su reportaje 'El IMIBIC, refugio de la ciencia'. El reportaje transmitía la esencia del Instituto y destacaba la intensa actividad de cuatro grupos consolidados.

clínicas **López**  
**gonzález**  
odontólogos

EXPERIENCIA · TRADICIÓN · FUTURO



- Dr. Pedro López Bernal  
Nº Col. 14/00/0652
- Dr. Pedro López González  
Nº Col. 14/00/1966
- Dra. Lola López González  
Nº Col. 14/00/1982
- Dra. Marta López González  
Nº Col. 14/00/2026

¿HAY ALGO QUE ILUMINE MÁS QUE TU SONRISA?

Avenida del Brillante, Nº 12 · Teléfono. - 957 401 184 · Calle Aguilarejo Bajo, Nº 1 El Higuero · Teléfono. - 957 329 369

# Un problema común y con solución: mama tuberosa

Los anglosajones le llaman Snoopy breast, por su forma

## REDACCIÓN

Nuestra experiencia nos hace ver que a veces hay pacientes que tienen problemas comunes y de fácil solución y que por desconocimiento, o por miedo a la cirugía, no se enfrentan a ellos y acaban convirtiéndose en verdaderos traumas para su día a día. Por suerte, son cada vez las mujeres que se concientizan de que la cirugía plástica, le-

## ¿Como Se Diagnostican Las Mamas Tuberosas?

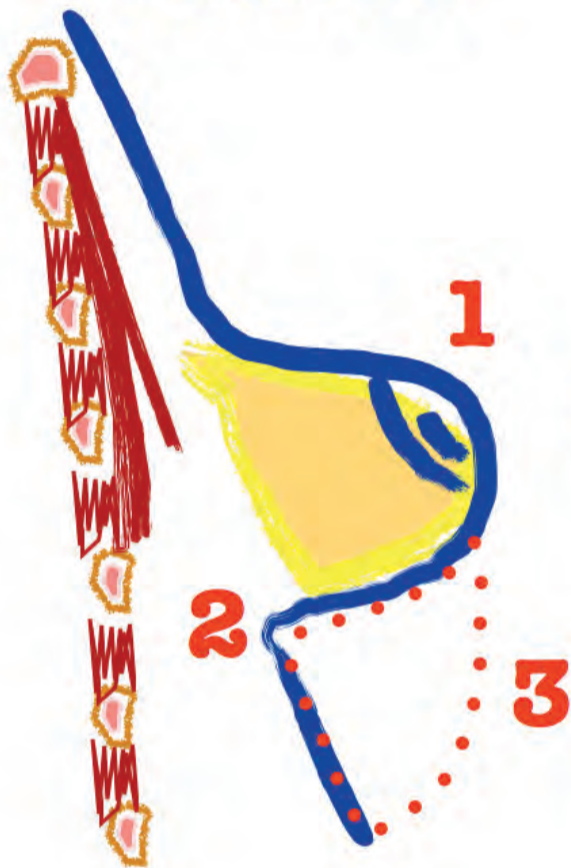
Es fundamental a la hora de detectar esta deformidad mamaria un adecuado diagnóstico. Resulta esencial una correcta exploración física para indicar el plan quirúrgico más adecuado. Si esta malformación pasa desapercibida para el cirujano (aun en casos de malformación leve), el

glándula mamaria. En las mamas tuberosas, la fascia superficial desaparece a nivel del complejo areola-pezones lo que hace que, al no haber resistencia, se hernie parte de la glándula y de ese aspecto de tuberculo a la mama y que hace que esta sea denominada como mama tuberosa o tubular. Por otra parte la fascia profunda sufre un engrosamiento a nivel del polo inferior; generando una banda constrictiva que impide el co-



El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado, miembro de la SECPRE y de otras sociedades científicas internacionales. Es Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Córdoba con la calificación de sobresaliente «cum laude». Realizó su formación en el Servicio de Cirugía Plástica y Reparadora del Hospital Universitario «Reina Sofía» de Córdoba y amplió sus estudios de especialización en el Hospital “Ruber Internacional” de Madrid y en algunos centros de reconocido prestigio en el extranjero: Mayo Clinic. Rochester (USA), The Queen Victoria Hospital. Londres (Reino Unido), Akademiska Sjukhuset. Uppsala (Suecia), entre otros. En la actualidad es director y cirujano plástico responsable de la Clínica Cirugía Plástica & Estética Córdoba. Avda. Gran Capitán, 46-2º1 de Córdoba.

## Preoperatorio



## Postoperatorio



jos de ser una frivolidad, puede convertirse en una aliada para resolver problemas anatómicos imprevistos que suponen una complicación a diversos niveles: social, personal, sexual... Es el caso de las llamadas «mamas tuberosas o tubulares», una malformación de la mama que puede afectar a uno o a los dos pechos y cuya causa es desconocida. Su diagnóstico, al menos en los casos más severos, suele hacerse al finalizar el desarrollo mamario, y lo cierto es que, generalmente, esta deformidad suele ser vivida por parte de las pacientes que la sufren con gran ansiedad al ver que sus mamas «no son normales», despertando sensaciones como miedo o vergüenza. Lo que deben saber es que tiene solución.

El resultado de la reconstrucción será deficiente y no exento de complicaciones.

Las mamas tuberosas tienen tres características destacables que son (ver figura):

- Forma tubular de la mama (1).
- Ausencia de surco submamario o constricción del mismo (2).
- Déficit de desarrollo de los cuadrantes inferiores de la mama (3).

Los anglosajones les llaman Snoopy breast, por tener un perfil parecido al de un conocido dibujo. Desde el punto de vista anatómico los hechos claros que ocurren en las mamas tuberosas están relacionados con las fascias (especie de tela) que rodean a la

recto desarrollo de la mama a ese nivel. El resto, más allá de tecnicismos, son todo problemas y complejos para quien la padece.

## Tratamiento De La Mama Tuberosa

Para el Dr. Emilio Cabrera, el tratamiento correcto de la mama tuberosa exige un gran conocimiento de las proporciones de la mama ideal desde el punto de vista estético y una gran experiencia en cirugía plástica mamaria. Es esencial conocer los aspectos anatómicos característicos de esta deformidad mamaria para poder «atacar» quirúrgicamente esas alteraciones y conseguir un buen resultado. Requiere conocer los «problemas morfológicos» que concurren en una mama tuberosa,

como son la banda constrictiva del polo inferior y la ausencia de tejido de sostén a nivel de la areola. Para solucionar estos problemas, habrá que realizar actuaciones en el polo inferior en forma de colgajos glandulares (tipo Pucket), descenso del surco submamario, y remodelación del complejo areola-pezones en los casos más severos. Para aportar volumen es necesaria la utilización de implantes anatómicos de baja altura y elevada proyección que permitan «despegar» del tórax en mayor medida los cuadrantes inferiores de la mama que están deficitarios. En definitiva, es necesario ponerse en manos de un cirujano experimentado para que el problema desaparezca con éxito y la vida de la paciente recupere su «normalidad» en este aspecto.



**CIRUGÍA PLÁSTICA  
& ESTÉTICA CÓRDOBA**  
**DR. EMILIO CABRERA**

**1ª CONSULTA GRATUITA**

Avda. Gran Capitán, 46  
2º1 CÓRDOBA  
957281450

**www.drcabrera.es**

**▶ noticias****El Colegio Oficial de Farmacéuticos repite su compromiso con Cáritas** 6**Un trabajo del Imibic recibe el XI Premio Nacional de Investigación Fundación CMC-Fundación Barclays** 6**Enfermeras profundizan gracias a un curso en la atención del paciente con enfermedad renal** 8**Más de cien pacientes participan en el primer encuentro con investigadores** 8**Entrevista a Bernabé Galán, nuevo presidente del Colegio de Médicos de Córdoba** 10**Horarios de las farmacias en enero de 2014** 11**El Hospital Reina Sofía homenajea a los 188 profesionales que se jubilan este año** 12**▶ en buenas manos****Implante dental en Clínica CID** 14**La tecnología al servicio de la ciencia en el Hospital La Arruzafa** 15**Espinacas, muy recomendables para la dieta** 16**Karate, un buen arte marcial para empezar el año** 18**Calcio, ejercicio y vitamina D para tener unos huesos fuertes** 20

**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 **Dirección:** C/ Teruel, 4, Portal 2, 3º D. 14012 - Córdoba **Teléfono:** 605 829 454 (atención al lector y departamento comercial) **Buzón de sugerencias:** info@cordobasana.es **Buzón de dirección:** javierchastang@gmail.com **Web:** www.cordobasana.es

DEPOSITO LEGAL: CA-860-2006

**DÍAS INTERNACIONALES DE SALUD EN ENERO**

30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26 Día Mundial de la Lepra 2014
27	28	29	30	31	1	2

**LA FRASE DEL MES**

« La salud no lo es todo pero sin ella, todo lo demás es nada. »

Schopenhauer

**SON NOTICIA****Bernabé Galán**

▶ Presidente del Colegio de Médicos de Córdoba

Es desde el pasado 17 de diciembre de 2013 nuevo presidente de la nueva Junta Directiva del Colegio Oficial de Médicos de Córdoba. Puede leer la entrevista que le hemos realizado en las páginas 10 y 11.

**NOTICIA BREVE**

**El Máster en cirugía Oral, implantología y rehabilitación implantoprotésica fué aprobado por el Consejo de Gobierno de la Universidad de Córdoba el día 29 de Noviembre de 2013.**

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

Reabierto en 2010



Reyes Católicos, 1

25 aniversario



1989 - 2014  
Gracias por hacerlo posible

# CLINICA ALZAHAR

## CIRUGIA PLASTICA Y ESTETICA

les desea  
un año repleto de salud y belleza

CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA (FACIAL y CORPORAL)

IMPLANTE DE PELO

TRATAMIENTO OBESIDAD

MEDICINA ESTÉTICA: BOTOX, RELLENOS CON PLASMA RICO EN PLAQUETAS...

LÁSER: REJUVENECIMIENTO, ELIMINACIÓN TATUAJES, VARICES, MANCHAS, DEPILACIÓN



AV. LA ARRUZAF A 42, 14012 CÓRDOBA  
[www.clinicaalzahar.com](http://www.clinicaalzahar.com) - [info@clinicaalzahar.com](mailto:info@clinicaalzahar.com)

**957 402 556**  
1ª Consulta Gratuita

# noticias



## El Colegio Oficial de Farmacéuticos repite su compromiso con Cáritas

Los farmacéuticos hicieron entrega al Obispado de Córdoba de un donativo económico fruto de algunos recortes en gastos ordinarios



Entrega del donativo

### REDACCIÓN

Por segundo año consecutivo, los farmacéuticos cordobeses han decidido, a través de su Colegio Oficial, destinar una cantidad monetaria a beneficio de Caritas

Dicho donativo procede del recorte de algunos gastos ordinarios del colegio farmacéutico

Parroquial con el objetivo de paliar la necesidad de algunas familias cordobesas y contribuir a

la labor social que desde la ONG cristiana se realiza diariamente.

El donativo, con un valor de 4.000 €, fue entregado al propio Obispo de la Diócesis de Córdoba D. Demetrio Fernández, por el Presidente D. Práxedes Cruz y por el Tesorero del COFCO D. Rafael Casaña, en representación de todos los colegiados cordobeses.

Dicho donativo procede del recorte de algunos gastos ordinarios del colegio farmacéutico entre los que se recoge, por ejemplo, la celebración del Día de la Patrona.

## Un trabajo del Imibic recibe el XI Premio Nacional de Investigación Fundación CMC-Fundación Barclays

Ambas fundaciones premian un estudio desarrollado en el Instituto de Investigación Biomédica de Córdoba que busca erradicar la formación de trombos y patologías vasculares en pacientes a partir de la aplicación de la coenzima Q10

### REDACCIÓN

El jurado que compone el Premio de Nacional de Investigación que concede la Fundación Colegio de Médicos de Córdoba y la Fundación Barclays ha designado que en su décimo primera edición este galardón recaiga en un trabajo desarrollado por el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (Imibic) en el Reina Sofía que ha dado paso a un ensayo clínico y que pretende ayudar a revertir trombos vasculares o venosas en pacientes.

Según el fallo del jurado, la investigación «aporta un importante avance en el conocimiento que se genera en su estudio, que parte de una hipótesis generada en pacientes que se demuestra en el laboratorio y que prueba que la coenzima Q10 corrige la alteración biológica y que podría ser extensible su uso en pacientes».

El premio, al que se han presentado un total de veintinueve trabajos, de los cuales uno tuvo que ser desestimado tras haber comprobado que fue publicado en el año 2012 ha sido otorgado «por unanimidad», como se



Acto de entrega

fija en el acta, a la investigación «Mitochondrial dysfunction in antiphospholipid syndrome: Implications in the pathogenesis of the phatogenesis of the disease and effects of coenzyme Q10 Treatment», realizado por Carlos

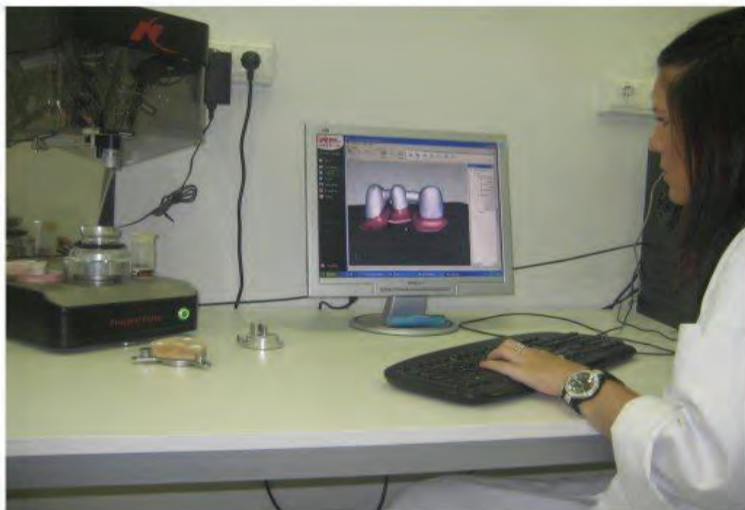
Se han presentado un total de veintinueve trabajos,

Pérez, Patricia Ruiz, María Ángeles Aguirre, María Laura Bertolaccini, Munther A. Khamashta, Antonio Rodríguez, Pedro Seguí, Eduardo Collantes, Nuria Barbarroja, Husam Khamashta, José Antonio González, José Manuel Villalba, Francisco Velasco, Ma-

ría José Cuadrado y Chary López. El trabajo fue publicado en el «BLOOD 2012 119: 5859-5870» y realizado por el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (Imibic).

El galardón, entregado por Beatriz Morilla, directora gerente de la Fundación Barclays, ha sido recibido por dos de las integrantes de dicha investigación, Rosario López y María Ángeles Aguirre.

De igual manera, el jurado ha concedido un accesit al trabajo «Efficacy and safety of neoadjuvant pertuzumab and trastuzumab in women with locally advanced, inflammatory or early Her2-Positive breast cancer (neosphere): A randomised multi-centre, open-label, phase 2 trial».



Servicio

Laboratorio de Prótesis Dental:



Estética e  
Innovación  
Dental, S.L.

Confianza

Calidad



Imprenta de la Alborada, Parcela 124 - A P. Ind. Las Quemadas 14014 - Córdoba

Tlf. 957348239 EMAIL: laboratorio@esticadentalcordoba.es WEB: www.esticadentalcordoba.es

# NICOLÁS

centro capilar

Centro capilar con 30 años de antigüedad y taller propio único en Andalucía

Centro colaborador con el Instituto Maimones de Investigación Biomédica de Córdoba

En Nicolás Centro Capilar brindamos un abanico de servicios adecuados a cada problema capilar atendiendo a cada persona de forma individual y ofreciendo siempre una primera visita gratuita

## Servicios

- **Nuevo servicio de pigmentación**
- Integración de cabello para alopecia femenina
- Sistemas Capilares para alopecia masculina
- Soluciones estéticas para Alopecia Areata-Universal
- Estética oncológica
- Tratamientos capilares
- Pañuelos y turbantes
- Taller de reparación y restauración único en Andalucía
- Cejas de microinyección
- Flequillos

## COLECCION SOLIDARIA PARA PERSONAS CON POCOS RECURSOS

### Nuestro objetivo: tu satisfacción

La satisfacción de los innumerables clientes que han pasado por nuestro centro, es nuestra razón de ser. Más de 30 años dando servicio avalan nuestra confianza y garantía de un trabajo que busca la excelencia, la innovación constante y sobretodo brindar apoyo incondicional a todos nuestros clientes



## MICROPIGMENTACIÓN

antes

después



### Servicios de Mantenimiento y Taller

Disponemos de cabinas individuales que preservan la privacidad de los clientes. Donde de forma personalizada le aconsejaremos la mejor solución a su problema. Así como taller propio en el que efectuamos las reparaciones y el mantenimiento de las integraciones capilares y/o pelucas que lo precisen.

C/ María Cristina, 13 oficina G7  
Córdoba - Telf 957491395  
[nicolas@nicolascentrocapilar.com](mailto:nicolas@nicolascentrocapilar.com)

Cita previa total discreción y confidencialidad.  
Primera cita e información sin coste

Tenemos puntos de atención en Córdoba como central, Jaén, Granada, Málaga, Huelva y Cádiz

## Enfermeras profundizan gracias a un curso en la atención del paciente con enfermedad renal



Un momento del curso

### REDACCIÓN

El Colegio Oficial de Enfermería de Córdoba celebró en su sede el curso de *Atención de Enfermería al paciente con enfermedad renal*, que ha organizado en colaboración con la Escuela Internacional de Ciencias de la Salud.

Las enfermeras y enfermeros que lo han seguido conocieron en profundidad todas las actividades que se llevan a cabo en las distintas unidades del Servicio de Nefrología: hospitalización, hemodiálisis, diálisis peritoneal, trasplante renal y los cuidados del paciente con enfermedad renal crónica en todos los estadios.

En cuanto a la docencia, Juan Francisco Pulido y Fernando González han sido los profesores encargados de impartir el curso de *Atención de Enfermería al paciente con enfermedad renal*. Ambos son además enfermeros del Servicio de Nefrología del Hospital Gregorio Marañón de Madrid.

Por su parte, los profesores han señalado que, entre los contenidos más importantes del curso, «hacemos hincapié en la adaptación de los profesionales al Servicio y a los pacientes con una enfermedad crónica, ya que conlleva una relación cercana y duradera en el tiempo».

## Más de cien pacientes participan en el primer encuentro con investigadores

Organizado por el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC)

### IMIBIC

Más de cien pacientes reumáticos acudieron al primer encuentro con investigadores organizado por el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC). El acto, celebrado en el salón de actos del Hospital Reina Sofía, fue inaugurado por el director gerente del centro cordobés, José Manuel Aranda, el director científico del IMIBIC, Francisco Pérez Jiménez y el director de la Unidad de Gestión Clínica y coordinador de esta reunión, Eduardo Collantes.

### Es la primera vez que las principales asociaciones de pacientes reumáticos, Acoare y Aceade, participan en un acto de forma conjunta

Durante el encuentro, investigadores del grupo de Enfermedades autoinmunes del IMIBIC y especialistas de Reumatología del hospital desarrollaron las principales líneas de investigación centradas en el estudio de nuevas terapias para mejorar la calidad de vida de pacientes con lupus, artritis reumatoide, síndrome antifosfolípido y espondilitis anquilosante.



Imagen de la jornada

Los científicos explicaron que tratan de responder por qué en los pacientes con artritis reumatoide hay una mayor prevalencia de enfermedades cardiovasculares o también por qué se forma hueso en la espondilitis anquilosante. Del mismo modo, destacaron algunos de sus descubrimientos como, por ejemplo, que el tratamiento con fluvastatina —un fármaco tradicionalmente utilizado para disminuir el nivel de colesterol— es efectivo en el tratamiento de la patología cardiovascular presente en pacientes con síndrome antifosfolípido y lupus.

Esta primera experiencia entre investigadores y pacientes ha tenido una relevancia inédita ya que es la primera vez que las principales asociaciones de pacientes reumáticos, Acoare y Aceade, participan en un acto de forma conjunta. «Esta colaboración sentará precedente para continuar con el transvase de experiencias y conocimientos entre pacientes y expertos en un futuro muy próximo», afirmó el Dr. Miguel Ángel Caracuel, especialista en Reumatología del Hospital Universitario Reina Sofía.

## BODEGAS EL GALLO

*ha sabido aunar en sus mejores caldos lo mejor de la tradición vitivinícola y la experiencia de una empresa con siglo y medio de existencia.*



C/ Buen Suceso, 3  
14001 - Córdoba  
Teléfono 957482953

150 ANIVERSARIO  
BODEGAS EL GALLO

1863





## Centro de Cirugía Estética y Reparadora

**Dr. Redondo Camacho**

Cirujano Plástico. Colegiado 5.359

### ■ Cirugía Masculina

#### Cirugía Facial

Rejuvenecimiento facial

Rinoplastia

Otoplastia

#### Cirugía Corporal

Liposucción

Abdominoplastia

Ginecomastia

### ■ Medicina Estética

Información realista y completa en cada caso

Atención personalizada

Técnicas avanzadas

Primera consulta gratuita

síguenos en twitter @redondoestetica



Reyes Católicos 11, esq. Doce de Octubre local. Córdoba 14001.  
T. 957 49 81 32. [recamed@hotmail.com](mailto:recamed@hotmail.com) / [www.redondoestetica.com](http://www.redondoestetica.com)

# Bernabé Galán

Presidente del Colegio de Médicos de Córdoba

## «Queremos implicarnos en la actividad de la sociedad cordobesa, y participar en proyectos que organicen otras instituciones»

REDACCIÓN

Bernabé Galán (Adamuz, 1952) es médico jubilado de Atención Primaria, actualmente dirige un centro privado en la localidad cordobesa de Fuente Palmera, donde ha desarrollado la mayor parte de su actividad sanitaria. Licenciado en Medicina por la Universidad de Sevilla, regentó el cargo como director del Distrito Sanitario Guadalquivir en la década de los ochenta. Asimismo, también presidió Semergen a nivel autonómico antes de regentar la secretaría general a nivel nacional de la misma sociedad médica.

### ¿Cuál va a ser su línea de actuación como nuevo presidente del CMC?

Soy persona a quién le gusta dar participación a los demás y que todo el mundo esté informado de lo que hacemos. Todo lo que hagamos vamos a impregnarlo de claridad, transparencia, información, comu-

nicación y participación de todos los colegiados y de los ciudadanos que quieran participar en nuestro proyecto.

### ¿Qué iniciativas pretende llevar a cabo?

Queremos continuar y terminar los proyectos que en la actualidad se están implementando, iniciados por nuestros antecesores, y comenzar proyectos nuevos. El más importante es la construcción de la nueva sede colegial. También, seguiremos trabajando en la descentralización y optimización administrativa, la secretaría virtual, mejorar la comunicación con la sociedad cordobesa, el plan de acogida a los MIR, seguir participando en el foro de la profesión médica, mantener el registro de profesionales lo más actualizado posible, el Aula MIR, las asesorías jurídica, laboral y fiscal y seguir apoyando el programa PAIME (Plan de Atención Integral al Médico Enfermo) y otros proyectos más.

### ¿Cuál es su valoración acerca del sistema de atención primaria en la actualidad?

Tenemos el mejor Sistema Público de Salud, yo diría del mundo. Lamentablemente no hay consenso para mantenerlo

**Tenemos el mejor Sistema Público de Salud del mundo. Lamentablemente no hay consenso para mantenerlo así y se está deteriorando a marchas forzadas**

siendo el mejor y se está deteriorando a marchas forzadas, influyendo múltiples factores y no sólo achacable a la crisis. La Reforma Sanitaria de los años 80 colocó a España a la cabeza de los sistemas sanitarios. Se comprendió entonces que la Atención Primaria era la base sobre la que debe asentarse el Sistema, y se hizo un esfuerzo tremendo en este sentido. El cambio que se produjo fue ostensible notablemente en pocos años. Pero poco a poco se fue deteriorando y perdiendo su primitiva filosofía. Aquella adecuación que se hizo en la ratio paciente/profesional ha ido desapareciendo hasta llegar a la situación de tener que mantener una magnífica cartera de servicios a expensas del incremento del esfuerzo y del estrés de los profesionales que trabajan con una encomiable dignidad y ética con tal de mantener la calidad en la atención. Además de la falta de medios por los recortes que se producen, la merma de sus nóminas, la precariedad laboral, el esfuerzo, tienen que soportar una creciente burocracia que se retroalimenta y que no

siempre está justificada, lo que lleva a la desmotivación y desengaño que deteriora la calidad de la asistencia, por mucho esfuerzo que se haga para que no ocurra.

### ¿En qué situación se encuentra el sector médico cordobés? ¿Cuáles son sus debilidades y cuáles sus fortalezas?

Gran parte de la respuesta está en la pregunta anterior, tanto debilidades como fortalezas. Se ha hecho un gran esfuerzo en equipamiento y construcciones, y pienso que la provincia de Córdoba se encuentra bien equipada en este aspecto. Es preciso mantener y mejorar el Desarrollo Profesional Continuo del personal. En este aspecto los Colegios Profesionales pueden colaborar mucho. De lo que no hay duda es que las fortalezas hay que buscarlas no sólo en la magnífica formación de los profesionales, sino especialmente en los aspectos morales y éticos que son los que hacen llevar mejor el enorme esfuerzo que realizan día a día por mantener un Sistema Sanitario digno, a pesar de lo negativo de la situación actual.

El Colegio ha ido, y a partir de ahora lo hará más, explorando las necesidades de los colegiados, y dando respuesta a ellas

### ¿Cómo valora las noticias sobre la construcción de nuevos centros hospitalarios privados en la capital, como por ejemplo el de Quiron?

El aumentar el número de camas hospitalarias en nuestra provincia es una buena noticia. Supongo que quienes quieran implantarse en Córdoba, tendrán más que



FINANCIACIÓN A SU MEDIDA PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA 10/01/14

PROMOCIÓN ESPECIAL DE NAVIDAD

979€

IMPLANTE COMPLETO

IMPLANTE + ADITAMENTO + CORONA

1ª VISITA

DIAGNÓSTICO + PRESUPUESTO + LIMPIEZA

GRATIS

50%

DESCUENTO EMPASTES

179€

BLANQUEAMIENTO EN UNA SOLA SESIÓN

957 740 054





C/ Diego Serrano, 2 - local 14005 CÓRDOBA

HORARIO DE LUNES A VIERNES  
MAÑANAS 9:30 A 13:30 H. TARDES 16:30 A 20:30 H.

www.clinicaserdental.es  
info@clinicaserdental.es

Más de 20 años de experiencia en salud y estética dental



■ ■ ■

«Todo lo que hagamos vamos a impregnarlo de claridad, transparencia, información, comunicación y participación de todos los colegiados y de los ciudadanos que quieran participar en nuestro proyecto»

■ ■ ■

estudiada la idoneidad de hacerlo y la rentabilidad de su inversión. A mi, personalmente, no me han llegado más noticias de las que se puedan difundir en los medios de comunicación. Bienvenidos sean, ya que redundará en beneficio de la población.

**Lo que más falta hace es el hecho de volver a ilusionar a los profesionales y trabajadores de la sanidad, y en eso este Colegio se ofrece a colaborar en todo lo que podamos**

**¿Cómo es la relación entre el CMC y la sociedad cordobesa? ¿Cree que podría existir más implicación mutua?**

Uno de los pilares de nuestro proyecto es la comunicación y la información no sólo a los colegiados sino también a la ciudadanía en general. Queremos implicarnos en la actividad de la sociedad cordobesa, y participar en proyectos que organicen otras instituciones, así como realizar proyectos propios. De todo lo que hagamos, tendrán información los ciudadanos.

**¿Qué servicios presta el CMC a sus asociados?**

Muchos de los servicios que presta el Colegio a sus colegiados ya han sido enumerados en las respuestas a preguntas anteriores. El Colegio ha ido, y a partir de ahora lo hará más, explorando las necesidades de los colegiados, y dando respuesta a ellas. Desde hace años, el Colegio se viene ofreciendo como una empresa de servicios, que se van ampliando poco a poco. Para ello se firman convenios con distintas entidades y firmas para ofrecer a los cole-

giados unas condiciones favorables en la oferta de esos establecimientos.

En el aspecto profesional: asesoría jurídica y fiscal, registro de especialidades, acreditación y desarrollo profesional continuado, programas de formación, atención socio-familiar, atención a viudas y huérfanos, Comisión de Ética y Deontología, relaciones con las asociaciones de pacientes, plan de acogida a los MIR, programa de preparación al examen MIR a los estudiantes de últimos cursos de Medicina (a quienes les vamos a ofrecer el carnet de precolegiado, con sus respectivas ventajas) y a médicos recién licenciados, mediante el Aula MIR, apoyo a la investigación y a las publicaciones científicas, atención a los médicos en precario en lo que respecta a empleo, promoción de foros interespecialidades, correduría de seguros buscando las opciones más favorables para cada situación personal del colegiado, y seguro que se me olvida alguna otra ventaja.

**¿Qué iniciativas se llevan a cabo en la provincia y en qué queda por hacer?**

Sospecho que debido a la crisis se han detenido un poco las iniciativas. Se ha hecho, como ya he referido, un esfuerzo en infraestructuras en la provincia, se están ampliando hospitales como Reina Sofía y San Juan de Dios, se terminó el centro sanitario Castilla del Pino, etc. Pero quedan proyectos por hacer: siendo egoísta y tirando para mi tierra adoptiva, creo que es muy necesaria la construcción y puesta en marcha del prometido Hospital de Palma del Río, al ser la única comarca cordobesa que no tiene hospital. Pero lo que más falta hace es algo no material, cual es el hecho de volver a ilusionar a los profesionales y trabajadores de la sanidad, y en eso este Colegio se ofrece a colaborar en todo lo que podamos.



Bernabé Galán



**Especolchón**  
www.especolchon.com

**957 41 38 22**  
MEDINA AZAHARA

**957 08 04 00**  
CTRA. TRASSIERRA

- COLCHONES VISCOELÁSTICOS.
- CANAPÉS.
- BASES.
- CAMAS GERIÁTRICAS.
- SOMIERES ARTICULADOS.
- FUNDAS.
- ALMOHADAS.
- NÓRDICOS.





**FARMACIAS DE GUARDIA**  
www.cofco.org  
**CORDOBA DE LUNES A VIERNES**

**DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE**

LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS)	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
AVDA. RONDA TEJARES, 2	Esquina con Plaza de Colón	ZONA CENTRO
PLAZA FLOR DEL OLIVO S/N	(El Chimeneón) Frente al gimnasio 'gofit'	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Nogueir	ZONA CIUDAD JARDIN
ISLA DE HIERRO, 4	Esquina calle Isla Formentera	ZONA NOREÑA
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
CRUZ CONDE, 21	Esquina a Ronda de los Tejares	ZONA CENTRO
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRAZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
LOPE DE HOCES, 7	Esquina a Paseo de la Victoria (Junto a la Zona)	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña (Junto a Arroyo del Moro)	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS II-SAGUNTO
ESPEJO BLANCAS, 2	Esquina Almogavares (Junto al Ambulatorio)	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
AV. CARLOS III, 18	Primera salida, después del túnel de Carlos III	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. VIRGEN DE LOS DOLORES, 23	Explanada - Junto a Parque Infantil	ZONA PARQUE CRUZ CONDE
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE

**NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE**

AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN



**FARMACIAS DE GUARDIA**  
www.cofco.org  
**CORDOBA DOMINGOS**

**DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE**

LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS II-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

**NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE**

AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN



**FARMACIAS DE GUARDIA**  
www.cofco.org  
**CORDOBA SABADOS**

**DIA DE 10:00 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE**

LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
AV. DE MEDINA AZAHARA, 29	Esquina a Alcalde Sanz Nogueir	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
AVDA. DE LAS OLLERIAS, 11	Esquina a Cuesta de San Cayetano	ZONA CENTRO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
LOPE DE HOCES, 7	Esquina a Paseo de la Victoria (Junto a la Zona)	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña (Junto a Arroyo del Moro)	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS II-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
FRANCISCO PIZARRO, 8	Junto al Ambulatorio - Plaza de la Juventud	ZONA FUENSANTA
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN
DAMASCO, 21	Esquina a Avda. del Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
MANUEL DE FALLA, 6	Junto Camping del Brillante	ZONA BRILLANTE

**NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE**

AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN



**FARMACIAS DE GUARDIA**  
www.cofco.org  
**CORDOBA FESTIVO**

**DIA DE 9:30 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE**

LUCANO, 17	Junto a Plaza 'El Potro'	ZONA CASCO ANTIGUO
CONDE DE GONDOMAR, 2 (ESQUINA TENDILLAS) *	Plaza de las Tendillas (Centro)	ZONA CENTRO
MARMOL DE BAÑUELOS, 4	Farmacia El Globo (Esquina a Alfonso XIII)	ZONA CENTRO
CONCEPCION, 6		ZONA CENTRO
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipermercado	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
DOLORES IBARRURI, 11	Farmacia Pryca Sierra (Junto a Carrefour Sierra)	ZONA TABLERO BAJO
INFANTA DOÑA MARIA, 5	Frente Iglesia La Inmaculada	ZONA CIUDAD JARDIN
GONZALO XIMENEZ DE QUESADA, 19	Esquina con Antonio Maura	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DEL 28 DE FEBRERO, 4	Frente al Ambulatorio Benito de Baños	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
JEREZ, 1	Junto al Ambulatorio	ZONA SECTOR SUR
CARRETERA DE TRASSIERRA, 38	Frente Bar Pireo	ZONA FIGUEROA-TRASSIERRA
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRAZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
LOPE DE HOCES, 7	Esquina a Paseo de la Victoria (Junto a la Zona)	ZONA PASEO DE LA VICTORIA
HUERTA DEL RECUERO S/N	Farmacia Noreña (Junto a Arroyo del Moro)	ZONA NOREÑA
CINCO CABALLEROS, 9		ZONA CARLOS II-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS II-SAGUNTO
AVDA.ALMOGAVARES, 46	Junto a Parada Taxi Valdeolleros	ZONA SANTA ROSA-VALDEOLLEROS
AV.BARCELONA ESQ.A PLATERO S.CRUIZ		ZONA A.BARCELONA-CTRA.MADRID
AVDA. GRAN CAPITAN, 21	Junto al Corte Ingles	ZONA CENTRO
AVDA. REPUBLICA ARGENTINA, 12	Pabellones Militares (junto a esquina Medina Azahara)	ZONA CIUDAD JARDIN

**NOCHE DE 22:00 DE LA NOCHE A 9:30 DEL DIA SIGUIENTE**

AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN

\* El día 6 de enero la farmacia situada en Conde de Gondomar, 2 (esquina Tendillas) permanecerá cerrada.

# El Hospital Reina Sofía homenajea a los **188 profesionales que se jubilan este año**

La delegada de Igualdad, Salud y Políticas Sociales agradece a estos trabajadores su compromiso con el hospital y la encomiable labor de servicio público a los ciudadanos

REDACCIÓN

El Hospital Universitario Reina Sofía celebró el pasado 18 de diciembre el acto de despedida a los 188 profesionales de las distintas categorías, 128 mujeres y 60 hombres, que se han jubilado a lo largo del año 2013 para agradecerles el trabajo realizado y su contribución a la mejora de la atención sanitaria de los ciudadanos.

Familiares, amigos y compañeros de profesión acompañaron en esta celebración tan especial a las personas jubiladas. Por áreas, 43 trabajadores de la división de Servicios Generales, 92 profesionales de enfermería, 35 médicos y otros 18 profesionales del área Económico-Administrativa han dejado de prestar sus servicios este año después de jubilarse.

**Acto de despedida a los 188 profesionales de las distintas categorías, 128 mujeres y 60 hombres, que se han jubilado a lo largo del año 2013**

El acto estuvo presidido por la delegada territorial de Igualdad, Salud y Políticas Sociales en Córdoba, María Isabel Baena, y el director gerente del Hospital Reina



Profesionales del Reina Sofía en el acto de homenaje por su jubilación durante el año 2013

Sofía, José Manuel Aranda que estuvieron acompañados por otros responsables del equipo de dirección. Durante sus intervenciones ambos incidieron en la importancia del trabajo de estos profesionales para consolidar al complejo sanitario cordobés como uno de los centros de referencia a nivel andaluz y nacional.

Baena agradeció además a estos profesionales su dedicación y su compromiso con el hospital, así como la encomiable labor de servicio público de atención a los ciudadanos que han desarrollado a lo largo de su trayectoria laboral, que en muchos casos se ha desarrollado íntegramente en las instalaciones del Hospital Reina Sofía.

En nombre de los profesionales jubilados intervino un representante por cada una de las divisiones: Pedro Benito, por parte de los médicos; Luis Mozos en representación de los profesionales de gestión y servicios; y María José Rodríguez por parte de enfermería. Además, en representación de la Asociación de Mayores del Hospital Reina Sofía dirigió unas palabras Antonia Ordóñez, que invitó a los profesionales a sumarse a esta organización que aglutina a los trabajadores jubilados del centro y que viene desarrollando una intensa labor cultural, lúdica y de convivencia durante todo el año.

La Unidad de Atención al Profesional del hospital ha sido un año más la encargada de organizar esta actividad

El cierre del acto lo puso la actuación del Coro de la Asociación de Mayores y la entrega de diplomas de reconocimiento a los más 180 profesionales homenajeados. La Unidad de Atención al Profesional del hospital ha sido un año más la encargada de organizar esta actividad, que se ha desarrollado en el salón de actos del complejo sanitario.

- / Problemas cervicales dorsales y lumbares
- / Contracturas, tendinitis, roturas fibrilares
- / Hernias discales, protusiones y lumbalgias
- / Hombros dolores y problemas de rodilla
- / Esguinces
- / Especialistas en osteopatía: estructural, visceral y craneal.
- / Dolores de cabeza, mandíbula e insomnio
- / Embarazadas
- / Osteopatía pediátrica
- / Cólico del lactante, alteraciones de sueño, plagiocefalias

Salvador Vinuesa Sánchez  
Ana M<sup>a</sup> Machado Rodríguez

CENTRO DE FISIOTERAPIA & OSTEOPATÍA

**SANTA MARINA**

C/ Mayor de Santa Marina, nº 6

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

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





**Espinacas, muy recomendables para la dieta**

comer sano

16



**Karate, un arte marcial para empezar el año**

18

**Calcio, ejercicio y vitamina D para tener unos huesos fuertes**

20



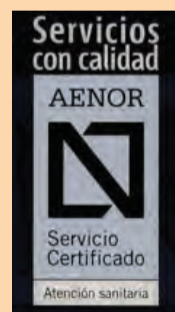
**Ahora en clínica CID  
su implante dental  
desde 250 euros**  
**Financiamos su tratamiento  
sin intereses**



**Clínica CID**

Situada en Avda. de América, 9 - 1º2, en Córdoba, es un centro avanzado de servicios de odontología integral, cuyo fin es proporcionar soluciones médicas innovadoras y personalizadas a las necesidades de sus pacientes.

Cuenta con personal especializado y formado en las técnicas y servicios que se prestan, capaces de aportar sus conocimientos y experiencia, además de una infraestructura y medios técnicos necesarios, que permiten un adecuado tratamiento así como la confianza de los pacientes y sus acompañantes.



A89/000003  
N.I.C.A 9614

Clínica CID es la primera clínica dental en Andalucía certificada por AENOR



**REPARACION, LIBERACION Y  
ACCESORIOS DE TELEFONIA**



**Reyes Católicos, 24**  
(junto a Diputación)

**Tras la Puerta, 4**  
(Viñuela, junto a Cazorla)

BATERIAS, CARGADORES, CABLES, ADAPTADORES, AURICULARES, MINI ALTAVOCES, SOPORTES, FUNDAS, CARCASAS ...

# La tecnología al servicio de la ciencia

INSTITUTO DE OFTALMOLOGÍA LA ARRUZAFÁ

El trasplante del tejido corneal se realiza desde hace más de un siglo, pero ha sido en los últimos 15 años cuando esta técnica se ha popularizado en los principales centros oftalmológicos. Gracias a la experiencia acumulada se han desarrollado técnicas novedosas para conseguir los mejores resultados, como el trasplante del endotelio corneal en sus diferentes modalidades (DSAEK o DMEK).

**El Instituto de Oftalmología la Arruzafa se ha especializado en este tipo de cirugías**



sus aportaciones destacan el uso de un sistema poco frecuente de cámara anterior artificial para obtener discos para queratoplastia endotelial, y un monograma para obtener lamelas más finas en corte de córneas para este fin.

En los últimos cinco años han realizado 408 procedimientos de trasplante de córnea, once implantes de esclera y 20 de membrana amniótica, posicionando a esta institución como el primer centro de Andalucía en realizar de forma protocolizada dichas intervenciones.

El 60% de los casos de trasplantes corneales actuales se deben a problemas en el endotelio corneal, cuando hasta hace bien poco, las causas principales eran el queratocono y el retrasplante. Otras patologías como las distrofias corneales, cicatrices postraumáticas o perforaciones oculares son también causas frecuentes de trasplante corneal.

El trasplante endotelial (DSAEK o DMEK) es una intervención quirúrgica en donde se recambia el endotelio dañado de la córnea por un tejido endotelial sano de un do-

nante. Debido a la complejidad de la operación, sólo los centros más especializados y con mayor cobertura tecnológica pueden realizar tales intervenciones.

El Instituto de Oftalmología la Arruzafa se ha especializado en este tipo de cirugías. Tanto su

equipo médico como sus instalaciones se han adaptado para convertirse en pioneros en España en trasplante lamelar de córneas, con varias publicaciones en revistas especializadas y varios libros en los que sus facultativos son editores y autores principales. Entre

**24 horas**

**El Hospital La Arruzafa cuenta con servicio de urgencias 24 horas**

**CHECK IN ENGLISH IN MEDICINE**

**CENTRO DE IDIOMAS**

Profesorado nativo.  
Cursos intensivos para obtención del B1, B2, C1, C2.  
Inglés, francés, alemán, italiano, chino.  
Cursos específicos para profesionales y empresas.

**C/ Periodista Quesada Chacón, 2**  
(junto a Glorieta de Ibn Zaydun)

¡Síguenos en !

**Tfn: 957 411 365 - 628 642 647**  
**www.centrodeidiomascheckin.com · @checkinidiomas**

# Espinacas, muy recomendables para la dieta

Alcanzaron gran fama en Estados Unidos y posteriormente a nivel mundial gracias a un personaje caricaturizado, Popeye, el gran embajador de esta verdura

A. CABELLO

Llega enero y como propósito para el Nuevo Año muchos deciden bajar de peso. La espinaca es un vegetal que nos puede ayudar en tan sacrificada labor. Originarias de Persia, donde se las conocía por el nombre de *esfenaj*, fueron introducidas por los árabes en España alrededor del siglo XI. En el siglo XX alcanzaron gran fama en Estados Unidos y posteriormente a nivel mundial gracias a un personaje caricaturizado, Popeye, que pasó a ser el gran embajador de esta verdura.

Las espinacas se han convertido en uno de los alimentos más versátiles en la cocina y muy apropiadas para los diferentes hábitos alimenticios ya que son una buena fuente de hierro y pro-

teínas necesarios para los vegetarianos. Poseen casi un 50% de proteína, son fuente de vitaminas como A, E o K, ricas en ácido fólico, muy importante para embarazadas y lactantes. Contienen fibra y minerales como hierro, potasio, manganeso y magnesio, ácidos grasos Omega 3.

**En el mercado podemos encontrar dos variedades: la de hoja rizada o savoy que se comercializa fresca y se pueden encontrar en esta época y la de hoja lisa, congelada, durante todo el año**



## Ricas en proteínas

Poseen casi un 50% de proteína, son fuente de vitaminas como A, E o K, ricas en ácido fólico, muy importante para embarazadas y lactantes. Contienen fibra y minerales como hierro, potasio, manganeso y magnesio, ácidos grasos Omega 3.

Entre los beneficios que se obtienen de su consumo podemos destacar que está indicado para personas que padecen gota, artritis o cálculos en el riñón gracias a su contenido en ácido fólico. Tiene poder antioxidante, mejora la visión y ayuda contra el desarrollo de cataratas. Combate las anemias gracias a su contenido en hierro y calcio. Apenas tiene grasas por lo que es apropiado

para dietas de adelgazamiento o para controlar el colesterol.

Por su contenido en fibra es saciante y mejora el tránsito intestinal. Mantiene la presión arterial equilibrada lo que favorece la disminución del riesgo a padecer enfermedades cardiovasculares. Es

un buen desintoxicante, podemos usarla licuada para eliminar metales pesados de nuestro organismo.

Consumida en crudo aprovecha todas las vitaminas ya que al cocerla pierde la C. En cuanto a las calorías, las espinacas solo poseen unas 30 Kcal por cada 100 gramos.

En el mercado podemos encontrar dos variedades: la espinaca de hoja rizada o savoy que se comercializa fresca y se pueden encontrar en esta época y la de hoja lisa que está durante todo el año y la compramos congelada por lo general.



*Rincón de las Beatillas*

*Cocina Tradicional Cordobesa*

**les desea un próspero 2014**

**RESERVAS**

**957 48 33 36  
629 75 74 83**



Plaza de las Beatillas, 1 14001 - CÓRDOBA

[elrincon@tabernabeatillas.com](mailto:elrincon@tabernabeatillas.com)







# La gamba de ORO

RESTAURANTE • MARISQUERIA • COCEDERO



Casi.....

# 50 AÑOS

con la misma gamba,  
la de siempre, la de  
toda la vida.

## también en:



## mercado victoria



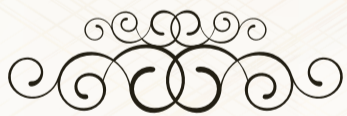
### VENTA ONLINE

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

C/ Mariano de Cavia, 13 "Los Olivos Borrachos"  
14005 Córdoba Tlf. 957235614

C/ Montenegro, 10 (junto a CajaSur)  
14900 Lucena Tlf. 957052427

INFORMACIÓN Y RESERVAS  
957 740 117 || 607 049 715



## La Favela



COCINA CORDOBESA  
DE MERCADO

C/. RODRÍGUEZ MARÍN, 5  
(LA ESPARTERÍA)



# Karate, arte marcial para empezar el año

A. CABELLO

El Karate-do (del japonés “el camino de la mano vacía”) se trata

de un arte marcial tradicional, sin armas, originario de las islas Ry ky (Okinawa es la isla mayor y de donde es originario) de Japón.



Nació a partir del estilo nativo conocido como Te que viene a significar “mano” y artes de boxeo chinas.

Se caracteriza por el uso de golpes de puño y patadas en el que se coordina la fuerza, respiración, equilibrio, giro correcto de cadera y posturas que conforma las diferentes técnicas para el correcto golpeo, trasladando el peso y centro de gravedad al impacto. No solo se cultiva el aspecto más físico sino que es una disciplina que trata de inculcar el respeto al contrario, la cortesía y humildad.

Es un deporte que puede ser practicado por todas las personas independientemente de la edad siempre y cuando no tengan ningún impedimento de salud para practicar ejercicio. Se realiza descalzos y con kimono o karategi de color blanco con cinturón diferenciador según el rango del karateca. Un ritual llamativo y diferente a otros deportes es que comienza y acaba con un saludo como forma de compromiso de

aportar el máximo esfuerzo. El lugar donde se practica es en interior y se denomina dojo.

Entre los beneficios físicos que obtenemos de su práctica son el fortalecimiento y tonificación de la masa muscular en general ya que se utiliza todo nuestro cuerpo y nos sentiremos más fuertes y ágiles, sobre todo si se empieza desde joven. Se trata de un deporte aerobio y anaerobio por lo que

el sistema cardiovascular se verá fortalecido. Notamos una mejora en la motricidad y equilibrio. la flexibilidad es un aspecto que se trabaja desde el calentamiento lo que ayudará a evitar lesiones musculares. Como en otros deportes, podemos controlar el peso corporal, y bajar los niveles de colesterol sobre todo si lo combinamos con una dieta saludable y equilibrada.

## Beneficio psicológico

También nos proporciona bienestar en el aspecto psicológico ya que ayuda a eliminar estrés, favorece la concentración mental en cualquier aspecto de la vida, ya que la exigencia física de dar el cien por cien hace que aprendamos a concentrarnos al máximo en la tarea que estamos realizando. Fortalece la autoestima y la confianza con cada nivel que vamos alcanzando. Compañerismo, respeto a las normas tanto físicas como personales (siempre se debe llevar el kimono limpio y de manera correcta) y al adversario, de no lesionar ni causarle daño, son cualidades muy beneficiosas tanto para niños como adultos.

# SANSUEÑA

## CLUB DEPORTIVO



## Tenemos la solución a tu problema

Visite nuestro centro y te informaremos del sistema **SLIM-BELLY**, reducción hasta 8 cm en 4 semanas. Di adiós a esa barriga y a esos kilos de más con un método **RÁPIDO-FÁCIL** y **NATURAL** hasta 2 TALLAS MENOS EN SOLO 4 SEMANAS.

Con éxito A NIVEL EUROPEO: Alemania, Austria, Holanda, Suecia y ahora en **ESPAÑA**

**¡¡Llámanos quedan pocas plazas!! ¡¡Date prisa!!**



# EL DIRECTORIO DE CÓRDOBA SANA

 **Centro de Estimulación y Logopedia**  
CELINFOR

Trastornos del Lenguaje y de la Comunicación  
Alteraciones del habla y de la voz  
Dificultades del aprendizaje  
Atención temprana - Retraso escolar  
Terapia miofuncional

Avda. de América, 21 Bajo Dcha.  
14008 CÓRDOBA

---

Avda. de América, 21 Bajo Dcha.  
**957 474 078**  
email: [centrologopediayestimulación@gmail.com](mailto:centrologopediayestimulación@gmail.com)  
[www.centrodelogopedia.com](http://www.centrodelogopedia.com)



## Ana

Disfruta estas fiestas con las aventuras y vivencias de una niña única: Ana, la de Avonlea

## 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**



### EL CHALET

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

#### CALLE SANSUEÑA

Chalet 1750 m<sup>2</sup>, 4 dormitorios y 3 baños, vestidor, salón, cocina-office, despensa, cuarto plancha, porche, climatizado, piscina, vestuarios, amplia cochera, sala de estar adicional.

Venta: 600.000 € / Alquiler: 1200 €

**ACCIÓN DE LA PLAZA DE TOROS**  
Venta: 54.500 €

**COCHERA EN REYES CATÓLICOS**  
Venta: 33.000 €

*Dr. José M<sup>a</sup> Cabrera*

Especialista en  
Cirugía Plástica  
Reparadora y Estética

Ronda de Los Tejares, 34  
14008 Córdoba

**957 486 268**



**LES DESEA  
UN PRÓSPERO 2014**



# Calcio, ejercicio y vitamina D para tener unos huesos fuertes

A. CABELLO

Para mantener los huesos fuertes y saludables durante la etapa de crecimiento de los niños es necesaria una buena alimentación rica en calcio y vitamina D, deporte y actividades al aire libre.

En la etapa infantil y juvenil se desarrolla el 90% de la masa ósea del esqueleto que se va a tener de adulto por lo que tenemos que asegurar una buena disposición de ambos elementos. Los huesos son tejidos vivos que están en constante desgaste y reemplazo, por lo que el organismo está siempre compensando las pérdidas de masa ósea con la creación de nuevo tejido. Alrededor de los 25 a 30 años el organismo alcanza la mayor masa ósea y es a partir de este momento cuando empieza a perderla. Es muy importante que se consuma suficiente calcio y vitamina D y hacer ejercicio para mantenerlos fuertes y sanos para llegar a la etapa adulta con un sistema óseo correcto.

La vitamina D se trata de una vitamina liposoluble que ayuda al cuerpo a absorber el calcio. El cuerpo produce vitamina D cuando se expone a la luz solar. También la podemos encontrar en algunos alimentos como las yemas de huevo, leche, peces grasos como atún, salmón o caballa que lo contienen naturalmente (aunque son pocos los que la poseen) o hallarse como agregados



artificiales en margarinas, cereales, queso, yogures... La falta de calcio y fósforo y la deficiencia de esta vitamina puede provocar raquitismo en los niños u osteoporosis en estado adulto.

**Consulte con su pediatra la dieta más adecuada para su hijo y fomente el ejercicio al aire libre ya que aunque tome las raciones recomendadas de calcio, sin vitamina D no habrá suficiente absorción de éste**

Esta vitamina inicia su síntesis en la piel cuando se expone a la radiación UV, pasa por el hígado y se activa en el riñón. En los casos en los que existen bajos niveles de calcio sérico la vitamina D actúa aumentando la absorción de ésta en el intestino. Por contra, un exceso vitamínico provocaría un aumento en la absorción

de calcio en el intestino que conduciría a una elevación de su concentración en sangre, lo cual conlleva a posibles situaciones que van desde náuseas, estreñimiento, inapetencia, debilidad hasta daño en los riñones, cálculos renales, desorientación y síntomas de confusión etc. Con exposiciones de unos 15 minutos unas 3 veces por semana, como recomiendan los expertos, sería suficiente para producir las cantidades requeridas por el organismo. La piel de la cara, brazos espalda o piernas debe quedar bien alumbrada y dependiendo de la época y la zona elegimos las horas solares menos perjudiciales para la piel o usaremos protección tras varios minutos de exposición. La síntesis de vitamina podría no ser suficiente por sí sola en lugares de latitudes altas, si la exposición es tras una ventana, la piel es más oscura ya que la melanina interfiere en su síntesis o los días son nublados por lo que habría que incluir alimentos ricos en vitamina D en la dieta. El sobrepeso provoca deficiencias ya que el tejido adiposo dificulta la síntesis de vitamina D y su movimiento.

El calcio es un mineral que se almacena en dientes y huesos donde colabora necesariamente a su estructura aunque también interviene en otras funciones corporales. Su origen procede de la alimentación donde los productos lácteos conforman una de las grandes fuentes de dicho mineral, aunque también se pueden consumir en pescados, verduras o alimentos funcionales que lo llevan agregado artificialmente.

Consulte con su pediatra la dieta más adecuada para su hijo y fomente el ejercicio al aire libre ya que aunque tome las raciones recomendadas de calcio, sin vitamina D no habrá suficiente absorción de éste

### Precaución...

**+ La falta de calcio y fósforo y la deficiencia de vitamina D puede provocar raquitismo en los niños u osteoporosis en estado adulto.**



www.facebook.com/cantinalaguadalupana · Centro de Ocio El Tablero. C/ Poeta Juan Ramón Jiménez s/n 14002 Córdoba



## Cocina Mexicana A DOMICILIO

Pedido mínimo 15 euros.  
Empezamos con noches  
de miércoles a domingo  
de 21:00 h a 23:30 h

**Novedad en Córdoba**

**Tel.: 957 273 623**



# Saborea "

" las cosas

de Córdoba



Diputación de Córdoba



## **Diseño Capilar Dioni Barrera** **«Tan feliz como tu pelo»**

**Diseño Capilar Dioni Barrera les desea unas felices fiestas y un nuevo año cargado de alegría**



«Las personas me dan lecciones de vida cada día y no deja de sorprenderme el afán de superación de cada una de ellas» Dioni Barrera

Le ofrecemos:

- . Pelucas de señora y caballero. De cabello natural o sintético. Personalizadas y realizadas a mano.
- . Prótesis parciales a medida.
- . Extensiones de cabello natural por ultrasonido.
- . Cejas de natural.
- . Productos cosméticos ecológicos, libres de siliconas y derivados del petróleo.
- . Maquillajes hipoalérgicos, más de 12 horas inalterables.
- . Maquillaje semipermanente para cejas.
- . Pañuelos y turbantes de temporada. Posibilidad de personalizarlos.

DIONI BARRERA diseño capilar es un espacio amigable, íntimo y profesional, dónde de forma totalmente personalizada atenderemos sus problemas capilares.

Entre Dioni Barrera diseño capilar y la AECC existe un convenio de colaboración disponible para quien lo necesite. Queremos aportar nuestro grano de arena y conseguir que todas las personas, durante la enfermedad, puedan sentirse seguras y guapas para continuar con su vida normal.



**«diseño capilar». Alonso El Sabio, 4 (frente al colegio El Carmen). Córdoba. T. 957 782 388. M. 610 751 173**  
**Dioni Barrera Peluquería. Cronista Salcedo Hierro, 6. Córdoba. T. 957 486 591**



# R A D I O L O G I A CRUZ CONDE

## UNIDAD DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEN DE LA MAMA

- Mamógrafo digital
- Ecografía de mama
- Biopsia de mama ecodirigida



## IMAGEN DENTAL

### TAC dental modelo i-CAT



VENTAJAS i-CAT

- Rapidez y comodidad
- Imágenes de alta calidad
- Escala 1:1
- Resolución submilimétrica
- Disminución de los artefactos
- Reducción de la dosis de radiación
- Protocolo de exploración pediátrica
- Permite estudios en el campo ORL (Senos paranasales y peñascos)

**Compatibilidad:** Las imágenes obtenidas son totalmente compatibles con los programas informáticos más potentes para la planificación de implantes dentales.

# Nuevo Clase E. En plena forma.

Clase E 200 CDI por 395€/mes\*.

Mercedes-Benz presenta el Nuevo Clase E, diseñado para atraer todas las miradas gracias a su diseño completamente renovado. Por 395€\* al mes en 39 cuotas (entrada 9.831,99€, cuota final 22.988,25€\*\* , TIN 6,15%, TAE 7,58%) puedes tener un Clase E 200 CDI. Y por 28€ al mes disfruta de 3 años de garantía, mantenimiento y reparaciones.



alternative 



Mercedes-Benz

Clase E 200 CDI. Consumo medio 4,8-5,2 l/100 km y emisiones de CO<sub>2</sub> 125-135 g/km.

\* Ejemplo de Financiación para un Clase E 200 CDI PVP 42.500,00 € (Impuestos y transporte incluidos. Gastos de preentrega no incluidos.) con las facilidades del programa Alternative de Mercedes-Benz Financial Services España, E.F.C., S.A., válida para solicitudes aprobadas antes del 30/06/2013 con contratos activados y vehículos matriculados hasta el 15/07/2013. Por 395,00 € al mes en 39 cuotas y una cuota final de 22.988,25€\*\*, entrada 9.831,99 €, TIN 6,15%, comisión de apertura 976,77 € (2,99%). TAE 7,58%. Precio total a plazos 49.202,02 €. \*\*\* Existen 3 posibilidades para la última cuota: cambiar el vehículo, devolverlo (siempre que se cumplan las condiciones del contrato), ó adquirirlo pagando la última cuota. Foto no corresponde con modelo ofertado.

## COVISA

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