

Córdoba sana

Marzo de 2015 • Año IX • número 94. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO • www.cordobasana.es

SOLUCIONES DIGITALES PARA AL SORDERA

CÓRDOBA
Cruz Conde, 12-1º izq
14003 Córdoba
957473564 - 608990280

LUCENA
Avda. del Parque, 14
14900 Lucena (Córdoba)
957513375 - 659815964

Centro concertado con:



EFETA
centros auditivos
www.efeta.es
Desde 1977
Solucionando tus problemas auditivos



Ortopedia Aeropuerto

NUEVA DELEGACIÓN EN AVDA. DE BARCELONA, 8
Estamos más cerca de tí



SUCURSAL

Avda Arroyo del Moro 1
14011 Córdoba - Tel 957464906

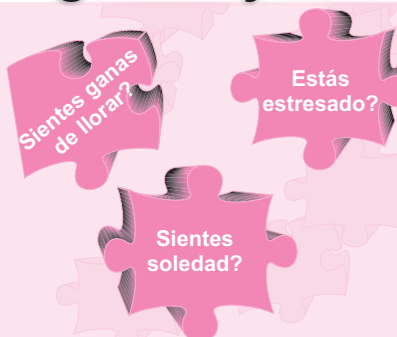
CENTRAL

Avda Aeropuerto 19 local
14004 Córdoba - Tel 957456500

Solicita nuestros catálogos

¿Encajan todas tus piezas?...

Hablamos?



Tu Terapia personal

Vanessa Cabanes, especialista en tí

Consulta informativa gratuita

Tlf.: 957 46 46 88 / Móvil: 620 380 601



clínica **la paz**

C/ Al-Andalus, 23 CÓRDOBA (Junto estación de Bus / AVE) / vcabanes@clinalapazcordoba.es

MEDIO CENTENAR DE ONCÓLOGOS ANDALUCES

Revisan en Córdoba los últimos avances en cáncer de mama avanzado

Medio centenar de oncólogos médicos de toda Andalucía se reunieron el pasado 26 de febrero en Córdoba para poner al día los últimos avances en el tratamiento del cáncer de mama avanzado, que representa alrededor del 30% de los casos de este tipo de carcinoma y cuyo pronóstico ha mejorado considerablemente en los últimos años. El encuentro está organizado por la Sociedad Andaluza de Oncología Médica (SAOM) y se trata de la primera de una serie de jornadas formativas que permiten analizar en profundidad aspectos puntuales sobre la patología tumoral.

(sigue en la página 2)



Luís de la Cruz, secretario de SAOM; José Andrés Moreno, tesorero de SAOM y Juan de la Haba, presidente de SAOM

Novedad en Córdoba

SERVICIO A DOMICILIO

La Guadalupana Cantina

TABERNA LA HOGAZA

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

Tel.: 957 273 623

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

Especolchón
www.especolchon.com

Avenida de Medina Azahara, 47, Córdoba
957 413822

Avda. Santa María de Trassierra, Córdoba.
957 080400

Facebook and Twitter icons.

noticia de portada

Medio centenar de oncólogos andaluces revisan en Córdoba los últimos avances en cáncer de mama avanzado

Se trata de una jornada formativa organizada por la Sociedad Andaluza de Oncología Médica dedicada a esta patología cuyo pronóstico ha mejorado considerablemente en los últimos años

REDACCIÓN

Medio centenar de oncólogos médicos de toda Andalucía se reunieron ayer en Córdoba para poner al día los últimos avances en el tratamiento del cáncer de mama avanzado, que representa alrededor del 30% de los casos de este tipo de carcinoma y cuyo pronóstico ha mejorado considerablemente en los últimos años. El encuentro está organizado por la Sociedad Andaluza de Oncología Médica (SAOM) y se trata de la primera de una serie de jornadas formativas que permiten analizar en profundidad aspectos puntuales sobre la patología tumoral.

El presidente de la SAOM y oncólogo del Hospital Universitario Reina Sofía, Juan de la Haba, indica que en los últimos años «hemos asistido a un cambio conceptual en la detección y también en el tratamiento del cáncer de mama en estadio avanzado». Así, el encuentro, en el que han participado ponentes de alto nivel de los distintos hospitales andaluces, se centra en el estudio de las posibilidades terapéuticas que los oncólogos médicos ofrecen a las mujeres que sufren esta patología en función de las características del cáncer de padecen.

El perfil más frecuente de pacientes con esta enfermedad es el de mujeres de entre 30 a 80 años a quienes se les ha diagnosticado el tumor en estadio IV o que han recaído después de muchos años.

El cáncer de mama avanzado representa alrededor del 30% de los casos de este tipo de carcinoma

Nuevos tratamientos

El conocimiento de las alteraciones genéticas que se producen en las pacientes diagnosticadas de cáncer de mama ha motivado la clasificación de la enfermedad en subgrupos que «nos permiten concluir que no sólo hay una enfermedad, sino diferentes tipos de tumor mamario que requie-

ren tratamientos también diferenciados y adaptados a cada persona», prosigue el doctor. Hasta el momento se han identificado hasta once tipos distintos de carcinomas mamaros.

«No sólo hay una enfermedad, sino diferentes tipos de tumor mamario que requieren tratamientos también diferenciados y adaptados a cada persona»

A los clásicos tratamientos sistémicos basados en la quimioterapia se han sumado nuevas alternativas que permiten importantes mejoras. Los conocidos como tratamientos hormonales (a los que son sensibles alrededor de la mitad de las mujeres con cáncer de mama avanzado) y los biológicos (específicamente contra la proteína Her2) son las principales.

Se trata de terapias que actúan de forma específica contra la causa de la enfermedad, «concretamente sobre alteraciones específicas de las células tumorales que está permitiendo el cambio de la historia natural de la enfermedad. Estos conocimientos genéticos nos permiten prescribir los tratamientos de forma personalizada», puntualiza.

Juan de la Haba aclara que, en la actualidad, «las nuevas dianas antitumorales se dirigen contra estos receptores hormonales o contra la proteína Her2 (principales causantes de los tumores de mama metastásicos o avanzados) y nos permiten elegir la mejor opción para cada paciente, ya que es posible adelantarnos a la respuesta y en función de esto decantarnos por una de las opciones o la combinación de algunas de ellas».

Pronóstico

El incremento de la supervivencia de las mujeres con cáncer de mama metastásico, según este experto, «ha superado todas las previsiones y ha dejado de tener mal



Luis de la Cruz, secretario de SAOM; José Andrés Moreno, tesorero de SAOM y Juan de la Haba, presidente de SAOM

pronóstico». En este sentido, el oncólogo señala que «hoy en torno al 90% de las pacientes con cáncer de mama avanzado sobrevive a los 18 meses y la mitad llega a los 5 años; mientras que hace unos diez años el 80% fallecía a los 18 meses».

Además, apunta que «por suerte, cada vez se diagnostica el cáncer de mama en estadios más precoces, pero como la esperanza de vida se ha disparado seguimos teniendo en tratamiento a muchas mujeres porque viven durante más años».

El cáncer de mama es la neoplasia maligna más frecuente en la población femenina, y la causa más frecuente de muerte por cáncer en este sexo. Su diagnóstico temprano es fundamental no sólo para reducir la mortalidad sino también para poder actuar en sus fases iniciales y elevar la calidad de vida de las mujeres que lo padecen, por lo que las unidades de detección

precoz repartidas por toda Andalucía juegan un papel fundamental en la disminución de la mortalidad por esta enfermedad junto a otras mejoras como la cirugía conservadora o la biopsia selectiva del ganglio centinela.

Juan de la Haba, oncólogo de enorme prestigio a nivel internacional a pesar de su juventud, nos brinda en su obra *Cómo vencer el cáncer*, editada por Almuzara, una perspectiva distinta de una realidad sobre la que pesan aún demasiados tópicos, generalmente dañinos. Un libro insólito e imprescindible, cuyo alcance práctico va más allá de las palabras.

clínicas **López**
gonzález
odontólogos

EXPERIENCIA · TRADICIÓN · FUTURO

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



¡Queremos verte sonreír!



- 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
- Dra. Clara López González
Nº Col. 14/00/3004

Seis claves que nos diferencian en aumento de pecho: Resultados naturales y seguros

REDACCIÓN

1. Información realista

Una de las cuestiones esenciales para el éxito de un aumento mamario es explicar a las pacientes cómo es su pecho y cuál es el procedimiento quirúrgico más recomendable para su caso. Cada paciente debe tener un estudio individualizado, ya que cada mujer es única y los resultados han de ajustarse a su anatomía para ser naturales.

2. Seguridad

El Dr. Emilio Cabrera garantiza el máximo nivel de seguridad antes, durante y después de la cirugía. Al proporcionar toda la información, la paciente puede tomar las decisiones correctas de forma consensuada con el cirujano, que en todo momento la asesora desde la ética y la responsabilidad.

3. Tecnología

Se cuenta con los últimos avances en métodos diagnósticos y de planificación para la evaluación preoperatoria de las pacientes. El Dr. Cabrera es pionero y líder en Córdoba en aumento de pecho planificado mediante Crisalix Virtual Aesthetics para simulaciones en 3D. Todo el material quirúrgico usado es de última generación y cuenta con las más estrictas homologaciones internacionales.

4. Técnica «No Contact»

Es una maniobra que tiene por objetivo evitar la contaminación del implante en el quirófano. Es usada por el Dr. Emilio Cabrera en todos los casos. Elude cualquier manipulación de la prótesis mamaria, de forma que ésta pasa directamente del envoltorio estéril, en el que viene preparada,



El Dr. Emilio Cabrera verifica los detalles de la planificación de un caso antes de comenzar la cirugía

al canal de colocación en la mama, evitando futuras complicaciones.

5. Implantes de la más alta calidad

En el mercado existen muchos tipos y precios de implantes. El Dr. Emilio Cabrera solo utiliza los implantes de mayor seguridad, prestigio y garantía del mercado, en todos los casos sin excepción. No ofrece alternativas más económicas en el convencimiento de que la estructura y calidad del implante son esenciales en el resultado a largo plazo y en la seguridad para las pacientes.

6. Formación

La experiencia y formación del Dr. Emilio Cabrera en cirugía de aumento de pecho es muy extensa y constante. Su larga experiencia en cirugía mamaria reconstructiva

en el Hospital Reina Sofía de Córdoba le ha servido de base para afrontar con éxito los casos más complejos en cirugía estética y aumento mamario, siendo en la actualidad uno de los cirujanos plásticos que realiza un mayor número de cirugías de mama en Andalucía. Es pionero y cirujano plástico de referencia en Córdoba en aumento de pecho planificado mediante simulador virtual (Crisalix Virtual Aesthetics). Ha ampliado su formación en algunos centros de prestigio en el extranjero como: The Queen Victoria Hospital y Mc Indoe Surgical Center de Londres (Reino Unido), Akademiska Sjukhuset y Art Clinic en Uppsala (Suecia). Asimismo, ha realizado cursos de instrucción monográficos en cirugía mamaria en las prestigiosas Mayo Clinic de Rochester y Emory University de Atlanta (USA).



El Dr. Emilio Cabrera Sánchez es cirujano plástico titulado, miembro de la SECPRE y de otras sociedades científicas internacionales entre las que se encuentra la ASAPS (American Society for Aesthetic Plastic Surgery). Es Director de la clínica Cirugía Plástica & Estética Córdoba con consulta en Avda. Gran Capitán, 46-2º1 de Córdoba. Teléf. 957 281 450.

Toda la información en www.drcabrera.es

www.pecho-perfecto.es

 CIRUGÍA PLÁSTICA
& ESTÉTICA CÓRDOBA
DR. EMILIO CABRERA
957 281 450



► noticias

Medio centenar de oncólogos andaluces revisan en Córdoba los últimos avances en cáncer de mama avanzado 2

La Orden Hospitalaria San Juan de Dios recibe el Premio Ciudadano Europeo 2014 en Bruselas 6

La Agencia de Calidad Sanitaria de la Junta revalida su confianza en el Hospital San Juan de Dios de Córdoba 8

Cómplices apoya la campaña promocional de la donación de órganos del Hospital Reina Sofía 10

Los farmacéuticos cordobeses ofrecerán información sobre su patología y el tratamiento a pacientes de Hepatitis C 10

► en buenas manos

Córdoba Sana aumenta su presencia en Internet 14

Fundación La Arruzafa viaja a Tanzania en una nueva expedición médica ocular 15

Masticación y Deglución correctas 16



Piscinas de agua salada: beneficios para la salud 18

Una época propicia para la aparición de resfriado, alergia y sinusitis 20

Calendario de colecta de sangre en marzo en Córdoba 22

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

DEPÓSITO LEGAL: CO-92-2015



DÍAS INTERNACIONALES DE SALUD EN MARZO

2	3	4	5	6	7	1 / 8
9	10	11	12 Día Mundial del Glaucoma	13	14	15
16	17	18	19	20 Día Mundial del Sueño	21 Día Mundial del Síndrome de Down	22
23	24 Día Mundial de la Tuberculosis	25	26 Purple Day para concienciar de la epilepsia	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

LA FRASE DEL MES

« ¿Quién decide cuando los médicos no están de acuerdo? »

Alexander Pope

NOTICIA BREVE

Más de 200 mayores de los Centros de Participación Activa de Córdoba conmemoran el Día de Andalucía

María Isabel Baena destaca el papel de estos centros como **promotores de hábitos saludables y envejecimiento activo**

REDACCIÓN

Más de 200 mayores de los Centros de Participación Activa de Córdoba se han reunido en el día de hoy en el centro de Cañero-Fuensanta para conmemorar el Día de Andalucía. La delegada territorial de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, María Isabel Baena, ha inaugurado esta jornada que ha contado con las actuaciones de los miembros de los talleres

musicales de los seis centros existentes en Córdoba.

La jornada que ha comenzado a las 10.00 de la mañana se ha iniciado con el homenaje a Andalucía realizado por los socios del centro Córdoba I. Y posteriormente a lo largo del día, los asistentes han podido disfrutar de la actuación de la coral del centro Los Naranjos, el flamenco procedente de los centros Poniente, Córdoba III y Córdoba I y de los grupos rocieros del centro Cañero-Fuensanta y Córdoba II.

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



Reyes Católicos, 1

NICOLÁS

centro capilar

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



Podrás encontrarlo en tu farmacia más cercana



*Constanza
Benegas*

*Pañuelos diseñados desde
mi propia experiencia*

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

Especialistas en

- Tratamientos capilares: Primero visita y estudio gratuito
- Sistemas capilares personalizados a medida y estándar
- Pelucas para procesos de quimioterapia
- Nueva gama de cosméticos ecológicos
- Accesorio especiales turbantes, bandanas, gorras, sombreros
- Cejas : Maquillaje de cejas, cejas de microinyección
- Maquillaje capilar
- Extensiones y flequillos
- Micropigmentación: Especialidad en cejas, labios y aureolas mamarias
- Taller propio

Únicos posticeros en Andalucía

Nueva colección pelucas solidarias

Infórmate sin compromiso



C/ María Cristina, 13 oficina G7
Córdoba - Telf 957491395

La Orden Hospitalaria San Juan de Dios recibe el Premio Ciudadano Europeo 2014 en Bruselas

Jesús Etayo O.H. y otros representantes de la Orden Hospitalaria, acompañados por el eurodiputado Gabriel Mato, promotor de la candidatura, participaron en una ceremonia celebrada en la sede de la Eurocámara en Bruselas

REDACCIÓN

El Superior General de la Orden, Jesús Etayo O.H., recogió el 25 de febrero, en la ceremonia de entrega en Bruselas el Premio Ciudadano Europeo 2014 que concede el Parlamento Europeo.

La labor de la Orden Hospitalaria fue propuesta para el premio por el eurodiputado Gabriel Mato, destacando la «dimensión social ligada a los valores consagrados en la Carta de Derechos Fundamentales de la UE, en especial la ayuda social» que caracterizan al trabajo de San Juan de Dios.

Una de las mayores instituciones sin ánimo de lucro

En la ceremonia de entrega celebrada en Bruselas, en la que fueron distinguidas 47 organizaciones de 19 países europeos, el máximo representante de la Orden en el Mundo, Jesús Etayo, se mostró muy satisfecho y agrada-

decido ante la propuesta y concesión de este reconocimiento.

El año 2014 ha sido duro para la institución al desatarse la epidemia de Ébola en países africanos a los que asisten con dispositivos sociales y sanitarios, y este premio viene a poner en valor el trabajo que la Orden Hospitalaria realiza desde hace más de 500 años en los cinco continentes, con su misión de hospitalidad y de asistencia sociosanitaria.

San Juan de Dios es una de las mayores instituciones sin ánimo de lucro del mundo dedicada a la atención de personas enfermas y en riesgo de exclusión, sin distinción de raza, credo u origen, con más de 300 centros sociosanitarios en 52 países. Dispone de hospitales generales, dispensarios, centros para personas mayores, centros para personas con discapacidad, centros de salud mental y centros para personas sin hogar.

Cada año, atiende a cerca de 20 millones de personas, y cuenta



De izq. a dcha., el director de la Oficina Europea de la Orden 'Hospitality Europe', Carlo Galasso; el Superior General de la Orden, Jesús Etayo O.H.; el eurodiputado popular Gabriel Mato; y el Consejero General responsable de la Región Europa, Rudolf Knopp O.H.

con 45.000 colaboradores profesionales y más de 8.000 voluntarios. En España, además de centros hospitalarios y sociosanitarios

distribuidos por todo el país, cuenta con la Fundación Juan Ciudad, con el objetivo de trabajar en la asistencia, la coopera-

ción técnica, formación e investigación en los campos sanitario y social, así como por el desarrollo humano en países empobrecidos.

LABORATORIO DE PRÓTESIS DENTAL



Laboratorio Dental
Estética e Innovación Dental, S.L.

Imprenta de la Alborada,
parcela 124-A (P. Ind. Las Quemadas) 14014 - Córdoba
Tlf. 957 348 239 · Fax 957 109 862
laboratorio@esticadentalcordoba.es
www.esticadentalcordoba.es



**ÚLTIMA TECNOLOGÍA
EN ESCANEADO DENTAL
Y DISILICATO DE LITIO**

**ESPECIALISTAS EN
MICROFRESADO**

PROMOCIÓN

Implante Dental de Titanio Completo

(Implante + Aditamento + Corona
+ Planificación en 3D + TAC Dental)



919 €

ó

40 € / mes

(En 24 meses sin intereses)

T.A.E. 2,98 %

T.I.N. 0 %

Importe mensualidad: 40 €, para un total financiado de 960 € en 24 meses. Comisión de apertura: 3%. T.I.N. 0%. Intereses financiados por clínica SERDENTAL. Operación condicionada a la aprobación de la financiera, tras estudio de la documentación aportada.



serdental

C/. Diego Serrano, 2 (Local) 14005 Córdoba

957 74 00 54 info@clinicaserdental.es
www.clinicaserdental.es



La Agencia de Calidad Sanitaria de la Junta revalida su confianza en el Hospital San Juan de Dios de Córdoba

El hospital cordobés de la Orden Hospitalaria ha recibido a principios de este año la renovación de dos importantes acreditaciones que lo referencian por su calidad en la atención al paciente así como por el control del impacto medioambiental

REDACCIÓN

El Hospital San Juan de Dios de Córdoba ha revalidado, nuevamente, la acreditación de nivel avanzado que otorga la Junta de Andalucía a través de la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía (ACSA) y que certifica la calidad asistencial que presta el centro a través de sus profesionales y procesos. Además, en estos días ha renovado también el sello internacional de Gestión Ambiental EN-UNE ISO 14001:2004, que ratifica que el centro cumple de manera exhaustiva los estándares sobre el impacto ambiental propio del desarrollo de su actividad

El Hospital San Juan de Dios de Córdoba completó su ampliación hace menos de un año

La ACSA, entidad certificadora en materia de calidad asistencial de los servicios sanitarios y sociales de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía, destaca en su evaluación de la calidad

de la atención del centro el cumplimiento de los derechos del paciente mediante la libre elección de especialista, una transparencia e información adecuadas, y el respeto hacia la privacidad de las personas atendidas. Además, esta acreditación garantiza que los niveles de accesibilidad y continuidad asistencial en la atención son los adecuados y que la implantación de procedimientos aumenta la seguridad del paciente durante la asistencia y del tratamiento de las historias de salud.

El sello internacional de Gestión Ambiental EN-UNE ISO 14001:2004 lo sigue manteniendo San Juan de Dios en Córdoba por la apuesta realizada en lo que a la gestión por Procesos Asistenciales se refiere y en su gestión Medioambiental, del equipamiento y proveedores.

La excelencia asistencial como objetivo

El Hospital San Juan de Dios de Córdoba completó su ampliación hace menos de un año con la apertura y puesta en funcionamiento de nuevas instalaciones para dar respuesta a sus usuarios, «pero este centro no solo quería crecer



Los profesionales sanitarios desarrollan su labor dentro de un marco de actuación definido por el paciente y su entorno

en metros y en servicios, sino que queríamos que fuera de la mano de la mejor atención posible, mejorando los procedimientos, optimizando procesos, siempre con el objetivo de la excelencia sanitaria y asistencial», afirma el gerente del Hospital, Jesús Fernández. Por esa razón, «que ACSA renueve su confianza en nosotros, así como revalidar el

cumplimiento de la norma ISO, hace que el equipo de profesionales que trabajamos aquí busquemos la mejora continua en todas las dimensiones», apunta, tras resaltar que ambos reconocimientos suponen un impulso para continuar siendo una referencia en sanidad.

El coordinador de Calidad de la Orden Hospitalaria en Córdoba,

José Antonio Ramírez, explica que «aquí trabajamos con un marco de actuación perfectamente definido: el paciente y su entorno. A partir de ahí el análisis y mejora continua de todos y cada uno de los aspectos que le rodean es el objetivo de nuestro trabajo diario, hablemos de profesionales de la enfermería, facultativos, celadores o administrativos».

COPROCTO

COLOPROCTOLOGÍA CORDOBA
Dr. César Díaz López

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

Dr. César Díaz López

Miembro de la Asociación Española de Coloproctología
Nº Col. 6087
CITA PREVIA: 957 27 48 11
HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS
Av. del Brillante.106. 14012. Córdoba

Los avances en cirugía acompañados de mejoras tecnológicas han llevado a la superespecialización en distintas áreas del tratamiento quirúrgico con el propósito de mejorar la calidad en la asistencia de los pacientes.

En COPROCTO el Dr. César Díaz López propone un proyecto de trabajo innovador con aplicación de las técnicas más novedosas en el diagnóstico y tratamiento de la patología anal, colorrectal e intestinal.



Proctología

Exploraciones y tratamientos médico - quirúrgicos de las enfermedades del recto y ano; hemorroides, fisura, fistulas, abscesos, sinus, etc.



Cirugía laparoscópica colorrectal

La cirugía laparoscópica o " mínimamente invasiva " se realiza a través de unas pequeñas incisiones (cortes de menos de 1cm) a través de los cuales se introducen una óptica con cámara conectada a un monitor de alta definición e instrumental específico para realizar las intervenciones convencionales con menos agresión quirúrgica: menos cicatrices, menor pérdida de sangre, menor dolor postoperatorio y recuperación más rápida.



Microcirugía transanal endoscópica

La microcirugía endoscópica transanal, es un abordaje quirúrgico por el cual mediante un complejo instrumental similar al de la cirugía laparoscópica se pueden extirpar lesiones (pólipos) o efectuar otro tipo de intervenciones a través del ano



FINANCIACIÓN A SU MEDIDA



centro dental y estética
Jesús María



Dr. Tomás Páez Pérez
ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO
COLEGIADO N° 14/00/1798

1ª Visita Gratis
Presupuesto + Radiología

Implante Completo 990€
Implante + Aditamiento + Corona



• PLANIFICACIÓN DE
IMPLANTES 3D



• DISEÑO DIGITAL DE
SONRISAS



• ESTÉTICA DENTAL



• SEDACIÓN CONSCIENTE



• MEDICINA ESTÉTICA
(DR. JOSE M° CABRERA GISBERT)
14/14/07670



• ORTODONCIA

TRABAJAMOS CON COMPAÑÍAS
(SANITAS, CASER, SEGUROS ATOCHA...)

957 48 12 31

c/ Jesús María, 6, 4º-5 (Junto a Tendillas) | 14003 Córdoba
www.clinicadentaljesusmaria.es | centrodentaljesusmaria@gmail.com

noticias

Cómplices apoya la campaña promocional de la donación de órganos del Hospital Reina Sofía

Los profesionales del Hospital Reina Sofía han realizado más de 6.300 trasplantes de órganos y tejidos desde que se puso en marcha el programa

REDACCIÓN

El grupo musical de pop-rock Cómplices, integrado por Teo Cardalda y María Monsonis, pasó por el Hospital Universitario Reina Sofía para sumarse a la campaña solidaria que mantiene activa el complejo sanitario a favor de la donación de órganos. Los cantantes han aportado así su granito de arena a esta causa que hace posible que se puedan llevar a cabo los trasplantes y que se salven vidas.

Esta adhesión se suma a la campaña del complejo sanitario cordobés 'Regala vida, dona órganos' que sigue muy viva y que se va a llenar este año de nuevas

Llegar a estas cifras ha sido posible gracias de la generosidad de la población

propuestas y de otras actividades ya convertidas en un clásico que persiguen todas una meta única: que la sociedad se solidarice y done sus órganos. La Dirección del Hospital Reina Sofía agradece a Cómplices su colaboración.



Los profesionales del Hospital Reina Sofía han realizado más de 6.300 trasplantes de órganos y tejidos desde que se puso en marcha el programa de donación y trasplante en el complejo sanitario hace ya 36 años. Numerosos hitos llenan la historia del pro-

grama estrella de este hospital, que se sitúa entre los principales referentes en donación y trasplante a nivel nacional.

Llegar a estas cifras ha sido posible gracias de la generosidad de la población –que dice sí a la donación–, al interés y al

trabajo de los profesionales, que día a día se esfuerzan por continuar a la vanguardia, y a todos los colectivos y agentes sociales que contribuyen a facilitar toda la logística que conllevan la obtención e implante de órganos y tejidos.

Los farmacéuticos ofrecerán información sobre su patología y el tratamiento a pacientes de Hepatitis C

REDACCIÓN

Todo esto será posible gracias a la iniciativa formativa emprendida por el Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CACOF) y los propios colegios provinciales de farmacéuticos con la colaboración de la compañía farmacéutica Janssen

Con la celebración de estas jornadas, la farmacia andaluza también pretende facilitar al colectivo de profesionales farmacéuticos de los conocimientos necesarios para concienciar a los usuarios de las oficinas de farmacia sobre hábitos de vida saludables, evitar prácticas de riesgo y de la conveniencia de solicitar atención médica en aquellos pacientes en riesgo de infección o aquellos afectados que no la reciben por desconocimiento

El virus de la hepatitis C afecta a un 2,5% de la población española. Estos porcentajes aplicados a Andalucía señalan por tanto que más de 200.000 andaluces se encuentran infectados por virus de la hepatitis C, mientras que en la provincia de Córdoba esa cifra se situaría por encima de los 20.000 individuos

PATRULLA
ANTI-KK
Control Animal

El ciudadano debe recoger los excrementos de su perro.
Los perros no pueden ir sueltos por la vía pública, parques o jardines.
Los perros de razas potencialmente peligrosas deben llevar bozal.
Las sanciones pueden ser de hasta 600€

sadeco

Haz lo urbanamente posible,
eres un ser urbano excepcional



www.sadeco.es



Córdoba y tú Patrimonio de la Urbanidad

CO10 AYUNTAMIENTO DE CÓRDOBA

Maxilodental duplica su oferta asistencial en Córdoba



maxilodental®

Clínicas Maxilodental le ofrece los mejores especialistas en **Cirugía Oral y Maxilofacial** y los mejores **odontólogos** para atender sus necesidades en salud bucodental.

- Cirugía Oral y Maxilofacial
- Odontología integral
- Estética dental
- Implantología dental
- Tratamiento ortodóncico-quirúrgico de las deformidades dentofaciales
- Periodoncia
- Estudio y planificación 3D de implantes
- Cirugía guiada mínimamente invasiva de implantes
- Prótesis fija, removible y sobre implantes
- Ortodoncia. Fija, removible, Invisalign

maxilodental Vistalegre

C/ Historiador Manuel Salcines, 6 local
14004 (Córdoba)
Teléfono: 957 455 454 | Fax: 957 087 020

maxilodental Vial Norte

Avda. Equipo Cincuenta y Siete, s/n Local 2
14001 (Córdoba)
Teléfono: 957 485 746 | Fax: 957 479 997

maxilodental Tablero

C/ Clara Campoamor, s/n
14005 (Córdoba)
Teléfono: 957 40 58 78

maxilodental Centro

C/ Reyes Católicos, nº 11 local
Clínica RC (Córdoba)
Teléfono: 957 49 81 32



www.maxilodental.com

farmacias de guardia



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 Noguier	ZONA CIUDAD JARDIN
ISLA DE HIERRO, 4	Esquina calle Isla Fomentera	ZONA NOREÑA
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipercarrefour	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
GLORIETA AMADORA ESQUINA ISLA FORMENTERA	Frente a Mercadona	ZONA ARROYO DEL MORO
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 III-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
JOSE Mª MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
ISLA ALEGRANZA, 10	Junto Supermercado Piedra de Avda. Isla Fuerteventura	ZONA NOREÑA
LOPE DE HOCES, 7	Esq. 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 III-SAGUNTO
ESPEJO BLANCAS, 2	Esquina Almagavares (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 III-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 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 Noguier	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA.LAS OLLERIAS, 45	Antiguo Obispo Pérez Muñoz	ZONA ANTIG.HPTAL MILITAR
CARRETERA TRASSIERRA, 41	Glorieta de Hipercarrefour	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
JOSE Mª MARTORELL, 4	Frente al Macdonald del Zoco	ZONA CIUDAD JARDIN
AVDA. DE AMERICA, 3	Junto al Ambulatorio	ZONA CENTRO
LOPE DE HOCES, 7	Esq. 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 III-SAGUNTO
GRAN VIA PARQUE, 59	Esquina a Carretera Aeropuerto	ZONA CIUDAD JARDIN
SAGUNTO, 13	Junto Centro Salud de Lepanto	ZONA CARLOS III-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
CRTA. DEL AEROPUERTO KM 4,250 (N-437)	Glorieta Junto al Supermercado Piedra	ZONA AEROPUERTO

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 III-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

Dr. José María Cabrera

Especialista en Cirugía Plástica Reparadora y Estética

Ronda de Los Tejares, 34
14008 Córdoba

957 486 268

TECNO-MOVIL
SERVICIO TÉCNICO PROPIO

REPARACION, LIBERACION Y ACCESORIOS DE TELEFONIA

Apple SAMSUNG BlackBerry NOKIA
htc LG HUAWEI ZTE

BATERÍAS, CARGADORES, CABLES, ADAPTADORES,
ARICULARES, MINI ALTAVOCES, SOPORTES,
FUNDAS, CARCASAS...

www.tecno-movil.com
Tel. 957 496 806

Reyes Católicos, 24
(junto a Diputación)

Diseño Capilar Dioni Barrera

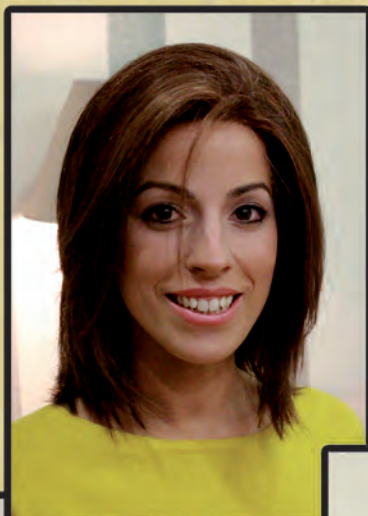
«Tan feliz como tu pelo»

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

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



Nueva colección



Entre nuestros servicios, disponemos de pelucas de señora y caballero, tanto de cabello natural como sintético. Personalizadas y realizadas a mano. También contamos con una amplia gama de prótesis parciales hechas a medida, extensiones de cabello natural por ultrasonido y cejas naturales.

Maquillaje semipermanente para cejas, pañuelos y turbantes de temporada con posibilidad de personalizarlos.

Productos cosméticos ecológicos, libres de siliconas y derivados del petróleo. Maquillajes hipoalérgicos, más de 12 horas inalterables.

«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

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





Masticación y Deglución correctas

comer sano

16

Piscinas de agua salada: beneficios para la salud

deporte saludable

18

Época propicia para el resfriado, la alergia y la sinusitis

infancia y salud

20

Calendario de colecta de sangre en marzo en Córdoba

información

22

Córdoba Sana aumenta su presencia en la red

Comenzando por la renovación de nuestra página web, nuestra estrategia pasa por ir renovando y ampliando nuestro uso de las redes sociales

REDACCIÓN

Desde el equipo de Córdoba Sana estamos trabajando duro para facilitar la llegada de la información a todos nuestros lectores. Por eso estamos comenzando una nueva estrategia en Internet, que incluye la renovación completa de nuestra página web, que ahora ya ofrece todas las noticias de salud de Córdoba de manera actualizada.



Este cambio es el principio de una renovación completa de toda nuestra presencia en Internet, en la que nuestro siguiente paso serán las redes sociales, sobre todo Twitter, donde Córdoba Sana no había tenido presencia hasta hace muy poco.

Y en los próximos meses, llegarán novedades. Permaneced atentos.



El nuevo sitio de Córdoba Sana en Internet ha dejado de ser poco más que una hemeroteca para convertirse en una verdadera web de noticias y reportajes, actualizada cada día. Por supuesto, podrás seguir encontrando los números anteriores del periódico desde diciembre de 2010, pero ahora también están disponibles para su descarga en PDF. De esta manera la compatibilidad con casi cualquier dispositivo está asegurada. Además, este paso es solo el principio, ya que en nuestra nueva estrategia, la web no dejará de presentar novedades para hacer llegar de la mejor manera posible la información a nuestros lectores.



957 474 078

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

- trastornos del lenguaje y de la comunicación
- alteraciones del habla y de la voz
- dificultades del aprendizaje
- atención temprana
- retraso escolar
- terapia miofuncional
- método Hanen



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

Fundación La Arruzafa viaja a Tanzania en una nueva expedición médica ocular

El equipo, con nueve integrantes, prevé realizar asistencia oftalmológica médica y quirúrgica a pacientes de diferentes franjas de edad e impartir formación al personal nativo



Un equipo compuesto por nueve integrantes de la Fundación La Arruzafa, con sede en el Hospital La Arruzafa de Córdoba, ha partido hasta Tanzania para llevar a cabo una nueva misión humanitaria que contempla asistencia oftalmológica médica e intervenciones quirúrgicas a más de medio millar de pacientes de diferentes franjas de edad.

El equipo, que divide la misión en dos localizaciones, el Hospital Barazani del Valle de Mangola y Simangiro, también tiene previsto llevar a cabo labores de docencia al personal nativo de la zona, tal y como se ha desarrollado años atrás con el propósito de ayudar en la formación del personal médico del lugar.

La expedición de Tanzania está compuesta por tres oftalmólogos, Timoteo Jodral, Diego Torres y el

también presidente de la Fundación La Arruzafa, Juan Manuel Laborda; dos enfermeros, Sergio Priego y Pedro Ruiz; una auxiliar, Gema Blanco; y tres colaboradores, Carlota Guirao, Paco Ruiz y Miguel García Revillo.

En ediciones anteriores, Fundación La Arruzafa ha atendido a un total de 5.141 pacientes en Tanzania. De igual manera, ha llevado a cabo 361 intervenciones quirúrgicas.

Se trata de la primera expedición humanitaria que se realiza desde esta fundación en el presente año y que sucede a la llevada a cabo en diciembre de 2014 en la república africana de Benin.

La Fundación La Arruzafa es una organización sin ánimo de lucro dedicada a la prestación de asistencia socio-sanitaria en



Miembros de la expedición en su llegada a Arusha, Tanzania

el campo de la Oftalmología que atiende a los sectores más desfavorecidos de la sociedad, tanto a nivel local, nacional como a nivel internacional.

Hasta la fecha, lleva a atendidos a más de 14.000 pacientes, entre personas procedentes de España y de países del Tercer Mundo, donde lleva a cabo un programa

específico desarrollado mediante expediciones anuales. En el último año, la Fundación La Arruzafa dedicó 85.500 euros a actividades y labores humanitarias.

Maecenas
EDUCACIÓN Y CULTURA

Abierto

Plazo de Matricula

Curso 2015/2016

LOS PEQUEÑOS

www.lospeques.es
info@lospeques.es
957274376

Masticación y Deglución **correctas**

La boca es la puerta de la salud. «La clave en medicina es la prevención, tratar el problema incluso antes de que se manifieste, apreciando el motivo que lo produce»

DR. PEDRO ÁNGEL MORENO CABELLO.
MÉDICO ESTOMATÓLOGO Y MÉDICO NATURISTA ACREDITADO

Una masticación correcta supone una actividad equilibrada de los músculos de un lado y otro de la cara para poder realizarse según los principios de la Rehabilitación Neuro-Oclusal (RNO) precisa de un equilibrio muscular de un lado y otro del cuerpo. Esta simetría de fuerzas repercute en una simetría y armonía de la cara y del cráneo y de todos los órganos de los sentidos que están en ella, como son los ojos, oídos, nariz, lengua.

Por ello hay que valorar no solo a los dientes que normalmente son alineados por medio de la clásica ortodoncia. Del mismo modo esta actividad simétrica de toda la musculatura corporal dará lugar a una forma posturalmente correcta y equilibrada.

En la Kinesiología Médica Odontológica consideramos que todas las funciones de nuestro organismo están interrelacionadas, es nuestra visión Holística del paciente.

De esta manera las funciones que se realizan en la cabeza como son respiración, la masticación, la deglución, el olfato, el gusto, el oído, el equilibrio, la visión y la integración neuronal si se realizan de manera correcta, lo cual supone equilibrio y armonía corporal, evitarán Dolores de cabeza, Migrañas, Fibromialgia, Neuralgias «esenciales» del trigémino, Síndromes de boca



seca o Boca ardiente, todas relacionados todos con el mal funcionamiento de las Articulaciones Témpero-Mandibulares (Disfunciones de ATM) o Síndrome de Costen.

También evitarán dolores musculares a distancia como dolor de cervicales, dolor en la columna y caderas, de espalda y dolor en otras articulaciones. Sinusitis, Rinitis infecciosas y alérgicas, Mastoiditis, Amigdalitis, Hipertrofias adenoideas. Mareos,

Vértigos e Inestabilidades muy relacionados con el Síndrome de Meniere. Trastornos del Sueño como el Insomnio y la Apnea, el Bruxismo dental. Enfermedades Neurológicas y Alérgicas con especial relación a alteraciones de cognición y comportamiento como el Trastorno de Déficit de Atención (TDA) y la Sensibilidad Química Múltiple. Problemas estomacales e intestinales: Acidez (pirosis), Trastornos de re-

flujo gastroesofágico, Gastritis, Hernia de hiato, Úlcera duodenal, Candidiasis crónicas y Síndrome del intestino irritable.

Hay que volver a dar valor al tiempo dedicado a la comida y a la masticación de los alimentos. La alimentación es precisa para equilibrar las pérdidas diarias de nuestro organismo, precisamos el alimento lo mismo que el agua y el aire para vivir. A veces comemos y nos alimentamos pensando que es una obligación y le dedicamos el menor tiempo posible, es un error a cambiar en nuestro pensamiento y tipo de vida.

La actividad simétrica de toda la musculatura corporal dará lugar a una forma posturalmente correcta y equilibrada

La boca es la puerta de nuestro cuerpo. La puerta de la SALUD. Con ella hacemos muchas funciones como la masticación, la respiración, hablamos... la utilizamos para la comunicación y nos relacionamos con el medio externo.

El ser humano está vivo y tiene capacidad de recuperación por sí mismo.

Hagamos que de nuevo «el alimento sea nuestro medicamento» como decía Hipócrates y no «el medicamento sea nuestro alimento».



DR. MORENO CABELLO
CLÍNICA DENTAL

LA BOCA ES LA PUERTA DE LA SALUD

¿Has
sonreído
hoy?



Pedro Ángel Moreno Cabello
Avda. de los Molinos 7 - 3º 2 -14001 Córdoba
www.morenocabello.com
957470353

**CUIDANDO TU SALUD
DESDE 1982**



TRAZOS

ESTUDIO DE COCINAS

**diseñamos
cocinas.
fabricamos
sueños.**

Avda. Escritor Conde Zamora s/n. Córdoba
957 356 828 // www.trazoscocinas.com

La Favela

COCINA CORDOBESA
DE MERCADO

información
y reservas

 prueba nuestro
servicio de catering

957 740 117
607 049 715
lafavela138@gmail.com

C/. Rodríguez Marín, 5
(La Espartería)

Piscinas de agua salada: beneficios para la salud

Tiene efectos beneficiosos sobre nuestros ojos, piel y aparato respiratorio que se consiguen gracias al proceso de electrólisis y son imposibles de producir mediante el cloro líquido, lo cual confirma a la cloración salina como **un método natural, económico y beneficioso para nuestro cuerpo**

JOSÉ LUIS GONZÁLEZ SANTOS
 GERENTE DE HIDROSPORT

La cloración salina es un método de tratamiento de agua que **está ganando la confianza de miles de usuarios en todo el mundo**. Se caracteriza por usar un producto tan natural como la sal, extraída de mares, lagunas y demás superficies de agua salina, la cual mediante un proceso de electrólisis se convierte en cloro.

Las piscinas de agua salada tienen un generador de cloro para producir un flujo constante que evita tener que comprarlo y manejarlo. Esto también reduce la acumulación de algas. El flujo constante mantiene el nivel de

Las piscinas de agua salada generan su propio cloro

cloro consistente, que evita un exceso persistente.

Una piscina limpia es una prioridad para los usuarios de la misma. La razón por la que el cloro se ha usado durante tanto tiempo a sido su poder de limpieza, pero su seguridad está siendo cuestionada, según el Servicio de Texas



piscina Oasis. El cloro se mezcla con el sudor, la saliva y la orina y se transforma en otras sustancias químicas llamadas cloraminas. Estas son nocivas para los ojos y la piel, por lo que requieren que se agregue cloro con frecuencia.

Las piscinas de agua salada permanecen sin duda más limpias que de cloro. En las primeras, el flujo constante de cloro a partir de los generadores eliminan las cloraminas más rápido que las piscinas de cloro por lo que resultan menos dañinas para piel y ojos.

Los beneficios para la salud de las piscinas de agua salada son:

- Menos irritación y enrojecimiento de los ojos.
- Menor sequedad de la piel.
- Evita la formación de arrugas.
- El agua parece ser más suave.
- Al ser agua salada flotamos con mayor facilidad.
- Se revitalizan los tejidos.
- Se eliminan las toxinas de nuestra piel.
- Alivia dolores reumáticos y musculares.
- Mejora la circulación sanguínea.

- Mejora la capacidad respiratoria.
- El agua salada es más densa por lo que los movimientos resultan más fáciles.

Lo primero que advierte una persona al bañarse en una piscina tratada mediante cloración salina es que el **olor a cloro** es mucho menor y el agua más cristalina. Sin embargo, los beneficios que aporta la cloración salina van muchos más allá y afectan a nuestra vista, vías respiratorias y piel.

La **cloración salina** evita la acumulación de cloro combinado, responsable del fuerte olor, y que solo puede ser combatido cambiando el agua de la piscina.

Cuando hablamos de **beneficios para la vista** no solo nos referimos a que el agua tenga un aspecto más saludable, puro y transparente, sino que, al evitar la aparición de cloraminas, resulta menos perjudicial para nuestros ojos, previniendo ante afecciones como la conjuntivitis.

El tratamiento de agua mediante cloración salina **también produce importantes beneficios en nuestra piel**, ya que no la deja tan reseca como el cloro líquido. Además, favorece el bronceado y previene contra la aparición

de hongos en la piel. También se aconseja a las personas con psoriasis bañarse en agua de mar o en su defecto en agua tratada mediante cloración salina.

La cloración salina evita la acumulación de cloro combinado, responsable del fuerte olor

Siguiendo con los beneficios para nuestra piel, es sabido que la sal en el agua ayuda a prevenir las arrugas gracias a la disminución de la presión osmótica en las células. Además, la cloración salina otorga un baño más placentero, ya que el cuerpo humano está formado en gran parte por agua salada; de esta manera, cuanto más cercana sea la concentración de sal en el agua de la piscina a la de nuestro cuerpo, más comfortable será nuestro baño.

Todos efectos sobre nuestros ojos, piel y aparato respiratorio se consiguen gracias al proceso de electrólisis y son imposibles de producir mediante el cloro líquido, lo cual confirma a la cloración salina como un método natural, económico y beneficioso para nuestro cuerpo.

HIDROSPORT

SIN DUDA, LA MEJOR INSTALACION DEPORTIVA EN PLENO CENTRO DE CORDOBA

CUIDAMOS DE TU SALUD

C/ Santa Victoria, 5 (junto colegio)
 14003 CORDOBA
 957492522 648692972
 info@hidroportcordoba.es

f t



La gamba de ORO

RESTAURANTE • MARISQUERIA • COCEDERO



casi.....
50
AÑOS

mercado victoria

Ahora también en el Centro,
GRAN CAPITÁN, 40

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



Síguenos



VENTA
ONLINE



www.lagambadeoro.es

C/ Mariano de Cavia, 13
"Los Olivos Borrachos"
14005 CORDOBA
COCEDERO PROPIO Tif. 957 235 614

C/ Montenegro, 10
14900 LUCENA (CÓRDOBA)
Tif.: 957 052 427

Avda. de la Victoria s/n
MERCADO VICTORIA
14003 CORDOBA

Avda. del Gran Capitán, 40
14001 CORDOBA
Tif.: 957 110 716



Clínica Alegro

Centro Dental para toda la familia

**PAGUE su ORTODONCIA en
24 meses sin intereses**

Avda. Arroyo del Moro, 16 (local)
957 467 749 www.clinicaalegro.com



“Mi Mamá ya
no tiene
excusa
para
llevarme
al dentista”

(María)

La primavera, una época propicia para la aparición de resfriado, alergia y sinusitis

Con los cambios de temperatura que ocurren entre la noche y el día y la primavera en ciernes, es usual verse afectado por algún resfriado o en muchos casos empezar con la alergia

A. CABELLO

En esta época, con los cambios de temperatura que ocurren entre la noche y el día y la primavera en ciernes, es usual verse afectado por algún resfriado o en muchos casos empezar con la alergia. Entre los síntomas que suelen concurrir nos encontramos con taponamiento nasal, ojos llorosos, dolor de garganta o picor, pero en muchas ocasiones pueden no estar relacionados con un resfriado si el periodo de afectación supera más de una semana o bien hay implicaciones medioambientales en su aparición de receso. Un rápido diagnóstico con su posterior tratamiento favorece su recuperación con mayor brevedad y por tanto una mayor tranquilidad para el paciente.

Diferenciando los distintos procesos que pueden tener sintomatologías parecidas vamos a tratar el resfriado, la alergia y la sinusitis como posible consecuencia. En el primer caso, el agente causante

Un rápido diagnóstico con su posterior tratamiento favorece una recuperación más rápida

es de origen vírico mientras que la alergia es una reacción del sistema inmunológico a una sustancia determinada como puede ser ácaros, polen, esporas, alimentos, pelo animal etc. En ambos casos pueden conducir a la aparición

de infección o inflamación de los senos nasales, proceso conocido como sinusitis. Estos senos son cuatro pares de cavidades localizadas en la frente, y denominados senos frontales, en los pómulos (senos maxilares), detrás de los

La alergia es una reacción del sistema inmunológico a una sustancia determinada

conductos nasales (senos etmoidales) y detrás de estos, los denominados senos esfenoidales; todos se encuentran recubiertas por mucosas que se hallan recubriendo el interior de la nariz. Cuando da lugar un resfriado o brote alérgico los conductos nasales se hinchan y segregan mucosidades y de igual forma ocurren en los senos nasales. Si se obstruyen y no se pueden evacuar las secreciones mucosas se da lugar un crecimiento de bacterias hongos y virus ocasionando una sinusitis que causa dolor e infección a quién lo padece.

Los resfriados se caracterizan por congestión nasal, secreciones, estornudos, dolor de garganta, fiebre y dolor corporal, tienen una duración de días y su desarrollo necesita de varios días de incubación. Por contra, en el caso de las alergias, que comparten algunos síntomas en común con el resfriado en lo concerniente a estornudos, congestión, picor de garganta etc, también presenta otros



síntomas como sibilancias, asma, lloriqueo de ojos y otros procesos según sea la intensidad y el origen de la misma. Suele empezar tras

En el caso de la sinusitis, el dolor alrededor de la frente, ojos y mejillas y la sensación de inflamación, son dos característicos síntomas

la exposición a un alérgeno y su duración persiste mientras continuamos expuestos al mismo.

En el caso de la sinusitis, el dolor alrededor de la frente, ojos y mejillas y la sensación de inflamación, son dos característicos síntomas. También presenta abundante secreción de mucosas y nariz taponada, goteo postnasal, dolor de garganta, tos, can-

sancio, mal aliento y en ocasiones fiebre. Es conveniente acudir al médico si persiste durante más de una semana. La sinusitis aguda suele extenderse hasta cuatro semanas, y la crónica cuando los síntomas persisten durante varios meses.

Estas infecciones en su mayoría están provocadas por la acción de un virus, las causadas por bacterias representan menos del 2%. Los antibióticos no ayudan a combatir las infecciones víricas.

¡Recórtame! y llévate

10€

de descuento en todas nuestras sesiones

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

Promoción no acumulable a otras ofertas



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.

Calendario de colecta de sangre en marzo del Centro Regional de Transfusión Sanguínea en Córdoba

DIA	POBLACION	LUGAR EXTRACCION	HORARIO	DU	DM
2	BENAMEJÍ	Casa de la Juventud..	10.00-14.00	37	137
2	BENAMEJÍ	Casa de la Juventud..	17.30-21.30	103	137
3	MONTEMAYOR	Habitat Joven..	17.30-21.30	68	107
3	FÁTIMA	Centro Cívico de Levante..	17.00-20.30	54	67
4	PALMA DEL RÍO	Centro de Congresos..	17.30-21.30	93	114
4	AGUILAR DE LA FRONTERA	Centro de Salud..	17.30-21.30	70	114
5	PALMA DEL RÍO	Centro de Congresos..	17.30-21.30	81	114
5	AGUILAR DE LA FRONTERA	Centro de Salud..	17.30-21.30	69	114
6	PALMA DEL RÍO	Centro de Congresos..	17.30-21.30	49	114
6	BUJALANCE	C.P. Inmaculada del Voto..	17.30-21.30	83	118
9	CASTRO DEL RÍO	Centro de Servicios Sociales..	17.30-21.30	68	97
9	RECTORADO	Aula de Formación/Planta Baja..	10.00-14.00	-	-
10	CASTRO DEL RÍO	Centro de Servicios Sociales..	17.30-21.30	52	97
10	RABANALES	Hall del Aulario..	10.00-14.00	23	67
10	RABANALES	Hall del Aulario..	17.00-20.30	17	67
11	MONTALBÁN	C. Formación Ocupacional Luis del Pino..	17.30-21.30	81	126
11	RABANALES	Hall del Aulario..	10.00-14.00	13	67
11	RABANALES	Hall del Aulario..	17.00-20.30	25	67
12	FERNÁN NÚÑEZ	Escuela de Adultos/Biblioteca..	17.30-21.30	81	120
12	RABANALES	Hall del Aulario..	10.00-14.00	23	67
13	FERNÁN NÚÑEZ	Escuela de Adultos/Biblioteca..	17.30-21.30	91	120
13	S.S. BALLESTEROS	C.P. Sto. Tomás de Aquino..	17.30-21.00	20	74
16	FUENTE PALMERA	Centro de Salud..	17.30-21.30	45	87
16	FACULTAD CIENCIAS DEL TRABAJO	Autobús en la Torre de la Malmuerta.	10.00-14.00	26	45
16	FACULTAD CIENCIAS DEL TRABAJO	Autobús en la Torre de la Malmuerta.	17.00-20.30	37	45

DIA	POBLACION	LUGAR EXTRACCION	HORARIO	DU	DM
17	EUMI	Autobús en el patio del Colegio.	10.00-14.00	30	50
17	FUENTE PALMERA	Centro de Salud..	17.30-21.30	47	87
18	MEDICINA/ ENFERMERÍA	Autobús entrada principal de la Facultad.	10.00-14.00	38	61
18	FACULTAD FILOSOFÍA	Hall/Salón de Actos..	10.00-14.00	19	65
18	FACULTAD FILOSOFIA	Hall/Salón de Actos..	17.00-20.30	20	65
19	FACULTAD DERECHO	Aula 8..	10.00-14.00	30	96
19	FACULTAD DERECHO	Aula 8..	17.00-20.30	19	96
19	MEDICINA/ ENFERMERÍA	Autobús entrada principal de la Facultad.	10.00-14.00	38	61
20	DOÑA MENCIA	I.E.S. Mencía López de Haro..	17.30-21.30	70	135
20	CAÑETE DE LAS TORRES	C. Partic. Activa Personas Mayores..	17.30-21.30	52	85
23	MONTORO	Casa de la Juventud..	10.00-14.00	89	116
23	MONTORO	Casa de la Juventud..	17.30-21.30	89	116
24	BELALCÁZAR	Ayuntamiento..	17.30-21.30	52	94
24	PRIEGO DE CÓRDOBA	C. Partic. Activa Personas Mayores..	17.30-21.30	77	117
25	CARCABUEY	Centro de Salud..	17.30-21.00	48	79
25	PRIEGO DE CÓRDOBA	C. Partic. Activa Personas Mayores..	17.30-21.30	85	117
26	VILLANUEVA DE CÓRDOBA	Centro de Formación..	17.30-21.30	63	118
26	PRIEGO DE CÓRDOBA	C. Partic. Activa Personas Mayores..	17.30-21.00	59	117
27	VILLANUEVA DE CÓRDOBA	Centro de Formación..	17.30-21.30	64	118
27	GUADALCÁZAR	Auditorio..	17.30-21.00	21	65
27	LA VICTORIA	Bus junto C.P. José A. Valenzuela..	17.30-21.00	35	58
30	HINOJOSA DEL DUQUE	C.E.I.P. Maestro Jurado..	17.30-21.30	43	93
30	ALMEDINILLA	Hogar del Pensionista..	17.30-21.00	30	71
31	HINOJOSA DEL DUQUE	C.E.I.P. Maestro Jurado..	17.30-21.30	71	93
31	PEDROCHE	Residencia de Ancianos El Salvador..	17.30-21.00	46	72

DESCUBRE LA ORTODONCIA INVISIBLE

CARILLAS Y
CORONAS ESTÉTICAS
EN UN DÍA.

Atención infantil
Garantía de por vida en prótesis
Seguros dentales
Colocación de implantes sin
puntos de sutura.



*Preguntar condiciones

957 46 48 49

www.isladent.es



CLÍNICA DENTAL
ISLADENT



Avda. de la Arruzafa, 29
957 27 55 58
693 26 14 55
14012 - CÓRDOBA
surplantlaarruzafa@surplant.es
www.surplant.es

PRODUCTORES DE PLANTA, ORNAMENTAL Y DE JARDÍN



Viveros propios, producido en Córdoba para Córdoba
Tus compras directamente al productor

**Hacemos que la primavera
entre en tu hogar**

**Arboles frutales, de interior, Floristería, aromáticas, semillas, sustratos,
productos fitosanitarios y todo lo relacionado con el mantenimiento de sus plantas**





Centro de Cirugía Estética y Reparadora

Dr. Redondo Camacho

Cirujano Plástico. Colegiado 5.359

- Cirugía Estética
- Cirugía Plástica y Reparadora
- Medicina Estética
- Unidad Laser

Información realista y completa en cada caso
Atención personalizada
Técnicas avanzadas
Primera consulta gratuita



Síguenos

@redondoestetica

//Clinica-RC-Dr-Redondo-Camacho

/redondo estetica

Este documento incluye realidad Aumentada.
Siga las instrucciones para visualizar el contenido multimedia

descárgate la aplicación



Reyes Católicos 11, esq. Doce de Octubre local. Córdoba 14001.
T. 957 49 81 32. recamed@hotmail.com / www. redondoestetica.com