

Córdoba sana

Julio de 2015 • Año IX • número 98. MENSUAL DE INFORMACIÓN GRATUITO · www.cordobasana.es

SOLUCIONES DIGITALES PARA LA SORDERA

CÓRDOBA
Cruz Conde, 12-1ª 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

Marcamos la diferencia

www.ortopediiaeropuerto.com

CENTRAL
Avda. Aeropuerto 19, local

SUCURSAL
Avda. Arroyo del Moro 1

NUEVA DELEGACIÓN
Avda. de Barcelona, 8



Diagonal Q Laser

Eliminación de varices
Rejuvenecimiento cutáneo
Tratamiento del ronquido

Todos los tratamientos son realizados por médicos especialistas

Teléf. 957 45 33 30



www.lasercordoba.es

EL HOSPITAL LA ARRUZAF A

Implantan un ojo biónico que devuelve parte de la visión a una mujer ciega

Un hito para la Historia de la Medicina. El equipo de oftalmólogos del Hospital Inova Ocular La Arruzafa de Córdoba -perteneciente a la red de clínicas de Microcirugía Ocular de mayor prestigio y tradición de España, Inova Ocular-, encabezados por el director médico del centro, el doctor Juan Manuel Laborda, ha conseguido por primera vez en Andalucía implantar el ojo biónico a una mujer que llevaba más de treinta años sin poder ver como consecuencia de una patología que la dejó ciega.

(sigue en la página 2)



El doctor Juan Manuel Laborda con Josefa Jiménez Rodríguez, la paciente operada



HAZ QUE TU VERANO SEA MÁS AGRADABLE. DISFRUTA DE UN GIMNASIO

EXCELENTE

... Y DEJA QUE NOSOTROS CUIDEMOS DE TÍ

C/. Poeta Luis Cernuda 13 Tlf. 957 280 711 www.clubgymsierra.es

CLUB GYM SIERRA
1987
Somos diferentes

noticia de portada

El Hospital La Arruzafa implanta el ojo biónico y devuelve parte de la visión a una mujer ciega

El centro oftalmológico se convierte en uno de los pocos hospitales del mundo en realizar este procedimiento a una paciente con retinosis pigmentaria, **invidente desde hace casi tres décadas**

REDACCIÓN

Un hito para la Historia de la Medicina. El equipo de oftalmólogos del Hospital Innova Ocular La Arruzafa de Córdoba —perteneciente a la red de clínicas de Microcirugía Ocular de mayor prestigio y tradición de España, Innova Ocular—, encabezados por el director médico del centro, el doctor Juan Manuel Laborda, ha conseguido por primera vez en Andalucía implantar el ojo biónico a una mujer que llevaba más de treinta años sin poder ver como consecuencia de una patología que la dejó ciega.

La paciente, de nombre Josefa Jiménez Rodríguez, natural de Córdoba y de sesenta y dos años, ha celebrado el pasado 15 de junio su último cumpleaños viendo las velas que tenía que apagar, algo que no podía hacer desde la década de los noventa, cuando perdió la visión en ambos ojos tras sufrir una enfermedad hereditaria y degenerativa denominada como retinosis pigmentaria.

La intervención, que se llevó a cabo el pasado 27 de abril, ha consistido en el implante, mediante acceso al globo ocular, de un dispositivo capacitado con nanotecnología y dotado de sesenta electrodos que tienen como misión estimular la conexión que llega desde la retina hasta el cerebro con el objetivo de que éste reciba señales visuales que permitan subsanar la pérdida degenerativa del campo visual.

La intervención se llevó a cabo el pasado 27 de abril

La cirugía que se le ha practicado consiste en «implantar un chip con electrodos en la mácula, en el centro de la retina, para que estos sean estimulados con un sistema que va por fuera del ojo a través de una videocámara», señala el oftalmólogo Juan Manuel Laborda, director médico del Hospital La Arruzafa y máximo responsable de la intervención.

En esta línea, Laborda, señala que «la mayor dificultad ha residido en el implan-



Un momento de la rueda de prensa en la que se presentó el caso

te, en mover todas esas piezas alrededor del ojo sin dañarlas en ningún momento, porque es un sistema muy sofisticado de electrodos y filamentos. Los movimientos tienen que ser muy precisos», apunta.

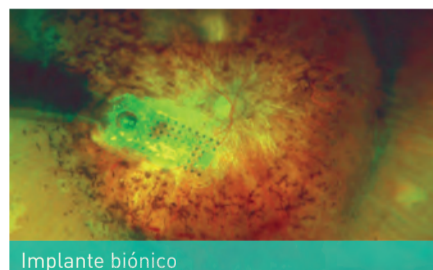
De igual manera, explica que «a nivel emocional, la intervención impacta mucho por lo que significa, por lo que estás haciendo y cómo lo vas a hacer. Es muy estresante, porque no se trata de una cirugía al uso. Se necesita mucho personal y un equipo alrededor muy cualificado y pendiente de que todo salga según lo previsto», concreta.

Así, también asegura que «es una cirugía que no se puede olvidar y que esperamos repetir muchas veces. La intervención, pese a que fue larga (casi cinco horas), salió afortunadamente muy bien. Se respiró paz en el quirófano y todo el equipo funcionó de manera excelente. Cuando la cirugía concluyó respiré profundo y me quedé muy tranquilo porque pensé que habíamos hecho algo muy especial. Fue un momento de satisfacción muy grande».

La retinosis pigmentaria es una enfermedad ocular genética que afecta en la

actualidad a más de un millón y medio de personas en todo el mundo. Está considerada como una enfermedad que acumula, por diversas circunstancias de tipo genético, una degeneración progresiva de la retina, lo que supone la pérdida gradual de los conos y bastones, las principales células que forman parte de esta estructura. Como consecuencia de la misma, la retina, capacitada para enviar imágenes al cerebro, no funcionaría, por lo que habría que estimularla mediante los chips implantados.

La intervención realizada por el doctor Juan Manuel Laborda y su equipo ha consistido en una compleja operación seccionada en una decena de procesos de cirugía



Implante biónico

donde, en primer término, se accede al globo ocular mediante disección de la conjuntiva para llegar a la parte posterior de los músculos que lo rodean y así proceder a la fijación extraocular del implante a modo de cerclaje.

Así, se lleva a efecto una vitectomía (cirugía para extraer el vítreo) y una esclerotomy (incisión en la esclerótica), que permite el acceso intraocular de una matriz de electrodos, posicionarlos en el interior del globo ocular (concretamente sobre la mácula) y explorarlos antes de proceder al cierre de las suturas.

La retinosis pigmentaria es una enfermedad ocular genética que afecta en la actualidad a más de un millón y medio de personas en todo el mundo

La operación, que duró casi cinco horas, y en la que se usaron cinco tipos de vías de entrada intraocular y un instrumental específico y exclusivo para este tipo de cirugía, se interrumpe hasta en seis ocasiones, según el protocolo para realizar procesos de chequeo del implante.

Una vez realizado el implante, y tan solo una semana después de la intervención quirúrgica, la paciente queda en disposición de comenzar un proceso de entrenamiento (training fitting) que se prolonga durante dos meses para poder hacer uso del dispositivo intraocular. Este se sincroniza de manera inalámbrica con unas gafas de visión dotadas de una videocámara y una unidad de procesamiento de vídeo que convierte las imágenes recibidas en señales eléctricas codificadas que estimulan la retina.

Así las cosas, y tras un entrenamiento prolongado, el sistema, denominado proyecto Argus II y producido por la compañía Second Sight Medical Products, ayuda a la paciente a detectar diferencias entre luz y oscuridad, consiguiendo que ésta pueda identificar el movimiento y localizar objetos.

10% DTO.
en TODOS los tratamientos

clínicas López González
odontólogos

Avda. del Brillante, 12 · 14006 CÓRDOBA
Teléfono: 957 401 184

BLANQUEAMIENTO DENTAL
este verano grandes ofertas
Presume de una gran sonrisa

c/ Aguilarejo bajo, 1 · 14193 EL HIGUERÓN
Teléfono: 957 329 369

¿Qué operamos habitualmente en «Cabrera, Plástica & Estética»? Reflexiones ante la pausa estival

REDACCIÓN

Llegado el mes de julio, la clínica Cabrera Plástica & Estética afronta el descanso estival valorando cuáles son las cirugías que ha realizado de forma más habitual en los últimos meses. Las más destacadas son las cirugías de aumento de pecho, la rinoplastia y las combinadas que permiten devolver la figura perdida tras los embarazos.

AUMENTO DE PECHO

Es la cirugía más demandada en la clínica del Dr. Emilio Cabrera. Gracias a la seguridad que ofrecen los últimos avances, tanto en lo técnico como en lo estético, y a la utilización de implantes de primera calidad, son cada día más las mujeres que dan el paso hacia un procedimiento que ha

cambiado mucho en todos los aspectos. En la actualidad, con incisiones ya casi invisibles, recuperaciones más rápidas e indoloras y resultados cada vez más naturales, la tendencia está en aumentar volumen buscando conseguir resultados naturales, que no delaten el paso por quirófano y sean completamente seguros, tanto a corto como a largo plazo. Cada pecho y cada tórax son diferentes, por lo que la clave del Dr. Emilio Cabrera está en individualizar la planificación con instrumentos tales como los simuladores 3D y materializar la cirugía con plenas garantías profesionales. www.pecho-perfecto.es

RINOPLASTIA

En lo referente a cirugía facial, la más demandada en la clínica Cabrera Plástica & Estética es la cirugía de nariz, un

procedimiento que ha mejorado mucho en los últimos años tanto en técnica como en comodidad para el paciente. La aplicación de acciones quirúrgicas de vanguardia, cada vez más precisas, confiables y con mejores resultados, permiten resultados en los que prima la armonía con el resto de rasgos faciales, individualizando todo el proceso. Este equilibrio natural, conseguido por las manos del cirujano, pero invisible a los ojos de los demás, huye de la artificialidad y consigue una nariz diseñada para cada rostro. Para actualizar las últimas técnicas en rinoplastia, el Dr. Emilio Cabrera viajaba por segunda vez el pasado mes de marzo al South Western Medical Center de Dallas (USA). Allí perfeccionaba de la mano de los expertos doctores Rod Rohrich y Spencer Cochran sus conocimientos sobre las últimas novedades en esta cirugía, entre ellas la incorporación de la fotografía digital en tres dimensiones a la planificación de los casos y la supremacía de la rinoplastia abierta como vía hacia el mejor resultado. www.rino-plastia.es

CIRUGÍA TRAS EL EMBARAZO

En el ámbito del contorno corporal, el «mommy makeover» o cirugía combinada para eliminar las secuelas del embarazo en la figura femenina es la que ha experimentado un mayor crecimiento. El Dr. Emilio Cabrera recomienda el denominado «mommy makeover diferido» que, generalmente, se realiza a partir del sexto mes después del parto, tiempo medio para que los tejidos regresen a su estado natural. Esta técnica consiste en realizar tres operaciones en una, aunque también pueden realizarse de manera individual. Hablamos de una actuación quirúrgica sobre la mama (elevación mamaria o mastopexia), sobre las «cartucheras» (liposucción-lipoescultura,) y sobre el abdomen (abdominoplastia). www.drcabrera.es



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, 46-2º de Córdoba. Teléfono 957 281 450.

Toda la información en www.drcabrera.es



El doctor Cabrera durante una cirugía

Hay otras cirugías que son cada vez más habituales

Además de las tres cirugías referidas, que sin duda son las más demandadas, otros procedimientos están experimentando un claro ascenso en Cabrera Plástica & Estética. gracias a que cada día los pacientes tienen un mayor acceso a la información sobre las mismas a través de webs monográficas claras y fiables como las que ha desarrollado el Dr. Emilio Cabrera.

REDUCCIÓN DE PECHO

El excesivo tamaño del pecho femenino determina una serie de circunstancias secundarias que inciden negativamente en la calidad de vida de quienes lo padecen. Por eso son cada vez más las mujeres que deciden acabar con la hipertrofia mamaria y las secuelas que acarrea:

físicas como dolor crónico en el cuello, hombros y espalda, problemas cutáneos e infecciones en los surcos submamararios, incapacitación para realizar ejercicio físico libremente; o psicológicas como la frustración de no poder usar ropa normal y la baja autoestima derivada de la dificultad para verse bien. La cirugía de reducción de pecho cambia por completo el día a día de quien se somete a ella. Se retira el exceso de tejido mamario, elevándolo y reposicionándolo, consiguiendo como resultado unas mamas más pequeñas, mejor conformadas y estéticamente más atractivas.

MAMAS TUBEROSAS

Esta es una de las cirugías que mayor incremento ha experimentado en los

últimos meses. Una mayor información sobre esta malformación hace que muchas mujeres que no eran conscientes de que la padecían descubran por qué su pecho siempre les pareció diferente y se deciden a «normalizarlo» resolviendo un problema anatómico que suponía una complicación a diversos niveles: personal, social, sexual... Para un acertado diagnóstico de la mama tuberosa resulta esencial una correcta exploración física que indique el plan quirúrgico más adecuado. Si esta malformación pasa desapercibida para el cirujano y simplemente se realiza un aumento de pecho estándar, el resultado será deficiente y no exento de complicaciones. Su tratamiento exige ponerse en manos de un cirujano experimentado para que el problema desaparezca con éxito y la

vida de la paciente recupera su «normalidad» en este aspecto. www.mamas-tuberosas.es

ABDOMINOPLASTIA

Esta cirugía, que hemos mencionado como parte del «mommy Makeover», es por sí misma un procedimiento cada día más demandado, en el que el Dr. Emilio Cabrera consigue resultados espectaculares y naturales, visibles en solo unas semanas. Su objetivo es eliminar el exceso de piel y grasa del abdomen, a causa de la edad, oscilaciones de peso, o pérdida de la elasticidad cutánea por embarazos, consiguiendo una silueta y forma abdominal más plana y firme, con una cintura más definida y atractiva.

sumario e información

▶ noticias

El Hospital La Arruzafa implanta el ojo biónico y devuelve parte de la visión a una mujer ciega 2

El hospital San Juan de Dios de Córdoba consolida las nuevas especialidades tras cumplirse un año de su ampliación 6



El Colegio de Médicos y Proyecto Salvavidas hacen de Córdoba una ciudad cardioprotégida 8

Córdoba acoge la VI edición del premio Iberoamericano en investigación José Román 10

▶ en buenas manos

Clinica C.I.D, Clínica de Implantología Dental y Odontología Computerizada, acaba de ser admitida en el Cerec Club Select Plus 14

Fundación La Arruzafa atiende a 1.468 pacientes en su sexta expedición en Madagascar 15

Carbohidratos, aporte energético para nuestro cuerpo 16

El fitness un estilo de vida de moda 18

Masaje Infantil: Comunicar a través de la piel 20

Prevención y tratamiento en la fascitis plantar (continuación) 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 JULIO

29	30	1	2	3 Día Inter. del Síndrome de Rubinstein-Taybi (SRT)	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26 Día Internacional del síndrome de Gaucher
27	28 Día mundial de la Hepatitis 2015	29	30	31	1	2

LA FRASE DEL MES

« El progreso de la medicina nos depara el fin de aquella época liberal en la que el hombre aún podía morir de lo que quería. »

Stanislaw Lec

serdental

C/. Diego Serrano, 2 (Local) 14005 Córdoba
957 74 00 54 info@clinicaserdental.es
www.clinicaserdental.es

Conoces nuestra nueva tarjeta

VEN Y CONSIGUE LA TUYA

ESPECIALISTAS EN IMPLANTOLOGÍA

El Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Andalucía y la AECC inician una campaña de prevención sobre los daños del sol en la visión

Hasta el 50% de las gafas de sol vendidas en España puede no superar los controles de calidad necesarios

REDACCIÓN

La presidenta del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Andalucía (COOOA), Blanca Fernández, y la presidenta en Córdoba de la Asociación Española contra el Cáncer, María Luisa Cobos, han presentado esta mañana en El Corte Inglés la nueva campaña de prevención visual solar de 'Somos optometristas', una iniciativa del COOOA que pretende hacer llegar a los usuarios andaluces una serie de recomendaciones y consejos sobre salud visual y que tras su primer año de andadura ya ha llegado a más de tres millones de personas. En esta ocasión, ambas organizaciones se han unido para concienciar a la población de la importancia de proteger la visión de las lesiones provocadas por las



La presidenta del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Andalucía (COOOA), Blanca Fernández, y la presidenta en Córdoba de la Asociación Española contra el Cáncer, María Luisa Cobos

La mitad de las gafas de sol vendidas en España puede no superar los controles de calidad

radiaciones solares y las gafas de sol de baja calidad y denunciar su venta indiscriminada en bazares, mercadillos, gasolineras y topmanta, a la vez que inciden en la importancia de adquirir gafas de sol homologadas en establecimientos sanitarios de óptica con garantías.

Mediante carteles en ópticas, dípticos informativos y las redes sociales (Facebook y Twitter), los optometristas andaluces quieren dejar claro que la única manera de proteger los ojos es la utilización de gafas de sol protectoras que filtren las radiaciones solares. En este sentido, las gafas de sol están clasificadas como equipos de protección individual (E.P.I.) y son utilizadas para proteger al sistema visual, debiendo filtrar el exceso de luminosidad así como las radiaciones nocivas del sol. Estas lentes deben de cumplir unos re-

quisitos según la normativa europea en cuanto a estándares de calidad e información al consumidor.

Sin embargo, no todas son eficaces y, lejos de proteger, algunas pueden ser contraproducentes y causar daños irreversibles. Según explica Blanca Fernández, «unas gafas de sol mal elegidas pueden ser altamente perjudiciales para la salud visual. Las lentes no homologadas o de baja calidad solo filtran la luz visible y no la radiación ultravioleta, que es la realmente dañina. Al no detectar suficiente luz, la pupila se dilata más de lo habi-

tual, permitiendo entrar una mayor cantidad de radiación ultravioleta e incrementando el riesgo de la aparición de lesiones oculares».

Según datos recogidos de estudios recientes, hasta el 50% de las gafas de sol vendidas en España puede no superar los controles de calidad necesarios y hasta el 93% de los filtros (lentes) de las gafas solares comercializadas en bazares, topmanta y establecimientos no sanitarios del país pueden no cumplir con la normativa vigente. La mayoría de estos productos llevan adheridas las caracterís-

ticas ópticas, el código CE y las instrucciones de mantenimiento, produciendo este hecho mayor confusión entre los usuarios.

Ha llegado a más de tres millones de personas

Los optometristas andaluces recomiendan el asesoramiento y adquisición de las gafas de sol en establecimientos sanitarios de óptica, que garantizan el cumplimiento de la normativa de seguridad y calidad y la selección del filtro solar adecuado para cada usuario y cada necesidad.

Somos optometristas

Es una comunidad virtual, en la que participan hasta 2.400 profesionales de la visión, para dar a conocer su labor y función social como primer eslabón de la cadena de la atención primaria en salud visual.

Bajo el impulso del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Andalucía, 'Somos optometristas' nace con el objetivo de desarrollar campañas informativas sobre salud visual, dirigidas a la población andaluza. La base de sus campañas son la web www.somosoptometristas.com, las redes sociales (Facebook y Twitter) y materiales informativos en los puntos de atención al ciudadano: los establecimientos de óptica.

monra comercial
su proveedor de confianza

Todo para su jardín y piscina

Tenemos servicio a domicilio gratuito en Córdoba capital



Avda. Virgen de las Angustias, 3 - 14006 CÓRDOBA

Teléfono 957 273 494 e-mail: ramon.orti@ramonorti.com www.comercialmonra.com

Síguenos en



El hospital San Juan de Dios consolida las nuevas especialidades tras cumplirse un año de su ampliación

Aumentan en un 45% los pacientes atendidos por urgencias y se triplica el número de ingresos en especialidades como medicina interna o cardiología

REDACCIÓN

El hospital San Juan de Dios acaba de celebrar el primer aniversario desde su ampliación con un balance positivo, ya que el incremento global en el número de intervenciones quirúrgicas, consultas externas y urgencias atendidas supera el 15 por ciento con respecto a ejercicios anteriores, lo que consolida su posición como hospital general, a la vez que su liderazgo como especialista en traumatología.

El crecimiento de las instalaciones y el aumento de las unidades han ido acompañados de la incorporación de un notable número de profesionales sanitarios

En este año ha crecido en un 45 por ciento el número de pacientes que ingresan en San Juan de Dios a través de su área de urgencias, y se han multiplicado por tres los de especialidades no traumatológicas, principalmente medicina



Entrada del hospital a través del nuevo edificio

interna, cardiología y cirugía general. Los datos referentes a traumatología, tanto sobre consultas como sobre intervenciones, avalan al centro como referencia en esta especialidad.

Dentro del área quirúrgica, todas las especialidades han visto incrementada su actividad, llevando a cabo intervenciones

de mayor complejidad gracias a la incorporación de facultativos de prestigio en Andalucía. Las nuevas instalaciones acogen desde este último año operaciones como cirugías de hígado, intervenciones de colón, peritonectomía radical con quimioterapia o intervenciones ginecológicas de precisión.

A lo largo de este primer año desde la ampliación, los pacientes oncológicos pueden recibir cualquier tratamiento para el cáncer gracias a la creación de la unidad integral de oncología, que incluye en el nuevo edificio el hospital Oncológico de Día, que en este año ha tratado a más de 1.300 pacientes; la unidad de ra-

dioterapia, que atiende una media de 30 pacientes diarios; y hospitalización, cirugía oncológica y cuidados paliativos.

El hospital San Juan de Dios ha sido reconocido tradicionalmente en la provincia de Córdoba, así como en municipios de otras provincias cercanas, por el trabajo realizado con pacientes de traumatología. Sin embargo, y desde que incluyera nuevas unidades como las mencionadas u otras como cardiología y radiología intervencionistas, la ampliación de la cartera de servicios así como la incorporación de prestigiosos profesionales como el oncólogo Juan de la Haba, o Manuel Nicolás en Medicina Interna, ha impulsado el aumento de confianza de la sociedad cordobesa en otras áreas de la salud del centro de la Orden Hospitalaria.

También se ha producido la incorporación de un notable número de profesionales sanitarios. Así, a lo largo del año, se han sumado más de 50 nuevos médicos intensivistas en la Unidad de Cuidados Intensivos 24 horas, bloque quirúrgico, consultas externas y urgencias.

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

NICOLÁS

centro capilar

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



Con la compra de cualquier modelo de esta colección recibirás un regalo directo



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

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

noticias

El Colegio de Médicos y Proyecto Salvavidas hacen de Córdoba una ciudad cardioprottegida

Un proyecto para crear el mayor número de puntos de rescate cardiaco con desfibrilador de uso público en empresas, colegios, centros deportivos...

REDACCIÓN

El Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Córdoba y Proyecto Salvavidas firman un convenio por el que ofrecen la posibilidad a las instituciones Cordobesas de conseguir ser un Espacio Cardioprottegido mediante la participación en las

La muerte súbita es la principal causa de mortalidad en España con más de 30.000 fallecimientos

campanas solidarias o la compra/alquiler subvencionada. La finalidad es crear el mayor número de puntos de rescate, ubicarlos en la App SOS-112 que geolocaliza estos equipos y poder actuar en menos de 5 minutos por los presentes en una parada cardiaca con un desfibrilador y técnicas de RCP.

En la firma D. Bernabé Galán Presidente del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Córdoba y D. Rubén Campo Fundador del Proyecto Salvavidas y Experto en cardioprotección nos explican las bases del convenio y actividades a ofrecer:

Campaña Pulseras Salvavidas: Diseñadas por kukuxumu-



Un momento en el acto de firma del convenio

su con la cadena de supervivencia estas pulseras se entregan a centros educativos, clubes deportivos o pequeños ayuntamientos para que con su venta se obtenga una recaudación que se canjeara por los packs integrales de cardioprotección, así solamente 800 de estas pulseras con un coste de 3 Euros cada una se canjean por un pack completo de cardioprotección que incluye el desfibrilador y la formación para su utilización.

También se ofrecerán pulseras

salvavidas a 1 Euro para la venta en establecimientos de la ciudad, teatros, discotecas etc... Con la misma finalidad y con un número mayor de pulseras a vender. Estos lugares pueden asociar el Euro de cada pulsera a entradas o promociones.

Las pulseras cuentan con el apoyo de muchas personas famosas y fundaciones asociadas al mundo del fútbol. Las solicitudes de estas pueden hacerse mediante la web del proyecto www.salvavidas.eu o bien llamando al 902 76 06 04

Campaña Cardioventing: Todas las empresas y entidades con máquinas expendedoras y más de 50 trabajadores pueden conseguir este pack de cardioprotección incluyendo el mantenimiento integral mediante los consumos en las máquinas expendedoras, Cardioventing destina entre 5 y 10 cm. De cada café, bebida o snack a certificar la empresa o entidad como Espacio Cardioprottegido con el pack completo, un sistema que gracias a los precios muy contenidos de los productos

en el vending no repercute en la economía y son los verdaderos beneficiarios de la cardioprotección, los consumidores, quienes gracias a estos céntimos de aportación hacen un consumo solidario que puede salvar la vida de un compañero o la propia.

Alquiler/venta subvencionada: Aquellas entidades que no puedan participar en las campañas solidarias, podrán adquirir el pack o alquilarlo por 85 Euros mensuales incluyendo el mantenimiento, formación y equipamiento así como la certificación de Espacios Cardioprottegidos

Actuar con un desfibrilador en los primeros 5 minutos consigue aumentar un 70% el índice de supervivencia

SOS-112: Esta aplicación gratuita nos permite geo localizar el desfibrilador más cercano con la finalidad de hacer un mapa de puntos de rescate cardiaco que nos permita actuar con la mayor velocidad posible. Además dentro de la app están dispuestos videos de cómo actuar y una llamada directa a emergencias.

PATRULLA ANTIKK 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



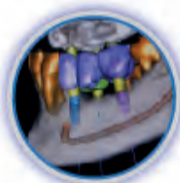
**ABRIMOS TODO EL MES DE AGOSTO
FINANCIACIÓN A SU MEDIDA**



centro dental y estética
Jesús María



Dr. Tomás Páez Pérez
ODONTÓLOGO - IMPLANTÓLOGO
COLEGIADO Nº 14/00/1798



• PLANIFICACIÓN DE
IMPLANTES 3D



• SEDACIÓN CONSCIENTE



• DISEÑO DIGITAL DE
SONRISAS



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



• ESTÉTICA DENTAL



• 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

La ciudad de Córdoba acoge la VI edición del premio Iberoamericano en investigación José Román

Se estima que la espondilitis anquilosante afecta a alrededor de medio millón de personas en España

REDACCIÓN

Córdoba acoge la VI edición del Premio Iberoamericano en investigación José Román otorgado por la Asociación Cordobesa de Enfermos Afectados por Espondilitis (ACEADE). Este año lo ha concedido al Dr. Jordi Gratacós, reumatólogo del hospital Parc Tauli y miembro del comité ejecutivo del Grupo GRESSER (Grupo Español para el Estudio de las Espondiloartritis). ACEADE ha destacado la labor del doctor en la campaña de concienciación *No le des la espalda* y su trabajo de investigación sobre artritis psoriásica, publicado recientemente en la revista científica *Reumatología Clínica*, que profundiza en cómo los pacientes de esta enfermedad ven afectada su calidad de vida.

José Román, presidente de honor de ACEADE, fue socio fundador de esta asociación

Los criterios para seleccionar al ganador han sido el nivel de impacto de las publicaciones, la calidad científica de los trabajos y la aplicación de su investigación en la mejora de la calidad de vida de los



Acto correspondiente al VI Premio Iberoamericano «José Román» de Investigación en Espondiloartropatías

pacientes con espondiloartropatías. Jesús de la Haza, presidente de ACEADE, destaca que «el objetivo de los premios José Román es incentivar la investigación en las espondiloartropatías para contribuir a una mayor calidad de vida de los pacientes. Desde ACEADE renovamos año a año nuestro compromiso con esta labor de investigación organizando este premio. La celebración de la entrega de premios, por su parte, contribuye a

edificar la relación entre pacientes e investigadores, toda una oportunidad para el intercambio de experiencias investigador-paciente».

La campaña *No le des la espalda*, es una iniciativa europea cuyo objetivo es concienciar sobre el dolor de espalda y ayudar a quien lo sufre a diferenciar entre uno mecánico y otro inflamatorio. Como parte de esta campaña impulsada por la biofarmacéutica AbbVie, la página www.nolesdeslaespalda.es dispone

de un cuestionario para ayudar a las personas con dolor de espalda a identificar su tipo de dolor.

Se estima que el 80% de la población tendrá dolor de espalda en algún momento de su vida, y, aunque en la mayoría de los casos este dolor es de origen mecánico, en cerca de 1 de cada 20 casos es de origen inflamatorio. En este sentido, el Dr. Jordi Gratacós afirma «Es importante que la población sea consciente de que sentir un dolor pro-

longado de espalda no es normal. En España, el retraso diagnóstico desde el inicio de los primeros síntomas del dolor de espalda crónico puede llegar a ser entre 7 y 9 años en patologías asociadas a dolor de origen inflamatorio, como ocurre en la espondiloartritis axial».

Aunque las enfermedades como el cáncer y las infecciones vertebrales pueden provocar dolor de espalda crónico a causa de la inflamación, la mayoría de los casos de dolor de espalda inflamatorio en individuos jóvenes (menos de 40 años) se deben a determinadas enferme-

La Asociación Cordobesa de Enfermos Afectados de Espondilitis (ACEADE) nació en 1992

dades inflamatorias autoinmunes, siendo con diferencia la más frecuente la espondiloartritis axial.

El Dr. Carlos Montilla, del Servicio de Reumatología del Hospital Clínico Universitario de Salamanca, ha sido el ganador del Áccesit del Premio José Román por su trabajo «Espondilitis sin progresión axial: factores predictivos». Una investigación que ha sido publicada en la revista científica *The Journal of Rheumatology*.

Dr. José M^a Cabrera

**Especialista en
Cirugía Plástica
Reparadora y Estética**

Ronda de Los Tejares, 34
14008 Córdoba

957 486 268



**INSTRUMENTACION
RADIOLOGICA**



**EQUIPOS DE DIAGNOSTICO POR IMAGEN
(Servicio Técnico altamente cualificado)**

Tel. 955 66 04 56 - E.mail: info@instrumentacionradiologica.com
web. www.instrumentacionradiologica.com

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 Formentera	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 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 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



ANUNA

Espacio de terapias naturales
formación y desarrollo personal

Curso Biomagnetismo Nivel 1

Cómo utilizar imanes de forma terapéutica

Este curso está dirigido a personas que deseen aprender el biomagnetismo para aplicarlo de forma profesional en su consulta y, también para quienes prefieren darle uso personal.

El curso se realizará en dos fines de semana
26 y 27 Septiembre (primer fin de semana)
3 y 4 Octubre (segundo fin de semana)

Lugar: Hotel Tryp Córdoba

Horario: sábado y domingo de 9 a 18h.

Profesor: Dr. José Moreno Garrido

Más información: www.biomagnetismoyinyang.com

Deportista Juan Matos 4
03016 Alicante
Tlf: 965 159 837

info@anuna.es
www.anuna.es
www.parbiomagnetico.eu



REPARACION, LIBERACION Y ACCESORIOS DE TELEFONIA



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





Carbohidratos, aporte energético para nuestro cuerpo

comer sano 16

El fitness un estilo de vida de moda

deporte saludable 18

Masaje Infantil: Comunicar a través de la piel

infancia y salud 20

Prevención y tratamiento en la fascitis plantar (continuación)

conoce las lesiones 22

Clinica C.I.D, Clinica de Implantología Dental y Odontología Computerizada, acaba de ser admitida en el Cerec Club Select Plus

CLÍNICA CID

Con motivo de esta incorporación se ha creado en nuestra clínica una nueva división dental formada por un equipo de jóvenes profesionales competentes en las últimas tecnologías digitales e impresión tridimensional 3D, bajo la dirección de Dr Rafael Gutiérrez de Rave Agüera, experto profesional en dichas tecnologías y pionero ya desde su aparición en España hace más de 25 años

Los miembros de este club reciben puntualmente las últimas

actualizaciones del software Cerec Dental e Inlab que nos permite realizar todo tipo de prótesis fijas con los nuevos materiales estéticos y sin metal desde un diente unitario a una arcada dental completa tanto en dientes naturales como sobre implantes con una rapidez y precisión inimaginables en comparación a las técnicas convencionales lo que nos permite acercar la prótesis fija al paciente con unos resultados estéticos y funcionales de la máxima calidad.



El Doctor Rafael Gutiérrez de Rave Agüera con diferentes unidades de captación y tallado en impresión 3D

ENCUENTROS sobre el FUTURO de la PROTESIS DENTAL

DIPLOMA

El Presidente de la Federación Española de Asociaciones de Protésicos Dentales certifica que

Dr. D. Rafael Gutiérrez de Rave Agüera

ha participado en estas jornadas científicas

PROTESIS DENTAL POR ORDENADOR
CERAMICA DENTAL
TECNOLOGIA MATERIALES

Madrid - Sevilla
18/19 diciembre 1987

Martín Navarrete Ortega
Presidente F.E.A.P.D.

En el año 1987 el doctor tuvo su primer contacto con el método C.E.R.E.C

SEORI Diploma

Sociedad Española de Odontología Restauradora Supercomputarizada

Málaga, 06 de Mayo del año 2000

Certifica que el

Dr. Rafael Gutiérrez de Rave

Ha dictado la conferencia con el título

Carillas Cerec: Casos clínicos

en la III reunión de la S.E.O.R.I.

Dr. Alberto Cuevas Millán
Presidente

Dr. Rafael Gutiérrez de Rave
Diputado

Dictante de numerosos cursos y miembro fundador de la Sociedad de Odontología Computerizada

Logos LOGOPEDIA

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

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

Fundación La Arruzafa atiende a 1.468 pacientes en su sexta expedición en Madagascar

Los integrantes del equipo, desplazados hasta el país africano, han realizado setenta cirugías en una nueva misión humanitaria en el país africano, al que **llevaron 370 kilos de material médico, óptico y medicamentos**



El equipo compuesto por ocho integrantes de Fundación La Arruzafa ha concluido su sexta misión en Madagascar (África) después de haber asistido a 1.468 pacientes y practicado 68 cirugías en Tsiroanomandidy, ciudad en la que se encuentra la misión humanitaria en la que han desarrollado su labor durante más de una semana.

Tras su regreso, el presidente de la fundación, Juan Manuel Laborda, director médico del Hospital La Arruzafa, ha destacado que «hemos cumplido con el objetivo fijado antes del inicio de la misión». En esta línea, Laborda ha detallado que con los fondos recaudados (30 céntimos de euros por consulta) «hemos podido ayudar a las asociaciones locales más necesitadas», en referencia a la Misión Trinitaria que opera en dicho municipio (1.223.000 Ariari, —1.000 Ar. equivale a 30 céntimos de euro—) y a la escuela de discapacitados que se construye en Tsiroanomandidy (1.034.000 Ar.).

Laborda detalla que «hace años decidimos cobrar de manera simbólica la consulta para que la gente valore lo que se hace y para que podamos conseguir fondos y ayudar a otros colectivos del lugar».

En esta expedición, los integrantes de la fundación han entregado 400 gafas premontadas y 520 gafas solares. De igual manera, se ha tomado medida para montar otras 62 más de «carácter especial» en España y, una vez, confeccionadas, proceder al envío a sus destinatarios.

Han asistido a 1.468 pacientes y practicado 68 cirugías en Tsiroanomandidy

El equipo humanitario ha portado un total de dieciséis maletas con 370 kilos de material médico, óptico y medicamentos. Entre estos, gafas graduadas, gafas de sol, colirios, aparataje de oftalmología, instrumental de quirófano o medicamentos de anestesia.

En la última expedición a ese lugar (2014), la Fundación La



Integrantes de la Fundación La Arruzafa en Madagascar

Arruzafa atendió a 1.453 personas y realizó 70 intervenciones quirúrgicas, con una media de asistencia superior a las 180 consultas diarias a una población de todas las edades y con patologías diversas. La Fundación La Arruzafa ha atendido sólo en

Madagascar a siete mil personas hasta la fecha. En la presente expedición han participado tres oftalmólogos (Antonio Cano, Javier Gersol y Juan Manuel Laborda), una anestesista (Teresa Mantaras), dos optmetristas (Alicia Navarro y Jesús Sánchez), una

enfermera (Paqui Rivas) y una auxiliar (Anabel París).

Fundación La Arruzafa agradece especialmente a sus socios, empresas colaboradoras y Diputación Provincial de Córdoba la ayuda prestada para poder llevar a cabo dichos cometidos humanitarios.

- / 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^a Machado Rodríguez

CENTRO DE FISIOTERAPIA & OSTEOPATÍA

SANTA MARINA

C/ Mayor de Santa Marina, nº 6

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

www.fisioterapiasantamarina.es



Carbohidratos, aporte energético para nuestro cuerpo

El exceso de glúcidos puede aumentar el contenido de calorías ingeridas diariamente y si no se realiza ejercicio puede hacer que cojamos más peso

A. CABELLO

Los carbohidratos o glúcidos (término más apropiado), son uno de los tres grupos de macronutrientes que forman parte de nuestra alimentación y se encuentran en multitud de productos como pan, pasta, arroz, zumos, dulces, etc. siendo el aporte energético una de sus funciones principales en el organismo.

Se trata de azúcares, aunque no tiene que estar relacionados con el sabor dulce, que se clasifican en función del número de unidades que se combinan por molécula. De forma que tenemos monosacáridos (sacárido=azúcar) como glucosa, galactosa y fructosa, que son azúcares simples. Disacáridos formados por dos monosacáridos como la sacarosa que está formada por

La fibra cuando se ingiere aporta la sensación de saciedad y ralentiza la digestión de carbohidratos

una glucosa y una fructosa y es el azúcar común de mesa, el disacárido más abundante. La lactosa, que es el azúcar de la leche, que



está formada por una glucosa y una galactosa, y maltosa que está formada por dos glucosa y se obtiene por hidrólisis del almidón. Éste último se trata de uno de los carbonos complejos que existen y pertenecen al grupo de los polisacáridos por tener más de diez monosacáridos. A este grupo también pertenecen en glucógeno y la celulosa (compuesto de lo que conocemos como fibra alimentaria de origen vegetal).

La fibra se puede dividir en dos grupos, solubles que disminuyen

la velocidad de la digestión y están presentes en frutas y por otro lado las fibras insolubles que no se disuelven en agua y que no afectan a la velocidad de la digestión y que se encuentran presentes en las verduras. Es por tanto que la fibra cuando se ingiere aporta la sensación de saciedad y ralentiza la digestión de carbohidratos.

Entre los beneficios que nos aporta la fibra en nuestra dieta destacan la disminución de colesterol LDL, ayuda a la absorción

de glucosa en el torrente sanguíneo, ralentiza la hidrólisis del almidón, es muy beneficiosa para regular el tránsito intestinal, y para la prevención de algunas enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer.

Los carbohidratos distintos de la fibra que solemos incluir en la dieta nos proporcionan energía y alargan la resistencia muscular cuando realizamos ejercicio prolongado, aumentan la función cerebral ya que las células del sistema nervioso central son

glucodependientes, controlan los niveles de azúcar en sangre para prevenir la hipoglucemia en el caso de carbohidratos de absorción lenta (sobre todo el almidón), ayudan al proceso de recuperación. Constituyen la energía más rápida y fácil de usar por el cuerpo y también de reserva en forma de glucógeno.

Las fibras solubles afectan a la velocidad de la digestión y están presentes en frutas

Comer demasiados glúcidos puede aumentar el contenido de calorías ingeridas diariamente y si no se realiza ejercicio o no el suficiente puede hacer que cojamos más peso del que quisiéramos. En caso contrario, con dietas pobres en carbohidratos, puede provocar una falta de calorías o sustituirlos por un mayor consumo en grasa para compensar dicha falta de energía.

Por tanto si estamos haciendo ejercicio y buscando perder grasa debemos consumirlos en el desayuno y almuerzo o tras la práctica de algún deporte. Si lo que queremos es mantener el peso o aumentarlo podemos incluirlos tres veces al día.



**clínica
Dental
Noreña**

Odontología general
Implantología
Ortodoncia
Estética dental
Odontopediatría

**Primera cita, Revisión, 25€
Limpieza y Primer Empaste**

«Trabajamos con compañías médicas»

Implante dental completo 960€

Avda. Vía Augusta 7, Bajo · 14011 Córdoba
Tlf.: 957467574 · Email: info@dentalnoreña.es
www.dentalnoreña.es



TRAZOS
ESTUDIO DE COCINAS

**diseñamos
cocinas.
fabricamos
sueños.**

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

COPROCTO
COLOPROCTOLOGIA CORDOBA
Dr. César Díaz López



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

Dr. César Díaz López
Miembro Asociación Española Coloproctología
CITA PREVIA: 957 27 48 11
www.coprocto.com
HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS
Av. del Brillante.106. 14012. Córdoba

Cirugía del colon , recto y ano

Polipos

Estomas

Diverticulos



Hemorroides

Fistula

Fisura

www.coprocto.com

Incontinencia

Prolapso

Prurito

Sinus

Condilomas

El fitness un estilo de vida de moda

El exceso de glúcidos puede aumentar el contenido de calorías ingeridas diariamente y si no se realiza ejercicio puede hacer que cojamos más peso

REDACCIÓN

Si duda alguna estamos en la época del «fitness». Centros deportivos, blogs, libros, etc. promocionan esta forma de vida. Pero, ¿qué significa? La palabra «fitness» proviene del inglés fit que viene a significar sano, saludable o en forma. Hace referencia tanto al estado de forma y de bienestar de una persona, logrado con la práctica de ejercicio y una vida sana, como a un grupo de modalidades deportivas relacionadas con la velocidad, fuerza, resistencia, agilidad, equilibrio, relajación y disciplina.

Empieza por beber agua, abandona la costumbre de sustituirla por zumos, bebidas carbonatadas, bebidas alcohólicas...

Para llevar una vida fitness se deben tener numerosos aspectos en cuenta, además de la propia actividad física, como son la actitud, los hábitos y la nutrición.

Cualquier persona puede llevar una vida fitness siempre que se encuentre en disposición de modificar sus hábitos no saludables y adoptar rutinas que nos conducirán a tener

una vida saludable. Hay quien necesita cambios radicales y se sumerge en esta forma de vida de un día para otro y quien necesita ir paulatinamente cambiando e introduciendo mejoras en sus rutinas.

Empieza por beber agua, abandona la costumbre de sustituirla por zumos, bebidas carbonatadas, bebidas alcohólicas... que nos aportan muchos azúcares. El agua nos ayuda a mantener el cuerpo hidratado, regula la temperatura corporal, permite la absorción de los nutrientes esenciales, protege y lubrica las articulaciones, ayuda a eliminar toxinas y es depurativa, mejora la función digestiva, interviene en el metabolismo celular, etc.

Quizás al principio nos cueste más, pero a la hora de hacer la compra semanal deberemos seleccionar los alimentos que nos vayan a servir en nuestra nueva vida, verduras, frutas, pescado, carne... olvidando otros productos que no nos aportan nada. En la cocina no hace falta ser un chef pero si lo preparas tú mismo podrás controlar mejor tu dieta. El azúcar es necesario pero cuando lo consumes más de lo que debes dejas de quemar grasa pues el organismo usa la glucosa antes para producir energía. Hay muchos productos que lo llevan sin ser necesariamente dulces como el tomate frito, el pan

de molde... Las verduras son unas aliadas muy importantes. Hay gran variedad, aportan vitaminas, fibra y no tiene muchas calorías.

Hay que ser activo, nada de quedarse en el sofá

Si anotas lo que consumes puedes controlar lo que comes y racionalizar tu dieta.

Crear el hábito de hacer ejercicio es mucho mejor que realizar una actividad física muy fuerte de vez en cuando. Si estás en baja forma comienza andando todos los días y así empezarás a construir tu propia rutina y te irás habituando y sintiendo mejor. Progresivamente introduce otros ejercicios como abdominales, carrera o flexiones. De esta forma podrás estar en mejor forma si vas a apuntarte a un gimnasio para hacer pesas.

Hay que ser activo, nada de quedarse en el sofá. Distribuye tu tiempo entre actividades que impliquen descanso como leer y actividad física como pasear, comprar, o subir escaleras!

Haz cardio y entrenamiento de fuerza con pesas para poder seguir quemando calorías. Y sobre todo, disfruta, sé consciente de tu cuerpo y tus límites y vive de forma saludable.



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@hidrosportcordoba.es



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 CÓRDOBA

Avda. del Gran Capitán, 40
14001 CÓRDOBA
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)

Masaje Infantil: Comunicar a través de la piel

DRA. M^a ISABEL MARTÍNEZ MUÑOZ
MÉDICO Y EDUCADORA DE MASAJE INFANTIL
WWW.CEMLOSARCOS.ES

Los seres humanos somos mamíferos y pertenecemos a lo que llamamos una especie de acarreo. Los bebés necesitan ser porteados y llevados en íntimo contacto con sus progenitores para recibir de ellos el alimento, el calor, la seguridad y la confianza necesaria para desarrollarse adecuadamente. Ello es vital para su supervivencia al igual que crear un vínculo con nuestros progenitores basado en el contacto físico.

El tacto es el primer sentido que se desarrolla en el cuerpo humano y su medio de expresión es la piel, el órgano de los sentidos más extenso del mismo. El primer lenguaje del cuerpo es la piel y a través de ella podemos comunicar mediante estimulación táctil, nuestros sentimientos al bebé y recibir de él sus suyos. Un bebé recién nacido no tiene otra forma de comunicarse con sus progenitores que a través del llanto y a través de la piel. Un bebé que es tocado con respeto aprende a recibir a través de las manos de sus progenitores el amor, la contención, el alivio y refuerza en él sentimientos de seguridad, confianza y autoestima, necesarios para su desarrollo correcto.

Desarrollo del vínculo afectivo

En un masaje infantil intervienen además el resto de los sentidos (la voz, el olfato, la mira-

da o el oído) tanto en el bebé como en la persona que realiza el masaje y estos elementos necesarios facilitan al bebé la comunicación con sus padres y viceversa, ayudándonos a conocernos mutuamente. El masaje actúa facilitando el desarrollo del vínculo afectivo.

Vivimos en una sociedad que nos arrastra a mantener una actividad acelerada continuamente (trabajar, atender las necesidades del hogar, llevar y traer a los niños/bebés a sus actividades, etc...) rutinas que nos hacen no disponer de ni un solo momento de calidad para relacionarnos con nuestros hijos íntimamente a través de la piel y de los sentidos.

Estar frente a frente, escuchar cómo se siente, entender cómo le gusta que le toquemos, qué nos dice cuando masajeamos su piel con respeto y amor o qué trata de comunicarnos con sus movimientos y sus balbuceos, son aspectos de nuestra relación con el bebé que sólo podremos conocer si paramos y aparcamos por un momento nuestro ritmo frenético y dedicamos un momento de calidad a nuestro bebé. Ese momento en el que solo estamos nosotros, nuestro bebé, y el tiempo se detiene.

Aliviar con las manos

A menudo, los bebés pueden experimentar pequeños trastornos propios de su condición de ser inmaduro. Cólicos del lactante, problemas de estreñimiento, bronquitis y bronquiolitis, congestiones nasales, dentición, nerviosismo, etc. Son trastornos habituales en los bebés y están presentes desde el principio de su exis-



Beneficios del Masaje

- Provoca la liberación de sustancias químicas en el cerebro que influyen en el desarrollo de su estructura.
- Mejora la digestión, la circulación sanguínea y linfática, la respiración y la eliminación de desechos.
- Refuerza los sentimientos de seguridad, confianza y autoestima.
- Alivia los cólicos, los gases y las molestias habituales de los bebés.
- Refuerza el vínculo positivo entre el bebé y sus progenitores.
- Facilita un sueño tranquilo y reparador al bebé.
- Implica a toda la familia, favoreciendo el respeto, promoviendo un ambiente relajado y reduciendo los conflictos y la rivalidad entre hermanos.
- Ayuda a liberar tensiones, tanto físicas como emocionales.
- Facilita la expresión de los sentimientos y emociones del bebé y la posibilidad de escucharle ofreciéndole soporte y contención.

Beneficios para los bebés

- | | | |
|---|--|---|
| <p>Interacción</p> <ul style="list-style-type: none"> · Favorece dar y recibir con generosidad y respeto · Fomenta la comunicación con el exterior · Estrecha los vínculos afectivos seguros · Proporciona seguridad y confianza · Les ayuda a conocer su propio cuerpo. Facilita la integración del esquema corporal <p>Relajación</p> <ul style="list-style-type: none"> · Favorece la relajación. Facilita un sueño profundo y de mejor calidad · Potencia el desarrollo del sistema nervioso. Facilita el proceso de mielinización | <p>· Tiene un efecto relajante y tonifica la musculatura</p> <p>· Los masajes colaboran en el aprendizaje de ritmos y horarios.</p> <p>Estimulación</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sistema inmunológico · Beneficia al aparato digestivo. Ayuda a calmar los cólicos · Contribuye a desarrollar el aparato respiratorio. Equilibra los niveles de oxígeno · Favorece el funcionamiento del sistema endocrino. Reduce las hormonas causantes del estrés y ayuda a generar hormonas del placer (oxitocina) · Fortalece su sistema inmunológico | <p>· Les ayuda a conocer su propio cuerpo.</p> <p>· Facilita la integración del esquema corporal</p> <p>Alivio</p> <ul style="list-style-type: none"> · Contribuye a desarrollar el aparato respiratorio. Equilibra los niveles de oxígeno · Ayuda a aliviar cólicos, estreñimiento y pequeñas incomodidades, · Contribuye a aumentar su autoestima · Ayuda a liberar las tensiones, tanto físicas como emocionales · Facilita la expresión de sus sentimientos ofreciéndole soporte y contención |
|---|--|---|

tencia, y muchas veces, suelen ser los motivos por los que los padres contactan con nosotros, ya que han oído que, mediante el masaje infantil, pueden aliviar enormemente a sus hijos y desean aprender estas técnicas.

Mediante la enseñanza de las técnicas de masaje infantil, se da a los padres la herramienta necesaria para aliviar todos estos procesos, así como para ayudar a regular las funciones fisiológicas del cuerpo de sus hijos.

Ventajas del Masaje Infantil

- El masaje infantil enriquece tanto a padres como a hijos y establece una tradición de tacto que reforzará la relación con tu hijo.
- Es una manera maravillosa de llegar a conocer a nuestros hijos y de pasar un tiempo especial con ellos desde que nacen.
- El tacto ejerce en el bebé una función tan importante como la propia respiración o la alimentación.
- El tacto, lo que los educadores de masaje infantil llamamos la *nutrición afectiva* ayuda a potenciar la motricidad de tu hijo, le hace crecer en estatura y peso, y ayuda a mejorar su desarrollo psicoafectivo y psicomotor.
- Ayuda al bebé a liberarse de sus propias tensiones y le ayuda a relajarse.
- Facilita el sueño del bebé y su estado de comodidad.
- Acelera la maduración de su sistema nervioso, motor del organismo.

- Activa su sistema endocrino, madura sus pulmones y le ayuda a respirar.
- Acelera la producción de anticuerpos por parte de su sistema inmunológico.
- Tonifica sus músculos y huesos y le prepara para el crecimiento.
- Ayuda a regular el funcionamiento de sus órganos vitales: corazón, pulmones, intestinos, riñones.

Asiste a nuestros cursos

En Cemlosarcos te ofrecemos Cursos de Masaje Infantil para toda la familia. Podrás aprender esta técnica ancestral y conocer por ti mismo las ventajas y los beneficios de practicarlo.

No hay mejor regalo en el mundo para ese bebé al que tanto amas.

Más información en:

Cemlosarcos. Centro de Educación Maternal y Recuperación Puerperal

Ronda de los Tejares, 16 portal 5;

1º derecha. 14001 Córdoba

Teléfono de contacto:

957 471743 y 670992115

info@cemlosarcos.es

Cemlosarcos es una Clínica Médica
dedicada integralmente
a la Salud Materno Infantil

Ronda de los Tejares, 16 portal 5, 1º D
14001 Córdoba

Teléfono: 957 47 17 43

www.cemlosarcos.es



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.

Prevención y tratamiento en la fascitis plantar (continuación)



Proceso de toma de medidas de una ortesis plantar:

1. En primer lugar se realizara una toma de medidas sobre un podoscopio, o con el scanner *step to step*. (Fig. 9).



Fig. 9

2. Determinar el tipo de huella plantar que tiene el paciente, para posteriormente poder diseñar la ortesis adecuada. (Fig. 10).



Fig. 10

Existen dos patologías más comunes en adultos que es donde aparece la fascitis plantar pie plano y pie cavo. Este segundo es el más propenso a padecer esta patología ya que debido a la excesiva bóveda plantar interna, sufre una mayor tensión en la fascia plantar. (Fig. 11)



Fig. 25-1. A, El pie cavo tiende a ser menos flexible, lo que conlleva mayor presión por debajo del talón y las cabezas de los metatarsianos. B, El pie plano tiende a ser demasiado flexible, lo que conlleva una mala alineación articular, con la presión añadida de las estructuras de soporte del arco medial anatómico y la posible compresión del maléolo lateral.

Fig. 11

3. Diseño de la ortesis plantar: En tercer lugar se procede al diseño de la ortesis plantar según el tipo de huella plantar del paciente.

- **Pie plano:** el pie plano es, por lo general, flexible y presenta problemas más relacionados con una mala alineación de las articulaciones del pie tobillo. Con el pie en la posición pronada, el calcáneo permanece evertido, el astrágalo, en flexión plantar y el pie anterior es abducido. La sobrecarga localizada en las estructuras del arco medio que soporta carga y la pronación marcada puede conllevar que se localice sobre el maléolo lateral. Durante la fase de apoyo, el pie actúa relativamente normal durante el contacto inicial y la respuesta de carga a medida que absorbe el golpe, si bien se requiere un esfuerzo adicional para conseguir la palanca rígida del primer dedo necesaria para la parte final de la fase de apoyo. Aunque se puede desarrollar deformidades, muchos individuos están asintomáticos y nunca necesitaran un tratamiento profesional. La forma general del pie tiene un efecto sobre cómo este responde a los diferentes abordajes de soporte.

Para un pie plano adulto, debemos diseñar la plantilla con un arco interno de sostén (cóncavo) El soporte se sitúa por debajo de la zona interna del pie y se extiende desde el calcáneo hasta un punto justo proximal a la cabeza del primer metatarsiano. (Fig. 11) La porción más ancha del soporte se extiende justo medial a la base del quinto meta-

tarsiano. Su objetivo es evitar la pronación excesiva del pie mediante un soporte externo al arco longitudinal interno, y para evitar la caída del arco y así eliminar la tensión de la fascia producida por esa caída, y una cuña supinadora de retropié para alinear el calcáneo. Si este paciente presenta alguna molestia en el talón como consecuencia de la fascitis plantar se le adaptará una talonera blanda con una descarga selectiva en la zona de dolor. (Fig. 12)

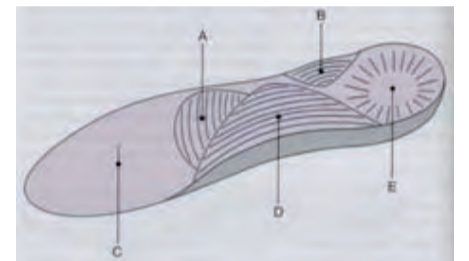


Fig. 11 y 12

(Continúa el próximo mes en Córdoba Sana)



Disponemos de la última tecnología en ecografía 3D-4D.

Repetimos la sesión sin coste si tu bebé no se deja ver.

Especialistas en ecografía 4D emocional



Conoce a tu bebé antes de nacer. Siéntelo de verdad.

Llámanos e infórmate.

Córdoba. C/ Claudio Marcelo, 11. 957 745 334
info.cordoba@ecox4d.com

ecox imágenes que laten
4D PRENATAL

www.ecox4d.com



Ya en librerías el quinto libro de la saga: **Ana y la Casa de sus Sueños**

«La niña más encantadora de la literatura desde Alicia.»
Mark Twain







TOROMÍTICO Siguenos en Facebook

www.diputacioncordobashopping.es



Diputación Córdoba Shopping

La mayor plataforma comercial online de la provincia de Córdoba

Productos de Córdoba a sólo un clic:

ocio, moda, joyas, alimentación,
productos ecológicos, productos gourmets,
vinos, licores, cerámica, cosmética...



EQI Escuela de organización industrial



Cofinanciado por:





síguenos en twitter @redondoestetica

www.facebook.com /Clinica-RC-Dr-Redondo-Camacho



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 en twitter @redondoestetica

www.facebook.com /Clinica-RC-Dr-Redondo-Camacho

www.youtube.com/redondo estetica

descárgate la aplicación



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