

La carne de caballo, ideal para combatir la anemia

Es una excelente fuente de vitaminas, proteínas y minerales sin riesgo para la salud

Desde el aspecto nutricional es más sana que el resto ya que no contiene grasas ni colesterol

página 3



La carne de equino sigue un procesos de control muy específico y estricto



Parte del equipo que atendió a la niña que tenía un tumor facial que amenazaba con asfixiarla durante el parto (M. PESCADOR).

Salvan en la Arrixaca a un feto antes de nacer

página 5

Molina tiene una cita con su 7ª Semana de la Salud

La séptima edición de la Semana de la Salud de Molina de Segura, que se desarrollará del 15 al 21 de abril, tiene como objetivo promover los hábitos de vida saludables entre la población de todas las edades.

El Ayuntamiento organiza

talleres, conferencias y exhibiciones gratuitas para el público asistente.

En las diferentes jornadas participan todos los recursos sanitarios, profesionales, colectivos y asociaciones relevantes del municipio.

páginas de la 17 a la 21

La FEM organiza dos charlas sobre diabetes y parkinson

páginas 10 y 11

El brócoli, un alimento con poder anticancerígeno

página 29

Micropigmentación oncológica para cejas, ojos y areolas

página 16

Farmacias de guardia: página 30

Nuevo ejemplar: lunes 22 de abril

REFORMAS LA VEGA
PRECIOS MUY ECONÓMICOS
PARA: reformas de albañilería, pintura, electricidad, fontanería, carpintería, persianas, cerrajería, escayola, estucados, jardinería, mantenimiento...
669 350 026 - 968 261 915
www.reformaslavega.com

TRATAMIENTO ADMENS CONTRA EL DOLOR
NO HAY MEJOR REGALO QUE EVITAR EL SUFRIMIENTO
MÁS INFO EN PÁGINA 18
MEDICALADMENS
info@medicaladmens.com
www.medicaladmens.com
Tfno 968 31 47 01 - 644 37 31 97

Más información en Página 24
VÁLIDO TAMBIÉN PARA ASEGURADOS ¡BENEFÍCIENSE DE LA DIFERENCIA!
El último viaje
Servicio funerario completo
vosotros 990€ PRECIO MERCADO 2.900€
TANATORIO Y FUNERARIA
Servicios Funerarios Oeste
T.: 968 88 92 92
www.elultimoviaje.es



TU SANGRE SIEMPRE HACE FALTA

>> En este momento alguien está necesitando tu sangre.
Actúa ya. Hazte donante

www.murciasalud.es/crh
crh@carm.es

Centro de Hemodonación
Servicio Murciano de Salud
Región de Murcia
Consejería de Sanidad y Política Social
Dirección General de Salud Pública

QUIENES SOMOS	GUÍA DE ASOCIACIONES				
<p>Ediciones Vitalidad y Progreso S.L. Paseo Joaquín Garrigues Walker, nº 9, 2º A - 30007 Murcia Teléfono. y fax: 968 904 666</p> <p>• Editor: Juan Alfonso Celestino director@salud21murcia.es 664 515 872</p> <p>• Administración: Carmen Sánchez administracion@salud21murcia.es 664 039 854</p> <p>• Redacción: María Pescador redaccion@salud21murcia.es 664 516 410</p> <p>Publicidad: 968 904 666 695 824 211</p> <p>• Fotos y diseño: Jose Alcaraz Empresa afiliada a:</p>  <p>Depósito legal: MU-2166-2007 Tirada media: 29.000 ejemplares Periodicidad quincenal</p> <p>SALUD21 no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores ni de los servicios de sus anunciantes.</p>	<p>☑ FEAPS: 968 281 801</p> <p>☑ FEAFES (enfermos mentales): 968 232 919</p> <p>☑ AFES (enfermedad mental): 968 232 650</p> <p>☑ AMIGA (Cáncer de mama): 678 660 457</p> <p>☑ ADIRMU (diabéticos): 868 910 290</p> <p>☑ Sodicar (diabéticos Cartagena): 968 529 014</p> <p>☑ Asociación On-Off de Parkinson: 968 344 991 - 686 586 307</p> <p>☑ A. Parkinson Cartagena: 868 062 127</p> <p>☑ Asociación de Parkinson: 636 059 562</p> <p>☑ Laringectomizados: 646 985 259 y 968 542 080</p> <p>☑ ACARMUR (cardiopatías): 618 332 546</p> <p>☑ ADAER (enfermos renales): 968 202 206</p> <p>☑ ADEMTRA (A. Trasplantados): 968 763 019</p> <p>☑ AEAL (A. linfomas): 659 947 973</p> <p>☑ Lactancia materna: 968 369 031 - 676 535 247</p> <p>☑ A. de Crohn y Colitis Ulcerosa: 968 342 872</p> <p>☑ Esclerosis Múltiple: 968 240 411</p> <p>☑ Esclerosis Múltiple Cartagena: 868 095 253</p> <p>☑ A. Minusválidos Físicos (Cartagena): 968 313 945</p> <p>☑ Asociación Espina Bífida: 968 294 708</p>	<p>☑ Asociación de Crecimiento: 968 346 218</p> <p>☑ Asociación de Alzheimer (Afamur): 968 286 010 - 968 217 626</p> <p>☑ Familiares de Enfermos de Alzheimer - Molina: 968 641 357</p> <p>☑ Asociación Alzheimer: 968 126 081</p> <p>☑ AFADE (Alzheimer Alcantarilla): 968 895 918</p> <p>☑ A. Daño Cerebral (Dacemur): 692 824 557</p> <p>☑ Fibromialgia: Federación Regional: 675 287 420 Murcia (Affirma): 675 287 419 y 968 212 121 Cartagena (Afibrocar): 680 313 754 San Pedro del Pinatar (Asenfifa): 667 375 754 Lorca (Afilor): 657 607 127 Jumilla (Ajuñi): 630 611 748</p> <p>☑ Asprovict (Ayuda a Víctimas de Tráfico): 675 609 533</p> <p>☑ Enfermos Psíquicos: 968 169 215</p> <p>☑ Todo Corazón: 650 505 213</p> <p>☑ Familiares de niños con cáncer: 968 341 848</p> <p>☑ AMUVIH (A. Seropositivos): 626 029 002</p>	<p>☑ Aspanpal (A. Problemas Audición): 968 248 392</p> <p>☑ Apanda (A. Discapacidad Auditiva): 968 523 752</p> <p>☑ Asociación de Fibrosis Quística: 968 215 606</p> <p>☑ AECC (cáncer): 968 284 588</p> <p>☑ Fundación contra la Leucemia: 968 705 453</p> <p>☑ ARMAI-TLP (trastornos de personalidad): 968 967 272</p> <p>☑ TP Cartagena MM (trastorno personalidad): 687 092 289</p> <p>☑ Paciente Experto: 902 027 983</p> <p>☑ Aspaym (A. Paraplégicos): 968 286 157</p> <p>☑ Alcohólicos Anónimos: 600 843 810</p> <p>☑ AL CER - Murcia Federación: 968 907 767</p> <p>☑ Pacientes con cáncer: 901 220 110</p> <p>☑ Esclerosis Múltiple de Lorca: 689 333 202</p> <p>☑ ADANER (anorexia, bulimia): 968 213 233</p> <p>☑ El Ascensor (A. murciana de trastorno bipolar): 682 874 501</p> <p>☑ CELIAMUR (A. Celíacos Murcia): 968 694 080</p> <p>☑ ADAEMUR (endometriosis): 968 169 961 - 667 329 853</p>		
	CENTROS DE SALUD	CLÍNICAS Y HOSPITALES			
	<p>MURCIA</p> <p>☑ Algezares: 968 840 077</p> <p>☑ Aljucer: 968 342 640</p> <p>☑ Alquerías: 968 342 640</p> <p>☑ El Carmen: 968 262 388</p> <p>☑ Beniján: 968 823 662</p> <p>☑ Cabezo Torres: 968 833 012</p> <p>☑ Nonduermas: 968 343 100</p> <p>☑ Puente Tocinos: 968 301 409</p> <p>☑ Sta. Mª Gracia: 968 296 912</p> <p>☑ Vistalegre: 968 242 675</p> <p>☑ Vistabella: 968 340 300</p> <p>☑ Corvera: 968 380 327</p> <p>☑ El Palmar: 968 886 442</p> <p>☑ El Ranero: 968 286 142</p> <p>☑ Espinardo: 968 835 721</p>	<p>☑ La Alberca: 968 845 362</p> <p>☑ La Ñora: 968 806 655</p> <p>☑ Llano de Brujas: 968 870 020</p> <p>☑ Monteagudo: 968 853 187</p> <p>☑ San Juan: 968 394 848</p> <p>☑ Infante: 968 343 000</p> <p>☑ San Andrés: 968 394 800</p> <p>☑ Sangonera: 968 869 077</p> <p>☑ Zarandona: 968 23 37 47</p> <p>CARTAGENA</p> <p>☑ Centro: 968 505 267</p> <p>☑ Barrio Peral: 968 314 777</p> <p>☑ La Manga: 968 142 125</p> <p>☑ San Antón: 968 517 501</p> <p>☑ Santa Lucía: 968 120 407</p> <p>LORCA</p>	<p>☑ La Paca: 968 491 111</p> <p>☑ Lorca Centro: 968 463 209</p> <p>☑ San Diego: 968 479 021</p> <p>☑ Lorca Sur: 968 463 212</p> <p>MOLINA DE SEGURA</p> <p>☑ Dr. A. García: 968 641 110</p> <p>☑ Jesús Marín: 968 389 257</p> <p>☑ Campotéjar: 968 228 250</p> <p>CIEZA</p> <p>☑ Cieza Este: 968 762 552</p> <p>☑ Cieza Oeste: 968 761 578</p> <p>ALCANTARILLA</p> <p>☑ Casco: 968 892 822</p> <p>☑ Sangonera: 968 805 892</p> <p>SAN JAVIER</p> <p>☑ 968 191 866</p>	<p>☑ Hospital Perpetuo Socorro: 968 233 500</p> <p>☑ Virgen de la Caridad: 968 280 023</p> <p>☑ Hospital Quirón Murcia: 968 365 000</p> <p>☑ Quirón-Dexeus: 968 271 030</p> <p>☑ Hospital La Vega: 968 278 100</p> <p>☑ Clínica Belén: 968 233 500</p> <p>☑ H. Mesa del Castillo: 968 246 116</p> <p>☑ H. Viamed San José: 968 800 600</p> <p>☑ H. de Molina: 968 644 030</p> <p>☑ Practiser: 968 330 033</p> <p>☑ IMFER: 968 282 866</p> <p>☑ IVI: 900 847 300</p>	
		ASEGURADORAS			
		<p>☑ Sanitas: 902 102 400</p> <p>☑ Asisa: 902 010 010</p>	<p>☑ DKV: 968 291 190</p> <p>☑ Santa Lucía: 902 24 200</p>		
TELÉFONOS DE EMERGENCIA	REPARTIMOS EJEMPLARES DE SALUD21 EN:		ENTIDADES		
<p>• Emergencias 112</p> <p>• Hospital Virgen de la Arrixaca (Murcia) 968 369 500</p> <p>• Hospital Morales Messeguer (Murcia) 968 360 900</p> <p>• Hospital Reina Sofía (Murcia) 968 359 000</p> <p>• Hospital N. Sra. del Rosell (Cartagena) 968 504 800 / 968 325 000</p> <p>• Hospital Santa Lucía (Cartagena) 968 128 600</p> <p>• Hospital Rafael Méndez (Lorca) 968 445 500</p> <p>• Hospital Virgen del Castillo (Yecla) 968 719 800</p> <p>• Hospital Los Arcos (San Javier) 968 565 000</p> <p>• Hospital de la Vega L. Guirao (Cieza) 968 775 550</p> <p>• Salvamento Marítimo 968 529 594 / 968 505 366</p> <p>• Cita previa en Servicio Murciano Salud 902 140 022</p>	<p>MURCIA</p> <p>Hospitales: Virgen de la Arrixaca, Morales Messeguer, Reina Sofía y Hospital Psiquiátrico.</p> <p>Centro de Hemodonación.</p> <p>Clínicas: Mesa del Castillo, La Vega, Belén, Dr. Muñoz, Hospital Quirón Murcia, San Felipe y Scanner Murcia.</p> <p>Centro Imfer.</p> <p>Quirón -Dexeus.</p> <p>Centro IVI.</p> <p>C. G. de Reproducción.</p> <p>Clínicas Oftalmológicas Vista Ircovisión.</p> <p>Ibermutuamur.</p> <p>Centro Médico Milenium.</p> <p>Centro médico y dental Alba.</p>	<p>Clínica Manú.</p> <p>Salus Radiología.</p> <p>Resonancia Polic. Zaraiche.</p> <p>Consejería de Sanidad.</p> <p>Colegios de Farmacéuticos, Médicos, Odontólogos, Veterinarios, Psicólogos, Enfermería y Fisioterapeutas.</p> <p>Ambulatorios de El Carmen y de San Andrés.</p> <p>Centros de salud: <i>Nonduermas, Puente Tocinos, Sta. Mª de Gracia, Vistalegre, Vistabella, Alquerías, Beniján, Corvera, Cabezo Torres, Espinardo, La Alberca, La Ñora, Monteagudo, Murcia, Infante, El Carmen, San Andrés, Zarandona, El Ranero, El</i></p>	<p>Palmar, Sangonera, Algezares y Santomera.</p> <p>MOLINA DE SEGURA</p> <p>Hospital de Molina</p> <p>Centros de salud.</p> <p>Clínica Vega Media</p> <p>ALCANTARILLA</p> <p>Clínica San José-Viamed.</p> <p>Centros de salud.</p> <p>Clinikal centro médico.</p> <p>SAN JAVIER</p> <p>Hospital Los Arcos</p> <p>CARTAGENA</p> <p>Hospitales: Santa Lucía, Rosell y Perpetuo Socorro.</p> <p>Practiser.</p> <p>Centro M. Virgen de la Caridad.</p> <p>Instituto Bernabeu.</p>	<p>Clínica Díaz Caparrós.</p> <p>Policlínica Virgen de Los Dolores.</p> <p>Centros de salud: Casco antiguo, Cartagena Este y Oeste, San Antón, Sta. Lucía, Barrio El Peral, Los Dolores, Los Barreros y Molinos Marfagones.</p> <p>CIEZA</p> <p>Hospital de la Vega L. Guirao.</p> <p>Centros de salud.</p> <p>LORCA</p> <p>Hospitales Rafael Méndez y Virgen del Alcázar.</p> <p>C. Médico Juan Carlos I-Quirón.</p> <p>Centros de salud.</p> <p>YECLA</p> <p>Hospital Virgen del Castillo.</p> <p>Centros de Salud.</p>	<p>☑ Colegios:</p> <p>• Médicos: 968 270 007</p> <p>• Fisioterapeutas: 968 933 075</p> <p>• Farmacéuticos: 968 277 400</p> <p>• Enfermería: 968 274 010</p> <p>• Psicólogos: 968 248 816</p> <p>• Veterinarios: 968 236 458</p> <p>• Odontólogos: 968 201 665</p> <p>• E. Física: 968 122 242</p> <p>• Veterinarios: 968 236 458</p> <p>☑ Teléfono del Consumidor: 901 501 601</p> <p>☑ Unión de Consumidores: 913 000 045</p> <p>☑ Usuario de la Sanidad: 900 302 302</p> <p>☑ Defensor del Paciente: 914 653 322</p>

Controle su salud con estos tensiómetros

Teléfonos para pedidos:

692 176 367
968 904 666

e-mail:

pedidos@salud21murcia.es

Los precios más baratos del mercado



52,25

TENSIÓMETRO OMRON
Muestra el pulso sistólico y diastólico y tiene 14 memorias. Ofrece resultados fiables. Incluye manual de instrucciones, estuche suave y baterías



34,95€

TENSIÓMETRO DIGITAL
De muñeca MX-ONDA. Medición de la presión sistólica, diastólica y pulso.

ACTUALIDAD

La OCU destapó el escándalo del ADN de caballo presente en hamburguesas primero, y en productos envasados después, sin etiquetar. Más tarde, la conocida compañía IKEA retiraba las albóndigas de sus restaurantes por contener

carne de caballo. Por su parte, Nestlé España emitió un comunicado en el que explicaba que retiraban determinados productos de su marca por detectar carne de equino. Sin embargo, la carne de caballo es rica en zinc, hierro, potasio, calcio,

yodo, magnesio y sodio, entre otros, además de contener una interminable lista de vitaminas. Los expertos señalan que el problema está en el etiquetado de la misma y no en su consumo.



La carne de caballo es una excelente fuente de proteínas, vitaminas y minerales

Los expertos dicen que ingerir este alimento no entraña riesgo para la salud, a pesar de la polémica

M. P. R.

El hallazgo de carne de caballo sin etiquetar en hamburguesas y en productos precocinados en países de la Unión Europea desató la polémica. Con esta 'crisis alimentaria', que supera cualquier perspectiva, cabe preguntarse: ¿es mala para la salud la carne de caballo?

Las autoridades sanitarias insisten en que se trata de un fraude porque no se informó en el etiquetado, pero no hay riesgo para la salud. "Hasta mediados de abril no sabremos la envergadura real del problema. No existe ningún riesgo en el consumo de carne de caballo, ya que este producto está regulado por una normativa veterinaria europea, como cualquier otra carne. La cuestión radica en los fallos hallados en el etiquetado del producto. Cualquier alimento debe llevar una especificación de lo que contiene. Por ello, la Comisión Europea ha puesto en marcha un programa de control



Los caballos para exhibiciones no son consumidos por el hombre (FOTOGRAFÍA MP).

para conocer a fondo la situación", señala Blas Marsilla, jefe del servicio de seguridad alimentaria y zoonosis de la Consejería de Sanidad de Murcia.

La carne de caballo está re-

comendada para personas con anemia, colesterol u otras dolencias, pues aporta más valor nutricional que la carne de vacuno o de cerdo (tienen más grasas), es más sana y barata que la ternera. "La carne de equino es una carne roja y, desde el punto de vista nutricional, es mucho más sana que el resto: es rica en proteínas, vitaminas del grupo B y minerales, sobre todo en hierro. Contiene menos grasas y prácticamente no tiene colesterol; eso sí, es más 'dulce'. Por todas estas cualidades, cualquier persona puede consumirla, no implica ningún riesgo para la salud", insiste Patricia Esteras, nutricionista, técnico de alimentos y técnico del Servicio Murciano de Salud.

Control

Hay dos grandes grupos de equinos: por un lado, los que se denominan 'cebo de caballo' o de 'abasto'. Son los que están destinados al consumo humano. Por otro, se enmarcan dentro de

los 'caballos de renta' aquellos equinos que están destinados a las exhibiciones, paseo... y no podrán ser consumidos por el hombre.

"Todos los equinos tienen un pasaporte individual que incluye el historial del animal: (tratamientos farmacológicos, vacunas...). Cuando lo llevan al matadero, el cuadrúpedo acude con toda la documentación para que el veterinario oficial dictamine si se puede destinar al consumo humano. Si por alguna razón detecta anomalías o surge cualquier duda, el animal no pasa a la cadena de consumo humano, e incluso se inmoviliza para tomar 'muestras de residuos veterinarios' y aclarar su situación", asegura Marsilla.

Según comenta el experto, hay determinados fármacos para equinos de renta que no se emplean en los de abasto. "Es difícil que un tratamiento no adecuado llegue al consumo humano porque hay mucho control en estos procesos".

Murcia



I DESEMBALAJE DE ANTIGÜEDADES

AUDITORIO Y CENTRO DE CONGRESOS VÍCTOR VILLEGAS

19-20-21 ABRIL 2013

Horario: Viernes de 17 a 21h
Sábado y Domingo de 10,30 a 14,30h y de 16,30 a 21h

VENTA DIRECTA AL PÚBLICO




EN BUENAS MANOS

PUBLIRREPORTAJE

Duchas más seguras que las bañeras

MasDucha remodela en menos de seis horas el cuarto de baño para instalar pies de ducha que favorecen la higiene de embarazadas, ancianos y personas con problemas de movilidad

Redacción

Tener buena salud no sólo es la ausencia de enfermedad. También es importante vivir en un hogar seguro y confortable. Y aquí entran de lleno las condiciones de habitabilidad del cuarto de baño. La cocina y el cuarto de baño son los lugares de la casa en donde se registran más accidentes.

De ahí que haya aumentando la tendencia a cambiar las bañera por duchas en un intento de facilitar la accesibilidad a uno de los recintos más visitados de la vivienda por toda la familia. En este sentido, la empresa murciana MasDucha ha conseguido especializar su labor: la adaptación de baños y cambio

de bañeras por pie de ducha. En MasDucha conocen como nadie las condiciones que debe reunir el cuarto de baño, tanto de las personas de avanzada edad como de las embarazadas, para responder a sus necesidades.

Los operarios de MasDucha respetan la estética que identifica a cada baño, manteniendo la armonía con el resto de la casa. Su objetivo es promover la autonomía de las personas, favoreciendo siempre su movilidad para entrar y salir del cuarto baño.

Para MasDucha cada detalle de la instalación del pie de ducha es importante. Utilizan los mejores materiales y accesorios de las primeras marcas del sector, tales como el plato de ducha



Ducha después de una reforma en el cuarto de baño de un particular (MASDUCHA).

'Roca' antideslizante o los azulejos 'Gresite', adecuándose a las propias tonalidades del baño. Aplican siliconas anti moho para

evitar la humedad e instalan mamparas a medida para que no haya pérdidas de agua. "Todos estos pequeños detalles hacen

que la empresa MasDucha se distinga de sus competidores", señala desde la empresa **Pedro Bernal**.

Por su experiencia, MasDucha es la empresa líder en instalaciones realizadas en la Región. Ofrece una garantía de dos años en todas sus obras. Además, coloca desagües de ducha de diámetro más grande que el habitual para facilitar el drenaje y dispone de presupuestos a medida de cada cliente, sin compromiso ni coste para el usuario; igualmente, el transporte es gratuito.

MasDucha S. L.
Tfno. 968 221 034
Móvil 600 265 517
Web: www.masducha.es

CAMBIO DE BAÑERA por PLATO DE DUCHA con MAMPARA



· EMPRESA Nº1 EN OBRAS REALIZADAS EN LA REGIÓN DE MURCIA Y CON MAYOR EXPERIENCIA EN EL CAMBIO DE BAÑERA POR PIE DE DUCHA

· REALIZACIÓN DE OBRA COMPLETA EN SÓLO 6 HORAS.

· GARANTÍA DE 2 AÑOS, MATERIALES DE MÁXIMA CALIDAD, CON RECAMBIO DE TODO TIPO DE PIEZAS.

· PRESUPUESTO GRATUITO DE SU BAÑO SIN NINGÚN TIPO DE COMPROMISO.

· PAGO EN 2 MESES SIN INTERESES.

· DESCUENTOS ESPECIALES PARA JUBILADOS Y CENTROS DE MAYORES DE 3ª EDAD, LLAME Y DESCUBRA NUESTRAS MEJORES OFERTAS.

TELÉFONOS
600 265 517
968 221 034

MasDUCHAS.L.
instalaciones inmediatas

EN BUENAS MANOS



A la izquierda, Ainara, la niña intervenida en la Arrixaca gracias a la cirugía 'Exit', durante la operación. A la derecha, una vez extirpado el tumor de 8 cm que podría haber provocado su muerte durante el parto

Cirujanos de la Arrixaca salvan a un feto de 34 semanas al operarle antes de nacer

La niña, de apenas dos kilos, tenía un tumor facial que amenazaba con asfixiarla durante el parto

M. P. R.

Un equipo de 33 profesionales del hospital Virgen de la Arrixaca, en Murcia, han operado con éxito a un feto de 34 semanas (8 meses y dos semanas) con un tumor facial (de entre 7 y 8 centímetros) que amenazaba con provocarle la asfixia durante el parto.

La intervención se produjo durante una cesárea, antes de seccionar el cordón umbilical. Es la primera vez que el hospital aplica este procedimiento, denominado 'EXIT' (*Ex-utero Intrapartum Treatment*).

Esta técnica permite el nacimiento parcial de un feto mediante cesárea, sin seccionar el cordón umbilical, lo que posibilita realizar intervenciones sobre el feto mientras se oxigena a través de la placenta materna.

El director médico del hospital, el doctor **José Domingo Cubillana**, detalló que este tipo de operaciones "evitan que los fetos que padecen una tumoración facial, en la cavidad oral o en el cuello, mueran por asfixia en el momento del nacimiento debido a la obstrucción de las vías respiratorias".

Este complicado procedimiento quirúrgico, que sólo se realiza en seis hospitales de España, también entraña un riesgo para



De izq. a dcha. y de abajo a arriba: M^a Ángeles Rodríguez, jefa de servicio de cirugía maxilofacial, José I. Ruiz, jefe de servicio de cirugía pediátrica, José Domingo Cubillana, director médico del hospital, Juan L. Delgado, jefe de sección de ginecología y obstetricia, M^a Dolores Cárceles, anestesia. 2^a fila: Rafael Pérez Aguilera, jefe de sección de otorrinolaringología, Manuel Sánchez, jefe de servicio de pediatría, Juan Ángel Fernández, subdirector médico quirúrgico, Raquel López, anestesia. 3^a fila: Pablo Fernández, director de enfermería, Manuel Cidrás, neonatólogo, Rocío Martín, anestésista. 4^a fila: Juan Manuel Lucas, subdirector de enfermería y Cristina Rodríguez, supervisora de quirófano materno-infantil (PESCADOR).

la madre, ya que la cesárea se realiza sin la extracción completa del feto ni el desprendimiento de la placenta, lo que implica un elevado riesgo de hemorragia (de la madre) durante la intervención. Sin embargo, en este caso, la mujer no necesitó transfusión sanguínea.

En este sentido, el jefe de

sección de ginecología y obstetricia de La Arrixaca, el doctor **Juan Luis Delgado**, explicó que el procedimiento transcurrió según lo establecido en el protocolo de actuación.

"Ainara, de apenas dos kilos de peso tras su nacimiento parcial, fue monitorizada como un segundo paciente, aunque

siguiera unida a la madre y oxigenada a través del cordón umbilical", aseguró el doctor Juan Luis Delgado.

Asimismo, indicó que mediante fármacos se evitó la contracción del útero de la madre hasta que la vía aérea del feto estuviera controlado, "de tal forma que la placenta

seguía proporcionando oxígeno al feto para que la falta de éste no ocasionase daños cerebrales irreparables en el recién nacido".

Por su parte, la jefa de servicio de cirugía maxilofacial de la Arrixaca, **María Ángeles Rodríguez**, expuso que, tras la intubación de la niña, se cortó el cordón umbilical y se la trasladó a otro quirófano para la cirugía definitiva, mientras el resto del equipo terminaba la cesárea.

La intervención se planteó tras detectar en la semana 30 de gestación (el pasado 25 de enero) que el feto presentaba una gran tumoración dependiente del maxilar superior. Después de un seguimiento exhaustivo de la evolución, el equipo multidisciplinar aconsejó la cirugía en la semana 34 del embarazo, que se llevó a cabo el 21 de febrero.

El equipo que intervino en la intervención lo compusieron 15 médicos especialistas (obstetras, neonatólogos, cirujanos pediátricos, cirujanos maxilofaciales, cirujanos plásticos, otorrinolaringólogos y anestesiólogos), 11 enfermeras distribuidas en los distintos equipos, 3 auxiliares, 3 celadores y una limpiadora.

ENTRA EN NUESTRA WEB
www.salud21murcia.es
 5 años dando noticias

TAMBIÉN EN  Salud21 de la Región de Murcia  Salud21murcia

EN BUENAS MANOS

Itziar Masegosa

La terapia con la toxina botulínica ha representado un avance importante y un cambio notable en el tratamiento de los pacientes distónicos, que son los que padecen alteraciones musculares importantes por trastornos neurológicos. Esta toxina resulta muy eficaz, por ejemplo, para tratar la distonía cervical o tortícolis espasmódica.

La toxina botulínica es una neurotoxina, y es de las más potentes que se conocen, producida por una bacteria, el clostridium botulínico. El término toxina botulínica incluye siete sustancias biológica y antigénicamente diferentes, dos de los cuales, la A y la B, son las que actualmente se utilizan con fines terapéuticos. "La toxina es la causante del botulismo, una grave intoxicación alimentaria que se da a través las latas, principalmente", explica el doctor **Santiago Catania**, neurofisiólogo clínico en el *National Hospital for Neurology and Neurosurgery*, de Londres, que trata a pacientes con distintos trastornos del sistema nervioso central a través de pequeñas inyecciones de toxina botulínica.

Ya en la segunda mitad del siglo XX la relación entre botulismo, la correspondiente bacteria y la existencia de toxina botulínica fue explicada a través de pruebas con animales e investigaciones biológicas moleculares, y así se descubrieron los efectos específicos de la toxina botulínica. Así, hoy en día la toxina se

La toxina botulínica resulta muy eficaz para tratar a los pacientes con distonías

El neurofisiólogo Santiago Catania aplica la técnica



El doctor Santiago Catania neurofisiólogo clínico en Londres (FOTOGRAFÍA MASEGOSA).

puede aplicar a diferentes patologías, como los trastornos del sistema nervioso central.

Como explica el doctor Catania, los trastornos del sistema nervioso son movimientos del

cuerpo involuntarios. "La *distonía* se presenta como un síndrome neurológico incapacitante que afecta al sistema muscular afectando a la tonicidad de un determinado grupo muscular en forma parcial o generalizada. Esa distonía se transmite de forma genética o por un trauma de origen externo. La mayoría de las veces suelen ser movimientos del cuello o de la boca. La toxina se suele inyectar en el músculo afectado para debilitarlo, dejándolo casi sin fuerza. Actúa impidiendo la liberación de acetilcolina, una sustancia que interviene en la contracción muscular, produciendo una parálisis parcial del músculo", aclara el especialista.

El doctor Santiago Catania dio, recientemente, una conferencia, junto a la doctora **María Concepción Maeztu**, en el hospital Reina Sofía, de Murcia, en la que abordaron los tratamientos con la toxina botulínica.

Taller de Feng Shui para crear espacios de bienestar en todo su hogar

Redacción

Si en la vivienda, negocio o lugar de trabajo cada una de sus partes es la adecuada y todo funciona armónicamente, se genera para sus ocupantes un estado de bienestar, desarrollo pleno de nuestras habilidades, relaciones y prosperidad. Esto se logra por medio de la ubicación, distribución, colores, materiales, decoración utilizados y el correcto asesoramiento de un consultor de Feng Shui.

Por ello, el próximo sábado 13 de abril **Laura Pacheco**, consultora de Feng Shui por la Escuela Europea, imparte un taller de nivel I sobre el arte chino de la ubicación.

Durante la jornada (de 10 a 14 horas y de 16 a 20 horas), la especialista abordará seis grandes temas: ¿Qué es el Feng Shui y cómo funciona?; Ying y Yang; los 5 elementos; el mapa Bagua: zonas de poder; ejercicios - propósito; y remedios Feng Shui.

Para acudir a este taller puede dirigirse al Centro Anahyana (calle nueva de San Antón, nº 29, 2º B), en Murcia. También puede llamar al **626 322 232** o **676 363 046**.

Unidad Especializada en Patología Mental • Una clínica para sentirse en casa



Finca El Mayayo, 16
 30120 EL PALMAR
 (Murcia)
 Teléf. 968 88 90 96
 Fax: 968 88 90 97

Servicios

- Facultativo y servicio médico de urgencias las 24 horas.
- Psiquiatra.

- Neumólogo
- Enfermería 24 horas.
- Psicólogo.
- Terapeuta ocupacional.
- Trabajadora social.

- Farmacia
- Cocina con dietas específicas y adaptadas a las necesidades pautadas por los facultativos

Equipo Humano

- Atención personalizada e integral por profesionales titulados y cualificados para cada función.

EN BUENAS MANOS



“La confianza entre la matrona y la futura madre es la base de un buen parto”

Lupe de Alba es una de las matronas del paritorio del hospital Virgen de la Arrixaca, en Murcia

María Pescador Rivera

La matrona ha sido tradicionalmente la ‘compañera’ de la mujer durante la experiencia de traer a un hijo al mundo. Por tanto, un adecuado vínculo entre la embarazada y la matrona es fundamental para promover el desarrollo de un buen embarazo y contribuir a una relación de confianza en ambas direcciones para llevarlo a buen término.

La relación con esta profesional se inicia generalmente en los controles prenatales. La confianza creada en ese seguimiento permite a la futura mamá reducir el estrés y llegar más preparada al parto. “Las matronas representamos un apoyo emocional, la sensibilidad a la hora de despejar las dudas que asaltan a la mujer embarazada, y una fuente de información actualizada y con una base adecuada”, asegura **Lupe de Alba**, matrona en el hospital Virgen de la Arrixaca.

Contar con una información veraz evita miedos e inseguridades. “Muchas veces, en los foros de internet encuentras historias que alarman. Aquí la madre decide, si no quiere anes-



Lupe de Alba (derecha) atiende a Rosana en las horas previas al parto (PESCADOR).

tesia, cómo dará a luz, y en todo momento permanece al lado de su bebé. Siempre está acompa-

ñada de su pareja o familiar; y está atendida por un equipo de profesionales que está al tanto



Madre e hijo permanecen juntos para un seguimiento exhaustivo de su evolución (MPPR).

de la evolución de su embarazo e ingreso”, apunta Lupe.

Según señala la especialista, el 90 por ciento de las mujeres que llegan al hospital para dar a luz piden la epidural. “Informamos en todo momento a los futuros padres para que tengan claro que son ellos los que toman las decisiones. Nuestra meta es que las mujeres tengan una buena experiencia y sientan que están en buenas manos. Es fundamental que confíen en la matrona, que las guiará y aconsejará en esos momentos tan importantes”, comenta Lupe.

Para Lupe ser matrona es

muy gratificante: “Al final, y sin más remedio, te implicas porque tratas con personas a las que les cambiará la vida en horas. Me sigo emocionando al ver los abuelos con su nieto recién nacido, o simplemente con que todo salga bien. Este es un trabajo muy gratificante y, a la misma vez, estresante: cuando las mujeres y sus familias llegan al hospital, quieren que todo salga perfecto. Es una gran responsabilidad traer un niño al mundo, pero es algo precioso”.

INFORMACIÓN PATROCINADA POR EL COLEGIO DE ENFERMERÍA DE MURCIA

RESIDENCIAL VIPS SUITES

APARTAMENTOS CON ASISTENCIA GERIÁTRICA Y ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA

APARTAMENTO COMPARTIDO
Asistencia Básica
815 €/mes
+ IVA

APARTAMENTO INDIVIDUAL
Asistencia Moderada
1.350 €/mes
+IVA

Autorizada para la aplicación de la **Ley de Dependencia** y te ayudamos a gestionar las ayudas para la prestación del servicio.

Estancias permanentes o temporales, recuperaciones posthospitalarias, para verano...etcétera.

Te ofrecemos tu nuevo **hogar**. Una vivienda **independiente**, amplia, moderna y accesible. Son apartamentos **confortables**, completamente amueblados, podrás modificar el mobiliario y traerte tu lámpara, tus cuadros, cualquier mueble que te haga la vida más cómoda y además tendrás **flexibilidad de horarios**. Pensados para **vivir**.

Nos adaptamos a tus necesidades: Un gran equipo multidisciplinar a tu servicio; Médico, Enfermero, ATS, Psicólogo, Terapeuta ocupacional, podólogo, peluquera, cocineros, etc...

¿Dónde estamos?

En San Basilio junto a
Avda. Duques de Lugo
c/ Panochista Pepe Ros, 1
30009 - MURCIA

INFO Y RESERVAS:

968 291 891 Y 650 499 649
serviciosasistencialesdemurcia@gmail.com
www.serviciosasistenciales.es
www.facebook.com/RESIDENCIALVIPSUITES



APARTAMENTOS TUTELADOS PARA MAYORES
Servicios Asistenciales de Murcia S.L.
RCSS.2006/0107 - RES E-01485

¡VISÍTANOS! TE VAS A SORPRENDER

EN BUENAS MANOS

PUBLIRREPORTAJE

ICAD reúne a diversos especialistas para operar las hernias sin listas de espera

La moderna cirugía permite solucionar el problema definitivamente y reducir las complicaciones

Redacción

Las hernias constituyen, hoy en día, un problema de salud muy frecuente y de fácil solución. Dejar pasar el tiempo puede ocasionar que el paciente acabe en urgencias porque la hernia se ha complicado, y entonces hay que tratarla como emergencia vital.

La hernia es una enfermedad que sólo tiene solución con cirugía. No tiene medicación y, por muchos cuidados que se adopten, crece con el tiempo y produce complicaciones. Los esfuerzos del trabajo hacen que crezcan más rápido, la hernia puede estrangularse y provocar una emergencia por peritonitis.

La tecnología médica ha conseguido grandes logros reduciendo al mínimo la agresividad de las operaciones, disminuyendo las complicaciones y mejorando enormemente su eficacia. Hoy día no se producen recaídas. Los materiales y las mallas que se utilizan no provocan rechazo porque acaban integradas en el organismo como algo propio y con duración ilimitada.

La solución ICAD

No hay un límite de edad para operarse, según indican los especialistas, porque los riesgos, tanto en cirugía como en anestesia, son tan bajos que prácticamente no hay contraindicaciones. Lo que sí puede resultar peligroso es operarse ya en urgencias porque la hernia se ha complicado.



Imagen de una avanzada hernia que debe ser operada cuanto antes (FOTO CEDIDA).



Los materiales que se utilizan en la operación no provocan rechazos

Ante la creciente demanda de pacientes que están a la espera de ser llamados para operar su hernia y no les llega el momento, o cuando las cirugías no se adaptan a lo convenido en un principio, se ha detectado que un grupo importante de enfermos están recurriendo a la medicina privada para someterse a cirugía y solucionar su problema.



Demorar la solución puede acarrear complicaciones muy graves para la salud

Por todo ello y para hacer frente a la fuerte demanda, ICAD ha puesto en marcha la última tendencia en cirugía, agrupando a profesionales de diferentes especialidades médicas para acelerar la realización de estas cirugías.

Gracias al buen recibimiento de esta iniciativa, se han unido varios profesionales, todo ellos de gran prestigio profesional.

En un esfuerzo solidario con la crisis, ICAD pone a su disposición cirugía privada de máxima eficacia y calidad, realizada por grandes profesionales de diversas especialidades y en su Región, a precios asequibles.

Desde ICAD lanzan un mensaje a la población para que no arriesgue innecesariamente su salud y su trabajo con ese problema que requiere cirugía, dejando atrás el atasco de las listas de espera, cada vez más largas.

La consulta informativa es gratuita y sin compromiso. El paciente puede evitar los gastos del diagnóstico si aporta las pruebas que le hicieron anteriormente. Los presupuestos incluyen absolutamente todos los conceptos, desde el preoperatorio hasta la última revisión, son cerrados y sellados bajo firma de contrato antes de empezar y no contemplan ningún tipo de incremento por complicaciones ni imprevistos. No hay posibles sorpresas.

Organizar algo así a precios tan reducidos tan solo ha sido posible eliminando intermediarios y seleccionando prestigiosos profesionales de gran vocación, y que tienen una tasa de complicaciones muy baja.

ICAD
Con cita previa
629 62 62 25
968 24 61 16
www.icadlevante.com

VARIETADES

Existen diferentes tipos de hernias. La más frecuente es la inguinal, seguida de la del ombligo (umbilical). Igualmente, se diagnostican hernias que proceden de cicatrices de otras operaciones, pero, en todos los casos, se trata del mismo problema: un agujero en los músculos del abdomen por donde pueden salir los intestinos y quedar atrapados, obstruyéndose la viscera o necrosándose.

El agujero aparece por defectos en los tejidos del paciente. Anteriormente, el tratamiento consistía sólo en coser el agujero, con el agravante de que se volvía a abrir y reaparecían más hernias. Hoy en día, por contra, se refuerzan los tejidos con materiales biocompatibles y se resuelve este problema de una forma sencilla y definitiva, sin forzar el organismo.

Actualmente, las hernias se pueden operar por vía abierta o por la técnica de la laparoscopia que consigue una mayor rapidez de incorporación a la vida laboral. De esta manera, los riesgos se minimizan y el paciente sale satisfecho del quirófano y sin problemas tras la intervención.

Psicoclínica
DE MURCIA

Tu salud mental, nuestra razón de ser

www.psicoclinicamurcia.com

TERAPIA INTEGRAL

PARA PSICOPATOLOGÍAS:

- Psiquiatría
- Psicología
- Neurología
- Adicciones

PSIQUIATRAS:

- Dra. M. D. Martínez Quiles: trastornos psicóticos (esquizofrenia)
- Dr. A. Jordán Gimeno: ansiedad-agorafobia
- Dra. C. Medina Sánchez: depresión y trastorno bipolar
- Dra. M. Sánchez de las Matas: trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)
- Dr. E. J. López Rodríguez: depresión-ansiedad y trastorno bipolar
- Dra. R. Viñas Piñarre: trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)
- Dr. S. Martínez Hidalgo: trastornos de personalidad
- Dr. J. Ruiz Riquelme: psiquiatría infanto-juvenil
- Dr. J. Mesones Peral: trastornos del sueño
- Dr. F. Toledo Romero: depresión-trastorno bipolar

MEDICINA INTERNA:

- Dr. F. Espí Martínez: adicciones
- Dr. V. Salazar: trombosis

NEUROLOGÍA:

- Dr. J. E. Meca Lallana

PSICÓLOGOS:

- Dr. J. A. Rabadán Rubio: psicopedagogía
- Lda. M. García Gómez: trastorno ansioso-depresivo
- Lda. C. Alcaraz Martínez: psicoeducación-trastornos bipolares

Dirección y teléfonos:

c/ San Lorenzo 1, 1ª plta. E. Senior
Murcia - 30001

968 220 393

968 214 486

Nuestra meta, que tú consigas las tuyas

EN BUENAS MANOS

PUBLIRREPORTAJE

Cirugía con menor riesgo para las lesiones músculo - esqueléticas

Diego Giménez, cirujano ortopédico y traumatólogo, aplica las más novedosas técnicas

M. P. R.

El doctor **Diego José Giménez** es especialista en cirugía ortopédica y traumatología (núm. colegiado 4196). Pasa consulta en la Clínica Practiser, en Cartagena; en el Hospital de Molina y en la Policlínica Murciana de Fútbol. ¿Cuáles son las lesiones más habituales en esta especialidad?

Sobre todo se dan fracturas óseas, lesiones en ligamentos, tendones y músculos. En el anciano lo más frecuente es la fractura de cadera o de muñeca. Por tanto, lo mejor es la prevención de la osteoporosis mediante un tratamiento farmacológico, además



Doctor Diego Giménez, especialista en cirugía ortopédica y traumatología (PESCADOR).

de una buena alimentación y la practica de ejercicio moderado. Si hablamos de personas jóvenes, suelen presentar lesiones deportivas o por accidente de tráfico.

¿Qué técnicas quirúrgicas realiza más frecuentemente?

En función del tipo de fractura, aplicamos la que más conviene al paciente y sus circunstancias. Llevo más de 20 años en esta especialidad, y normalmente el tratamiento se basa en una cirugía mínimamente invasiva, o asistida por artroscopia ya que hay menos riesgos quirúrgicos, menor dolor y una mejor recuperación en un menor tiempo

y, además, reducen la estancia hospitalaria. Es importante que el paciente conozca qué y cómo se le va hacer para resolverle su problema.

¿Cómo selecciona la cirugía para cada paciente?

La traumatología me permite tener cierto grado de creación, exige estar al día en todos los ámbitos. Realizamos las más innovadoras operaciones a través de la artroscopia de hombro y codo, prótesis de cualquier articulación, y cirugías para patologías del pie y la mano.

Las infiltraciones para las articulaciones tienen mala fama. ¿Es real todo lo que se dice?

Si fueran tan 'malas' no se usarían en ningún caso. Las infiltraciones son una técnica frecuente y muy efectiva, que usadas cuando están indicadas por un especialista, mejoran la calidad de vida del paciente.

CLÍNICA DEL HOMBRO SLP
Con cita previa
Molina: 968 644 030
Murcia: 968 2440 946
Cartagena: 968 330 033
www.cirurgiadelhombro.com

R.R.S.R. - Nº. 20200110
Nº. Col. 300/175

PRECIOS ESPECIALES PARA CORREDORES DE LA RUTA DE LAS FORTALEZAS

Sesión RHB = 17 € (Bono 10 sesiones = 150 €)

Masaje Descarga = 18 € (incluye cápsula photon para eliminar lactatos y masaje descarga).




C/Dr. Luis Calandre 12 - 30205 - Cartagena - Tlf 968 32 07 01 - rehabilitacion@practiser.net - www.practiser.net

EN BUENAS MANOS / MOLINA, CIUDAD DE LA CIENCIA

Joan J. Guinovart (Tarragona, 1947) es licenciado en ciencias químicas y doctor en farmacia por la Universidad de Barcelona (UB). Es catedrático de bioquímica y biología molecular de la UB y fundador-director del Instituto de Investigación Biomédica

desde octubre de 2005. Ha recibido numerosas distinciones que reconocen su trabajo. Su actividad investigadora está centrada en el metabolismo del glucógeno, íntimamente relacionado con la diabetes y las patologías neurodegenerativas. El jueves

11 de abril el doctor Guinovart dará una conferencia sobre la diabetes, organizada por la Fundación de Estudios Médicos de Molina de Segura (FEM).



“Los casos de diabetes se han duplicado por nuestro estilo de vida”

Guinovart, bioquímico y biólogo molecular, disertará en Molina gracias a la FEM

M. P. R.

¿La diabetes es una enfermedad de herencia genética?

En la diabetes hay un componente genético al que se suman factores ambientales que nuestro modo de vida promueve. Es una enfermedad compleja y multifactorial. Si comparamos los datos de incidencia de 20 años atrás a día de hoy, los casos de diabetes se han duplicado, y nuestro componente genético no ha variado,

en cambio sí lo ha hecho y mucho nuestro estilo de vida.

¿Llegará una cura?

Las terapias actuales son para controlarla, pero no hay tratamientos curativos. Hoy en día conocemos mejor los factores involucrados, los mecanismos moleculares y celulares que fallan, detectamos nuevas dianas terapéuticas y se están proponiendo nuevos tratamientos de tipo farmacológico. En cuanto a la cura,



El catedrático Joan J. Guinovart (CEDIDA).

se están desarrollando terapias innovadoras (terapia génica o con células madre) y probablemente la cura surja de ahí.

¿Se puede prevenir?

La de tipo 2 sí, que es precisamente la de mayor incidencia. Esta diabetes se ha considerado una dolencia de adultos, pero cada vez se diagnostica a más jóvenes. El acceso fácil a la comida y el sedentarismo provoca que nuestro organismo enfer-

me. Comemos más de lo que necesitamos para vivir.

¿En qué trabaja ahora?

Siempre he trabajado en los mecanismos de acumulación de glucosa. El organismo ha diseñado unos mecanismos por los que el azúcar que recibe, en vez de quemarlo enseguida, se guarda en unos almacenes que se llaman glucógeno y que permiten al organismo ir utilizándolo según lo necesita. En la diabetes, esto falla, y el proceso de almacenaje no funciona. Tratamos de entender qué falla y llevamos mucho tiempo trabajando en cómo se almacena la glucosa cuando sobra y cómo se moviliza cuando falta. Nuestro objetivo final es doble: identificar nuevos compuestos de acción antidiabética e identificar nuevas dianas moleculares para el diseño de fármacos antidiabéticos.

CHEQUEOS MÉDICOS EN HOSPITAL QUIRÓN MURCIA

CHEQUEO GINECOLÓGICO*: HASTA 60% DTO.

- Si eres menor de 25 años: Revisión ginecológica + citología + ecografía ginecológica: 59€
- Si eres mayor de 25 años: Revisión ginecológica + citología + ecografía ginecológica: 89€

*Cuadro médico específico para esta promoción.

CHEQUEO UROLÓGICO 200 € (5% DTO.)

- Ecografía urológica.
- Flujiometría.
- Análisis de sangre (creatinina, PSA) y orina (sedimento).
- Consulta con el urólogo: resultados y recomendaciones.

CHEQUEO CARDIOLÓGICO 300 € (10% DTO.)

- Electrocardiograma.
- Ecocardiograma.
- Prueba de esfuerzo.
- Análisis de sangre.
- Consulta con el cardiólogo: resultados y recomendaciones.

CHEQUEO AUDITIVO 55 € (50% DTO.)

- Consulta con el otorrinolaringólogo
- Audiometría

CHEQUEO VASCULAR 99 € (35% DTO.)

- Consulta con especialista en Angiología y Cirugía Vascular.
- Ecografía doppler.

MÁS INFORMACIÓN Y CITA:
968 365 000

HOSPITAL QUIRÓN MURCIA
(ANTES HOSPITAL SAN CARLOS)
Calle Miguel Hernández, 12
30011 Murcia

Promoción válida hasta el 30 de junio de 2013

HOSPITAL
QUIRÓN
Murcia



EN BUENAS MANOS / MOLINA, CIUDAD DE LA CIENCIA

Juan José Toledo Aral es catedrático de fisiología de la Universidad de Sevilla, e investigador del Instituto de Biomedicina de Sevilla -IBIS. Ejerció en el departamento de neurobiología de SUNY at Stony Brook, de Nueva York, entre 1993 y 1998. Actualmente trabaja en neurociencias (factores tróficos, modelos de enfermedad, enfermedad de Parkinson y terapia celular). El próximo martes 9 de abril dará una conferencia en Murcia organizada por la Fundación de Estudios Médicos de Molina (FEM).



“Buscamos una terapia que frene la evolución del parkinson”

Juan José Toledo dará una charla en Murcia el 9 de abril

María Pescador Rivera
¿Cuáles son las nuevas terapias experimentales contra el parkinson? ¿En qué se basan?

En la actualidad hay mucha investigación en marcha relacionada con la enfermedad de parkinson. Gran parte de ella se basa en mejorar las alternativas terapéuticas actualmente disponibles. Consiste tanto en la búsqueda de nuevos fármacos (algunos de ellos para paliar las complicaciones no motoras) como en ensayar nuevas dianas quirúrgicas para la estimulación cerebral profunda. El problema de las terapias que se usan a diario en la clínica es que, aunque suelen ser muy eficaces en mejorar la sintomatología de los pacientes, no paran significativamente la progresión de la enfermedad. Por lo tanto, es necesario buscar nuevas aproximaciones terapéuticas que intenten solucionar o, al menos, enlentecer la evolución natural de los pacientes.

Se ha trabajado mucho con terapia celular, tratando de trasplantar células productoras de dopamina (que es el neurotransmisor afectado en estos pacientes) en el núcleo estriado de los cerebros parkinsonianos y restaurar el circuito cerebral defectuoso. Se han usado células de diferentes procedencias, obteniendo los mejores resultados con precursores fetales de las neuronas productoras de dopamina que degeneran en el Parkinson. En la actualidad se está estudiando la posibilidad de usar células madre embrionarias, adultas e incluso las iPS (células madre inducidas a partir de tejidos del propio paciente). Otro grupo de terapias experimentales se basan en suministrar al cerebro factores tróficos (peque-

ñas moléculas que mantienen sanas a las neuronas) que paren o retrasan la muerte progresiva de las neuronas dopaminérgicas típica del parkinson. Estos factores se pueden administrar directamente (inyecciones intracerebrales), mediante terapia génica, o trasplantando células que los produzcan. En nuestro caso, trasplantamos células del cuerpo carotídeo (pequeño órgano quimiosensor que tenemos en el cuello) que producen gran cantidad de un factor neurotrófico que protege de la degeneración a las neuronas dopaminérgicas.

¿Cuándo podrán ponerse en práctica estas nuevas terapias?

Algunas de estas nuevas terapias ya se han probado o se están probando en ensayos clínicos en diferentes fases con humanos para demostrar su eficacia y seguridad. Este tipo de investigación es difícil y necesariamente lenta; hay que esperar los resultados de estos estudios para valorar la viabilidad de las nuevas terapias y el momento en el que podrían aplicarse a los pacientes de forma rutinaria.

¿El parkinson ha dejado de ser una enfermedad asociada al envejecimiento?



Juan J. Toledo investiga una nueva terapia contra la evolución del parkinson (CEDIDA)

No, como ocurre con otras enfermedades neurodegenerativas, el principal factor de riesgo para padecer parkinson es la edad. Sin embargo, hay un pequeño porcentaje de pacientes que pueden desarrollarlo cuando son jóvenes, es el llamado 'parkinson familiar', pero no es lo más frecuente.

¿Qué medidas preventivas se pueden adoptar?

No hay datos epidemiológicos concluyentes que identifiquen alguna medida preventiva concreta. Sin embargo, se recomienda tener hábitos de vida sa-

ludables, hacer ejercicio, etc.

¿El consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, drogas) propicia la aparición de parkinson?

Los estudios epidemiológicos más serios no señalan que el consumo personal de tóxicos habituales se correlacione con una mayor incidencia de la enfermedad. Paradójicamente, hay estudios que encuentran que el fumar disminuye el riesgo de padecer parkinson, sin embargo, por todos los efectos dañinos acompañantes la recomendación de los cigarrillos es muy controvertida.

Fundación de Estudios Médicos de Molina de Segura

XCVII Conferencia de divulgación científica

Entrada libre

Jóvenes Investigadores

Los jóvenes y la investigación biomédica en España en el siglo XXI

De 12,00 a 13,30 h

XCVIII Conferencia de divulgación científica

Nuevas terapias experimentales en el tratamiento del Parkinson

De 19,15 a 21,00 h

Sr. D. Juan José Toledo Aral
Catedrático de Fisiología. Investigador del Instituto de Biomedicina de Sevilla-IBIS. Hospital Univ. Virgen del Rocío / CSIC / Univ. de Sevilla.

PRESENTA LA CONFERENCIA DE LA TARDE:
Sr. D. Joaquín García-Estañ López
Decano de la Facultad de Medicina. Universidad Murcia. Catedrático de Fisiología.

Martes 9 de abril 2013
Edificio Moneo de Murcia

Patrocinado por

Organizado por

fem, Com-Pro, "la Caixa"

www.um.es/lafem

Fundación de Estudios Médicos de Molina de Segura

XCIX Conferencia de divulgación científica

Entender la diabetes

Entrada libre

Dr. Joan J. Guinovart
Director del Instituto de Investigación Biomédica de Barcelona. Presidente de la Confederación de Sociedades Científicas de España COSCE. Presidente electo de la Unión Internacional de Bioquímica y Biología Molecular. Estancias en las universidades de Virginia y California.

Jueves 11 de abril 2013
8 de la tarde
Colegio Infantil Paseo Rosales

Patrocinado por

Organizado por

fem, Com-Pro, "la Caixa"

www.um.es/lafem



ORTHOGENU Murcia

UNIDAD DE CIRUGÍA
CONSERVADORA
DE RODILLA



ORTHOGENU implanta prótesis unicompartimentales de rodilla con las cuales el paciente puede ser dado de alta entre 24 y 48 h.

- La técnica que utiliza ORTHOGENU permite practicar la operación de ambas rodillas a la vez y ser dado de alta en 24-48 horas.
- En las prótesis se respetan todos los ligamentos de la rodilla y solamente se sustituye la parte del hueso afectada respetando la sana.
- Con ORTHOGENU la prótesis unicompartimental de rodilla no precisa transfusión sanguínea.

Equipo de ORTHOGENU: anestesiistas: Dr. Alonso Jorrete Ricardo, Dr. Corbalán Dengra Domingo y equipo. Cirujanos: Dr. Aragón Martínez José, Dr. Rodríguez Alemán Ángel, Enfermera instrumentista: Marín Francisca. Coordinador de Fisioterapia: Salinas Palacios Víctor. Fisioterapeutas: Fernández Pérez Pablo y Sánchez Pérez Sofía. Coordinador de Equipo: Sánchez Alarcón Enrique.

enriqueorthogenu@gmail.com
www.doctorjosearagon.es

Nº Colegiado: 23246

Dr. José Aragón
670 37 30 61

EN BUENAS MANOS

■ PUBLIRREPORTAJE



Aspecto parcial de la recepción de la clínica Dentalbite ubicada en la Nueva Condomina de Murcia (FOTOGRAFÍA CEDIDA).

Implantes dentales más seguros y duraderos

La clínica Dentalbite apuesta por las fijaciones de titanio

Redacción (*)

El doctor **Alejandro López Gómez** es dentista (colegiado nº 690) y está a cargo de la clínica Dentalbite, ubicada en el centro comercial Nueva Condomina, de Murcia. ¿Qué son los implantes dentales?

Los implantes son unas fijaciones de titanio que se colocan en el hueso maxilar para sustituir a las raíces de las piezas dentales perdidas, lo cual nos permite reemplazar la pieza natural por una pieza artificial de mejor funcionalidad e igual o mejor estética. Para ello, en la clínica Dentalbite contamos con un equipo de cirujanos.

¿Qué es la oseointegración?

Es un fenómeno biofísico que produce una unión, a nivel molecular, del titanio con el hueso. Dicha unión es tan fuerte que si quisiéramos posteriormente separar el titanio del hueso sería imposible, tan sólo podríamos extraer el implante extrayendo al mismo tiempo el hueso que lo rodea.

¿Cómo es la intervención?

Se trata de una intervención ambulatoria, esto quiere decir que no es preciso realizar una hospitalización en una clínica, sino que la intervención la lleva a cabo el dentista en la consulta dental equipada con el material necesario para realizar esta cirugía. Al contrario de lo que

pueda parecer, en muchos casos el postoperatorio, que será supervisado por el dentista, supone menos molestias e incomodidades que otras intervenciones menores en odontología. Únicamente puede ocasionar molestias la herida en la encía durante el proceso de cicatrización. Es fundamental mantener una escrupulosa higiene para evitar sobreinfecciones de la encía. Por ello, normalmente se prescriben antibióticos por seguridad y bajo control médico.

¿Qué pasa si hay poco hueso en la zona a rehabilitar?

En Dentalbite disponemos de las técnicas más avanzadas de cirugía 3D para casos extremos. Se puede recurrir a elevaciones de seno maxilar e injertos que pueden ser autólogos (propios del paciente) o de otros tipos, con un porcentaje de éxito elevadísimo. Afortunadamente, son raros los casos en los que un paciente que desea ser rehabilitado no pueda serlo. El campo de la regeneración ósea es uno de los principales avances en la implantología de los últimos años.

¿Qué solución ofrecen los implantes al paciente con piorrea?

Para los paciente con piorrea los implantes son la solución. Tradicionalmente, este tipo de pacientes estaban ineludiblemente abocados a perder sus dientes. El único tratamiento

que podíamos ofrecerles era una higiene escrupulosa y periódicas visitas a la consulta para realizar tratamientos periodontales. La perspectiva final siempre era la misma: dentadura completa de quitar y poner.

¿Es dolorosa la colocación de implantes?

Un implante bien colocado no debe doler, por lo tanto, este aspecto no ha de ser un obstáculo para el paciente a la hora de decidirse por los implantes.

¿Son los implantes una solución duradera?

Quizás sea el único caso en la medicina en el que el sustituto artificial tiene una mejor funcionalidad que el órgano original. Un implante que trabaja correctamente en la boca (porque está colocado en la posición idónea y soporta una carga axial y proporcional a su tamaño) tiene una muy larga y extensa durabilidad.

¿Qué precio tienen?

Usamos las más avanzadas técnicas con unos implantes de primeras marcas a un precio competitivo. Si desea una valoración de su caso puede ponerse en contacto con Dentalbite en la Nueva Condomina a través de **968 909 393** y **968 909 394** y le darán un presupuesto gratuito y sin compromiso.

(*) Texto remitido por Dentalbite



Cambie las ventanas
sin obras
y pague hasta en 12 meses
sin intereses

KÖMMERLING®
Sistemas de ventanas

- Puertas y ventanas de PVC y aluminio.
- Instalación **en menos de un día**, sin obras.
- Hasta un **70% de ahorro** en climatización.

JACEMA®
PVC Y ALUMINIO

Avenida de Sandoval, 31
30720 Santiago de La Ribera (Murcia)

Tif.: 968 570 293 · Fax: 968 572 607
jacema@jacema.com · <http://www.jacema.com>

* Sujeto a aprobación de la entidad financiera

EN BUENAS MANOS

01 María Pescador Rivera

La falta de información sobre el síndrome de mojar la cama (enuresis) ha convertido este trastorno en un tema tabú, lo que lleva a más de un millón de niños españoles a sufrir el problema sin posibilidad apenas de contarlo a nadie por la vergüenza que para ellos supone, algo inaudito si se tiene en cuenta que, aproximadamente, el 85% de los casos se debe a causas hereditarias.

El alto índice de pacientes que utilizan la red como fuente de consulta e información y la ausencia en muchas ocasiones de informaciones contrastadas por especialistas, ha llevado a la creación de la web www.mojarlacama.es. Esta página nace con la vocación de dar respuesta, desde un punto de vista científico, a las principales cuestiones que surgen en torno a la enuresis. Expertos en la materia proporcionan, por tanto, una información detallada acerca del trastorno: qué es la enuresis, por qué un niño puede mojar la cama, frecuencia, tipos

A partir de los 6 años mojar la cama puede ser un problema

La web www.mojarlacama.es informa a través de expertos



La web proporciona información detallada en torno al trastorno en los niños (AGENCIA).

de enuresis, opciones terapéuticas, consecuencias emocionales para el paciente, localización de especialistas cercanos según la zona de residencia, y todo aquello que al enurético y su familia le puede resultar de utilidad.

Además, la web permite a través de 'el experto responde' plantearle cuestiones, y ofrecer material para los niños como calendarios miccionales para que puedan llevar un control de sus noches secas o mojadas dibujando figuritas en cada uno de los días, lo que les permitirá participar de forma activa en el control y solución de un problema que es percibido por ellos, sobre todo a partir de cierta edad, como un acontecimiento

traumático en sus vidas.

Mojar la cama es, a partir de cierta edad, un acontecimiento traumático para niños y adolescentes. Los expertos consideran que entre los 5 y 6 años es la edad en la que todo niño debería, fisiológicamente, controlar sus esfínteres y dejar de mojar la cama por las noches. Si no lo hace, esa es la edad en la que comienza a considerarse que el niño sufre enuresis.

El médico es quien puede determinar la causa de este desajuste y descartar posibles patologías como diabetes, infecciones del aparato urinario, malformaciones u otras.

Es importante el tratamiento temprano de la enuresis para prevenir posteriores alteraciones psicológicas. Los niños que mojan la cama se vuelven más pasivos, retraídos y tienden a una baja autoestima. Son niños que suelen tener pesadillas y sufrir ansiedad, y habitualmente tienen un perfil de niños introvertidos y con tendencias depresivas, violentas o de dependencia.

EN BUENAS MANOS

PUBLIRREPORTAJE

Lentillas progresivas de última generación

Los profesionales de VisualCARE Óptica, ubicados en Cartagena, son especialistas en lentes de contacto y ofrecen a sus clientes la posibilidad de probarlas sin compromiso de compra

Redacción

Las lentillas progresivas diarias están desarrolladas para proporcionar a los pacientes con presbicia (vista cansada) una excelente visión para todas las distancias, disminuyendo a su vez la sensación de sequedad en el ojo. Además, tienen la ventaja de ser unas lentes de contacto desechables diarias, lo cual las hace más saludables.

“Estas lentillas permiten un uso ocasional o diario, y ofrecen una gran comodidad y alto rendimiento, con una visión natural. Son un complemento o una alternativa a las gafas progresivas para hacer deporte o para acudir a diversas actividades



Los profesionales Sócrates Oltra, Federico Padial y Raquel González (VISUALCARE).

sociales”, señalan los especialistas de VisualCARE Óptica, en Cartagena (RRSR 3970003).

Según comentan los contácto-

logos de VisualCARE Óptica, las lentillas progresivas permiten mejorar la visión de cerca sin sacrificar la de lejos ni la



Permiten un uso diario con gran comodidad y una visión natural

intermedia.

El diseño esférico de las lentillas progresivas (lentes más delgadas y livianas) centro-cerca y el ajuste de enfoque simplificado hacen más fácil su adaptación en todas las etapas de la vista cansada.

El material del que están hechas estas lentillas proporciona una mayor comodidad

a aquellas personas que tienen sequedad o molestias leves con sus lentillas.

En VisualCARE Óptica son especialistas en lentes de contacto progresivas y aplican las últimas y más novedosas técnicas para dar a cada paciente la solución más adecuada a su caso. Además, permite realizar una prueba de las nuevas lentillas progresivas sin compromiso de compra.

Para cualquier duda puede acudir a VisualCARE Óptica, en el Paseo Alfonso XIII, 8, de Cartagena, recurrir a los teléfonos 968 521 625 y 968 526 825 o consultar la página de internet: www.visualcare.es.

gerifacil

LÍDERES EN CAMBIO DE BAÑERA
POR DUCHA ANTIDESLIZANTE

Si quieres preparar tu hogar para el VERANO... 2013 22

ADAPTAMOS tu baño en UN SOLO DÍA

Total GARANTÍA y COMPROMISO de Calidad:

“No pagas hasta no quedar satisfecho”

968 08 72 59 / 627 72 74 72
www.gerifacil.com

PRECIO INIGUALABLE
DUCHA COMPLETA

- ✓ Eliminación de Bañera
- ✓ Retirada de Escombro
- ✓ Azulejo de Contraste
- ✓ Ducha Antideslizante (hasta 1.70)
- ✓ Asidero de Seguridad
- ✓ Mampara de diseño (varios modelos)

TODOS

990€

INSEGURO
ANTES INCÓMODO
ANTIESTÉTICO

AHORA SEGURO
CÓMODO
ESTÉTICO

*Oferta válida por tiempo limitado

www.cambiodebañeraporducha.com

PUBLICIDAD



NO SE DEJE ENGAÑAR
Un protésico dental no es un dentista

LAS PRÓTESIS DENTALES NI SE RECETAN NI SE DISPENSAN

LAS PRÓTESIS DENTALES NO SE RECETAN

Las prótesis dentales -como productos sanitarios fabricados a medida- no son objeto de receta médica, ya que no pueden ser dispensadas. El dentista es el único responsable de encargar la prótesis dental directamente al laboratorio de fabricación de acuerdo con la valoración clínica, morfológica y anatómica del paciente y las características del tratamiento rehabilitador.

Por su parte, los protésicos dentales deberán elaborar las prótesis siguiendo siempre las prescripciones e indicaciones de los dentistas, y únicamente deberán entregarlas al facultativo que las prescribe.

Ley 10/1986, Real Decreto 1594/1994, Ley 44/2003, Sentencia del Tribunal Supremo 7867/2012

LAS PRÓTESIS DENTALES NO SE DISPENSAN

Los laboratorios de fabricación de prótesis dentales no son establecimientos sanitarios, como ocurre por ejemplo con las farmacias, por lo que no pueden dispensarlas al paciente. Si lo hicieran estarían cometiendo una infracción. Además, el Tribunal Supremo ha señalado que para que los protésicos puedan desempeñar sus atribuciones profesionales no se requiere la relación directa con los pacientes.

Real Decreto 1277/2003, Sentencia del Tribunal Supremo 7867/2012.

LOS PACIENTES SIEMPRE PAGAN AL DENTISTA EL PRECIO EXACTO DE LA FABRICACIÓN DE LA PRÓTESIS

Para comprobarlo, exija a su dentista la factura del tratamiento rehabilitador y compruebe el precio exacto que el laboratorio cobra por la fabricación de la prótesis. En caso de duda, el paciente siempre podrá pedir a su dentista una copia de la factura emitida por el laboratorio que fabricó la prótesis. El Colegio Oficial de Dentistas de la Región de Murcia recuerda que los dentistas no pueden -por ley y porque no es su competencia- influir en los costes de fabricación de las prótesis dentales, y que siempre están obligados a desglosar en las facturas estos costes de fabricación y los honorarios que cobran por su trabajo clínico.

Disposición Adicional 13a de la Ley 29/2006.

El Colegio Oficial de Dentistas de la Región de Murcia insiste en que los protésicos dentales que intervinieran en la boca de los pacientes pondrían en peligro su salud y estarían cometiendo el delito de intrusismo profesional. Los dentistas son los únicos responsables de tomar las medidas necesarias de la boca, encargar la fabricación de la prótesis, realizar su colocación y puesta en servicio adaptándola a las características de cada boca, y de entregarla al paciente libre de la posible patogenicidad.

Art. 1 de la ley 10/1986, Art. 7.1 Real Decreto 1594/1994, Sentencia del Tribunal Supremo 7867/2012.

Si un protésico dental le ofrece hacerle una prótesis, pídale por escrito y póngase en contacto con el Colegio de Dentistas de Murcia (968 20 16 65) para denunciarlo ante las autoridades competentes

www.dentistasmurcia.es

UN PROTÉSICO NO ES UN DENTISTA

POR SU SALUD, POR LA DE TODOS

Colegio Oficial de Dentistas de la Región de Murcia. C/ María Zambrano, nº4, 30007 Murcia. Tel. 968 20 16 65

EN BUENAS MANOS



A la izquierda, el pecho de una mujer antes del tratamiento de micropigmentación en las areolas mamarias. A la derecha, la misma paciente tras el proceso de pigmentación (CEDIDA POR CENTRO MÉDICO MAR MENOR).

Micropigmentación reconstructiva y oncológica para cejas, ojos y areolas

Esta técnica que se aplica en el Centro Médico Mar Menor aumenta la autoestima de los pacientes

Redacción

La micropigmentación comenzó con el objetivo de embellecer el rostro, y posteriormente se ha desarrollado un área específica para pacientes de oncología.

La aplicación más solicitada es la repoblación óptica de cejas y pestañas. Se aplica tanto en hombres como en mujeres de cualquier edad que hayan sido diagnosticados de cáncer, y que vayan a ser tratados con quimioterapia.

El tratamiento de quimioterapia implica, en la mayoría de los casos, la pérdida del cabello y del pelo de las cejas y pestañas. Con la repoblación óptica de las cejas y la simulación de las pestañas mediante la micropigmentación se consigue que el rostro del paciente mantenga

sus líneas de estructura y el equilibrio en la cara, olvidándose, además, de la dependencia al 'automaquillaje' diario.

Gracias a esta técnica, el paciente tendrá un aspecto de 'normalidad estética' durante el proceso, evitando incómodas preguntas de su entorno, y consiguiendo, a su vez, intimidad y privacidad. Todo ello ayuda a aumentar la predisposición del paciente a afrontar su tratamiento con éxito.

Al paciente se le debe informar de estas técnicas reconstructivas una vez que reciba el diagnóstico de cáncer, ya que el tratamiento debe ser aplicado, preferentemente, antes de comenzar la quimioterapia.

En el caso de las pacientes que vencen un cáncer de mama



Antes (arriba) y después (abajo) de una paciente tras la micropigmentación de las cejas

y se someten a una mastectomía y a una posible reconstrucción del pezón mediante cirugía plástica, son los espe-

cialistas del área de oncología los que recomiendan la micropigmentación para finalizar el proceso de reconstrucción de

la areola mamaria.

Para conseguir un efecto real se aplican diversas técnicas, por lo que el proceso completo pasa por varios puntos: estudio, test de color, medición de posicionamiento etc.

Este tratamiento de micropigmentación, que se aplica por especialistas en el Centro Médico Mar Menor, está recomendado por los equipos de psicólogos, ya que aumenta la autoestima en la mujer, y siempre que lo haga un técnico especialista en este campo. Mirarnos al espejo y reconocernos es mágico.



San Javier
968 19 18 00
San Pedro del Pinatar
968 18 12 00

¡HAZTE SOCIO!
Y benefíciate
de nuestros descuentos

¿No sabes qué regalar?

**TARJETAS
REGALO**

¡Acertarás!

- 10%

Bono de
5 sesiones

- 15%

Bono de
10 sesiones

¡PONTE GUAP@!

Cuidate y modela tu figura
con nuestros tratamientos:

- Anticelulítico
- Reductor
- Reafirmante
- Piernas cansadas
- Relajante
- Cavitación
- Radiofrecuencia
- Mesoterapia
- Presoterapia
- Acupuntura
- Dietética y Nutrición
- Entrenador personal
- Luz pulsada
- Micropigmentación

SEMANA DE LA SALUD EN MOLINA



La Semana de la Salud de Molina es una actividad de promoción de los hábitos de vida saludables en donde participan todos los recursos sanitarios, profesionales, colectivos y asocia-

ciones de relevancia en el municipio. Durante 7 días (del lunes 15 de abril al domingo 21) dan visibilidad a su importante labor entre la ciudadanía, transmitiéndoles diferentes mensajes

con el denominador común de la importancia de la prevención y la vida sana.



La salud y el bienestar se darán cita del 15 al 21 de abril en Molina de Segura

El Ayuntamiento organiza talleres, conferencias y exhibiciones gratuitas para el público asistente

Redacción

Los participantes en la séptima edición de la Semana de la Salud de Molina son: el Ayuntamiento, el Hospital de Molina; los centros de salud Jesús Marín y Antonio García; la Fundación de Estudios Médicos de Molina; el centro de salud mental Vicente Campillo; el Centro Regional de Hemodonación; Sanitas; SALUD21; Samut Murcia; los servicios de odontología, dietética y nutrición del Hospital de Molina; la Cruz Roja; la Asociación Española Contra el Cáncer; Cáritas; AFESMO (Asociación de Familiares y Enfermos Mentales); Isol-Los Juncos (Asociación Murciana de Rehabilitación Psicosocial); AFAD-Molina (Asociación de Familiares y Enfermos de Alzheimer); AMER (Asociación Molinense de Enfermedades Raras); ADAER (Asociación de Enfermos Renales); la Asociación Madres e Hijos Juntos; la Asociación Lactando; la Federación de Asociaciones de Vecinos; Protección Civil; el Club Senderista Molinense; la Asociación de Deportistas de Molina; y el Obrador de Delia.

Programación

Se han programado durante los



Exhibición de danza durante la Semana de la Salud de Molina en 2012 (CEDIDA).

siete días diferentes actividades divulgativas y, además, se organiza la feria de la salud con la colocación de stands de empresas y asociaciones. Su horario será 10:00 a 13:30 horas y 18:00 a 21:00 horas, de jueves a sábado.

☉ **Del lunes 15 al viernes 19.** Encuesta a los ciudadanos del centro de salud profesor Antonio García García sobre '¿Qué opinas de tu centro de salud?'. 10:00 horas, simulacro de evacuación por terremoto en el Colegio El Taller, coordinado por Protección Civil de Molina y con la colaboración de Cruz Roja de Molina y Policía Local.

☉ **Lunes 15.** 13:00 horas, foro

'participación de los ciudadanos en la gestión de los centros sanitarios. ¿Una utopía?'. Lugar: Centro de Salud Antonio García. 18:00 horas, reunión del jurado del III premio 'doctor Francisco Guirado', en la sala de juntas del Ayuntamiento. 20:00 horas, mesa redonda de Paciente Experto, en el Colegio Paseo Rosales.

☉ **Martes 16.** 13:30 horas, reunión de la comisión de salud comunitaria. Lugar: centro de salud Jesús Marín. 16:30 horas, taller para mujeres inmigrantes impartido por Ana Quiles, nutricionista, en la antigua casa del Cura. (Barrio de Fátima). 20:00 horas, conferencia de AECC. Lugar: Colegio Paseo Rosales.

☉ **Miércoles 17.** 19:00 horas, consejo municipal de salud: renovación para fomentar el incremento de la participación civil.

☉ **Del jueves 18 al domingo 21.** Jornadas gastronómicas de comida saludable en el restaurante 'Los Juncos'.

☉ **Jueves 18.** De 10:00 a 13:00 horas, habrá una plantación de especies vegetales autóctonas en la vía verde. 10:30 horas, visita del colegio infantil Paseo Rosales (incluye cuentacuentos). 11:00 horas, inauguración y visita de autoridades a la feria. 12:00 horas, acto de entrega del III premio 'doctor Francisco Guirado'. 13:00 horas, programa de radio en directo 'Más que salud'. 16:30 horas, taller para mujeres inmigrantes impartido por Rosario Martínez, inspectora de Sanidad. Lugar: antigua casa del cura. 18:30 horas, taller de Tai-chi y Chikung, impartido por Sala Encuentro. 19:00 horas, taller de porteo de bebés, por la Asociación Lactando. 20:00 horas, exhibición del Programa Activa (programa de ejercicios para pacientes con riesgo cardiovascular).

☉ **Viernes 19 y sábado 20.** 18:00 a 21:00 horas, recogida de alimentos no perecederos.

☉ **Viernes 19.** 10:30 horas, visita del colegio Gregorio Miñano. 11:00 horas, taller de higiene bucodental para niños (Hospital de Molina). 11:30 horas, taller sobre plantas aromáticas. 12:00 horas, visita al instituto Eduardo Linares Lumeras. 12:30 horas, taller 'tóxicos cotidianos', a cargo de la doctora M^a Dolores Carrillo. De 17:00 a 21:00 horas, hemodonación.

☉ **Sábado 20.** 10:00 a 17:00 horas, primera fiesta de deporte y salud en el polideportivo El Romeral. 10:00 horas, taller de Yoga. 10:45 horas, cuentacuentos infantil. 12:00 horas, taller de cocinoterapia impartido por Delia Torrano. 18:30 horas, taller 'En forma con nuestro bebé', impartido por Asociación Madres e Hijos Juntos. 19:00 horas, exhibición de danza, a cargo de la academia de Danza M^a José.

☉ **Domingo 21.** 10:00 horas, ruta senderista de Cáritas por la vía verde y el Río Segura. Distancia 7.5 Kilómetros.

TRATAMIENTO ADMENS CONTRA EL DOLOR

NO HAY MEJOR REGALO QUE EVITAR EL SUFRIMIENTO



RECOMENDADO PARA EVITAR EL DOLOR MENSTRUAL

FINANCIALO HASTA EN 10 CUOTAS DE 18 € ¡SIN INTERES!

ENVÍOS GRATUITOS

AUTORIZADO POR:



Tfno. 968 31 47 01 - 644 37 31 97



MEDICAL ADMENS

info@medicaladmens.com
www.medicaladmens.com

SEMANA DE LA SALUD EN MOLINA



ADMENS, la solución terapéutica eficaz para combatir cualquier tipo de dolor

Es un tratamiento de electroestimulación muy adecuado para las molestias del ciclo menstrual

Redacción

ADMENS es el regalo perfecto en cualquier fecha. Consiste en un tratamiento basado en la electroestimulación, autorizado por la Agencia Española del Medicamento y Productos Sanitarios.

ADMENS es la solución profesional eficaz para el dolor intenso provocado por una lesión actual o crónica, por una mala postura, golpe o una antigua lesión que molesta, incluso con los cambios de tiempo. No es sustitutivo de ningún tratamiento y, además de aliviar el dolor, ayuda a recuperar una lesión de manera más rápida.

ADMENS es un tratamiento

basado en un dispositivo que aporta bienestar físico combatiendo el dolor, no tiene fecha de caducidad y puede ser utilizado en el propio domicilio.

Su aplicación es muy sencilla: el usuario busca el tipo de lesión que sufre en la guía práctica, y en la página indicada encontrará la descripción completa de su patología, junto con una imagen explicativa sobre cómo y en qué puntos aplicarse los electrodos.

Es un concepto innovador para aliviar el dolor e incluye unas aplicaciones específicas que aceleran la recuperación de la lesión, a la vez que actúa como una infiltración de efecto anestésico; así,



ADMENS alivia los dolores menstruales

consigue una mejoría desde el inicio del tratamiento y un efecto

máximo pasadas dos horas desde su aplicación.

Está indicado para las dolencias musculares y articulares, entre otras, que pueden ser tratadas con electroestimulación, como el dolor o lesión de hombro, pectoral, lumbar, cervical, rodilla, cadera, abductores, tobillo, espalda, muñeca, tendones de la mano etc.

También se puede aplicar para el dolor menstrual. Cuando el dolor se presenta antes o durante el ciclo menstrual, el tratamiento ADMENS aliviará su dolor de una forma natural y sin contraindicaciones, comprobando cada vez mejores resulta-

dos en ciclos posteriores.

Además, su aplicación localizada sobre las articulaciones más implicadas en la práctica deportiva previene lesiones, y ayuda a la recuperación de cualquier contusión. Han incorporado otros tratamientos para combatir el dolor de cabeza y los trastornos del sueño e intestinales.

ADMENS está al alcance de cualquiera con una financiación de 10 cuotas de 18 euros sin intereses y envíos gratis.

PARA PEDIDOS

www.medicaladmens.com
info@medicaladmens.com
968 314 701 - 644 373 197

CENTRO RESIDENCIAL PARA MAYORES EN ALTORREAL

BALLESOL
Centros Residenciales 3ª Edad
★★★★★

Terapia Ocupacional continua y Programas de Animación

AUTORIZADA PARA LA APLICACIÓN DE LA LEY DE DEPENDENCIA. PLAZAS PÚBLICAS.

SERVICIOS RESIDENCIALES 5 ESTRELLAS

- Centro de Día con flexibilidad de horario
- Trato humano y personalizado
- Atención médica y enfermería continua
- Fisioterapia y rehabilitación
- Estancias temporales y permanentes
- Gestionamos y facilitamos las Ayudas Públicas



32 años de experiencia

7 años a su servicio

BALLESOL

C/ Escultor Salzillo, 14
Urb. Altorreal (junto Campo de Golf)
Molina de Segura -MURCIA-

INFO Y RESERVAS:

968 64 99 22

www.ballesol.es

ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification



SEMANA DE LA SALUD EN MOLINA



La regla del 'ABCDE' ayuda a evitar el cáncer de piel y los lunares peligrosos

Hay que vigilar la forma, el color y la evolución de las manchas, advierten desde el Hospital de Molina

Redacción

Recién estrenada la primavera y con la llegada del buen tiempo comienzan las primeras exposiciones al sol. Aunque debemos utilizar medidas de protección solar durante todo el año, desde la unidad de dermatología del Hospital de Molina nos recuerdan que es necesario aumentarlas durante estos meses de mayor exposición solar. De lo contrario, una de las consecuencias que podemos sufrir son las lesiones pigmentarias.

Éstas son cualquier mancha presente en nuestra piel o en alguna región mucosa (conjuntiva, boca o genitales) desde el nacimiento o de nueva aparición que se caracteriza por tener un color más oscuro.

El dermatólogo del Hospital de Molina, **Rafael Rojo España**, advierte que existen múltiples tipos de lesiones pigmentarias: "Pueden ser congénitas o adquiridas, benignas o malignas, fotocondicionadas o sin relación con el sol, etcétera".

Lo fundamental es identificar las lesiones que pudieran ser de riesgo para la salud. Para ello, existen unas siglas sencillas que nos pueden ayudar a conseguirlo: es la regla del 'ABCDE'. El doctor Rojo explica que "A



El doctor Rafael Rojo es dermatólogo en el Hospital de Molina de Segura (HOSP. MOL).

es asimetría de la lesión. B son bordes irregulares. C hace referencia al color heterogéneo o cambios en el mismo. D corresponde a un diámetro de la mancha mayor de 6 milímetros. Y E es la evolución con incidencias, como sangrado, irritación, inflamación, picor etc. Cualquiera de estas alteraciones debe alertarnos y hacernos consultar al dermatólogo".

Una vez identificada la lesión pigmentaria es fundamental la

valoración del especialista: "Si se trata de una lesión sospechosa de malignidad hay que extirparla quirúrgicamente y estudiarla para determinar el grado de malignidad, si es que la hubiera. A su vez, este grado de malignidad determinará la actitud que se debe tomar", explica el dermatólogo del Hospital de Molina.

En cuanto a las lesiones que no son malignas, deben ser sometidas a controles anuales, sal-



Diferentes lesiones pigmentarias (HM).

doctor Rafael Rojo.

Pero sin duda, el mejor tratamiento es la prevención. Por eso, ahora con el buen tiempo, debemos utilizar de forma diaria protectores solares, siempre con factores iguales o superiores a 30. El dermatólogo del Hospital de Molina recuerda que el protector solar que utilicemos dependerá del fototipo de piel, es decir, según la pigmentación de la piel, del tipo de piel (grasa, seca, mixta o intolerantes), ya que los excipientes determinarán un efecto más o menos cosmético y afectarán a la propia función como protector solar; de la edad (en niños hay que emplear protectores físicos), y del nivel de exposición (ya sea geográfico, por hábitos, por trabajo o por época del año).

Como recomendación general, el doctor Rafael Rojo insiste en la importancia de emplear de forma diaria el protector solar, aplicarlo media hora antes de la exposición y renovarlo cada 2-3 horas. Además, es fundamental evitar la exposición solar desde las 11 horas hasta las 16 horas, ya que son las horas con mayor cantidad de rayos ultravioleta B (UVB), que son los más perjudiciales para nuestra piel.

Cama articulada + Colchón Sanitario: 300 €

* Terminación en madera opcional

mi cama me llama

www.micamamellama.es

ESPECIALISTAS EN DESCANSO

Colchón antiescaras: 60 €

GARANTÍA DE SATISFACCIÓN 20 DÍAS DE PRUEBA

100% FABRICACIÓN ESPAÑOLA

Si no cubre sus expectativas se lo cambiamos por otro modelo.

- Garantía de Satisfacción válida un solo cambio de igual calidad o superior (abonando diferencia).
- Esta garantía no incluye las medidas especiales, ya que se fabrican expresamente para el cliente.
- La Garantía Satisfacción son 20 días naturales.
- Para validez de la Garantía de Satisfacción, el colchón no debe estar manchado ni deteriorado.

Cama articulada + Carro elevador: 570 €

Teléfonos:

Lorca 968 765 811

Cartagena 968 526 526

Molina de Segura 968 640 288

Cabezo de Torres 968 835 166

Puente Tocinos 968 235 590

Torreveja 965 710 058

Orihuela 965 325 563

Murcia c/Isaac Albéniz 968 299 417

Murcia c/Puerta Nueva 968 894 879

Murcia c/Ricardo Gil 968 225 848

Playa Flamenca 965 321 701

colchones Dulces Sueños

S. D. D.

* Barandillas, cabecero y piecero opcionales

SEMANA DE LA SALUD EN MOLINA



La presbicia ya no debe ser problema

Las últimas novedades en tecnología láser y el uso de cirugía correctora con lentes intraoculares corrigen la vista cansada, un problema asociado a la edad y que dificulta la visión de cerca con nitidez

Redacción

La presbicia o vista cansada es un problema ocular que afecta a la mayoría de la población cuando alcanza la madurez. Por ello, resulta inevitable que se tengan dificultades para enfocar o distinguir con claridad los objetos situados a corta distancia.

La presbicia consiste en la dificultad para ver de cerca debido a la disminución progresiva e irreversible de la capacidad de acomodación del cristalino, en relación con la edad.

El cristalino es una parte del ojo humano con forma de lente biconvexa y transparente que nos permite enfocar correctamente los objetos. Se sitúa detrás del iris y por delante

del humor vítreo. Está sujeto al globo ocular y al músculo ciliar por unos ligamentos que al contraerse y estirarse hacen que el cristalino sea más o menos convexo, variando con ello el enfoque de los objetos.

Con la edad estos ligamentos pierden elasticidad y no se contraen lo suficiente para abombar el cristalino, perdiendo el ojo irreversiblemente su capacidad para enfocar objetos cercanos, lo que se denomina presbicia.

Las soluciones

¿Qué se puede hacer para combatir la presbicia? Hasta ahora la única manera de corregir el problema era el uso de lentes para ver de cerca.



Con la vista cansada las personas de edad tienen dificultades para ver de cerca (S21).

Pero hoy en día hay otras soluciones más definitivas, como las que propone **Vista Ircovisión** en Murcia y en Cartagena. Una solución es recurrir a las últimas novedades en tecnología láser para retrasar la evolución de la presbicia, y así prescindir de las gafas durante un periodo prolongado de tiempo.

Pero la solución definitiva estriba en la aplicación de cirugía correctora con lentes intraoculares. Con esta solución se corrigen también otros defectos refractivos del paciente como la miopía, la hipermetropía o el astigmatismo. Esta técnica aporta, además, la ventaja de que evita la aparición de las cataratas.



c/ Dr. Ricardo Cano, 10
Molina de Segura (Murcia)
Tel. 968 610 010



Con motivo de la inauguración de nuestro nuevo servicio oftalmológico les ofrecemos una revisión ocular **GRATUITA** para evaluar su problema de **VISTA CANSADA** (Presbicia) en las instalaciones de la Clínica Vega Media de Molina de Segura.

Si usted no puede leer correctamente este párrafo a unos treinta centímetros de distancia es que empieza a padecer de Presbicia o Vista cansada

Esta oferta es exclusiva para personas que presenten problemas de vista cansada, más adelante les informaremos de otras promociones.

SEMANA DE LA SALUD EN MOLINA



Galería de la SALUD

RECOMENDAMOS LOS SIGUIENTES ESPECIALISTAS



OFTALMOLOGÍA

CLÍNICA OFTALMOLÓGICA DR PESCADOR

C/ Floridablanca, nº 3 - 1ª C
Lorca, 30800

Teléfono por las tardes:
968 46 68 14

Nº Colegiado: 1150

ÓPTICA

Visual CARE
ÓPTICA

www.visualcare.es

Paseo Alfonso XIII, N.º 8, Esq. Juan Fdez.
CARTAGENA 30201 (Murcia)
Teléfono: 968 521 625

SEXOLOGÍA

Mª José Garrido
SEXÓLOGA - PSICÓLOGA

Especialista en impotencia, eyaculación precoz,
anorgasmia, vaginismo.

- Terapias naturales
- Más de 15 años de experiencia
- Nº de colegiada psicóloga: 2041

Avda. Infante Juan Manuel, nº5, 4ªescalera, 7ªA, Murcia

968 251 975 - 649 496 204
Abierto sábados y domingos

CLÍNICA DENTAL

Clínica Dental ZARAICHE

IMPLANTES - ORTODONCIA - ODONTOLOGÍA GENERAL

Paseo Misionero Luis Fontes Servet, Cita Previa: 968 967 690
10 -12, Murcia (POLICLÍNICA ZARAICHE) 968 271 042

TERAPIA NATURAL

REIKI

USUI SISTEMA OCCIDENTAL

TERAPIA: migraña, depresión,
ansiedad, estrés, cansancio....

FRANCISCA MOLINA

MAESTRO EN REIKI TITULADO

T. 619 179 249
968 343 659

Green Space, la mejor idea para el ahorro energético

Ofrece soluciones integrales y adaptadas a cada cliente

Redacción

Lograr un importante ahorro energético en el hogar o en la industria, y más ahora con la crisis, ya es posible de una forma rentable e inteligente a través de **Green Space Murcia**.

Resulta que Green Space es la mayor red empresarial en España dedicada a ofrecer soluciones integrales para el ahorro energético; su campo abarca desde el asesoramiento profesional gratuito, respaldado por un estudio técnico del departamento de ingeniería, hasta ofrecer un servicio de instalación y mantenimiento de los más novedosos sistemas de ahorro energético.

Los productos Green Space cubren las necesidades de cual-

quier tipo de cliente en lo que a consumo y producción de energías limpias se refiere.

Los profesionales de la red Green Space realizan un estudio energético para encontrar la mejor solución de ahorro integrando las distintas posibilidades que ofrece el carácter multimarca y multiproducto de su empresa. De esta forma se adaptan a las necesidades y recursos del cliente, tanto para uso doméstico como industrial. Con este estudio, no sólo se busca reducir el costo de la energía y mejorar la eficiencia energética, sino que también conseguirá maximizar su comodidad.

Las nuevas fuentes de energía han dado lugar a nuevos produc-

tos y formas de consumo más ecológicas y respetuosas con el medio ambiente, con instalaciones que utilizan las últimas tecnologías para conseguir mayores rendimientos utilizando los mínimos recursos posibles, produciendo de esta forma ahorros de energía considerables.

Entre otros, Green Space cuenta con equipos solares térmicos de última generación, instalaciones eléctricas autónomas,



Los productos Green Space reducen el consumo y son respetuosos con el ambiente.

de geotermia o aerotermia, iluminación LED, sombrillas solares para piscinas, estufas y calderas de biomasa, etcétera.

Puede solicitar su estudio gratuito en la Región de Murcia a través de la web www.agreenspace.org

www.agreenspace.org, o bien enviar un correo electrónico a la dirección info@agreenspace.org. También puede llamar al número telefónico **968 603 481** o acudir al polígono industrial La Estrella en Molina de Segura (c/ Vía Láctea, nº1).

EL FUTURO ESTA AQUÍ

SOLUCIONES DE AHORRO ENERGÉTICO

- Iluminación LED
- Solar Térmica
- Fotovoltaica
- Biomasa
- Eólica

SOLICITE AHORA SU ESTUDIO GRATUITO SIN COMPROMISO



www.agreenspace.com

606388686/902099395
murcia@gsenergy.org

ÚNICO CLIMATIZADOR FIJO SIN UNIDAD EXTERIOR



Ahorro energético del 30%
Función frío y calor
Elegante diseño

Fisio terapia CENTRO
Especialistas en lesiones musculoesqueléticas, accidentes de tráfico y valoración de daño corporal
*5€ de descuento en su tratamiento al presentar este cupón

www.fisio terapia centro .com

c/ Mayor, 79.
Entresuelo derecha.
30500 Molina de Segura.
T 968 641 381

EN GRUPO

Gala benéfica a favor de ÁPICES

La Asociación para la Integración de Enfermos Psíquicos de Cartagena y Comarca celebrará el evento el 20 de abril

📌 M. P. R.

El próximo sábado 20 de abril, a las 21.00 horas y en el Teatro Circo de Cartagena, tendrá lugar la celebración de una gala benéfica a favor de ÁPICES (Asociación Para la Integración Comunitaria de Enfermos Psíquicos de Cartagena y Comarca).

El artista cartagenero Ángel Sánchez Rivero y la compañía de baile de Mamen Baños presentarán el espectáculo visual 'Romances'.

Como colofón a la gala actuará el grupo de artes escénicas 'Integrante', compuesto por usuarios de ÁPICES, que han preparado en el centro de la asociación una performance para la ocasión denominada 'bienvenido a mi realidad'.

El precio de las localidades es de 10 euros. Han abierto una fila cero para aquellos que quieren colaborar. Los donativos se pueden realizar a través de las siguientes cuentas en CajaMur-

cia 2043 0021 75 2000051 23 03, o en Cajamar 3058 0211 36 27200122 48.

Las entradas se pueden retirar en Modas Kalina (c/ Ángel Bruna, 19, en Cartagena, teléfono 968 507 390); en ÁPICES, y en las taquillas del propio Teatro Circo.

ÁPICES es una asociación para la inserción sociolaboral y rehabilitación integral de personas afectadas por una enfermedad mental.

Carrera a beneficio de las asociaciones de parkinson

📌 Redacción

La cuarta edición mundial de 'run for parkinson's' se celebra el 14 de abril. Este año la Región acoge el evento y partirá desde la puerta de El Corte Inglés de Murcia. Esta carrera solidaria se realiza a beneficio de las asociaciones de parkinson de Murcia.

Hay cuatro tipo de modali-

dades de la carrera: corredor (a las 11:00 horas), senderista (a las 11:00 horas), patinador (a las 10:45 horas) y ciclista (a las 10:30 horas).

Para inscribirse puede acceder a las páginas web www.dorsal21.com/carrera/IV-carrera-run-for-parkinson/, www.correbirras.com y www.bicisolidaria.es.

Encuentro de Reiki en Alhama

📌 Redacción

Los próximos 13 y 14 de abril tendrá lugar el primer encuentro de Reiki, organizado por el 'Proyecyo Almareiki', en el jar-

dín de Alhama. Las plazas son limitadas, por lo que los interesados pueden obtener más información en el teléfono 646 757 242.

Hemorroides ¡Basta ya!

Antes



La solución definitiva al problema de varices y hemorroides

No más listas de espera...

SIN

HOSPITALIZACIÓN

SIN

DOLOR

SIN

CIRUGÍA

SIN

ANESTESIA

SIN

GUARDAR REPOSO

SIN

ALTERAR SU RITMO DE VIDA

NOVEDAD:

Reparación estética genitoanal

HERNIAS:

Nuevas y modernas técnicas

Profesionales cualificados y especializados

I.C.A.D.

(International Clinic Arterial Disease)

UNIDAD VASCULAR ARTERIAL Y DE FLEBOLOGÍA

629 62 62 25

968 24 61 16

Avda. Ronda Sur, 20 · 30010 Murcia · H. Mesa del Castillo

www.icadlevante.com

MÉDICOS MURCIANOS CON HISTORIA

José Pérez Mateos, doctor y alcalde

Ejerció la especialidad de otorrinolaringología en la Región y fue una figura de reconocido prestigio, ya que presidió la Organización Médica Colegial de España entre 1927 y 1936

Redacción (*)

Nacido en Murcia en 1884, **José Pérez Mateos** se licenció en medicina en el año 1906 y se doctoró en 1908.

Fue una figura muy importante en su tiempo y tuvo un gran prestigio nacional.

Presidió la Organización Médica Colegial de España entre 1927 y 1936, e ingresó en la Real Academia de Medicina y Cirugía de Murcia el 18 de noviembre de 1928, presidiendo esta institución hasta el 16 de julio de 1956, cuando fallece.

Durante su labor como presidente de la Organización Médica Colegial impulsa y funda la mutualidad de médicos Previsión



Doctor José Pérez Mateos (FOTO CEDIDA).

Médica Nacional, que después ha continuado hasta nuestros días bajo el nombre de Previsión Sanitaria Nacional (PSN) para acoger a otros colectivos sanitarios. Esta entidad, en reconocimiento a su labor, creó una sociedad gestora que lleva su nombre para fundar la residencia de médicos de San Juan, en Alicante, y otros centros residenciales en Madrid y en Oviedo.

No sólo ejerció como gran especialista en otorrinolaringología sino que tuvo tiempo para dejar su impronta de musicólogo en la vida cultural murciana. En 1909 estrenó una sinfonía en Barcelona y fue fundador y primer presidente de la Academia

Alfonso X el sabio, y fundador del Conservatorio de Murcia, en 1919. También escribió sobre diversos temas: la función auditiva y el lenguaje sonoro, el genio musical y su localización cerebral, los cantos regionales, y un largo etcétera.

Al año de terminar sus estudios, en 1907, fundó la Gaceta Médica, que se difundió hasta 1916, año en el que se creó Politecnium.

Por todas estas labores humanísticas fue nombrado miembro correspondiente de la Academia de San Fernando y miembro honorario de la Asociación de Médicos Escritores.

También tuvo inquietudes

políticas que le llevaron a la Alcaldía de la ciudad de Murcia en 1921. A su llegada al ayuntamiento capitalino morían más de quinientas personas al año por enfermedades evitables, lo que hizo centrar su programa de gobierno en la sanidad.

De su feliz matrimonio con **Purificación López Hilla** nacieron siete niños, de los cuales el único varón también se decantó por la medicina. Hoy día continúa la saga medica y otorrinolaringología en sus nietos.

(*) RESUMEN EXTRAÍDO DE LOS TRABAJOS SOBRE HISTORIA DE LA MEDICINA MURCIANA REALIZADOS POR LOS ALUMNOS DE PRIMERO DE GRADO EN MEDICINA DE LA UCAM.

Nº RES 3050126

unidad de mama
HOSPITAL MESA DEL CASTILLO

Localiza lesiones más pequeñas

Imágen 3D para ubicación exacta

Más lesiones detectadas de forma precoz

Menos falsos positivos

Mínima radiación

@hospitalmesa www.mesadelcastillo.com

Tomosíntesis

Mamografía 3D

Único hospital de la Región con tecnología 3D: Tomosíntesis

Avalado: Sociedad Española de Senología y Patología Mamaria

Diagnóstico precoz del cáncer de mama

SABER CONSUMIR

PUBLIRREPORTAJE

Las personas mayores de sesenta años tienen más ventajas en el 'último viaje'

Con un 'contrato - reserva' optan a un servicio funerario completo pagando en cómodos plazos

Redacción (*)

Las personas mayores de sesenta años que, por el motivo que sea, no hayan contratado a lo largo de su vida un seguro de deceso, ahora pueden acogerse a la modalidad de 'contrato-reserva' que ofrece Servicios Funerarios Oeste.

Mediante este novedoso contrato se garantiza un servicio funerario completo, y se resuelve de por vida y a su gusto un enojoso problema que siempre tiene que afrontar familia. Muchas residencias de la tercera edad destacan en su normativa de admisión la necesidad de que el futuro residente cuente con un seguro de deceso.

Una de las ventajas de esta nueva modalidad de prima única es que resulta mucho más económica que las que ofrecen algunas aseguradoras (no todas lo hacen).

Además, el pago se puede efectuar al contado o bien prorrogarlo hasta dos años, en cómodos plazos, con un pequeño incremento de un 10 por ciento.

Este contrato de asistencia funeraria se actualiza anualmente con un 5 por ciento del impor-



Exterior del Tanatorio y Funeraria Oeste ubicado en (FOTOGRAFÍA CEDIDA POR SERVICIOS FUNERARIOS OESTE).

te contratado, pagando en una sola cuota, con lo que siempre se tiene garantizada la vigencia del mismo.

Incluso, si no se hubiera abonado alguna de las actualizacio-

nes y sucediese el deceso, bastaría con abonarla en ese momento para recuperar todo lo invertido. Esta es una diferencia muy significativa con respecto a los seguros de decesos en los que el

impago de una o más cuotas lo anula, por lo que el dinero que se haya pagado hasta la fecha es 'dinero tirado a la basura'.

Si tenemos en cuenta que la esperanza media de vida, ac-

tualmente, se cifra en torno a los 80 años, y normalmente los seguros decesos se contratan alrededor de los 40 años, resulta que pagamos nuestro entierro durante 40 años, lo que significa que hemos abonado casi el triple del capital asegurado. De ahí que surja, en multitud de ocasiones, la típica frase de los asegurados mayores: "yo ya me he pagado cuatro entierros".

Por tanto, parece ser que estos seguros sólo son rentables si se muere joven, o si durante algún tiempo cubren esa contingencia a los integrantes de la familia.

La nueva modalidad de Servicios Funerarios Oeste cubre un hueco en lo referente a la previsión de decesos y, sobre todo, resulta muy ventajosa para las personas mayores que no tengan un seguro en este sector o, incluso teniéndolo, están pagando unas cuotas excesivas.

Puede informarse con todo detalle a través de la página www.elultimoviaje.com o en el teléfono 968 88 92 92.

(*) Texto remitido por SFO

• VÁLIDO TAMBIÉN PARA ASEGURADOS. ¡BENEFÍCIENSE DE LA DIFERENCIA! •

HAGA SU RESERVA

El último viaje
Servicio funerario completo

NOSOTROS 990€

PRECIO MERCADO ~~2.900€~~

• Féretro nacional (3 modelos a elegir) • Sudario y sábana cubredifuntos • Acondicionamiento sanitario • Servicios de coche fúnebre.
• Tramitación de documentación • Arreglo foral • Sala de Velatorio en Tanatorio Oeste • Catering en sala para familiares.

TANATORIO Y FUNERARIA  Servicios Funerarios Oeste • T.: 968 88 92 92 • www.elultimoviaje.es

Financiamos su operación al 100%

Consúltenos



*¿problemas de movilidad?
¡podemos ayudarle!*

Plataformas salvaescaleras
Sillas salvaescaleras
Elevadores para viviendas unifamiliares

SERVICIO 24 H



☎ 968 12 41 21
www.valera.es • valera@valera.es



VETERANOS

PUBLIRREPORTAJE

Tuttiscooter presenta los últimos diseños de movilidad eléctrica para facilitar la vida

La firma, ubicada en Cartagena, ofrece asistencia postventa para el arreglo de todas las marcas

Redacción

Tuttiscooter, empresa líder en movilidad en la Región, apuesta por mejorar día a día su servicio postventa.

Si busca más independencia, en Tuttiscooter disponen de una amplia gama de scooters, sillas de ruedas eléctricas y ayudas técnicas para personas con problemas de movilidad.

La filosofía de Tuttiscooter es muy clara: "El cliente es lo primero; por ello, personalizamos la visita y le atendemos a domicilio con el producto precisado sin compromiso por su parte. No tenemos dudas que para una satisfacción total del cliente es necesario ver y probar lo que uno compra en el ámbito donde se utilizará el producto", asegura **Juan Jesús Páez**, gerente de la firma ubicada en Cartagena.

Por otro lado, muchos clientes tienen dificultades para reparar sus antiguas o nuevas scooter eléctricas, sillas de ruedas eléctricas y manuales, grúas, camas articuladas, etcétera, bien porque las compran fuera de la Región, o porque no pueden desplazarse.

Por ello, Tuttiscooter tiene un



Tuttiscooter recoge el producto de cualquier marca y se lo devuelve totalmente reparado (FOTOGRAFÍA SALUD21)



Técnicos de la empresa acuden al domicilio para recoger el producto

servicio técnico gracias al cual los operarios se desplazan a recoger el producto para tratar pequeñas averías, colocación de baterías, ruedas, etcétera y se lo devuelven totalmente reparado, ya sea de la firma de la empresa o de otras marcas. "Así nuestros clientes no tienen que depender de terceras personas para dejar el producto en la tienda y les dejamos un vehículo de sustitución", señala el gerente de la firma que sirve a toda la Región.

Pida su demostración gratuita del producto que necesite. Las instalaciones de Tuttiscooter se encuentran en la calle Alfonso X, el sabio, nº 6, de Cartagena, y sus teléfonos son: **968 957 795** y **616 566 981**. También puede ver la página www.tuttiscooter.com o resolver sus dudas enviando su mensaje al correo electrónico info@tuttiscooter.com.



La firma, ubicada en Cartagena, ofrece productos exclusivos con total garantía (FOTOGRAFÍA SALUD21).

Tramitamos sus recetas de la Seguridad Social

Tuttiscooter
porque tú puedes!

Empresa líder en la Región en movilidad

SCOOTERS Y SILLAS DE RUEDAS ELÉCTRICAS • SILLAS SALVA ESCALERAS Y ELEVADORES UNIFAMILIARES • GRÚAS • CAMAS ARTICULADAS • ORUGAS • ETC

Presupuesto sin compromiso • Financiación 100%

Llámenos y le visitaremos en casa con el producto que Ud. necesite

Servicio técnico a domicilio para todas las marcas

968 957 795
616 566 981

C/ Alfonso X El Sabio 30204 CARTAGENA (Murcia) info@tuttiscooter.com • www.tuttiscooter.com • fax 868 090 324

¿Has cogido kilos de más?
¿Te agobia la celulitis?

NUEVO
Pantalón anticelulítico adelgazante

Incorpora principios activos para combatir la celulitis y reducir la grasa con millones de microcápsulas que contienen: cafeína, vitamina B, aceite de cáñamo y aceite de soja

PROPIEDADES

- No hace peeling
- No se encoge
- No pierde el color
- Sus fibras no se desgastan
- No pierde su forma
- Estira hasta el 40% de su tamaño original
- Da soporte donde se necesita
- Plenamente transpirable
- Secado más rápido que el algodón

TALLAS

- extra pequeña - XP
- pequeña - P
- mediana - M
- grande - G
- supergrande - SG

66,70€

Promoción exclusiva para los lectores del periódico SALUD21
Llama ahora y haz tu reserva: 968 904 666 - 664 039 854

VETERANOS

PUBLIRREPORTAJE

Sin problemas para subir escaleras

La empresa Valera Sistemas de Elevación elimina las barreras arquitectónicas de las personas con movilidad reducida o impedidas mediante la ayuda de las versátiles 'sillas salvaescaleras'

Redacción

Uno de los principales problemas que se encuentran a su alrededor las personas con movilidad reducida o en silla de ruedas son las escaleras en edificios públicos o en su propia vivienda. Coches aparcados en pasos de cebra, motos estacionadas en las aceras o farolas mal colocadas son algunos ejemplos de las barreras arquitectónicas que se encuentran.

Sin embargo, en el mercado encontramos aparatos que salvan esos obstáculos y ayudan a moverse con independencia. Este es el caso de las sillas salvaescaleras, una de las opciones más versátiles en cuanto a instalación y con un coste mucho menor que otras soluciones.



Prototipos de asientos que se desplazan para poder subir las escaleras (VALERA).

La empresa **Valera Sistemas de Elevación, S.L.**, de Cartagena (968 124 121) lleva 15 años elimi-

nando los impedimentos arquitectónicos y está especializada en la distribución y comercialización

de aparatos salvaescaleras y elevadores.

Es cierto que las necesidades de cada persona son distintas y los tipos de escaleras también. De ahí que esta empresa murciana se adapte a cada situación. Si se dispone de una escalera curva o con cambio de pendiente, el modelo adecuado de salvaescaleras es el Flow II y V-53, unas de las pocas sillas que realizan todo tipo de curvas e ir en horizontal. Este giro es totalmente seguro para el usuario, ya que pone los pies en la meseta y no entre los escalones. Además, el giro del asiento puede ser manual o eléctrico, dependiendo del modelo. Si, por el contrario, existe una escalera recta el prototipo se desplaza por un riel y gira sobre el

eje de la meseta incorporada para desembarcar.

Las sillas salvaescaleras se desplazan por un rail sujeto al suelo, ocupando muy poco espacio en todo el recorrido de la escalera. El desplazamiento de la silla se realiza mediante un mando situado en un reposabrazos y son siempre de pulsación constante. Cuentan con medidas antiatrapamiento, convirtiéndose en uno de los productos más seguros en este ámbito. La silla salvaescaleras se puede dejar en descanso tanto en la parte superior como inferior de la escalera, y puede plegarse para dejar más espacio a otros usuarios.

La instalación de la silla es rápida: en 48 horas estará lista.



La cirugía que usted se merece
desde **50€ al mes**
o 12 meses sin intereses

Estamos en:

MURCIA c/ Teniente Gnral. Gutiérrez Mellado, s/n, edif. Puerta Nueva - 968 271 735

CARTAGENA c/ Juan Fernández, 7 - 968 502 323

ARCHENA Clínica Virgen de la Salud c/ Juan José Marco, 14 - 968 671 501

ÁGUILAS Clínica Oftalmológica Mare Avenida Juan Carlos I, 53 - 620 019 090

MOLINA DE SEGURA Clínica Vega Media c/ Dr Ricardo Cano, 10 - 968 610 010

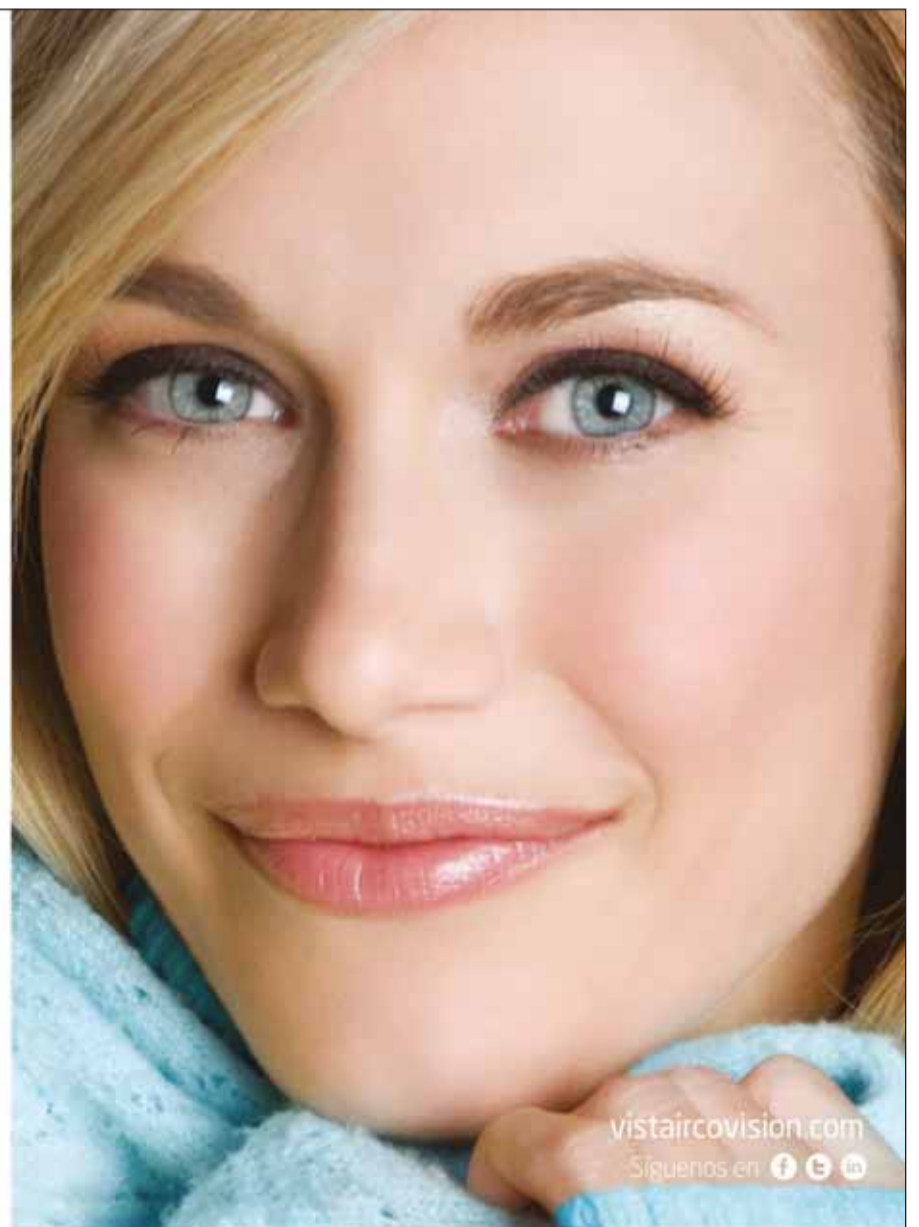
CARAVACA DE LA CRUZ Clínica Cesanor c/ Puente Molino, 2 - 968 700 470

ALTORREAL Clínica Altorreal Avenida de los Castaños, 28B - 968 618 565

YECLA Clínica Vista Rahhal c/ San Pascual, 13 - 968 790 300

Otras clínicas del Grupo Vista:

A Coruña, Almería, Badajoz, Baleares, Granada, Hellín, Lugo, Madrid, Barcelona, Cádiz, Málaga y Valencia



vistaircovision.com
Síguenos en   

COMER SANO

La agricultura ecológica pisa el acelerador en los campos de la Región de Murcia

Son alimentos ideales para estar sanos y nutridos al carecer de sustancias químicas

Redacción

La agricultura ecológica está regulada en Europa por una estricta norma que contempla los controles que se deben realizar sobre los alimentos en lo referido a la producción, importación, transformación y etiquetado.

Una gran ventaja es que se trata de una norma común para toda Europa y con acuerdos de equivalencia con importantes países consumidores (EEUU, Canadá, Suiza, Japón). Significa que un alimento ecológico producido en la Región se puede comercializar en todos estos mercados sin requisitos adicionales.

Beneficios

Los alimentos ecológicos tienen múltiples beneficios, que podemos resumir en dos grandes categorías. Por un lado, los 'beneficios para el medio ambiente', puesto que no se liberan al medio sustancias químicas (fitosanitarios, fertilizantes de síntesis, transgénicos, etcétera) que puedan originar contaminación de suelos y aguas.

Por otro, son 'beneficiosos para la salud', pues los productos que ingerimos con estas características están libres de sustancias químicas que puedan perjudicar al organismo.

En el ámbito de la producción vegetal, nuestra Región goza de muy 'buena salud'. Somos la primera Comunidad en porcentaje de agricultura ecológica cultivada frente a la super-



Los cultivos ecológicos están libres de sustancias químicas lo que evita la contaminación (FOTOGRAFÍA CEDIDA POR CAERM).

IDENTIFICACIÓN

© Todos los alimentos ecológicos deben identificarse con las palabras ecológico, biológico u orgánico, o los términos ECO o BIO, y acompañados del logotipo europeo de la producción ecológica (un rectángulo verde con una hoja formada por estrellas). También debe aparecer el código del organismo de control que certifica el alimento (por ejemplo ES-ECO-024-MU) y justo debajo el origen de las materias primas. También puede llevar el logotipo del organismo de control que los certifica (CAERM).



Los productos ecológicos son beneficiosos para el medio ambiente (CEDIDA).

ficie agraria útil (10%). En 2012 había certificadas 59.578 hectáreas, en donde el principal cultivo son los frutos secos (almondro) con un 41,67%, cultivos herbáceos (27,67%) y el viñedo (17,52%). Con menor superficie, pero con un gran interés económico, se encuentran las hortalizas (3,06%), los cítricos (1,52%) y los frutales (0,88%). En ese mismo año, el mayor crecimiento lo mostraron los cultivos de cítricos (25,91%) y las hortalizas (14,22%).

La superficie ecológica se reparte entre las comarcas del Altiplano (33%), el noroeste (23%) y Valle del Guadalentín (21%). Asimismo, sólo hay dos granjas de producción de caprino de leche y una de ovino de carne.

Además, en 2012 se certificaron 234 industrias (un 11,43% más respecto a 2011). Los principales sectores abarcan la manipulación y envasado de productos hortofrutícolas frescos, bodegas y embotelladoras de vinos, manipulación y envasado de frutos secos, almazaras y/o envasadoras de aceite y conservas, semiconservas y zumos vegetales.

En cuanto al consumo nos encontramos en la media nacional, muy por debajo de otros países de la Unión Europea, pero la tendencia de los últimos años es de crecimiento.

(*) Remitido por el Consejo de Agricultura Ecológica de la Región

La forma más natural de llegar a ti,
tanto por dentro como por fuera.

Región de Murcia

CAERM
Garantía de control.

CONSEJO DE AGRICULTURA ECOLÓGICA
ES-MU-AE
REGIÓN DE MURCIA

Avda. del Río Segura, 7. 30002 MURCIA
Tel: 00 34 968 35 54 88
Fax: 00 34 968 22 33 07
e-mail: info@caermurcia.org
www.caermurcia.com

COMER SANO

Un híbrido del brócoli es anticancerígeno y previene dolencias cardiovasculares

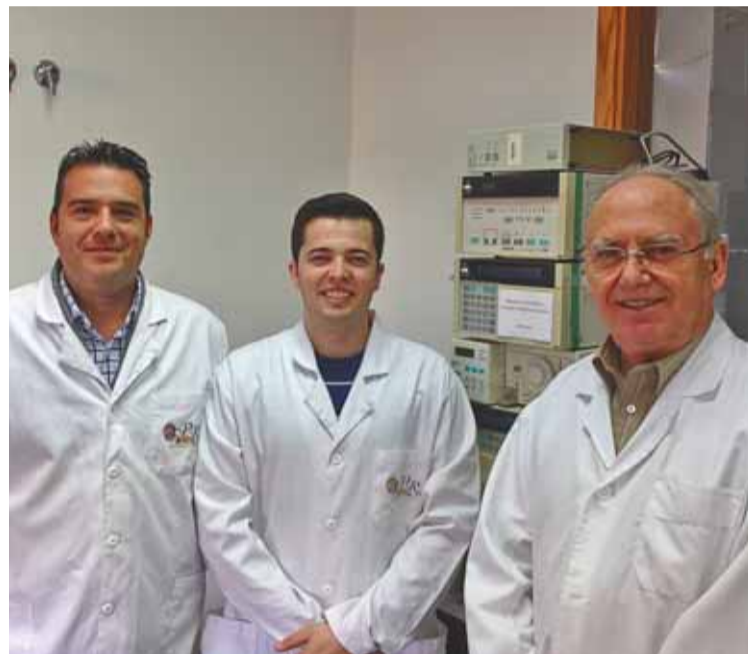
Investigadores agrónomos de Cartagena han desvelado las características del producto 'bimi'

📄 **Ángela de la LLana**

Investigadores de la Escuela Técnica Superior de Ingenieros Agrónomos (ETSIA) y del Instituto de Biotecnología Vegetal (IBV) de la Universidad Politécnica de Cartagena (UPCT) han comprobado que un híbrido del brócoli tiene un gran interés bioactivo, ya que tiene propiedades anticancerígenas, antioxidantes, antiinflamatorias y es capaz de prevenir enfermedades cardiovasculares y evitar la formación de cataratas, todo ello gracias a una sustancia llamada 'bimi'.

Se trata de un nuevo híbrido natural del brócoli; es una variedad que sólo se cultiva en la Región de Murcia, pero que apenas se comercializa en el resto de España.

Entre sus propiedades destaca la riqueza de sus compuestos bioactivos, que son supe-



De izq. a dcha. Francisco Artés, Ginés Benito Martínez y Francisco Artés Calero (CEDIDA)

riores a los de otras hortalizas, como el brócoli convencional, la coliflor o la col.

Esta particular y especial hor-

taliza (bimi) tiene un pequeño florete similar a los del brócoli común y un tallo tierno similar a un espárrago. Su sabor es más

suave y dulce que el del brócoli convencional, lo que le hace un producto excelente para ser consumido tanto crudo, en ensaladas, snacks o cocinado.

Los trabajos de este estudio se han desarrollado en el grupo de postrecolección y refrigeración (GPR) del departamento de ingeniería de los alimentos de la ETSIA-UPCT, a través de la tesis doctoral 'Innovative minimal processing of mini broccoli for keeping quality and safety and enhancing bioactive compounds', realizada por **Ginés Benito Martínez Hernández** y dirigida por los doctores **Francisco Artés Calero** y **Francisco Artés Hernández**.

La tesis doctoral también ha estudiado el aprovechamiento de los nutrientes del bimi que realiza el organismo humano. Para ello se ha realizado un ensayo clínico, en colaboración

con la unidad de nutrición del hospital general universitario Reina Sofía, de Murcia, en el que se ha concluido que ciertos compuestos anticancerígenos, propios de este nuevo brócoli, reportan una alta absorción entre los voluntarios.

En esta tesis se ha estudiado, igualmente, el efecto de diversos tratamientos de procesado mínimo y de preparación culinaria sobre los mencionados compuestos saludables en su preparación como producto listo para comer, tipo ensaladas (de 'cuarta gama'), o cocinado listo para consumir como producto denominado de 'quinta gama'.

Además de las propiedades citadas, el bimi contiene nutrientes esenciales para la salud como el calcio, la fibra, las proteínas y los ácidos grasos como el linolénico, según destacaron los investigadores.

LA RECETA



Debe dejar la lasaña en la nevera media hora para que tome consistencia (S21).

Lasaña de primavera

INGREDIENTES

- 1 paquete de placas de lasaña
- 12 palitos de cangrejo picados
- 4 huevos duros picados
- 8 cucharadas de salsa rosa
- 4 láminas de jamón york cortado a tiras
- 8 gambas peladas precocidas

PREPARACIÓN

- 1º) Hidratar las placas de lasaña, según las instrucciones del envase. Mezclar los palitos de cangrejo con la salsa rosa. En una fuente poner una placa de lasaña e ir alternando capas: palitos de cangrejo con salsa rosa, otra de huevo picado y otra de jamón york cortado

a tiras muy finas. Continuar hasta terminar.

2º) En la última placa poner una capa de salsa rosa y decorar con gambas peladas y el huevo duro picado. Dejar reposar en la nevera media hora antes de servir para que tome consistencia.

El fuet Imperial de ElPozo es único. Porque está elaborado siguiendo una receta original, por su exclusivo proceso de curación, por su forma especial, pero, sobre todo, por su sabor. Un sabor Imperial y único.

Hay muchos fuets, pero sólo un sabor Imperial.

www.elpozoinperial.com

LA BOTICA

Nuevo tratamiento alternativo para los pacientes con asma

El medicamento está indicado para niños de 2 a 5 años

Agencia

El nuevo antiestamínico *montelukast* (del laboratorio Normon) está indicado en el tratamiento del asma persistente como terapia adicional en pacientes de entre 2 y 5 años de edad no controlados adecuadamente con corticosteroides inhalados.

Este nuevo fármaco puede ser una opción alternativa para aquellos pacientes que no tienen un historial reciente de ataques de asma graves, que hayan requerido el uso de corticosteroides orales y hayan demostrado que no son capaces de utilizar los inhalados.

Este medicamento también está indicado en la profilaxis del asma a partir de los 2 años de edad, cuando el componente principal sea la broncoconstricción inducida por el ejercicio.

El producto se vende en comprimidos recubiertos, comprimidos masticables y sobres.



Se comercializa en comprimidos recubiertos, comprimidos masticables y sobres



PSICÓLOGA ENCARNI MEROÑO Especialista en terapia de parejas

TERAPIA DE ADULTOS

Patrocina las farmacias de guardia

c/ Jabonerías, 2, 1ª Murcia. Clínica San Bartolomé. Móvil: 657 548 249

<http://www.facebook.com/psicologa-encarni-meroño-sánchez> <http://psicologiaenmurcia.wordpress.com/>

Nº col: 02489

FARMACIAS DE GUARDIA

DEL 8 AL 21 DE ABRIL

Murcia

- > Día 8
c/ Francisco Noguera, 3 (Beniaján)
Avenida Juan Carlos I, s/n (Santo Ángel)
- > Día 9
c/ Martínez de la Rosa (Cabezo de Torres)
c/ Constitución, 7 (Javalí Nuevo)
- > Día 10
c/ Mayor, 43 (Puente Tocinos)
Carretera de Cotillas, 71 (Javalí Nuevo)
- > Día 11
c/ Mayor, 415 (El Raal)
c/ Guadalupe de Extremadura (Guadalupe)
- > Día 12
Avenida Monte Azahar, 4 (Beniaján)
c/ Jardín, 7 (Sangonera la Verde)
- > Día 13
c/ Fabián Escribano, 35 (Beniaján)
Plaza Virgen de Loreto, 2 (Algezares)
- > Día 14
Carretera de Beniaján, 92 (Beniaján)
c/ Subida del Valle, 1 (La Alberca)
- > Día 15
c/ Mayor, 125 (Puente Tocinos)
c/ Mayor, 124 (Sangonera la Verde)
- > Día 16
c/ Bando de la Huerta, s/n (Alquerías)
Avenida I de Mayo, 141 (El Palmar)
- > Día 17
c/ del Carmen, s/n (Cabezo de Torres)
c/ Gloria, 97 (El Palmar)
- > Día 18
c/ Mayor, 17 (Beniaján)
Avenida de San Ginés, 96 (San Ginés)
- > Día 19
c/ Constitución, 117 (Monteagudo)
c/ Mayor, 59 (El Palmar)
- > Día 20
c/ Mayor, 90 (Los Ramos)

- c/ Santa Elena, 2 (Javalí Viejo)
- > Día 21
c/ Manuel Escudero, 2 (Torreagüera)
c/ Camino de los Garres, 10 (Murcia)

Cartagena

- > Día 8
c/ Gema, 40
- > Día 9
c/ Submarino, 23
- > Día 10
Avenida de Colón, 132
- > Día 11
Plaza Padre Marín, 12
- > Día 12
Carretera de Media Sala, 34
- > Día 13
c/ Picos Urbión, s/n
- > Día 14
Avenida San Juan Bosco, 15 (Los Dolores)
- > Día 15
c/ Ramón y Cajal, 120
- > Día 16
Avenida Reina Victoria, 46
- > Día 17
c/ Submarino, 71
- > Día 18
c/ Ribera de San Javier, s/n
- > Día 19
c/ Carmen Conde
- > Día 20
c/ Levante, 24
- > Día 21
c/ Alfonso XIII, 13 (Los Dolores)

Alcantarilla

- > Día 8
c/ Mayor, 53
- > Día 9
c/ Mayor, 202

- > Día 10
c/ Mayor, 66
- > Día 11
c/ Camino de los Romanos, 19
- > Día 12
c/ Mayor, 134
- > Días 13, 14 y 19
c/ Alfonso Pacheco, 1
- > Día 15
Avenida San José Obrero, 11
- > Día 16
c/ Mayor, 87
- > Día 17
Avenida Ejército del Aire, s/n
- > Día 18
c/ Museo de la Huerta, 11
- > Días 20 y 21
c/ Mayor, 138

Mar Menor

- > Días del 8 al 14
Plaza A. Asensio, 28 (El Algar)
- > Días del 15 al 21
c/ Castelar, 25 (El Algar)

Cieza

- > Días 8 y 18
Paseo, 19
- > Días 9 y 19
c/ Buen Suceso, 23
- > Días 10 y 20
c/ Cadenas, 19
- > Días 11 y 21
c/ Juan Pérez, 52
- > Día 12
Camino de Murcia, 2
- > Día 13
c/ Numancia, 48
- > Día 14
Avenida de Abarán, 32

- > Día 15
c/ Gran Vía, 7
- > Día 16
c/ Federico García Lorca, 16
- > Día 17
Avenida de Italia, 22

Molina de Segura

- > Días 8 y 18
Avenida de Madrid, 92
- > Días 9 y 19
Plaza Pedro Gómez Palazón
- > Días 10 y 20
c/ Mayor, 129
- > Días 11 y 21
c/ Mayor, 18
- > Día 12
c/ Pasos, 69
- > Día 13
Avenida de Madrid, 34
- > Día 14
c/ Ramón y Cajal, 3
- > Día 15
c/ Caridad, 7
- > Día 16
c/ Picasso, 8
- > Día 17
c/ Mayor, 80

Lorca

- > Días del 8 al 11 y del 19 al 21
c/ Fulgencio Martínez, s/n
- > Días del 12 al 18
c/ Sastra, s/n

Yecla

- > Días 8 y 20
c/ Ramón Gómez de la Serna, 5
- > Días 9 y 21
c/ Camino Real, 33

- > Día 10
c/ Cruz de Piedra, 37
- > Día 11
c/ San Luis, 32
- > Día 12
c/ Niño Jesús, 25 y 27
- > Día 13
c/ Juan Ortuño, 42
- > Día 14
c/ Colón, 12
- > Día 15
c/ España, 2
- > Día 16
c/ San José, 45
- > Día 17
c/ Rambla, 53
- > Día 18
Avenida de la Paz, 85
- > Día 19
c/ Esteban Díaz, 66

Todos los días 24 horas

- > Murcia
c/ Alfonso Palazón Clemares, Zig Zag.
c/ Ronda de Garay, 37
Avenida Libertad, edificio Cónsul.
c/ Miguel Hernández, s/n
- > Cartagena
c/ Juan de la Cosa, 7
Alameda San Antón, 16
- > Lorca
Plaza del Trabajo, 1 - La Viña
Alameda Ramón y Cajal, 8
- > Santiago de la Ribera
c/ C. Castillo, esquina c/ Garzón

MIRARSE AL ESPEJO

La primavera agrava el eczema

Los dermatólogos aconsejan utilizar productos cosméticos y de uso personal hipoalergénicos y libres de fragancias que eviten la irritación de la piel

Agencia

Con llegada de la primavera aparecen algunos problemas como las alergias, el cansancio, la caída estacional del cabello o la aparición de eczemas.

Este trastorno de la piel suele picar mucho y, además de enrojecimiento, en los casos más graves pueden aparecer ampollas o vesículas.

Los dermatólogos avisan de que las consultas por este problema en la piel se ha llegado a triplicar en las últimas décadas. (entre el 10 y el 20% de la población en los países industrializados lo padece).

A los factores genéticos y personales que ya se conocían, los médicos apuntan actual-



Es recomendable que use productos cosméticos hipoalergénicos (FOTO AGENCIA).

mente como una de las principales causas del alarmante crecimiento del número de pacientes con eczema a los aspectos medioambientales, como la contaminación ambiental, el humo de tabaco, el polvo doméstico, los sistemas de refrigeración o la caspa de los animales, entre otros. Los más importantes son, al parecer, la presencia de los ácaros del polvo, los epitelios de animales, pólenes y hongos; por eso, durante la primavera el número de eczemas aumenta.

La doctora **Ana Rita Rodríguez**, dermatóloga y miembro de la AEDV (Academia Española de Dermatología), aclara algunas cuestiones clave sobre

los distintos tipos de eczema y su tratamiento.

Los eczemas pueden ser de dos tipos: los que se producen por contacto con algún elemento irritativo (se llaman exógenos) y los de carácter endógeno (que no se producen por contacto) como ocurre con la dermatitis atópica o la dermatitis seborreica.

Tras realizar el diagnóstico, el dermatólogo pauta un tratamiento médico para el eczema.

No obstante, los dermatólogos insisten en que es fundamental poner en práctica medidas preventivas a nivel individual y colectivo para atajar este problema. Se recomienda utilizar productos cosméticos y de uso personal hipoalergénicos y libres de fragancias u otras sustancias irritantes.

También es importante tener la menor exposición posible a sustancias químicas en el ámbito laboral y evitar, en la medida de lo posible, los sistemas de refrigeración y los ambientes secos con baja humedad.

¿ACCIDENTES?

Elige bien

¿Sabías que si sufres un accidente puedes elegir el centro sanitario donde tratarte porque está cubierto por tu seguro? Elige Centro Médico Virgen de la Caridad. Porque tienes la mejor tecnología y los mejores profesionales a tu disposición. Porque nuestra experiencia en el trato de más de 100.000 lesionados nos avala. Porque lo importante eres tú y tu salud.

UNIDAD DE LESIONADOS DE TRÁFICO

Centro Médico
Virgen de la Caridad

Tel.: 968 321 341 • Fax: 968 516 991
unidadlesionados@cmvcaridad.com
www.cmvcaridad.com

CARTAGENA C/ Jorge Juan, 30 • FUENTE ÁLAMO C/ Lorca 30, bajo • MURCIA C/ Olof Palme, 9-11 bajo • SAN JAVIER Avda. Balsicas, 23

LA CONTRA

Un desván de recuerdos en Murcia

El auditorio Víctor Villegas acoge del 19 al 21 de abril el primer desembalaje de antigüedades en donde se ofrecerán objetos de más de 40 años a través de 30 expositores de diferentes provincias

Redacción

Un total de 30 expositores de diferentes provincias españolas se reunirán, del 19 al 21 de abril, en Murcia, para ofrecer al público un sinfín de artículos de todos los precios para los amantes de las antigüedades, coleccionistas, profesionales y curiosos.

El Auditorio y Centro de Congresos Víctor Villegas, en Murcia, abrirá sus puertas para comprar y vender todo tipo de objetos valiosos. Durante ese fin de semana (de viernes a domingo, ambos incluidos), podrán encontrar, tocar y mirar desde discos, muebles, porcelanas, pintura y joyas hasta ropa vintage.

El primer desembalaje de antigüedades, organizado por la empresa **Nougrupfiral**, le invita



El primer desembalaje de antigüedades contará con 30 expositores de diferentes provincias (CEDIDA POR NOUGRUPFIRAL).

a esta cita obligada del arte antiguo. Empezará el viernes desde las 17.00 hasta las 21 horas, y el sábado y domingo estará abierto desde las 10:30 a las 14.30 y de 16.30 a las 21 horas.

La entrada cuesta 3 euros, un precio simbólico que permite que las instalaciones no se masifiquen y quienes accedan tengan realmente inquietudes por el arte y el coleccionismo.

Para compensar el precio de la entrada se realizará un sorteo diario a las 20:45 horas.

Los organizadores del evento, **Ángel Moix** y **M^a Cruz Madrid**, esperan una buena acogida de la iniciativa, y desean que Murcia se convierta en un referente anual en la venta de antigüedades.

 **imfer**
instituto murciano de fertilidad
Nº Registro Sanitario: 31100090 · Nº Colegiado: 3002704

**1ª VISITA
GRATIS**

Inseminación Artificial
Fecundación in Vitro
Microinyección Espermática
IMSI
Donación y Vitricación de Óvulos
Diagnóstico Genético Preimplantacional
Ginecología y Obstetricia
Andrología
Ecografía 4D
Laparoscopia e Histeroscopia
Programa de Atención Integral a
Pacientes Extranjeros