

# MASQUE SALUD



ENTREVISTA A JOSE BERASO DIRECTOR GENERAL DE GASTERNA

RELACION ALIMENTACION Y ENVEJECIMIENTO

ESTRATEGIAS DE ENVEJECIMIENTO Y BIENESTAR

CONSEJOS PARA UN ENVEJECIMIENTO SANO

LA DIETA MEDITERRANEA Y EL ENVEJECIMIENTO

EL MITO DE LA DIETA MEDITERRANEA

ENTREVISTA A JOSE BERASO DIRECTOR GENERAL DE GASTERNA

LA DIETA MEDITERRANEA Y EL ENVEJECIMIENTO

LA DIETA MEDITERRANEA Y EL ENVEJECIMIENTO

# Aseguramos tu salud sin límite de edad

## DKV Selección

Con DKV Selección tendrás cubierta la asistencia primaria, la atención de especialistas y los ingresos hospitalarios. Además, podrás disfrutar de acuerdos con los principales hospitales y de una red de médicos especialistas muy cerca de ti.

- Cobertura dental franquiciada gratuita.

**A partir de  
33 euros/mes**

Consulta las coberturas y los centros concertados en nuestra web.

### DKV Alicante

Reyes Católicos, 17  
965 134 575  
mariateresa.arcones@dkvseguros.es

### DKV Murcia

Avda. Ronda Norte, 14  
968 274 810  
yolanda.capel@dkvseguros.es

## Primas

Edad	Mensual	Trimestral	Semestral	Anual
Hasta 49 años	33	96,24	188,80	368,39
De 50 a 64 años	63	183,73	360,44	703,29
De 65 a 75 años	93	271,22	532,07	1.038,19
A partir de 76 años	115	335,38	657,94	1.283,79

Copago por acto médico: 3 euros (impuestos incluidos).  
Copago gratuito en pólizas con 4 asegurados o más.



# ÍNDICE

## REVISTA GRATUITA

Salud, belleza y bienestar  
Nº 50 Julio - Septiembre 2019

## FOTÓGRAFOS Y AGENCIAS QUE HAN COLABORADO CON SUS TRABAJOS EN LAS PORTADAS DE MÁS QUE SALUD, A LO LARGO DE SUS 50 REVISTAS:

Studio Gia fotografía  
Hervás & Archer  
David Murillo  
Alberto Rivas  
Jerónimo Álvarez  
Patricio Gastón  
Símbolo Ingenio Creativo  
Maye Díaz  
Vera Yin Yang  
Hoy es el día

**REVISTA: MÁS QUE SALUD. DIRECTORA:**  
ANA ESPADAS. MÁS QUE SALUD NO SE  
HACE RESPONSABLE DE LA OPINIÓN DE  
SUS COLABORADORES EN SUS TRABAJOS  
PUBLICADOS. NI SE IDENTIFICA NECESA-  
RIAMENTE CON LA OPINIÓN DE LOS MIS-  
MOS. ASIMISMO, LA RESPONSABILIDAD  
DE LA INFORMACIÓN VERTIDA EN CADA  
ARTÍCULO ES DE SU AUTOR. DEPÓSITO  
LEGAL\_A-1101-2006. **IMPRESIÓN:** JIMÉ-  
NEZ GODÓY. **CONTRATACIÓN PUBLICIDAD:**  
info@masquesalud.com

[WWW.MASQUESALUD.ES](http://WWW.MASQUESALUD.ES)

2 DKV Selección

### MÁS QUE SALUD · 12 AÑOS CONTIGO

4 Portadas revista Más Que Salud

5 ¡Nació en un hospital, pero no  
era un bebé!

6 Entrevistas y noticias

8 Avances médicos que han mejorado  
nuestra salud

10 A la cabeza de Europa en  
Reproducción Asistida · IVF-Spain

11 Vissum

12 Rezum: tratamiento con vapor de  
agua para reducir la hiperplasia  
benigna de próstata · Dr. Lloret

13 Atención Integral a la Mujer, al Niño y  
al Adolescente en el Hospital Vithas  
Medimar Internacional

14 Problemas en el pie como Juanetes  
y Dedos en Martillo tienen una solu-  
ción permanente · Clínica San Román

15 Instituto Materno Infantil

16 Quirónsalud Alicante, abre sus  
puertas con la vocación de ofrecer  
una atención sanitaria integral,  
individualizada y de calidad

18 ¿Cuál es el tratamiento más efectivo  
para combatir la obesidad? · Ilahy

19 Cadera y Artroscopia · Dr. Gimeno

20 Cirugía plástica y cirugía estética,  
¿qué ha cambiado en estos últimos  
10 años? · Silfid'

22 Radiofrecuencia para curar  
hemorroides · Dr. Rocamora

23 Un grupo médico y humano a  
tu disposición en Gran Alacant ·  
Salvum Clinic

24 Hospitales Universitarios de  
Torrevieja y Vinalopó

26 VELASHAPE II: Tratamiento de  
remodelación corporal y celulitis ·  
Dr. Salvador

27 Instituto Bernabeu, Programa de  
Garantía de Embarazo 100%.  
Compromiso total con el paciente

28 Expertos en casos dentales  
complejos · Clínica Perio&Implant

30 Clínica Baviera

31 ¿Cuál es la edad ideal para conge-  
lar tus óvulos si decides retrasar tu  
maternidad? · UR HLA Vistahermosa

32 Rotura del menisco · Dr. Calderón

33 Clínica Alcaraz incorpora nuevas  
tecnologías para el tratamiento de  
las enfermedades periodontales y  
periimplantarias

34 Patología respiratoria del sueño en  
niños · Dr. Mangada

35 Centro Médico Extempore

36 Bienvenido a tu nueva sonrisa:  
ortodoncia que no se nota ·  
The Smile Shop

37 Ozonoterapia y micrograpas contra el  
dolor de espalda · Dr. Alborn

38 La responsabilidad en los servicios  
sanitarios · Francisco Lavale

39 #MasDietaMediterranea

40 Entrevista al rector de la Universidad  
de Alicante · Manuel Palomar

42 Las virtudes de la dieta mediterránea  
y el turrón de Jijona y Alicante como  
parte integrante de ella · Consejo  
Regulador del Turrón

44 Villa Antonia · Gastronomía Alicantina

46 Tescoma · Espaguetis de calabacín y  
gambas

47 Bodegas Francisco Gómez

48 Carmencita

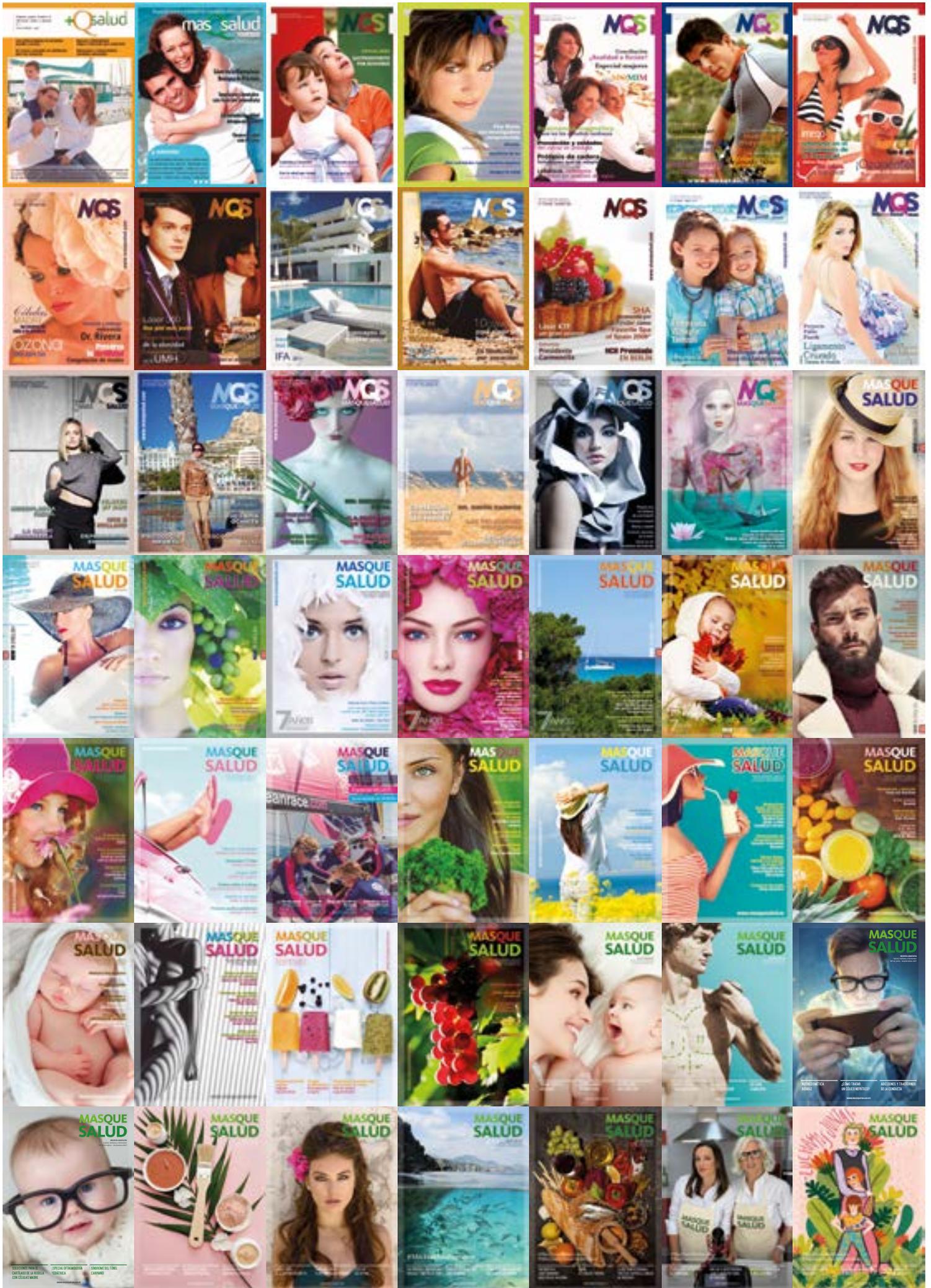
49 Chef Maestro

50 El verano llega a Bonalba Golf

51 Bocopa

52 Clínicas de Tratamiento de  
Adicciones · Triora





# ¡NACIÓ EN UN HOSPITAL, PERO NO ERA UN BEBÉ!

¡Nació en un hospital, como la mayoría de los bebés... pero nuestra criatura no era de carne y hueso, era una revista y se llamó Más Que Salud!

Después de 50 números publicados y 13 años de trabajo duro, nuestro bebé ha crecido y quiero dar las gracias a todas las personas que han formado parte del equipo y que han ayudado, de una manera u otra, a que haya llegado hasta donde está hoy.

**ASÍ FUE EL PARTO:** Un día cualquiera, desayunando en un hospital de Alicante con un grupo de médicos, la conversación sobre publicidad y comunicación derivó en: "No hay ninguna revista especializada en la provincia de Alicante que hable sobre medicina y salud". Ese fue el comienzo, yo había regresado a Alicante después de algunos años fuera, y me lo tomé en serio, como un reto personal: "Es fácil, se me ocurren varias ideas", les contesté. ¡Y me puse en marcha!

**EN RESUMEN,** quisiera agradecer a todas las personas que he conocido, con las que he trabajado y colaborado: médicos, investigadores, profesores, diseñadores, periodistas, fotógrafos, gestores, proveedores, asociaciones, ONG's, profesionales, directores de marketing...

A todos, gracias por su aportación a Más Que salud y a su directora a lo largo de estos años. Es totalmente cierto que sin vosotros no habiéramos llegado hasta este punto.

Gracias por el apoyo durante este tiempo, en la salud y en la enfermedad, ya sabéis por qué lo digo.

*Ana Espadas*

**Directora**

*"La verdadera actitud hoy es rebelarse con la motivación más arrolladora que existe: Creer en uno mismo y en su valía"*

Alicia Antón



# 12 años contigo

RESUMIMOS ALGUNAS DE LAS ENTREVISTAS Y NOTICIAS PUBLICADAS POR MÁS QUE SALUD A LO LARGO DE ESTOS AÑOS

## CULTURA, DEPORTE Y SOCIEDAD



Nº 02 [ABR · JUL 2007]

### EL TEATRO PRINCIPAL CUMPLE 160 AÑOS

En el nº 2 de Más Que Salud entrevistamos a María Dolores Padilla, por entonces directora Gerente del Teatro Principal de Alicante.

El Teatro Principal cumplía 160 años y nuestra revista tuvo el placer de celebrarlo en sus páginas.



Nº 07 [JUL · SEP 2008]

### ALICANTE SE CONVIERTE EN EL PUERTO DE SALIDA POR PRIMERA VEZ DE LA VOLVO OCEAN RACE

Nuestra revista Nº7 se hizo eco de la décima edición de la vuelta al mundo en vela (2008-2009), primera en Alicante, donde tuvimos ocasión de entrevistar a Sergio Campos, expresidente de la

Autoridad Portuaria de Alicante.

### Volvo Ocean Race en femenino

A lo largo de los años hemos seguido de cerca la trayectoria de esta prueba deportiva, convirtiéndose incluso en la protagonista de nuestra portada nº 31 (octubre-diciembre 2014). En ella aparece el primer equipo femenino de la historia: Team SCA.



Nº 14 [JUL · SEP 2010]

### PROYECTO PABLO PINEDA

En 2010 se puso en Marcha en Alicante el proyecto pionero Pablo Pineda, cuyo objetivo era concienciar y fomentar la inserción laboral de personas con discapacidad intelectual en la provincia.

Más Que Salud se interesó por este innovador proyecto y entrevistó a Pablo, quien nos habló sobre la red Pineda, así

como sus planes de futuro. Por entonces el propio Pablo nos contaba que compaginaba sus estudios con la promoción de la película "Yo, también", por la cual obtuvo el galardón de la Concha de Plata al Mejor Actor (San Sebastián). El malagueño, además de ser el primer actor español con Síndrome de Down en ganar este premio, también es el primer licenciado europeo con Síndrome de Down en terminar una carrera (magisterio).



Nº 05 [ENE · MAR 2008]

### ESPECIALES SOBRE MUJERES

Nuestro primer especial dedicado exclusivamente a la mujer tuvo lugar allá por 2008, en el nº 5 de Más Que Salud, concretamente: especial mujer: conciliación laboral y personal.

A lo largo de los años hemos mantenido la tradición, publicando "especiales" dedicados a la figura femenina, con el

Nº 31 [OCT · DIC 2014]

Nº 49 [ABR · JUN 2019]

objetivo de poner en valor el papel de la mujer en la sociedad, tanto en el terreno familiar como profesional. Así como mostrar nuestro compromiso por una sociedad más fuerte y justa.

Prueba de ello es el último número de Más Que salud. En éste dedicamos nuestra portada, ilustrada por Vera Ying Yang, a la mujer; además de encontrar en su interior el especial "Mujeres que hablan de mujeres".

MENS SANA IN CORPORE SANO



Nº 04 [OCT · DIC 2007]

**PILAR MATEO, LA CIENTÍFICA VALENCIANA QUE SALVA VIDAS CON PINTURA**

En el nº4 de Más Que Salud entrevistamos a Pilar Mateo. Pilar nos explicó cómo surgió la idea de Inesfly, una pintura insecticida capaz de controlar la propagación de enfermedades endémicas (dengue, malaria, zika) en zonas desfavorecidas.

Actualmente la tecnología Inesfly se ha demostrado muy eficaz para controlar la enfermedad de Chagas. Esta enfermedad afecta en el mundo a unos 25 millones de personas, y más de 100 millones en riesgo de padecerla.

DIETA MEDITERRÁNEA Y GASTRONOMÍA



Nº 08 [OCT · DIC 2008]

**LA DAMA DEL AZAFRÁN**

María José San Román mezcla productos Mediterráneos en recetas innovadoras en su restaurante Monastrell. Nos contaba la Chef cómo aprovechaba los alimentos de temporada y las posibilidades de nuestra dieta Mediterránea.

Nos adelantó la noticia del lanzamiento de "El libro del Azafrán" donde nos contaría sus investigaciones con este condimento tan nuestro.

Nº 12 [OCT · DIC 2009]

**MICHIO KUSHI, PADRE DE LA MACROBIÓTICA MODERNA**

En nuestro especial recordamos con cariño al fallecido Michio Kushi, a quien conocimos en persona en 2009.

Asesor de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y responsable del área de Medicina Natural de SHA Wellness Clinic, durante nuestro encuentro en el SHA nos habló acerca de las bondades de la dieta mediterránea, así como pequeños cambios para mejorar nuestra dieta: "Deberíamos sustituir el pan blanco por el de cereales, las frutas y verduras normales por orgánicas. Reducir la carne, sobre todo la roja, y recurrir al pescado un par de veces a la semana".



Nº 08 [OCT · DIC 2008]

**DR. RIVERA: VOCACIÓN Y ENTREGA**

El Dr. Luis Rivera, considerado uno de los médicos más prestigiosos de la medicina alicantina, es otra de las figuras relevantes del ámbito de la medicina que hemos tenido el placer de entrevistar. Nominado hijo predilecto de Guardamar, ejerció durante más de 35 años como director general del Hospital de Alicante y presidió el Colegio de Médicos.

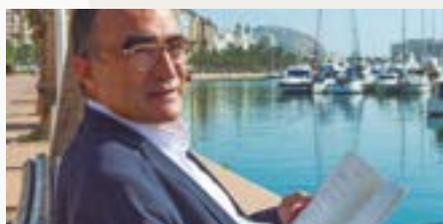
De la entrevista recordamos sus consejos para mejorar la salud mental, muy a tener en cuenta: "realizar ejercicio intelectual, mantener una actitud positiva ante la vida, tener buen sentido del humor, y aprender a controlar el estrés". Gracias Dr. Rivera.

Nº 47 [OCT · DIC 2018]

**GASTERRA, JOSEP BERNABEU MESTRE**

En los últimos meses Más Que Salud ha lanzado "Más Dieta Mediterránea", un proyecto que tiene como objetivo poner en valor y promover la dieta mediterránea. Entre nuestras acciones, hemos contado con la colaboración de diversas figuras de la provincia relacionadas con la gastronomía y la salud, entre ellas Josep Bernabeu, director del Centro de Gastronomía del Mediterráneo Gasterra.

*"Gasterra tiene como objetivo impulsar los estudios y la investigación en el sector de la Gastronomía, particularmente en la Comunitat Valenciana, hasta situarlo como un referente de la dieta y la cultura alimentaria mediterránea".*



Nº 12 [OCT · DIC 2009]

**JESÚS NAVARRO VALERO Y CARMENCITA**

En el año 2009 contamos por primera vez con Carmencita, compañía española líder en especias y condimentos.

Jesús Navarro, el entonces presidente de Carmencita, al que rendimos un pequeño homenaje desde estas líneas, nos concedió una entrevista donde descubrimos las últimas novedades del mercado, como por ejemplo: 0% Sodio Salsana o su sazónador spray con azafrán.



**AVANCES**  
**MÉDICOS**                       
QUE HAN MEJORADO  
NUESTRA SALUD

**Celebramos 50 revistas repasando algunos de los descubrimientos médicos más importantes de la historia, ¡acompañanos! Además, también queremos mostrarte los últimos adelantos en medicina que cambiarán nuestras vidas.**

## VACUNAS

Es uno de los avances médicos más relevantes de la historia. A lo largo de los años las vacunas han logrado salvar millones de vidas y erradicar enfermedades. Entre las vacunas más importantes encontramos la de la viruela, la rabia, el tétanos y el sarampión.

- + **¿SABÍAS QUE...** *la viruela es una de las enfermedades más mortales y contagiosa? Se estima que únicamente en el s. XX se ha cobrado 300 millones de muertes en el mundo.*

## TRASPLANTE DE ÓRGANOS Y TEJIDOS

Los trasplantes de órganos y tejidos han supuesto un enorme avance para combatir enfermedades crónicas. España es un referente a nivel mundial (27 años consecutivos a la cabeza), y lidera el ranking de donación y trasplante de órganos en todo el mundo. Somos uno de los países más solidarios.

- + **¿SABÍAS QUE...** *en el año 2009 el doctor valenciano Pedro Cavadas realizó el primer trasplante total de cara en España (octavo en el mundo)?*

## CRISPR CAS9: ADN DE CORTA Y PEGA

El alicantino Francis Mojica, profesor del departamento de Fisiología, Genética y Microbiología de la Universidad de Alicante, es el padre de la revolucionaria técnica de edición genética CRISPR Cas9, una técnica que permite cortar y modificar ADN para corregir o cambiar nuestros genes.

Las opciones de aplicación en el futuro son infinitas. Con esta tecnología podríamos diagnosticar, tratar y evitar ciertas enfermedades de origen genético y algunos tipos de cáncer.

## IMPRESIÓN 3D MÉDICA

Si bien esta tecnología no es totalmente nueva, a día de hoy supone una revolución gracias a una serie de factores, entre ellos, la personalización de los dispositivos. Gracias a la impresión 3D médica se pueden crear soluciones con dimensiones exactas, diseños complejos y a un costo menor.

Entre las aplicaciones de esta tecnología destacan las siguientes: impresión de equipamiento médico, material quirúrgico, prótesis personalizadas o formación médica con órganos en 3D. Además, se está empezando a hablar de la bioimpresión, un procedimiento enfocado al desarrollo de piel y tejidos impresos en 3D.

## DETECCIÓN TEMPRANA DEL CÁNCER DE COLÓN CON UN ANÁLISIS DE SANGRE

¿Imaginas poder detectar un cáncer con un sencillo test de sangre? La empresa española Amadix ha desarrollado una prueba para detectar el cáncer de colon, uno de los tumores más mortíferos. Gracias a esta prueba podremos saber hasta con 12 años de antelación si vamos a padecer dicha enfermedad.

Se prevé que a mediados de 2019 esté disponible en algunos hospitales españoles.

- + **¿SABÍAS QUE...** *en España se registran 15.000 muertes anuales por estos tumores? Es el tipo de cáncer más común en nuestro país y el segundo más mortal después del de pulmón.*

## HALLAZGOS MÉDICOS QUE OFRECEN UN PRESENTE Y UN FUTURO PROMETEDOR LLENO DE CAMBIOS

## ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS

Las patologías neurodegenerativas, junto con las circulatorias y los tumores, son la causa de muerte más importante en la población española.

Dentro de estas enfermedades destacamos: accidentes vasculares, Alzheimer, Parkinson y Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA).

Aunque en la actualidad no existe cura para el Parkinson, existen diferentes investigaciones y tratamientos en fase experimental.

Un grupo de investigadores del hospital Johns Hopkins Medicine de Estados Unidos ha creado un nuevo compuesto experimental para ralentizar esta enfermedad. La sustancia tiene la capacidad de bloquear la degeneración de las células cerebrales, convirtiéndola en un valioso protector contra el Parkinson.

- + **¿SABÍAS QUE...** *cada año, en España, se diagnostican unos 10.000 nuevos casos de Parkinson?*

## OBESIDAD, PLAGA MUNDIAL

La obesidad está considerada como la pandemia del S. XXI. En los últimos años la tasa de obesidad se ha duplicado en nuestro país. Actualmente un 23% de la sociedad adulta española es obesa y un 38% sufre sobrepeso. En poco más de una década, para 2030, se prevé que 27 millones de adultos españoles tendrá problemas de obesidad o sobrepeso.

Actualmente existen diferentes investigaciones para tratar la obesidad, una de las mayores preocupaciones sanitarias. Sin embargo, todos nosotros disponemos de herramientas que podemos utilizar para prevenir y combatir este problema. Comer de forma saludable y practicar 30 min de ejercicio al día son pequeños cambios que pueden suponer una gran diferencia para tu salud, siempre con el asesoramiento adecuado.

- + **¿SABÍAS QUE...** *la Dieta Mediterránea es considerada una de las mejores dietas del mundo? De hecho, ha sido declarada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO.*

# A LA CABEZA DE EUROPA EN REPRODUCCIÓN ASISTIDA

**España es líder por su investigación constante, su larga experiencia y unas leyes más avanzadas, lo que se traduce en una medicina de mayor calidad**

Desde 1978, año en el que nació el primer bebé por fecundación in vitro (FIV), más de 8 millones de niños han nacido en el mundo gracias a los tratamientos de reproducción asistida. Desde entonces la medicina reproductiva ha evolucionado a pasos agigantados. A día de hoy, España se sitúa a la cabeza de Europa en número de tratamientos de fertilidad, según los datos presentados por la Sociedad Europea de Reproducción Humana y Embriología (ESHRE). Este aumento no es casual, se debe a la medicina reproductiva al más alto nivel que se ejerce en nuestro país.

España cuenta con una de las Leyes de Reproducción Asistida más avanzadas del mundo. Existen tratamientos que en otros países no están permitidos o que simplemente han sido regulados de otra forma. Una ejemplo es el acceso a la fecundación in vitro con óvulos de donantes. En países como Alemania esta técnica no está permitida, mientras que en Reino Unido – a diferencia de España – no se preserva el anonimato de las donantes y por lo tanto las donaciones son escasas.

La posibilidad de estudiar el estatus cromosómico de los embriones ha supuesto un gran avance en medicina reproductiva. Pacientes de diferentes

países de Europa no pueden acceder al Test Genético Preimplantacional (PGT-A) que, en muchos casos, es la clave para detectar por qué se suceden los abortos involuntarios de repetición o los fallos de implantación del embrión.

La larga experiencia en el empleo de técnicas tradicionales, unida a los avances científicos, también permite que las parejas de mujeres puedan disfrutar de la maternidad compartida gracias al Método Ropa (recepción de óvulos de la pareja).

Los tratamientos más efectivos y menos invasivos para la mujer son un indicativo de la evolución que ha experimentado nuestro país en materia de fertilidad, donde lo ideal es que el paciente se sitúe en el centro de todo el proceso.

“En IVF-Spain contamos con terapias más personalizadas y menos agresivas que velan principalmente por la salud y el bienestar de la paciente. Gracias al perfeccionamiento de los protocolos de estimulación ovárica podemos recuperar un mayor número de ovocitos maduros, aumentando así las posibilidades de embarazo,” señala la Dra. Natalia Szlarb, Directora Médica de la clínica de fertilidad IVF-Spain, Alicante.

Las nuevas técnicas de criopreservación han mejorado significativamente las tasas de supervivencia de embriones congelados en tratamientos de fertilidad, así como la de los ovocitos conservados con el fin de preservar la fertilidad de una mujer deteniendo su reloj biológico para ajustarlo al ritmo de la vida actual e incluso la posibilidad de preservar la fertilidad frente a procesos oncológicos.



**"La calidad de la reproducción asistida española, sumada a la investigación constante y apoyada por leyes más avanzadas, permite que ninguna familia renuncie al sueño de ser padres."**

## IVF-SPAIN

Avda. de Ansaldo, 13 - Alicante  
965 129 109 - contact@ivf-spain.com

[www.ivf-spain.com](http://www.ivf-spain.com)





Dr. José M<sup>º</sup> Ruiz Moreno

Dr. Jorge Alió

Estudiamos, investigamos y aplicamos lo último en oftalmología

**para que disfrutes de una vista excelente**

La clínica oftalmológica española con más investigaciones internacionales

Especialistas en cirugías complejas

34 patentes internacionales

**VISSUM**

Ciencia. Compromiso. Visión.

[vissum.com](http://vissum.com)

# REZUM: TRATAMIENTO CON VAPOR DE AGUA PARA REDUCIR LA HIPERPLASIA BENIGNA DE PRÓSTATA

## Doctor Bartolomé Lloret

Urólogo. Director del Centro de Salud para el Hombre. Hospital Vithas Medimar Internacional. Alicante.

**El servicio de Urología del Hospital Vithas Medimar Internacional, referente en la provincia de Alicante, ha implantado una nueva técnica que utiliza el vapor de agua para reducir la Hiperplasia Benigna de Próstata (HBP). Se convierte así en el único hospital acreditado de la Comunidad Valenciana para realizar este tratamiento.**

El Dr. Bartolomé Lloret, nos explica en qué consiste este novedoso sistema.

### + Dr. Lloret, en primer lugar nos gustaría conocer qué opciones de tratamiento existen actualmente para la HBP.

Hay varios procedimientos disponibles, mínimamente invasivos, para tratar la hiperplasia benigna de próstata (HBP) y que han demostrado ser muy eficaces:

1. Láseres (en sus distintas modalidades)
2. Cirugía plasmakinética
3. RTU convencional

A estos tratamientos añadimos ahora la última tecnología para la solución de los problemas de próstata basada en la utilización del VAPOR DE AGUA.

### + ¿En qué consiste y cómo se realiza?

Puede realizarse con anestesia local, aunque es recomendable asociar una ligera sedación. Esto permite al paciente estar más cómodo. Utilizamos una cámara, a través de la uretra, que nos aporta una visión exacta de la zona de la próstata que vamos a tratar.

Inyectamos el vapor de agua en dos o tres puntos de cada lóbulo de la próstata y retiramos el dispositivo. El vapor de agua destruye el tejido prostático consiguiendo que la próstata se retraiga, aliviando así los síntomas que la compresión de ésta produce.

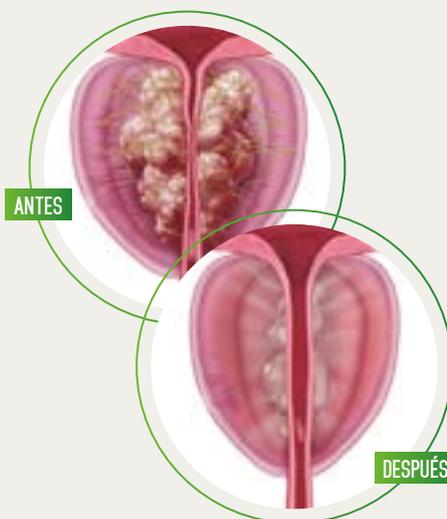


Todo esto no dura más de 20 minutos. El tratamiento es ambulatorio, por lo que el paciente se puede ir a casa una vez finalizado.

### + Cómo actúa en la próstata el vapor de agua.

El calor del vapor de agua se distribuye entre el tejido de la próstata provocando la muerte celular y dando lugar a una retracción de la glándula.

Cuando la próstata se retrae deja de comprimir la uretra y esta se ensancha permitiendo la micción.



### + ¿Qué posibles efectos secundarios tiene el tratamiento?

Las complicaciones de los tratamientos quirúrgicos tradicionales pueden incluir la infección del tracto urinario, disfunción eréctil... Muchos de estos efectos secundarios ocurren porque el tratamiento daña los nervios que rodean la glándula prostática.

Con el tratamiento con vapor de agua el riesgo de sufrir estas complicaciones es muy bajo porque no hay cortes, y el calor que produce el tratamiento no afecta a los nervios.

### + ¿Es efectivo?

Sí, en los 6 años que se ha estado evaluando, los estudios muestran que el 90 a 95 por ciento de los hombres que reciben este tratamiento con vapor, los síntomas de la HBP se reducen o eliminan significativamente.

Por ello ha sido aprobado por las principales agencias que evalúan y certifican la eficacia de los tratamientos médicos, como la FDA americana.

### + ¿Para qué tipo de próstatas está indicado?

Próstatas que no superen los 70-90 cc.. podemos tratar más del 80% de los pacientes que sufren HBP. Pacientes que no desean padecer los efectos secundarios de la cirugía convencional, como la disfunción eréctil. Pacientes que por enfermedades o tratamientos está contraindicada la cirugía. El urólogo será el encargado de indicar cuál es el método más adecuado.

### + ¿Cuántos hospitales disponen de este nuevo tratamiento en España?

En estos momentos solo 9 hospitales en España disponen de este nuevo tratamiento con vapor de agua para el tratamiento de la hiperplasia prostática y uno de ellos es el nuestro el Hospital Vithas Medimar Internacional, de Alicante.

# ATENCIÓN INTEGRAL A LA MUJER, AL NIÑO Y AL ADOLESCENTE EN EL HOSPITAL VITHAS MEDIMAR INTERNACIONAL



**Desde los Hospitales Vithas en Alicante se ofrece una atención integral a la mujer durante todas las etapas de su vida, gracias a un equipo de reconocida trayectoria profesional que abarca numerosas especialidades para la completa asistencia de la mujer, el niño y el adolescente.**

El Área Materno Infantil del centro dispone de múltiples áreas y servicios. Además de la atención de cualquier caso de Ginecología y Obstetricia, donde se ofrece atención 24 horas, también se atienden los problemas de esterilidad o de disfunciones sexuales, gracias a la Unidad de Fertilidad Vithas Fertility Center.

En cuanto al servicio de Pediatría, los profesionales que integran esta área velan por la máxima calidad en la atención que se ofrece. Esto se consigue mediante una rigurosa selección de profesionales, su continuada formación y el compromiso de todos ellos con la elaboración de protocolos y pautas de actuación que se establecen. Como valor adicional, todos los profesionales de la unidad, tanto en consulta como en hospitalización y atención urgente, son médicos especialistas en pediatría con titulación vía MIR.

Dentro del Área se ha puesto en marcha una novedosa consulta que se dedica en exclusiva a la lactancia materna, ofreciendo a las madres toda la formación y atención necesarias para fomentar la correcta lactancia, asesorándolas en todo lo referido al destete, la extracción, conservación y el porteo, entre otros temas.



Dado que se cuenta cada vez más con una medicina más tecnificada y especializada se hace necesaria la evaluación del niño por un equipo multidisciplinar cuando el caso lo requiere. Por ello, dentro de la unidad, existen diferentes consultas de pediatría específicas, tales como digestivo infantil, alergia infantil, cardiología infantil, neuropediatría y medicina del adolescente.



Asimismo, el equipo de pediatría se coordina con otras unidades del centro para la evaluación completa del paciente, cuando éste lo requiere. De este modo, en el caso de los Hospitales Vithas en Alicante, se pone a disposición de las familias y sus hijos, la Unidad de Traumatología y Ortopedia Infantil, la Unidad de Desarrollo y Aprendizaje Infantil, servicio de Fisioterapia pediátrica, Unidad de Psicología y Psiquiatría infantil y servicio de Oftalmología pediátrica, entre otras.

**EL ÁREA MATERNO INFANTIL CUENTA CON TODOS LOS MEDIOS NECESARIOS PARA PODER PROPORCIONAR A LOS PACIENTES UN SERVICIO DE ALTA CALIDAD DIRIGIDO AL CUIDADO INTEGRAL DE LA MUJER Y SU FAMILIA, BASADO EN UN TRATO HUMANO Y PERSONALIZADO APOYADO EN LOS ÚLTIMOS AVANCES EN TECNOLOGÍA MÉDICA.**



### Doctores San Román

Podólogos y médicos especializados en cirugía del pie.

# PROBLEMAS EN EL PIE COMO JUANETES Y DEDOS EN MARTILLO TIENEN UNA SOLUCIÓN PERMANENTE

**Los juanetes o *hallux valgus* es una deformidad del antepié, específicamente de la articulación del primer dedo, con gran predominio en mujeres.**

## HALLUX VALGUS - JUANETES - LOS PROBLEMAS DEL CALZADO

El uso frecuente en mujeres de calzado estrecho y tacón alto, ejerce un aumento de presión en todo el antepié y son considerados un factor agravante en el desarrollo de los juanetes.

Los juanetes y deformidades en dedos son producidos principalmente por pequeñas alteraciones hereditarias que afectan a la anatomía del pie. Por ejemplo, la laxitud ligamentosa puede producir un aumento de la movilidad en la articulación del primer dedo. Asimismo, la forma y longitud de la cabeza del primer metatarsiano pueden generar inestabilidad articular y contribuir al desarrollo de los juanetes.

## SÍNTOMAS DEL JUANETE O *HALLUX VALGUS*

El dolor es una de las manifestaciones clínicas más frecuentes en los juanetes, aunque no está relacionada con la severidad de la desviación.

Al margen del aspecto negativo desde el punto de vista estético, las personas con problemas de juanetes pueden tener dificultades para encontrar un calzado adaptado a sus necesidades, además de tener limitaciones para realizar deportes e incluso caminar.

## SOLUCIÓN DEFINITIVA AL DOLOR DE JUANETES O *HALLUX VALGUS*

El juanete es una deformidad que no tiene tratamiento conservador, sólo en casos muy leves y de forma transitoria se pueden usar medidas ortésicas, fisioterapia o tratamientos locales. Desafortunadamente, ninguna de estas medidas logra evitar la progresión de la deformidad y los síntomas a mediano o largo plazo. Por ello, la única opción de tratamiento definitivo es la cirugía.

Cada caso debe ser valorado de forma individual previo a una valoración realizada por un médico o podólogo especialista en cirugía del pie.

## ¿QUÉ ES EL DEDO MARTILLO?

Es una deformidad de los dedos del pie que ocurre con más frecuencia en el segundo, tercer y cuarto dedo y se caracteriza por una flexión en la articulación metatarsofalángica y extensión en la articulación interfalángica distal causando forma de martillo en el dedo.

La progresión de estas deformidades es muy lenta y va aumentando su incidencia con la edad.

La principal manifestación clínica es el dolor, dado que se altera la marcha, así como alteraciones en la piel como helomas o callos a causa del roce con el calzado.



## Consulta de evaluación para la cirugía de juanetes

Si deseas resolver de forma definitiva tu problema de juanetes, contáctanos en

**(+34) 965 921 156 • 965 922 105**  
**info@clinciasanroman.com**

### CLÍNICA SAN ROMÁN

Avda. del Doctor Ramón y Cajal, 1 - Alicante  
[www.clinicasanroman.com](http://www.clinicasanroman.com)



# IMI2

Dr. Rafael Fraile Pérez-Cuadrado

VIVE TU MATERNIDAD

ZUMBA  
MUSICOTERAPIA  
YOGA PRENATAL  
HIPOPRESIVOS  
FITMABABY  
PREPARACIÓN AL PARTO  
ENTRENAMIENTO PERSONAL  
ENDOCRINOLOGÍA  
UNIDAD SUELO PÉLVICO  
UNIDAD LASERTERAPIA  
BELLY PAINTING  
¡Y MUCHOS TALLERES ESPECIALIZADOS!

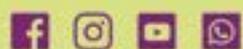
[www.institutomaternoinfantil.es](http://www.institutomaternoinfantil.es)

Calle José García Sellés Local 20 Alicante  
Junto Centro Comercial Gran Vía

☎ 965 248 558

🕒 652 582 768

¡Pídenos cita también a través  
de nuestro WhatsApp!



¡ESCANEA Y RESERVA  
TU PLAZA!



**El nuevo Centro Médico Quirónsalud Alicante ha abierto sus puertas con la práctica totalidad de las especialidades médicas, pruebas diagnósticas, laboratorio y urgencias generales, pediátricas y ginecológicas.**

Quirónsalud Alicante se encuentra ubicado en la Calle Cruz de Piedra, 4, y es un centro sanitario médico privado de alta resolución, perteneciente al Grupo Quirónsalud, presente en 13 comunidades autónomas con más de 100 centros. Quirónsalud es líder en la sanidad privada, acercándose a las personas desde la experiencia y la innovación, para ofrecer a cada paciente el trato más personalizado.

Quirónsalud Alicante está orientado al cuidado de la salud entendida como prevención, diagnóstico, tratamiento y educación sanitaria del paciente. Un centro digital de última generación, concertado con las principales compañías de seguros médicos y la vocación de ofrecer una atención integral, individualizada y de calidad.

Disponemos de un servicio de diagnóstico por la imagen con la última tecnología, contando con un equipo de rayos x, ecografía ginecológica diagnóstica 5D, ecocardiografía, rehabilitación cardiaca y monitorización domiciliar a pacientes con dispositivos cardiacos, pruebas de esfuerzo deportiva con consumo de oxígeno, holter ECG, diagnóstico precoz de arritmias (72 horas), TAC 3D dental y 2 salas de endoscopias. Además, el centro contará con una resonancia magnética (disponible en 2020) que ofrecerá una calidad de imagen excepcional del cuerpo humano.

## QUIRÓNSALUD ALICANTE, ABRE SUS PUERTAS CON LA VOCACIÓN DE OFRECER UNA ATENCIÓN SANITARIA INTEGRAL, INDIVIDUALIZADA Y DE CALIDAD

### ESPACIO INTELIGENTE

El centro dispone de un directorio digital integrado con el sistema, que se actualiza de forma automática para incluir a los doctores que estén pasando consulta, así como un sistema para evitar esperas.

Quirónsalud Alicante está a la vanguardia de la sanidad privada alicantina en lo que a dotación tecnológica se refiere, así como en el confort y las prestaciones tanto para el paciente como para los profesionales que prestan sus servicios. Apostamos por un modelo de atención sanitaria donde el principal objetivo es cuidar la salud de las personas. Disponemos de una completa cartera de servicios para ofrecer una atención integral al paciente.

### INCORPORACIÓN DE PROFESIONALES

Nuestra política se centra en tener como aliados a profesionales de la más alta cualificación y prestigio, así como contar con tecnología de vanguardia, prestando especial interés a la calidad asistencial dentro de un entorno con un alto nivel de confort.

### ALICANTE EN LAS MEJORES MANOS

Quirónsalud Alicante lanza "En las mejores manos". Una campaña protagonizada por algunos profesionales del prestigioso cuadro médico con el que el centro ha abierto sus puertas.

Las acciones de comunicación offline y online ponen en valor el amplio equipo de profesionales, la tecnología avanzada y el modelo de gestión basado en el compromiso con la calidad y las personas.

### COMUNIDAD VALENCIANA Y MURCIA

Quirónsalud Alicante se suma a nuestros 7 centros en Comunidad Valenciana y Región de Murcia. Creemos en un modelo de atención sanitaria donde las personas son el epicentro y que a partir de ahora Quirónsalud pone a disposición de todos los alicantinos.

### QUIRÓNSALUD

Quirónsalud es el grupo hospitalario más importante de España y el tercero de Europa. Cuenta con la tecnología más avanzada y dispone de una oferta superior a 6.200 camas en más de 80 centros; así como con un gran equipo de profesionales.

Trabajamos en la promoción de la docencia y la investigación médico-científica. Asimismo, nuestro servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los centros.

**Ahora  
Alicante en  
las mejores  
manos**

## **Nuevo Centro Médico Quirónsalud Alicante**

Contamos con unidades médicas especializadas y profesionales de prestigio con personal de enfermería cualificado.

Tu salud siempre en las mejores manos.

Infórmate en [www.enlasmejoresmanos.com](http://www.enlasmejoresmanos.com)



**Centro Médico Quirónsalud Alicante**  
Calle Cruz de Piedra, 4. 03015 Alicante

**96 697 29 00**

**cita previa 901 500 501**

Centro Médico  **quirónsalud**  
Alicante



**Portal del Paciente Quirónsalud**

Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en [quironsalud.es](http://quironsalud.es) o en nuestra App.

[quironsalud.es](http://quironsalud.es)



# ¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO MÁS EFECTIVO PARA COMBATIR LA OBESIDAD?



**Según la OMS, la obesidad se ha convertido en la epidemia del S.XXI. La obesidad y el sobrepeso aumentan los riesgos de padecer enfermedades como hipertensión, diabetes o cardiopatías, además de tener un efecto dañino sobre la salud en general.**

En la Unidad de Nutrición y Obesidad avanzada de Ilahy (las clínicas de cirugía estética de IMED Hospitales), un equipo multidisciplinar de profesionales de pérdida de peso y obesidad tratan el problema de forma integral. Desde psicólogos que ayudan a entender al paciente las causas de su enfermedad y cómo enfrentarse a ella, nutricionistas que realizan un seguimiento exhaustivo con dietas a medida y con un objetivo claro de cambio de hábitos, médicos estéticos que realizan tratamientos complementarios para la grasa localizada y mejora de la piel del paciente y endoscopistas y cirujanos bariátricos que realizan los tratamientos más innovadores para terminar con la obesidad (Balón Gástrico, POSE y manga gástrica).

A continuación, 3 de los tratamientos para grandes pérdidas de peso menos invasivos y más efectivos que ofrece la Unidad de Nutrición y Obesidad de Ilahy.

## 1. BALÓN INTRAGÁSTRICO DE 6 MESES

Esta técnica consiste en la implantación, vía endoscópica, de un dispositivo de alta calidad en el estómago del paciente. El balón ocupa un 40-50% del estómago y genera sensación de saciedad en el paciente.

La cantidad de alimentos que se ingieren está relacionada directamente con la sensación de saciedad. El paciente que lleva implantado este dispositivo, ingerirá una menor cantidad de alimentos al notar su estómago lleno antes. Paralelamente se inicia un tratamiento multidisciplinar en el que se debe trabajar la alimentación eliminando la ansiedad. Todo ello sin pasar hambre, mediante una dieta hipocalórica mediterránea.

Al extraer el dispositivo, cuando hayan pasado los seis meses, es fundamental que el paciente siga las recomendaciones del equipo multidisciplinar.

## 2. BALÓN INTRAGÁSTRICO DE 12 MESES

Este tratamiento está indicado para casos de obesidad, en los que se requiere una pérdida mayor de peso. El dispositivo se puede alojar en el estómago hasta 1 año lo que supone mayor efectividad desde la implantación hasta la extracción del dispositivo.

Tras la extracción de Balón Intragástrico Spatz, el paciente también deberá seguir con los hábitos adquiridos durante todo el año, para ello contará con las recomendaciones y consejos de los especialistas.

## 3. REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO POR VÍA ORAL, POSE

Una técnica indicada en casos en los que el IMC (índice de masa corporal) está entre 30 y 40. La técnica consiste en una reducción de estómago a través de endoscopia. El especialista realiza una serie de plicaturas en el estómago del paciente que reducen la capacidad del mismo y modifican su anatomía, haciendo que se vuelva más pequeño; así, el paciente ingiere una menor cantidad de alimentos. Con esta técnica el paciente también inicia un tratamiento paralelo con el equipo médico, nutricional y psicológico para asegurar una consolidación del resultado, que consolidará mediante el cambio de hábitos alimentarios y de estilo de vida. El POSE se indica en paciente con un exceso de peso de 15 a 35kg.



# CADERA Y ARTROSCOPIA

## Doctor José Ignacio Gimeno Abad

Cirugía Ortopédica y Traumatología. Cirugía Artroscópica. Traumatología Deportiva. Hospital Vithas Medimar Internacional. Alicante.

**La Artroscopia de Cadera ya no es un procedimiento nuevo y constituye una herramienta aceptada y común en el arsenal terapéutico de los Cirujanos Ortopédicos, aunque es un procedimiento que requiere habilidad técnica importante. Los síntomas clínicos y los hallazgos físicos, asociados con dolor de cadera pueden ser variados y sutiles.**

El diagnóstico a menudo se retrasa una media de 21 meses, ya que los pacientes han acudido un promedio de 3'3 profesionales de la salud, antes de llegar al Cirujano Ortopédico artroscopista de la cadera. Durante

ese tiempo, a menudo han sido objeto de una gran variedad de tratamientos, incluyendo Fisioterapia, AINES o medicamentos narcóticos u otra cirugía, incluyendo cirugía lumbar, de ovarios o hernia inguinal.

Las numerosas estructuras anatómicas en la zona de la cadera, pueden confundir la presentación clínica. El dolor de cadera se manifiesta en un dolor inguinal con irradiación a la rodilla o no, dolor localizado por el paciente con su mano que rodea la cadera por encima del trocánter mayor con el pulgar posterior y los dedos en forma de C, chasquido mecánico o

pellizco en la ingle, dolor al sentarse, ponerse los calcetines o los zapatos o entrar y salir del coche y aparece principalmente durante la actividad como andar, correr o practicar deporte.

El dolor de cadera intraarticular no es el dolor lateral sobre el trocánter mayor, ni el dolor en glúteos o en el muslo posterior.

Es muy importante llegar a un diagnóstico correcto con una buena historia clínica, con una exploración física y unas pruebas complementarias orientadas en estas patologías, para poder resolver su patología con esta técnica.

Esta técnica está indicada en los siguientes procesos:

### Choque Femoroacetabular

Tipo PINCER y Tipo CAM

### Enf. Degenerativa (Artrosis)

Desgarro del Labrum y Defectos del Cartílago

### Traumatismo de Cadera

Extracción cuerpos libres articulares tras fracturas y luxaciones de cadera

### Cadera Séptica

Sinovitis/Infección articular

### Transtornos Peritrocantéricos

Resortes del tendón Iliopsoas +  
Resortes de la cinta iliotibial +  
Bursitis trocantérea + Desgarro del glúteo medio

### Capsulitis adhesiva

### Artroplastia Total de Cadera

Desempeña un papel en las revisiones de la PTC, así como en las complicaciones como PTC infectadas; desbridamientos por desgaste del polietileno; diagnóstica de aflojamientos

### Necrosis avascular Cabeza Femoral

Limpieza articular y evaluación de las superficies articulares y en combinación con otros tratamientos como la descompresión del núcleo

### Anormalidades Sinoviales

Condromatosis Sinovial + Sinovitis Vellonodular pigmentada y Artritis Reumatoide en primeras etapas



Choque femoroacetabular mixto (Pincer y Cam)



Enf. Degenerativa. Vista Artroscópica

**ES PENOSO QUE HOY EN DÍA SE TARDE EL TIEMPO QUE SE TARDA EN DIAGNOSTICAR A ESTOS PACIENTES.**

#### CM Lumières

Av. Conde Lumières,  
37 bajo. Alicante.  
965 25 46 12

#### CM Estación

Pintor Cabrera,  
8 bajo. Alicante.  
965 12 55 00

#### Intemedic

Av. Padre Esplá,  
57 bajo. Alicante.  
965 15 17 00

#### Clínica Alicante

Jaime Segarra,  
2 bajo. Alicante.  
966 35 99 66

#### Hosp. Vithas Medimar Internacional

Avda. de Denia, 78, 2ª planta.  
Alicante.  
965 16 22 00 **Ext. 8056**



## CIRUGÍA PLÁSTICA Y CIRUGÍA ESTÉTICA, ¿QUÉ HA CAMBIADO EN ESTOS ÚLTIMOS 10 AÑOS?

En los últimos 10 años, venimos viendo un bum en el mundo de la medicina y cirugía estética, pero, ¿realmente han cambiado las cosas? La respuesta es claramente SÍ.

Diez años atrás hablábamos sobre “procedimientos y técnicas quirúrgicas independientes” y hoy hablamos de tendencias de belleza, de interrelación y complementariedad entre los procedimientos quirúrgicos y las técnicas médico estéticas. Por ejemplo, entre el uso de Bótox o rellenos faciales de ácido hialurónico con la realización simultánea de procedimientos de cirugía como puede ser una blefaroplastia, rinoplastia, lifting, etc.

Antaño hablábamos de hacer las cosas “para que se noten” y hoy buscamos sobretodo la naturalidad y armonía. Buscamos el conseguir mejorías notables sin llegar a lo exagerado o vulgar. Buscamos por tanto un nuevo concepto de “belleza personalizada”, donde cada acción se centra en realzar las características de belleza de la persona preservando su función, movilidad, expresividad y naturalidad.

Pero, ¿cuáles son las áreas donde más ha cambiado la “técnica” y los “materiales”? Pasamos a describirlas.

### + Cirugías faciales funcionales

Atrás quedaron las modas de los labios enormes, los pómulos exagerados o el cambio de los rasgos de la persona (pasar de europea a asiática y viceversa). Hoy en día buscamos el equilibrio de las formas y la preservación de la función de las estructuras faciales, ya sea que se trate de realizar una rinoplastia en donde la nariz sea proporcionada y funcione perfectamente (y no sólo bonita), el corregir el descenso de los pómulos, o la salida de las bolsas de los ojos a través de una blefaroplastia y un lifting de tercio medio donde no se vea la famosa "cara de velocidad", o la corrección en la posición de las orejas a través de una otoplastia.

**"EL ESTUDIO E INVESTIGACIÓN CONSTANTE, ASÍ COMO EL TRABAJO INTERDISCIPLINAR ENTRE LOS DIFERENTES MIEMBROS DE NUESTRO EQUIPO MÉDICO ES REALMENTE FUNDAMENTAL."**

### + Rellenos faciales dinámicos

El concepto de colocar rellenos faciales para aumentar los volúmenes del rostro buscando una cara inexpresiva pero bonita para la foto, es hoy anticuado y aberrante. Hoy en día la medicina estética facial busca realzar las características de la persona de una forma dinámica y plástica, utilizando productos absorbibles con gran elasticidad y plasticidad que aseguren su correcta adaptación a los rasgos de los pacientes. Pasamos de los labios de pato y la cara de muñeca a los labios delineados y atractivos con proporciones y volúmenes adecuados.

Del mismo modo, la medicina estética en los hombres viene desarrollándose de una forma cada vez más habitual, buscando en estos casos la masculinización y redefinición facial sin perder carácter o personalidad.

### + Uso de grasa, PRP y células madres del paciente

El uso de productos derivados de la sangre y grasa de las pacientes para tratamiento del envejecimiento (PRP), la falta de volúmenes propios de la edad así como para la re-estructuración corporal es cada vez más habitual. En estos últimos años el miedo a reutilizar la grasa para realizar un aumento de mama o glúteos, o el llamado lifting facial brasileño con grasa, está totalmente superado vistas las evidencias de mejoría notable, seguridad y predictibilidad de los resultados obtenidos en manos expertas. Además la capacidad regenerativa y de antiaging de estas técnicas permiten revertir parte de los efectos visibles del envejecimiento de forma conservadora y mínimamente invasiva.

### + Prótesis sí, pero de calidad

Aunque anecdóticamente surgen alarmas mediáticas sobre este tema de forma esporádica, lo cierto es que a día de hoy contamos con los implantes mamarios, glúteos, de pectoral, gemelos y faciales de más alta calidad y seguridad de la historia. Por supuesto, existen claras diferencias entre la calidad de los diversos implantes que se ofrecen en el mercado y por ello es fundamental contar con la información y asesoramiento experto de un cirujano plástico a la hora de elegir la mejor opción de cara a una cirugía de aumento mamario, aumento glúteo o de gemelos, muslos, pectorales, etc.

### + Lipoescultura cada vez más definidas (lipo 3D)

En los últimos 10 años, las tendencias provenientes de EEUU y Sudamérica son cada vez más demandadas en este campo en España. Una liposucción ya no es suficiente y habitualmente lo que buscan las pacientes son verdaderas lipoescultura en donde no sólo retiremos el exceso de grasa corporal, sino que la reutilicemos como elemento de aumento o remodelación mamario o glúteo. Que recreemos estructuras como es el caso de la musculatura abdominal (la famosa tableta de chocolate) o que corriamos verdaderas deformidades.

### + Cambio de sexo o reasignación sexual

Quizás una de las áreas donde más ha evolucionado la cirugía y la medicina estética es en este campo. Con las técnicas actuales se consiguen grandes resultados en casos de reasignación sexual, cambiando no sólo los caracteres sexuales masculinos o femeninos según el caso de una forma totalmente funcional, sino que también podremos modificar el timbre de voz, la estructura ósea facial etc.

### + Seguridad anestésica

Aunque persiste en las pacientes el temor a la anestesia, hoy en día es un miedo infundado. Las técnicas, medicación y sistemas de monitorización de la profundidad anestésica son hoy por hoy seguras, fiables y reproducibles. Atrás quedaron los miedos a "despertar" o "sentir algo" durante la cirugía. Además la evolución de las técnicas de bloqueo analgésico aseguran una cirugía prácticamente sin dolor en el postoperatorio así como una rápida recuperación, al necesitarse menos medicación intravenosa durante la cirugía.

Pero hay algo que no ha cambiado en estos últimos 10 años de medicina y cirugía estética. Esto es, la búsqueda de la belleza, la perfección y proporción anatómica ideal, así como el realizar todos estos procedimientos y técnicas con los más altos estándares de calidad y seguridad.

Para ello, el estudio e investigación constante, así como el trabajo interdisciplinar entre los diferentes miembros de nuestro equipo médico es realmente fundamental.



### Doctor Rocamora

Especialista en cirugía general y aparato digestivo.  
Director de la Unidad de Cirugía General y Digestiva del Hospital Vithas Medimar Internacional. Alicante.

# RADIOFRECUENCIA PARA CURAR HEMORROIDES

El Dr. Rocamora, pionero en Alicante en la aplicación de una novedosa técnica basada en el uso de la radiofrecuencia, que permite la curación de hemorroides en un tiempo mínimo.

Las hemorroides son la consecuencia del agrandamiento, congestión y desplazamiento al exterior del tejido hemorroidal. Se trata de una de las patologías más frecuentes en la clínica diaria. Se estima que el 75% de la población padecerá en algún momento de su vida esta patología.

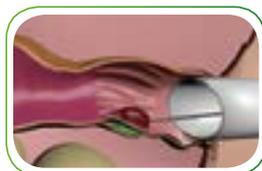
Las hemorroides son cojinetes vasculares constituidos por comunicaciones arteriovenosas. Estos cojinetes están irrigados por las arterias hemorroidales que son el objetivo de este nuevo tratamiento mini invasivo de la enfermedad.

La radiofrecuencia está dirigida a termocoagular las arterias hemorroidales para esclerosarlas con la ayuda de una sonda metálica introducida bajo la mucosa del canal anal, cuya extremidad está provista de electrodos de microfibras que emiten una corriente de ondas de radiofrecuencia a baja temperatura.

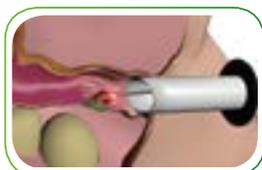
## PROCEDIMIENTO EN 4 PASOS



1. Insertar el anoscopio en el recto del paciente para visualizar la hemorroide.



2. Aplicar anestesia local (Lidocaína 1%, 3 a 6 ml) en la capa muscular debajo de la hemorroide, NO en el tejido de la hemorroide.



3. Insertar la sonda HPR45i en la hemorroide y aplicar la energía de RF.



4. Aplicar la energía de RF en la superficie de la hemorroide.

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE TRATAMIENTO?

1. La radiofrecuencia está indicada en pacientes que presentan hemorroides internas de cualquier grado que sangran y se exteriorizan. Las hemorroides externas no se tratan con esta técnica.
2. El tratamiento se realiza bajo anestesia local y una sedación ligera. La zona alrededor de la hemorroide se anestesia para evitar cualquier molestia. Se aplica entonces energía de radiofrecuencia en la hemorroide, reduciendo el flujo de sangre a la misma, lo que hace que se contraiga e incluso desaparezca. Por lo general solo se necesita una sesión de tratamiento de 15 minutos siendo el cuidado postoperatorio mínimo.
3. El procedimiento no provoca herida cutánea ni mucosa por lo que el dolor se minimiza con respecto a la resección clásica y el paciente puede reincorporarse a su vida normal en poco tiempo.
4. Aunque la técnica es muy reciente y no se dispone de datos para juzgar la eficacia definitiva, los resultados a corto plazo son excelentes y, en cualquier caso, el tratamiento por radiofrecuencia no impide realizar en el futuro una resección hemorroidal clásica en caso de recidiva.

## VENTAJAS PARA EL PACIENTE:

- + Tratamiento ambulatorio
- + Rápido retorno a las actividades diarias
- + Mínimas molestias durante el tratamiento
- + Poco o nada de sangrado después del tratamiento médico
- + Resultados clínicos inmediatos
- + Sin cuidados postoperatorios



## UN GRUPO MÉDICO Y HUMANO A TU DISPOSICIÓN EN GRAN ALACANT

Desde el corazón de Gran Alacant, hace más de 20 años, surge como centro de salud privado Salvum Clinic, cuyo equipo y personal sanitario centra sus objetivos en el cuidado general de la población de Santa Pola, Alicante, Elche y alrededores.

Desde su apertura, la seña de **identidad se caracteriza por el trato personalizado** de cada paciente, intentando reducir las esperas en consulta, acompañando a estos a distintas pruebas médicas, cubriendo sus necesidades en momentos delicados de salud. En resumen, dedicando esfuerzo y tiempo para conservar la calidad de vida que caracteriza al entorno y clima mediterráneo.

En Salvum Clinic lo más importante es dar esa **atención a las personas**, hasta el punto, de ofrecer acompañamiento en caso de no contar éstas con familia cercana, y tener la necesidad de realizar un tratamiento. Hacemos de la cercanía nuestra filosofía de trabajo.

A un equipo médico y humano, considerado fundamental, se une la importancia de la tecnología y los últimos equipos, para crecer como clínica de la salud. Desde Salvum Clinic queremos dar el mejor servicio de medicina general y familiar. Para ello contamos con un gran grupo de médicos y especialistas en áreas concretas de la salud: fisioterapia, rehabilitación, ginecología, odontología, implantología, psicología, traumatología, cardiología, radiología, oftalmología o podología, entre otros.

Respecto al campo de la Medicina Familiar y Comunitaria, para satisfacer las necesidades del entorno social, disponemos durante nuestro horario laboral de al menos dos doctores en Gran Alacant. Lo común es que entre nuestros cinco o seis doctores, se alternen para ocuparse de la atención médica general básica, tanto en horario de mañanas como de tardes.

El modelo de medicina familiar aplicado en Salvum Clinic, concierne una atención primaria, personal, continua e integral para el paciente. Su doctor hará un seguimiento particular desde el origen, no sólo al individuo como persona que puede enfermar de manera aislada, sino también en relación con su entorno familiar. En Salvum Clinic confluyen distintos profesionales médicos y especialistas para dar la atención necesaria a una población global. Somos un equipo multidisciplinar que practica la medicina personalizada, profesional e integral de cada paciente, cuando tratamos sus problemas de salud. Para ello, el servicio de medicina general cuenta con expertos profesionales como la Dra. Nataliya Kokoza, el Dr. Francisco Javier Albaladejo, la Dra. Galya Celybel Chavarría, el Dr. Joaquín del Valle, la Dra. Katya Morales o la Dra. Paloma Sánchez, facultativos que evaluarán su situación desde una perspectiva global, de manera cercana y con la comodidad y tranquilidad que ofrecen nuestras instalaciones en Gran Alacant.

También contamos con un **teléfono de emergencia 24h 620 87 95 47**, especialmente destinado a esas personas que, por su situación y circunstancias, no tienen a mano la presencia de un familiar cercano. Además la atención a nuestros pacientes la podemos llevar a cabo en **distintos idiomas**: hablamos inglés, francés, noruego, sueco, alemán y ruso.

### Dentro de esta especialidad se han concretado una serie de puntos vitales en la Atención Primaria, tales como:

- + Atención clínica individual.
- + Trabajo en grupo y coordinación con otros doctores en Gran Alacant.
- + Estrategias de prevención y promoción de la Salud.
- + Práctica médica enfocada al entorno familiar.
- + Incorporación de la docencia e investigación.
- + Actividades para promover la vida sana en el entorno de Monte Faro, Santa Pola y Alicante.

### SALVUM CLINIC

Monte de Santa Pola, 15 - Gran Alacant, Santa Pola, Alicante  
966 695 374 • [www.salvumclinic.com](http://www.salvumclinic.com)

# CIRUGÍA TORÁCICA: UN SERVICIO INNOVADOR AL SERVICIO DEL PACIENTE

Hospitales Universitarios de  
Torrevieja y Vinalopó



## DR. JUAN MANUEL CÓRCOLES JEFE DEL SERVICIO DE CIRUGÍA TORÁCICA DE LOS HOSPITALES DE TORREVIEJA Y VINALOPÓ

Estudió en la Facultad de Medicina de la Universidad de Castilla la Mancha. Realizó su residencia en el Hospital General Universitario de Alicante donde desarrolló su labor profesional como adjunto en la especialidad de Cirugía Torácica hasta mediados de 2011 que se incorporó como Jefe de Servicio de Cirugía Torácica en el Hospital del Vinalopó y Torrevieja.

Es miembro fundador de la Sociedad Española de Cirugía Torácica. Se ha formado en los mejores centros nacionales, como el Hospital Clínico de Valencia para cirugía traqueal y en el famoso Centro de Cirugía Mínimamente Invasiva Jesús Usón de Cáceres. Además realizó una estancia en el Shanghai Pulmonary Hospital (China), que actualmente es el centro del mundo donde se intervienen más cánceres de pulmón.

**El Servicio de Cirugía Torácica se encarga de los procesos patológicos que afectan a toda la cavidad torácica. Aunque principalmente desarrolla la cirugía del pulmón, su labor se extiende a la pared torácica, la pleura, el esófago, la tráquea, el mediastino y el diafragma.**

Los Hospitales Universitarios de Torrevieja y Vinalopó ofrecen una amplia cartera de servicios en esta especialidad, ofreciendo asistencia no sólo a los pacientes adscritos a los departamentos, sino también a otras áreas geográficas. *“La patología que más atendemos es la patología tumoral, especialmente el cáncer de pulmón”*, señala el Dr. Córcoles. Se trata de un servicio altamente especializado, que ofrece un tratamiento individualizado a cada paciente y con un alto nivel de innovación.

Entre otras técnicas de vanguardia, recientemente el servicio ha adquirido un brazo robótico que obedece la voz del cirujano para realizar intervenciones quirúrgicas.

El brazo robótico trabaja bajo las órdenes del cirujano quien dialoga con el robot mientras opera para dirigir, a través de números del uno al cinco, la intensidad del movimiento del brazo.

Además, esta tecnología de última generación permite grabar posiciones y memorizarlas lo que agiliza todavía más los tiempos de las intervenciones.

El Dr. Córcoles asegura que gracias a estas tecnologías que se van incorporando a las cirugías, éstas son cada vez más seguras y precisas. *“Las operaciones se acortan pero sobre todo debemos destacar que son más seguras ya que la incorporación de la robótica en el proceso quirúrgico permite superar nuestras limitaciones ofreciendo movimientos más precisos y con mayor seguridad, además de liberar al ayudante que puede adquirir nuevos roles en las intervenciones”*.

Además del cáncer de pulmón, también están especializados en el tratamiento del pectus excavatum y carinatum, tanto tratamiento quirúrgico como ortopédico, la simpatectomía para la hiperhidrosis palmar, axilar, facial y rubor facial y otras patologías menos frecuentes pero igualmente importantes como los bocios endotorácicos y los tumores de mediastino complejos.

El servicio de Cirugía Torácica trabaja estrechamente con los profesionales de Atención Primaria, Oncología y neumología y colabora quirúrgicamente con cirugía general, vascular, plástica y traumatología.



# CIRUGÍA CARDÍACA: UN SERVICIO AL MÁS ALTO NIVEL

Hospital Universitario del Vinalopó

**El Hospital Universitario del Vinalopó ha apostado desde su puesta en marcha por disponer de un área de corazón de primer nivel. Desde la apertura del centro hospitalario, los ciudadanos de la zona sur de la provincia de Alicante tienen acceso a una asistencia de la máxima calidad, mucho más cerca de sus domicilios.**

Desde su puesta en marcha, más de 3.500 pacientes han sido intervenidos de Cirugía Cardíaca en el Hospital del Vinalopó. Desde su creación los cirujanos cardíacos han ido incorporando todas las técnicas de la Cirugía Cardíaca del adulto con unos excelentes resultados, situando la mortalidad entorno al 3%, por debajo de la media nacional.

La creación del Servicio de Cirugía Cardíaca en el Hospital del Vinalopó responde a una necesidad pendiente que existía en la provincia de Alicante. Desde su puesta en marcha, en septiembre de 2010 se realizan más de 450 cirugías cardíacas al año. Una actividad que se ha llegado a alcanzar gracias al esfuerzo de Ribera Salud, en colaboración con la Consellería de Sanidad, para garantizar la atención en Cirugía Cardíaca en la zona sur de la provincia de Alicante.

El Servicio de Cirugía Cardíaca del Hospital del Vinalopó es referencia para el Hospital de Torrevieja, el Hospital General Universitario de Elche, el Hospital de la Vega Baja de Orihuela, el Hospital de la Marina Alta

de Denia y el Hospital del Vinalopó. Desde 2.011 hasta 2.018, ha sido referencia para el Hospital de la Marina Baixa de Villajoyosa.

La vocación del servicio es dar servicio al paciente situándolo en el centro de la atención asistencial, para ello los cirujanos se desplazan todas las semanas a los servicios de cardiología de los hospitales remitentes para comentar cada paciente al detalle y optar por el mejor tratamiento. En aquellos hospitales más alejados como el de Villajoyosa o Denia las consultas preoperatorias y las revisiones se realizan en los propios hospitales siendo el cirujano quien se desplaza con el fin de facilitar la atención al paciente.



## **DR. EDUARDO TEBAR BOTÍ** **JEFE DE SERVICIO DE CIRUGÍA CARDÍACA DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO DEL VINALOPÓ**

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valencia (1985-91). Realizó el MIR de Cirugía Cardiovascular en la Clínica Puerta de Hierro de Madrid. Trabajó como facultativo especialista de área de Cirugía Cardiovascular en el Hospital Clínico de Valencia de 1998 a 2010, fecha en la que se incorporó como Jefe de Servicio de Cirugía Cardíaca en el Hospital Universitario del Vinalopó.

Desempeñó su labor docente como profesor asociado de Cirugía Cardiovascular en la Facultad de Medicina de Valencia de 2005 a 2008 y obtuvo la plaza en propiedad en Cirugía Cardiovascular por OPE en 2004.



**Doctor José Salvador**  
Especialista en Cirugía Plástica y Medicina Estética

# VELASHAPE II: TRATAMIENTO DE REMODELACIÓN CORPORAL Y CELULITIS

**VelaShape es un sistema desarrollado por Syneron-Candela destinado a perfilar, remodelar y tratar la grasa corporal mejorando la celulitis y reduciendo el volumen de grasa en tan solo 4 sesiones.**

Combina, en un solo equipo, la tecnología Elòs (radiofrecuencia bipolar e infrarrojos) con la vacumterapia o masaje mecánico realizado con un sistema de succión. La combinación de estas tecnologías facilita el drenaje linfático, aumento el metabolismo graso y por tanto mejora la celulitis.

VelaShape™ puede aplicarse en distintas regiones corporales como piernas, glúteos, muslos, abdomen, costados o brazos, ya que dispone de dos cabezales distintos diseñados para grandes y pequeñas áreas corporales. Las sesiones duran 30 minutos y se recomienda seguir un tratamiento de 4 a 8 sesiones para obtener resultados satisfactorios.

## VENTAJAS DEL TRATAMIENTO VELASHAPE TM

- + VelaShape™ es un tratamiento no invasivo, por lo que tras su aplicación no es necesario un periodo de inactividad, el paciente puede incorporarse a su vida normal inmediatamente.
- + La combinación de técnicas de VelaShape™ permite reducir el contorno corporal y combatir la celulitis de la forma más eficaz, rápida y segura.
- + Es un tratamiento confortable. El paciente experimenta una sensación de calor en el área tratada tras su aplicación.
- + Es un tratamiento seguro para todos los tipos de piel
- + Es una opción terapéutica interesante tras el embarazo o en caso de presentar simultáneamente celulitis, flacidez y acúmulos grasos de grado moderado.



## PREGUNTAS FRECUENTES

### ¿Cuánto tardaré en observar un cambio?

Desde el primer tratamiento se pueden observar resultados. La mejoría es gradual, notándose la piel firme y lisa al principio y posteriormente reduciendo la celulitis en tan solo 4 sesiones.

### ¿Cuántos centímetros de circunferencia puedo reducir?

Muchos de los estudios clínicos realizados cifran en una reducción de 2,5 cm de media tras los tratamientos con VelaShape II, pero hay estudios en pacientes postparto que llegaron a reducir hasta 7 cm.

### ¿Duele?

No es nada doloroso, al contrario, puede resultar cómodo y placentero. Una ligera sensación de calor es normal durante el tratamiento y la piel ligeramente enrojecida después del mismo y durante unas pocas horas.

### ¿Son permanentes los resultados?

Después de finalizar el protocolo de tratamiento completo se recomiendan algunas sesiones de mantenimiento periódicamente. Como con cualquier técnica no quirúrgica, los resultados durarán más si llevas una alimentación equilibrada y haces ejercicio regularmente.



# INSTITUTO BERNABEU

## PROGRAMA DE GARANTÍA DE EMBARAZO 100%

### COMPROMISO TOTAL CON EL PACIENTE

**En 2014 Instituto Bernabeu se convirtió en la clínica pionera de Europa en ofrecer la garantía de que el tratamiento de reproducción asistida culminará con el nacimiento de un bebé.**

El objetivo del Programa de Garantía de Embarazo y Nacimiento es dar tranquilidad a las parejas que no logran la gestación de manera natural. Y ello se logra con un trabajo impecable y un excelente resultado. La clínica se compromete con el paciente al 100% en su resultado y ofrece la garantía y la seguridad de que si no se consigue el embarazo y nacimiento devuelve el total del importe abonado. Parejas de 67 países confían en la clínica alicantina con sedes en Alicante, Madrid, Palma de Mallorca, Albacete, Cartagena, Elche y Benidorm, con más de tres décadas ofreciendo los más importantes avances en Salud Reproductiva y Genética.

Incluyen todas las pruebas necesarias y las técnicas más avanzadas para que el paciente tenga la seguridad de que su caso se aborda integralmente y evitando gastos adicionales.



#### ¿POR QUÉ ELEGIR INSTITUTO BERNABEU?

##### 1. PERSONALIZACIÓN

Una de las claves del éxito es individualizar cada tratamiento de Fecundación In Vitro, teniendo presente las particularidades de cada paciente.

##### 2. TECNOLOGÍA

Apuesta por la tecnología más innovadora, para mejorar cada fase del proceso.

##### 3. I+D+i

Instituto Bernabeu combina su actividad asistencial con una constante investigación. Se cuentan por decenas las investigaciones

que surgen cada año fruto de la aplicación de nuevos protocolos que buscan dar respuesta a cada caso particular.

##### 4. EQUIPO MULTIDISCIPLINAR

En el proceso reproductivo no solo interactúan la ginecología y la biología. Contar con un grupo de profesionales de diferentes ramas: endocrinología, urología, farmacia, genética, bioquímica, etc., redundan en una optimización del tratamiento.

##### 5. UN CUIDADO INTEGRAL

Cada paciente es único, por ello, desde el primer instante en el que confía su cuidado a Instituto Bernabeu, las personas que

componen el equipo están a su entera disposición. Se le asigna una asistente de cuidados integrales que está atenta a cualquier necesidad. Será exclusivamente su ginecólogo quien realice cada asistencia, para que en todo momento se sienta acompañada, tranquila y en confianza.

##### 6. ESPECIALIZACIÓN EN MEDICINA REPRODUCTIVA

Un tratamiento especializado es clave; disponer de unidades específicas optimiza el resultado. Instituto Bernabeu es líder europeo en el tratamiento de la baja reserva ovárica, en el fallo de implantación embrionario, la endometriosis o en inmunología.



**INSTITUTO BERNABEU**

Avda. Albufereta, 31 - Alicante

ALICANTE · MADRID · PALMA DE MALLORCA · ALBACETE · CARTAGENA · ELCHE · BENIDORM

**Teléfono: 965 50 40 00**

asesoramiento@institutobernabeu.com

**INSTITUTO BERNABEU** **ib**

# EXPERTOS EN CASOS DENTALES COMPLEJOS

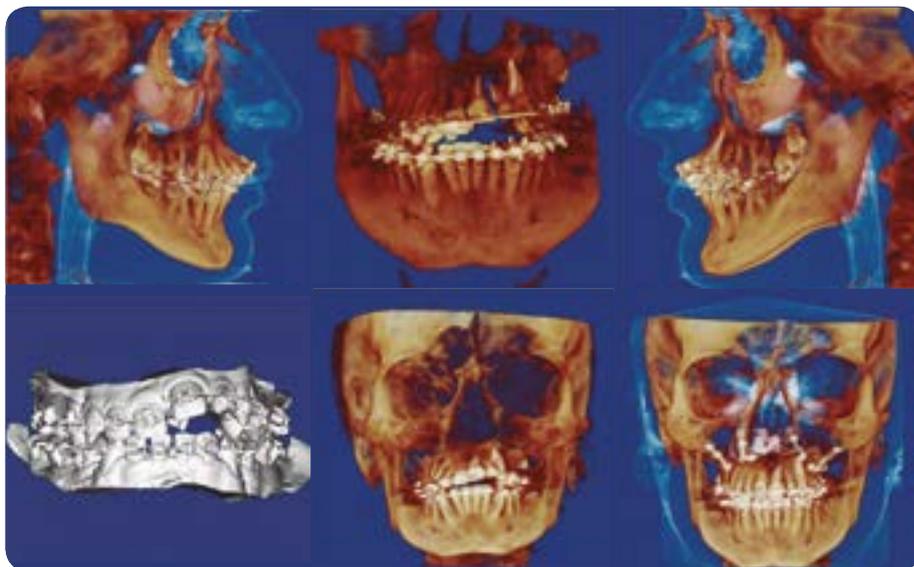
LA DRA. CARMEN POMARES HA INCORPORADO LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA EN IMPLANTOLOGÍA GUIADA POR ORDENADOR, LA CIRUGÍA NAVEGADA.



**El equipo de la Clínica Perio&Implant dirigido por la Dra. Carmen Pomares, médico estomatólogo, periodoncista e implantólogo, lleva más de 21 años en Alicante dando solución a todos los pacientes que acuden a nosotros con problemas bucales por enfermedad de las encías, pérdida de piezas dentales o de los tejidos orales, malposiciones dentarias o dolores crónicos.**

Un chico de 13 años sufrió accidente con un transporte acuático con trauma severo en sus dientes superiores. Tras un par de tratamientos infructuosos por otros colegas, nos lo remiten con ya 16 años. Durante ese tiempo los dientes que recibieron el impacto quedaron anquilosados y rígidos mientras los huesos del menor seguían su desarrollo, por lo que estos dientes quedaron a casi 1 cm en altura de los demás, con el grave problema estético, fonético, funcional y psicológico que esto le supuso.

## ESTUDIO PREVIO CON RADIOLOGÍA 3D Y ESCANEADO MODELOS INTRAORAL



Somos expertos en tratamientos guiados y diseñados por ordenador con cirugía navegada para colocación de implantes dentales, regeneración de hueso y encía, o para recuperar la masticación, la estética y la salud bucal.

Disponemos de amplias instalaciones con la más avanzada tecnología para aplicar las técnicas más punteras a nivel internacional en las mejores manos, ofreciendo la excelencia en odontología a nuestros pacientes.

Pero como se aprecian más las imágenes que las palabras les queremos mostrar como ejemplo uno de nuestros más recientes casos en el día a día de nuestra consulta:

Para corregir esta gran disimetría se precisó de un exhaustivo estudio y planificación en equipo para con experiencia y precisión corregir los daños causados en la anatomía de este joven.

### PERIO&IMPLANT

C/ Carratalá, 24-26 entlo - Alicante · Telf: 965 124 715

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

Se le acondicionaron los tejidos previamente con tratamiento periodontal y se prepararon los dientes afectados con endodoncia por microscopia por nuestro endodoncista Dr. Enrique Castro.

Iniciamos la ortodoncia realizada por nuestro ortodoncista Dr. Vicente Hernández, más cirugía de Lefort con descenso del segmento óseo con las 3 piezas problema realizada por el maxilofacial colaborador Dr. Fernando Valiente, seguido por otro periodo ortodóntico, lo que nos llevó 3 años para concluir y estabilizar esta importante fase.

A continuación, microcirugía plástica remodeladora de encías más injerto de tejidos blandos realizado por la periodoncista Dra. Carmen Pomares y finalizado con preparación por nuestro equipo para carillas cerámicas del protesista D. Jose Luis Ayuso. Con el soporte, supervisión, coordinación y seguimiento de todo el tratamiento por el equipo de Clínica Perio&Implant y sobre todo la colaboración de la familia y del propio paciente.

Pretratamiento ortodóntico y ortognático con reubicación ósea

10-14



Terminada ortodoncia pre corrección gingival + diseño sonrisa

10-17



Resultado tras cirugía plástica de encías e injerto de tejidos

10-18



## FINALIZADA LA ESTÉTICA CON CARILLAS CERÁMICAS CON DISEÑO DIGITAL



4 años separan estas imágenes, tiempo de un delicado tratamiento en manos de un equipo experto, para conseguir esta bella sonrisa final que refleja la emoción del paciente.



**Dr. Carlos Laria**

Director médico de la Unidad de Oftalmología Pediátrica y Estrabismo de Clínica Baviera

## “EL ESTRABISMO PUEDE TRATARSE A CUALQUIER EDAD”

El estrabismo es una enfermedad ocular que solemos vincular a la infancia, sin embargo hasta un 4% de los adultos la padece. “Se produce”, explica el Dr. Carlos Laria, director médico de la Unidad de Oftalmología Pediátrica y Estrabismo de Clínica Baviera, “por una alteración de los movimientos oculares que ocasiona la pérdida de paralelismo de los ojos. Existen distintos grados de estrabismo, desde los casi imperceptibles, hasta los casos más severos que, además de problemas visuales, pueden presentar problemas estéticos importantes con las consiguientes implicaciones psicosociales”.

Según aclara el especialista, “no hay una edad límite para operar el estrabismo, la intervención únicamente dependerá de las características de la enfermedad oftalmológica y del propio paciente, pero no de la edad, ya que no es un factor limitante cuando se dispone de los medios y equipos anestésicos adecuados para cada necesidad”.

Para la corrección del estrabismo existen diferentes tipos de tratamientos siempre tras la valoración de la corrección óptica y visual, como es el tratamiento con toxina botulínica o mediante cirugía muscular clásica, que serán aplicados en función de las características de cada paciente y siempre bajo la indicación del oftalmólogo especialista en estrabismos.

“En definitiva”, asegura el Dr. Laria, “aunque lo más aconsejable es diagnosticar y tratar el estrabismo en la infancia para evitar problemas visuales futuros, una vez alcanzada la edad adulta se puede tratar logrando una notable mejoría estética y, en algunos casos, minimizando también algunos problemas visuales asociados como la visión doble”.



**Dr. Álvaro de Casas**

Oftalmólogo de la Unidad de Retina de Clínica Baviera

## “AHORA DISPONEMOS DE TRATAMIENTOS MÁS EFECTIVOS PARA LAS ENFERMEDADES DE LA MÁCULA”

Existen muchas enfermedades que pueden afectar a las dos zonas más sensibles del ojo; la retina y, dentro de ella, a la mácula. Según explica el Dr. Álvaro de Casas, oftalmólogo de la Unidad de Retina de Clínica Baviera Alicante, “las enfermedades que afectan a la mácula producen un deterioro visual muy importante, ya que afectan a la zona central de la visión y no permiten realizar actividades cotidianas tan básicas como comer o leer, por lo que suelen condicionar mucho la autonomía de las personas que las sufren. Por eso, un defecto visual central puede lastrar gravemente la calidad de vida del paciente. Para tratar de evitar esta situación e impedir que el paciente llegue a la ceguera, es vital tratar estas enfermedades lo más precozmente posible”.

Los avances tecnológicos, farmacológicos y quirúrgicos han producido una importante evolución en el diagnóstico y tratamiento de estas enfermedades. “Por ejemplo”, explica el especialista, “hace unos años estar diagnosticado de una DMAE (Degeneración Macular Asociada a la Edad) era casi un anticipo de que en algún momento se iba a padecer ceguera, ya que los tratamientos que teníamos eran muy poco efectivos. Afortunadamente, desde la aparición de los tratamientos antiangiogénicos, hemos conseguido, no sólo frenar la evolución de la enfermedad, sino también conseguir mejorar la visión de los pacientes si el tratamiento es continuo y, sobre todo, si se trata de forma precoz. Para llegar al diagnóstico precoz resultan de vital importancia los métodos diagnósticos de última tecnología como los que disponemos en Clínica Baviera”.



**Dr. José Jesús López Gálvez**  
Director UR HLA Vistahermosa. Alicante.

# ¿CUÁL ES LA EDAD IDEAL PARA CONGELAR TUS ÓVULOS SI DECIDES RETRASAR TU MATERNIDAD?

**Cuanto más joven es la paciente, la calidad y la cantidad de óvulos es mayor, y las probabilidades de éxito aumentan considerablemente. La vitrificación de ovocitos es la única técnica que permite a la mujer preservar sus óvulos con garantías de éxito que alcanzan el 90%.**

Cada vez son más las mujeres que optan por la congelación de sus ovocitos para preservar su fertilidad y poder ser madres en un futuro. El retraso de la maternidad unida a la desinformación sobre reproducción asistida, es en la mayoría de los casos las causas de los problemas de infertilidad.

*“Lo adecuado es congelar los óvulos entre los 28 y los 35 años, pero generalmente las mujeres que acuden a nuestro centro para vitrificar sus gametos rondan entre los 38 y los 40 años, cuando ya han comenzado a experimentar su declive natural”, subraya el director de la Unidad de Reproducción HLA Vistahermosa, José López Gálvez.*

Hoy día la mujer se plantea objetivos que cumplir profesional y personalmente antes de dar el paso a la maternidad. Pero la edad biológica corre y sus óvulos no tienen la misma calidad con 27 que con 37 años y, claro está, a partir de los 40 la situación se complica aún más, debido a que la reserva ovárica desciende, y a la falta de calidad de los óvulos se suma la pérdida de cantidad. Los óvulos de las mujeres menores de 35 años son más eficaces y conservan mayor capacidad reproductora. Un óvulo congelado a los 35 años es mejor que un óvulo “fresco” (natural) a los 40 años.

## CONGELACIÓN ULTRARRÁPIDA: VITRIFICACIÓN

La vitrificación congela las células de forma ultrarrápida, a una velocidad de más de 15.000°C por minuto, provocando la formación de una especie de gel que no daña las células. Esta técnica también se recomienda por razones médicas, antes de iniciar un tratamiento oncológico que pueda causar daños irreversibles en los óvulos. También está indicada en personas con una reserva ovárica reducida, en aquellas con posibilidades de sufrir una menopausia precoz, enfermedades de tipo inmunológico o endometriósico que comprometan su fertilidad.



*La vitrificación permite a la mujer proteger sus óvulos con garantías de éxito del 90%.*



## UR HLA VISTAHERMOSA MÁS DE 30 AÑOS FOMENTANDO LA VIDA

Los profesionales de la Unidad de Reproducción HLA Vistahermosa te asesoran sobre el tratamiento más adecuado para ser mamá y formar una familia. Nos encontramos en un **entorno hospitalario** que te aporta **seguridad y confianza**, para que estés **tranquila** y perfectamente **atendida** las 24 horas.

**Puedes pedir tu primera cita gratuita con un especialista** en el teléfono 965 269 146 o rellenando el formulario de contacto de nuestra web [www.urvistahermosa.com](http://www.urvistahermosa.com) y síguenos en Facebook **UR Vistahermosa**



**Dr. Antonio Calderón**

Traumatólogo y especialista en lesiones de rodilla



## MENISCO: ¿QUÉ ES?

El menisco es un fibrocartílago colocado entre el fémur y la tibia. El fémur es convexo, mientras que la superficie del platillo tibial es plana. La congruencia biomecánica entre ambos sólo se puede hacer con un triángulo, el menisco.



## ¿PARA QUÉ SIRVE?

Es una estructura que sigue al fémur y a la tibia en los movimientos de flexo-extensión y rotacionales de la rodilla. Sirve para hacer la rodilla más congruente, ayuda a la estabilidad de la rodilla, protege al cartílago articular de la tibia y el fémur repartiendo mejor la carga del peso del cuerpo.



## ¿POR QUÉ SE PRODUCE LA LESIÓN?

El menisco es raro que se rompa en un golpe directo. Lo más habitual es que se produzca en movimientos de giros, mal apoyo, etc.



## ¿CUÁLES SERÍAN LAS ACTIVIDADES DE MÁS RIESGO?

Entre las profesiones de más riesgo están los fontaneros o los albañiles. En cuanto a los deportes: fútbol o baloncesto.



## ¿QUÉ SÍNTOMAS APARECEN?

Dolor al realizar determinadas posturas, limitación de la movilidad de la rodilla, derrame, falta de fuerza y chasquidos.



## ¿CÓMO SE PRACTICA LA CIRUGÍA?

Ya no es necesario abrir la rodilla ni quitar el menisco entero. Mediante cirugía artroscópica es posible realizar resección parcial del menisco dejando restos estables, fijos, congruentes y no degenerados que permitan realizar parcialmente la función del menisco.



## ¿QUÉ INSTRUMENTAL SE UTILIZA?

Se introduce una óptica de aumento conectada a una cámara que nos da una visión del interior de la rodilla, para delimitar la lesión y aplicar el instrumental preciso: pincería adecuada, condrotomo motorizado, electro coagulación y vaporización meniscal por radiofrecuencia y grapas biodegradables.

## ¿ES POSIBLE REPARAR EL MENISCO?

El menisco es una estructura fibrocartilaginosa mal vascularizada. En raras ocasiones, el menisco se rompe en la zona más pegada al ligamento (zona vascular) y es posible la reparación con grapas biodegradables, pero la cicatrización no está asegurada y el tiempo de recuperación es más prolongado. En la mayoría de los casos, sería necesaria una segunda operación porque la cicatrización sólo ocurre en un pequeño porcentaje.

## ¿QUÉ SUCEDE SI NO SE OPERA EL MENISCO ROTO?

Lo normal es que el cuadro de dolor no ceda, que se mantengan derrames articulares intermitentes. La rodilla no tiene una función articular correcta con un deterioro cartilaginoso progresivo. No es posible llevar la rodilla a movimientos extremos.

## ¿CUÁL ES EL PERIODO DE RECUPERACIÓN TRAS LA CIRUGÍA?

Dependerá de la actividad que se realice y de la posible patología asociada que se encuentre en la rodilla: lesiones condrales en rótula, en cóndilo femoral o en platillo tibial. Normalmente, oscila de 3-5 semanas para el menisco interno y de 5-7 semanas para el menisco externo.

Después de la cirugía meniscal, el cartílago articular de la rodilla tiene que adaptarse a la nueva situación. Tiene que soportar él sólo las cargas, además de recuperarse de la irritación de la cirugía. Existe un periodo más o menos prolongado en el cual es posible manifestar molestias y/o derrames ocasionales. Esto es más habitual en la cirugía del menisco externo y en pacientes veteranos.

Actualmente podemos mejorar este periodo de adaptación con medicamentos condroprotectores, infiltraciones con Ácido Hialurónico y factores de crecimiento plaquetario.

# CLÍNICA ALCARAZ INCORPORA NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA EL TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES PERIODONTALES Y PERIIMPLANTARIAS

Dr. Jaime Alcaraz Freijo y Dr. Jaime Alcaraz Sintés  
Clínica Alcaraz



+ Las **enfermedades periodontales (de las encías)** son patologías que afectan al periodonto, es decir, a los tejidos que sostienen a los dientes. Son patologías infecciosas, causadas por bacterias. Hay dos grandes grupos de enfermedades periodontales: **gingivitis** (inflamación superficial) y **periodontitis** (destrucción más profunda de los tejidos periodontales).

El tratamiento de las enfermedades periodontales va dirigido a eliminar las bacterias productoras de la enfermedad y a corregir los factores que la hacen más susceptible a ellas. A veces es suficiente realizar la fase básica periodontal o desinflamatoria que va dirigida a eliminar las bacterias de la bolsa periodontal (la biopelícula dental) mediante el raspado y alisado, y otras veces es necesario realizar una fase quirúrgica.

Después de estas fases y de tener controlada la enfermedad viene la parte más importante del tratamiento periodontal que es el mantenimiento periodontal, donde se realizan profilaxis para eliminar el cálculo (sarro) y bacterias que el paciente va a ir acumulando entre una cita y la siguiente. La frecuencia del mantenimiento periodontal dependerá de los factores individuales del paciente, pudiendo ser necesario cada 3, 6, 9 o 12 meses.

Tradicionalmente en las citas de mantenimiento periodontal se han usado sistemas de ultrasonidos e instrumentos mecánicos (*curetas*) y en ocasiones estos tratamientos generaban aumento de la sensibilidad dental al frío y malestar durante el tratamiento.

Con el avance de la tecnología se han ido desarrollando nuevos sistemas que nos permiten realizar estos tratamientos de una forma menos agresiva y más confortable para el paciente y que resultan en menores molestias durante y tras su realización.

En concreto, el desarrollo de los sistemas de **aeropulidores** ha supuesto una revolución. Los aeropulidores generan un chorro de agua "tibia" a una determinada presión (la cual se puede controlar en la temperatura para el confort del paciente evitando episodios de sensibilidad) junto con un polvo con unas partículas con unas características que permite la eliminación de tinciones, el acúmulo de placa y la biopelícula dental y reblandecer el sarro (reduciendo así la necesidad de instrumentación manual y ultrasónica). Estas partículas actúan sobre la superficie del diente y la encía sin generar un daño o molestia

al paciente. El tratamiento se realiza con una temperatura de irrigación regulada y se activa mediante un pedal inalámbrico.

+ Las **enfermedades periimplantarias** son patologías que afectan a los tejidos que sostienen a los implantes. Son patologías infecciosas, causadas por bacterias. Hay dos grandes grupos de enfermedades periimplantarias: **mucositis** (inflamación superficial) y **periimplantitis** (destrucción más profunda de los tejidos periimplantarios).

Estos novedosos sistemas de aeropulidores de la misma manera que se usan para el tratamiento y mantenimiento las enfermedades de las encías sirven también para el tratamiento y mantenimiento de las enfermedades periimplantarias.

Esta nueva tecnología ya está disponible desde 2019 en Clínica Alcaraz y nos permite realizar el tratamiento de la forma menos invasiva posible, con el máximo nivel de comodidad, seguridad y eficacia. Es un complemento a nuestra manera de trabajar de siempre que añade muchos beneficios para el paciente además de mayor confort durante la visita haciéndola más agradable al paciente. El paciente empieza el tratamiento sin dolor o molestias con lo cual, empieza más relajado.

Con estos aeropulidores podemos aplicar también a nuestros pacientes tanto antisépticos como la clorhexidina como flúor para aumentar la prevención de caries y la disminución de la sensibilidad después del tratamiento periodontal.



Aparato aeropulidor  
EMS Profilaxis Master



**Doctor Federico Mangada**  
Especialista en Otorrinolaringología

# PATOLOGÍA RESPIRATORIA DEL SUEÑO EN NIÑOS

Los trastornos respiratorios del sueño son patologías frecuentes en la infancia, con un porcentaje del 10 al 15% en niños de hasta 7 años.

## TRATAMIENTOS

**Quirúrgicos.** En un tanto por ciento muy elevado de los casos con:

- + Adenoidectomía
- + Amigdaloadenoidectomía
- + Amigdalotomía: pueden ser suficientes para solucionar el problema, pudiéndose realizar de diversas maneras: con electrobisturí, láser de CO2 o microdesbridadores.

Siendo el segundo grupo de los tratamientos quirúrgicos el de las malformaciones y tumores.

## No quirúrgicos

- + Medicación para las apneas de tipo central
- + Tratamiento de la rinitis neonatal. Alergias.
- + CPAP
- + Ortodoncia
- + Tratamiento de la obesidad.

Si bien muchos de estos tratamientos no son bien tolerados por los niños.

## ETIOLOGÍA

**Central:** alteraciones neuromusculares

### Obstructiva:

1. Hipertrofia amigdaloadenoidea (la más frecuente)
2. Alteraciones craneofaciales (microretrognatia)
3. Macroglosia (lengua grande)
4. Malformaciones (faringo-laríngeas)
5. Patologías nasales (rinitis, poliposis, malformaciones y quistes)

## CLASIFICACIÓN

- + **Roncopatía:** Es la más frecuente. Está causada por la disminución del calibre de la vía respiratoria superior a uno o varios niveles.
- + **Síndrome de resistencia de las vías aéreas superiores (SRVAS):** paradas respiratorias con una duración inferior a 10 seg. (Hipoapneas).
- + **Síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS).** Las apneas suelen ser mayores de 10 seg. lo cual agravará la situación pudiendo incluso desarrollar: insuficiencia cardíaca, cor pulmonale, atraso en el desarrollo, daño neurológico, etc.

## 1. EXPLORACIÓN

Fundamental para poder determinar con exactitud el lugar de la obstrucción, y con ello la elección del tratamiento adecuado.

## 2. SINTOMATOLOGÍA

- + **Nocturnos:** ronquidos, paradas respiratorias, enuresis, sudoración, respiración jadeosa (oral).
- + **Diurnos:** dolores de cabeza, cansancio, somnolencia y problemas cognitivos.
- + **Otros:** voz nasal, respiración oral, mucosidad recurrente y babeo incontrolado.

## 3. DIAGNÓSTICO

- + Observación de los padres durante el sueño
- + Estudio respiratorios del sueño
- + Endoscopia de sueño (somnoscopia o DISE)



## CONSULTA DEL RONQUIDO



**Dr. Federico Mangada**  
OTORRINOLARINGÓLOGO

Teléfono directo (16-20 h)  
**966 288 759**

**HOSPITAL VITHAS MEDIMAR INTERNACIONAL**  
Avda. Denia, 78 – 5ª Planta – Alicante  
965 162 200 (Ext. 8076)



# Centro médico EXTEMPORE

“La belleza es la expresión  
estética del amor”

Abraham Lincoln



## EL EQUIPO



**Ereide Jaúregui**  
Psicoterapeuta

**Andrea Egido**  
Directora de Extempore

**Eladio Ayala y Freya Belló**  
Medicina y Cirugía Estética, Flebología

## TRATAMIENTOS MÉDICO-ESTÉTICOS faciales y corporales

ÁCIDO HIALURÓNICO Y VITAMINAS

PLASMA RICO EN PLAQUETAS

BOTOX

Rejuvenecimiento con

LÁSER CO2 FRACCIONAL

MESOTERAPIA facial y corporal

Tratamiento Médico de **ESTRÍAS**

Tratamiento Médico de **ACNÉ**

Tratamiento **RIGENERA**  
(células progenitoras),  
para la **CAÍDA DEL CABELLO**

## ELIMINACIÓN DE VARICES

Crioescclerosis, esclerosis con  
espuma, TRV...

## ELIMINACIÓN DE LIPOMAS, VERRUGAS, CICATRICES

## TRATAMIENTOS ESTÉTICOS

**HIFU** Lifting sin cirugía,  
ultrasonido focalizado

**LÁSER LIPOLÍTICO** de tercera generación

**CRIOLIPOLISIS**

**LPG** endermologie

**RADIOFRECUENCIA** médico-estética  
en 6 dimensiones





# BIENVENIDO A TU NUEVA SONRISA: ORTODONCIA QUE NO SE NOTA

**Doctor José María Ponce de León Del Bello**

**Fini González**  
Higienista

¿QUÉ ES LA ORTODONCIA INVISIBLE?

## ALINEADORES TRANSPARENTES PERSONALIZADOS

El paciente debe ir cambiando sus alineadores cada pocas semanas para que paulatinamente los dientes se vayan alineando. Se deben llevar un mínimo de 22 horas al día para fijar bien las posiciones. En consecuencia sólo deben quitarse para comer, por lo que ni la dieta ni la higiene dental se ven afectadas durante el tratamiento.

Antes de comer se quitan de una forma sencilla, se guardan en la caja para que no se rompan o se doblen, ¡y a disfrutar! Como resultado no hace falta privarse de nada durante el tratamiento. Tan sólo acordarse de volverlos a colocar tras la comida y tras cepillarnos los dientes. Para beber no hace falta quitárselos, únicamente si se toman bebidas calientes como el café o el té, que debido al calor pueden deteriorar el plástico. En el caso de que consumamos bebidas frías podemos tomarlas con los alineadores puestos sin problema alguno.

Si tu caso puede ser tratado con esta técnica lo primero que haremos será digitalizar las arcadas dentarias mediante tecnología 3D (un escáner intraoral sin radiación) obteniendo una imagen tridimensional de tus dientes. Una vez digitalizada tu boca, podemos mover los dientes virtualmente hasta conseguir una oclusión correcta.



BIENVENIDO A TU  
**NUEVA SONRISA**

theSmileSHOP®

ORTODONCIA  
INVISIBLE



**Doctor Enrique Albors**

Traumatólogo especialista en patologías de la espalda

# OZONOTERAPIA Y MICROGRAPAS CONTRA EL DOLOR DE ESPALDA

**El Dr. Enrique Albors, licenciado en traumatología, está especializado en enfermedades de la columna. Desde el año 1.999 es Director de la Unidad de Ozonoterapia del Hospital Vithas Medimar Internacional. Esta Unidad cuenta con tecnología de vanguardia y un equipo multidisciplinar de profesionales sanitarios altamente cualificados.**

La Ozonoterapia y la Neurorreflejoterapia (micrograpas) son dos terapias ambulatorias que se utilizan para tratar problemas de espalda.

Un nervio puede encontrarse presionado por el disco de la columna, que provoca inflamación y dolor punzante en la zona. Una de las opciones que existen para aliviar el dolor de la columna es la Ozonoterapia. Esta técnica permite que el disco pueda llegar a cicatrizar y el núcleo de la lesión vaya reduciéndose satisfactoriamente.



## ¿QUÉ ES LA OZONOTERAPIA?

La ozonoterapia es una técnica natural que se usa para tratar diferentes patologías, con el objetivo de mejorar el funcionamiento de órganos y tejidos. Sus propiedades son antisépticas (hongos, bacterias y virus), analgésicas y antiinflamatorias.

Además de las patologías de columna, otras enfermedades que se pueden tratar son: lesiones deportivas, artritis, artrosis, colon irritable, varices, úlceras diabéticas, etc.

## Beneficios

El tratamiento con ozono carece de efectos secundarios y se realiza a cualquier edad. El número de sesiones varía según el paciente (10-20), aunque se experimenta disminución del dolor desde la primera sesión. El ozono también puede combinarse con tratamientos farmacológicos.

## NEURORREFLEJOTERAPIA

Otro método eficaz para tratar las patologías mecánicas de la columna vertebral (lumbalgia, cervicalgias y ciáticas) es la Neurorreflejoterapia (NRT). Esta técnica ha demostrado una elevada eficacia (92%) en los estudios en pacientes con dolor de espalda de causa mecánica que duran 14 días o más, que son resistentes a los tratamientos farmacológicos y en los que no es necesaria la cirugía de urgencia.

La NRT coloca temporalmente y de modo superficial un material quirúrgico (micrograpas y punzones dérmicos) con el objetivo de estimular las fibras nerviosas de la piel relacionada con los nervios implicados en el dolor, la inflamación y la contractura muscular.

La colocación de las mini-grapas, a menos de 2 mm. de profundidad, no requiere anestesia ni ingreso hospitalario. En un máximo de 90 días se las retiramos al paciente. El uso de esta tecnología mejora el dolor (subagudo y crónico), el grado de movilidad y reduce o elimina el uso de medicación en el tratamiento.

Según los resultados obtenidos tras la NRT, se considerará si el paciente recibe el alta, o si por el contrario se repite el tratamiento, para alcanzar el mayor grado de mejoría.

**Es necesaria una consulta previa para determinar la idoneidad de este tratamiento en cada paciente, si es así, se puede proceder a su colocación en esa misma visita. Un tratamiento mínimamente invasivo que proporciona mejoras sin medicamentos añadidos.**



**Francisco Lavale**  
Abogado experto en Derecho Sanitario

# LA RESPONSABILIDAD EN LOS SERVICIOS SANITARIOS



**Los servicios sanitarios son como una maquinaria de precisión: cada elemento cumple su función y si alguno falla, por nimio que pueda parecer, el conjunto falla. Porque, en sanidad, todo es importante, aunque no siempre exista esa consciencia.**

**Pacientes y usuarios** reciben en directo cualquier fallo que esa maquinaria de precisión pueda tener. Productos de limpieza de baja calidad pueden suponer una mayor incidencia de infecciones. Una mala coordinación en urgencias puede provocar daños para salud y vida.

Los **profesionales sanitarios**, en contacto directo con pacientes y usuarios,

reciben las primeras quejas que los fallos del sistema provocan. Sufren también perjuicios: escaso descanso entre jornadas, horarios limitados para la realización de pruebas diagnósticas, escasez -o ausencia- de determinados productos en stock...

Los pacientes no conocen estas realidades, ni tiene por qué, responsabilizando a los profesionales sanitarios (médicos y enfermería, principalmente), que reciben no sólo las quejas sino las **denuncias de responsabilidad profesional** (o sus airados anuncios verbales, al menos). Esta situación les genera estrés, frustración, sensación de impotencia y descontento, contribuyendo al síndrome burn out y pudiendo afectar

tanto a su propia salud como a la calidad de su trabajo.

Sean públicos o privados, la **gestión de los centros sanitarios** es cosa muy seria y supone una responsabilidad muy grande. Así lo establece la normativa vigente desde hace años, aunque algunos responsables de los servicios sanitarios todavía no lo vean así. Directivos profesionales de centros sanitarios analizan estas situaciones en numerosos foros y va asentándose la idea de la importancia de la calidad de la propia gestión en la satisfactoria prestación de los servicios asistenciales, en la reputación del centro sanitario, en sus resultados económicos, en la reducción de las demandas de responsabilidad sanitaria...

## LA REPUTACIÓN DEL CENTRO SANITARIO

Cada vez que salta a los medios la noticia de un daño sufrido en un centro sanitario, el **daño reputacional** que éste sufre es terrible, duradero y muy difícil de olvidar por la sociedad. Saber que ha habido infecciones en un quirófano por falta de higiene, que alguien ha resultado perjudicado porque no se hizo una resonancia debido a que el equipo estaba averiado desde hacía meses o que

no tenía guardia un especialista que pudiera haber evitado el daño padecido por un paciente son sólo algunos ejemplos que prueban la necesidad de dedicar esfuerzos eficaces en la gestión de los centros sanitarios.

Los recursos necesarios para revertir una mala noticia referida a un centro sanitario son abrumadores en comparación con lo que costaría prevenirlos. Por supuesto que existen las noticias falsas, y por supuesto que se

cometerán errores, pero la inversión en la calidad de la gestión del centro previene la mayoría de esos fallos en la prestación del servicio sanitario y contribuye a reducir los daños reputacionales cuando se producen.

**La responsabilidad por la prestación de los servicios sanitarios** es de los propios centros, y de sus gestores. Y es posible **prevenir** los daños derivados haciendo que esa maquinaria de precisión funcione correctamente.



## #MasDietaMediterranea

### Gastronomía sostenible

Alimentarnos es algo que hacemos varias veces todos los días, cada uno de los días de nuestra vida. Si lo hacemos correctamente disfrutaremos de una existencia más saludable, incluso podremos prevenir determinadas enfermedades. La sabiduría oriental lo resume en “somos lo que comemos”.

España ocupa un lugar privilegiado en cuanto a la salud de sus ciudadanos. Si la tendencia continúa seremos los más longevos del mundo en 2040. En nuestro país las mujeres viven de media 87 años y los hombres 85. Las previsiones más audaces, se nos antojan próximas a la ciencia ficción ya que plantean la posibilidad de una esperanza de vida para el conjunto de la población superior a los 130 años. Esto parece deberse en gran medida a una forma de vida amable, una sanidad pública espectacular y una dieta saludable.

Sin embargo, nuestros hábitos alimenticios están cambiando y la población española está abandonando la adherencia a la dieta mediterránea. La obesidad mórbida se ha convertido en un problema creciente y el poder de la cocina rápida se va extendiendo a velocidad de vértigo. Es evidente que la comida rápida resulta atractiva, tiene un packaging que llama la atención, es fácil de consumir, sin esfuerzo y en muchas ocasiones es económica. La comida rápida tiene a simple vista atractivos innegables que debemos contrarrestar con información y educación.

Los expertos en nutrición defienden que debemos recuperar el legado incalculable que es la dieta mediterránea, declarada patrimonio inmaterial de la Humanidad por la UNESCO. El objetivo en los próximos años debe ser difundir el estilo de vida equilibrado de nuestro territorio y promover hábitos alimenticios que incluyen la producción, preparación y consumición de alimentos más respetuosos con el medio ambiente y con las tradiciones locales. De esta manera promovemos la gastronomía sostenible que contribuye al desarrollo económico local y tiene un papel fundamental en la promoción del desarrollo agrícola, la nutrición, la seguridad alimentaria, la producción sostenible de alimentos y la conservación de la biodiversidad.

#### Ángeles Ruiz García

Coordinadora Técnica Centro de Gastronomía del Mediterráneo de la UA - GASTERRA

Coordinadora Cátedra Carmencita de Estudios del Sabor Gastronómico.



# Manuel Palomar

*Entrevista al rector de la Universidad de Alicante*

**Manuel Palomar:**  
*“El cuarenta aniversario de la UA es un momento decisivo para afrontar grandes retos”*

*El rector centra su recta final de mandato en la implantación del grado de Medicina; la ampliación del campus, que duplicará su actual extensión; la creación de un Centro de Investigación en Envejecimiento activo y el nacimiento de un tercer campus UA en Dénia.*

**+ Rector, un año de celebraciones. Coincide el 40 aniversario del nacimiento de la Universidad de Alicante con los cuatro siglos y medio de la Universidad Histórica de Orihuela, ¿qué significado tiene esta coincidencia para su universidad?**

Efectivamente, en la Universidad de Alicante estamos muy orgullosos de poder celebrar estas dos efemérides en este 2019. Por una parte somos los herederos de la tradición universitaria en la provincia de Alicante con unos antecesores históricos reconocidos que se remontan al siglo XVII. Herederos, pues, de la tradición universitaria del antiguo Reino de Valencia, arraigados en el territorio en el sentido más amplio y, con esta efeméride que celebramos hace apenas unas semanas entregando nuestro Laurel de Oro al oriolano más universal, Miguel Hernández, recogemos el legado de esa tradición universitaria. Pero, además, somos contemporáneos de la recuperada democracia, coetáneos de los primeros ayuntamientos de la libertad y de ahí beben nuestra forma de ser y de pensar. Con ese espíritu de mirar al futuro, con la solvencia que nos da el pasado, celebraremos en octubre nuestro aniversario. Estamos en un momento decisivo, el momento de afrontar grandes retos.

**+ Y cuáles son estos retos, ¿hacia dónde camina la Universidad desde su vertiente formativa e investigadora?**

En el terreno académico, sin duda, nuestro objetivo pasa por la implantación del grado de Medicina, una demanda sobradamente. No nos cansamos de apuntar a datos objetivos que argumentan esta demanda social que, en un acto de responsabilidad hemos asumido.

Según un informe del Ministerio de Sanidad, somos, después de Andalucía, la autonomía con menor ratio de especialistas por cada 100.000 habitantes. Pero además, las perspectivas de futuro son poco halagüeñas por la cascada de jubilaciones previstas para los próximos años. En diez años, los hospitales valencianos van a tener problemas por falta de especialistas. Vamos a necesitar entre 3.000 y 5.000 médicos. Y esto no lo decimos nosotros, son datos del Ministerio. Por eso no abdicamos de nuestra responsabilidad de identificar demandas sociales y de proponer ofertas innovadoras de formación. Es el momento de hacerlo, antes de que no haya solución.

Nuestra propuesta de grado está acreditada por la ANECA, Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad. El grado podría haber empezado a impartirse en este curso. La cuestión no es académica, sino política. Corresponde al Consell dar el visto bueno y afrontar, con perspectiva, el problema. Este, decía, es sin duda nuestro reto académico después de haber apostado por una oferta multidisciplinar universal, de calidad, a la vanguardia y con un alto componente tecnológico que abarca un total de 49 programas de grado que incluyen dobles titulaciones, programas simultáneos y estudios internacionales.

Desde una perspectiva científica e investigadora se puede decir que otro de nuestros retos institucionales pasa por la creación del Centro de Envejecimiento Óptimo e Inteligente. Es obvio el cambio demográfico que se está produciendo a nivel mundial, pero, especialmente en España hay datos que apuntan a que en unos años seremos el país número uno en esperanza de vida con 83'1 años. Bajo esta premisa estamos apostando por la creación de un ecosistema tecnológico orientado al bienestar de las personas mayores donde ya hay un nutrido grupo de equipos de investigación de la Universidad de Alicante trabajando en todos estos aspectos. El centro de envejecimiento es un proyecto que nos parece apasionante y muy pronto estaremos en disposición de presentarlo en sociedad.

**+ Un momento sin duda decisivo también en la ampliación del campus. ¿Se ha quedado pequeño con sus cerca de un millón de metros cuadrados?**

Se acaba de aprobar el Plan General de Ordenación Urbana y esto nos permite ver el futuro con una mirada de optimismo. Nuestro campus actual ya está al límite de su ocupación y su urbanismo. En su día se apostó por un modelo sostenible que ha sido aplaudido internacionalmente como modelo de universidad saludable, adaptada, sostenible, ecológica, igualitaria,... un modelo de excelencia arquitectónica, paisajística, óptimo para ser vivido que ahora, por fin, vamos a hacer extensivo a nuestra zona de expansión con la que duplicamos nuestro espacio actual. Esto nos va a permitir crecer de un modo exponencial para consolidar nuestro proyecto de Parque Científico y Tecnológico; para ampliar los espacios docentes y científicos, así como para incorporar a más empresas de base tecnológica.



**+ Cuando habla de provincia, habla de una extensión universitaria que también se ha consolidado y tiene visos de seguir creciendo...**

Ese es otro de nuestros ejes estratégicos: la implantación geográfica en la provincia. Hemos desarrollado una concienzuda política de sedes y aulas universitarias para acercarnos a las distintas realidades locales y comarcales de nuestra provincia, una provincia muy rica en matices, con realidades culturales, económicas y sociales que desde la Universidad de Alicante hemos querido tener en cuenta. Actualmente tenemos 13 sedes universitarias, una veintena de aulas y un Campus en Alcoy, en el que impartimos el grado de Maestro en Educación Primaria. Nuestra mirada está ahora en La Marina, una zona importante con grandes intereses y oportunidades para el desarrollo científico y formativo en el que estamos identificando necesidades para, con la ayuda de la iniciativa privada, poder implantar un campus universitario en Dénia que además de albergar al Centro de Estudios Gastronómicos del Mediterráneo, Gasterra, pueda tener otro tipo de actividades formativas.

*"Estamos seguros de que el crecimiento de la Universidad de Alicante y todo lo que conlleva, va a contribuir a generar empleo y también bienestar para nuestra provincia."*



# Las virtudes de la dieta mediterránea y el turrón de Jijona y Alicante como parte integrante de ella



Este sello tiene mucho que decir sobre el Turrón con Denominación

**Sólo el Turrón que lleva este Sello es auténtico Turrón de Jijona y Alicante.**

No todos los turrones duros pueden llamarse Alicante, ni todos los blandos Jijona.

Una tradición artesana de más de cinco siglos debe respetarse.

Un turrón con este sello es un turrón con Denominación de Origen.



Un turrón con historia

TRADICIÓN ARTESANA DE MÁS DE CINCO SIGLOS

Estudios llevados a cabo entre la década de los 40' y los 50' del pasado S.XX, pusieron de manifiesto que los países de la cuenca mediterránea: España, Italia, Francia, Grecia y Portugal tenían un menor porcentaje de infarto de miocardio y una menor tasa de mortalidad por cáncer. Los investigadores, sorprendidos, buscaron las posibles causas y descubrieron que la dieta tenía un papel fundamental. A partir de entonces, se empezó a hablar de la dieta mediterránea como un factor a tener en cuenta en la prevención de estas enfermedades.

Tras este descubrimiento, los científicos fueron perfilando los elementos que definían ese estilo de vida y la composición de su dieta: pasta y arroz, verduras, legumbres, abundante fruta, frutos secos como la almendra, aceite de oliva, miel, poca carne y mucho pescado, pan integral, y platos sazonados con algunos ingredientes

como el ajo, el orégano, algo de pimienta y pequeñas cantidades de buen vino.

La dieta mediterránea, además de combinar lo más adecuado desde un punto de vista bioquímico y fisiológico, dispone de una tecnología culinaria que es parte de un arte ancestral transmitido de generación en generación como es la elaboración del turrón de Jijona y el turrón de Alicante que toman como ingredientes principales la almendra y la miel. Estos turrones, pues, forman parte del acervo culinario propio de la dieta mediterránea, siendo los maestros turroneiros jijonencos profesionales acérrimos a este estilo de vida mediterráneo. El uso de los métodos de preparación propios del área mediterránea realzan el sabor y las propiedades organolépticas (sabor, color, olor, textura) de los alimentos, lo que favorece tanto su degustación como su digestión.

## El turrón y sus ingredientes principales

El turrón es una masa obtenida por cocción de miel y azúcar, con incorporación de clara de huevo o albúmina (proteína), a la que se incorporan posteriormente, con un amasado, almendras tostadas y peladas. La miel puede ser sustituida total o parcialmente por otros azúcares en sus distintas clases y derivados.

El prestigio y la calidad de nuestros turrones protegidos bajo las Indicaciones Geográficas Protegidas (IGPs) Jijona y Turrón de Alicante vienen garantizados por tres razones:

- 1 Ingredientes naturales** (almendra, miel, azúcar y clara de huevo).
- 2 La experiencia y garantía** de los maestros turroneiros en el proceso de elaboración autóctono jijonenco.
- 3 Los controles de calidad** que realiza el Consejo Regulador sobre su producción, que hacen del Turrón de Jijona y de Alicante alimentos de calidad y seguros para la salud.

TABLA DE COMPOSICIÓN NUTRITIVA POR 100 GRAMOS DE TURRÓN (VALORES PROMEDIO)

TURRONES	Turrón de Jijona	Turrón de Alicante
Calorías	537	500
Proteínas (g)	16,0	15,0
Grasas (g)	37	37
Hidratos (g)	35,0	36,0
Fibra (g)	8	8
Fósforo (mg)	358,4	282,0
Calcio (mg)	153,6	152,4
Hierro (mg)	1,98	2,50
Fólico (mcg)	23,04	57,60
Vit. E (mg)	15,6	12,0

El turrón constituye un vehículo placentero que aporta al organismo nutrientes esenciales y equilibra nuestra alimentación, formando parte destacada del modelo alimenticio de la dieta mediterránea.

Enriquece nuestra dieta diaria, ya que contiene fósforo, potasio, proteínas y vitaminas A, E y parte del complejo vitamínico B. La aportación de ácidos grasos insaturados y poliinsaturados, del 89% y saturados del 11% respectivamente, supera la recomendación hecha por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

## Propiedades Nutricionales y Gastronómicas del Turrón

Sus excepcionales propiedades nutricionales hacen que se recomiende su consumo en todas las edades, resultando beneficioso para regular el colesterol y prevenir enfermedades cardiovasculares, ya que la asociación

de miel y almendra es una de las más bondadosas por su aporte en sales minerales, proteínas, ácido oleico y fibras. Es ideal para desayunos y postres, meriendas de niños y mayores y, en general, como alimento reconstituyente funcional para colectivos con actividades de gran esfuerzo, desgaste y consumo energético como los deportistas.

Gracias a sus propiedades gustativas y a su versatilidad gastronómica podemos consumirlo en cualquier época del año en forma de dulce (bombones, galletas, snacks), convertido en helado o como ingrediente diferenciador de salsas, guarniciones o rellenos de plato.

Asimismo, Jijona dedica esfuerzo en investigación a crear productos orientados a colectividades especiales que padecen algún tipo de intolerancia alimenticia. Se han creado líneas de turrones sin azúcar o enriquecidos con soja y se colabora con asociaciones de celíacos para controlar los procesos referidos al contenido en gluten.



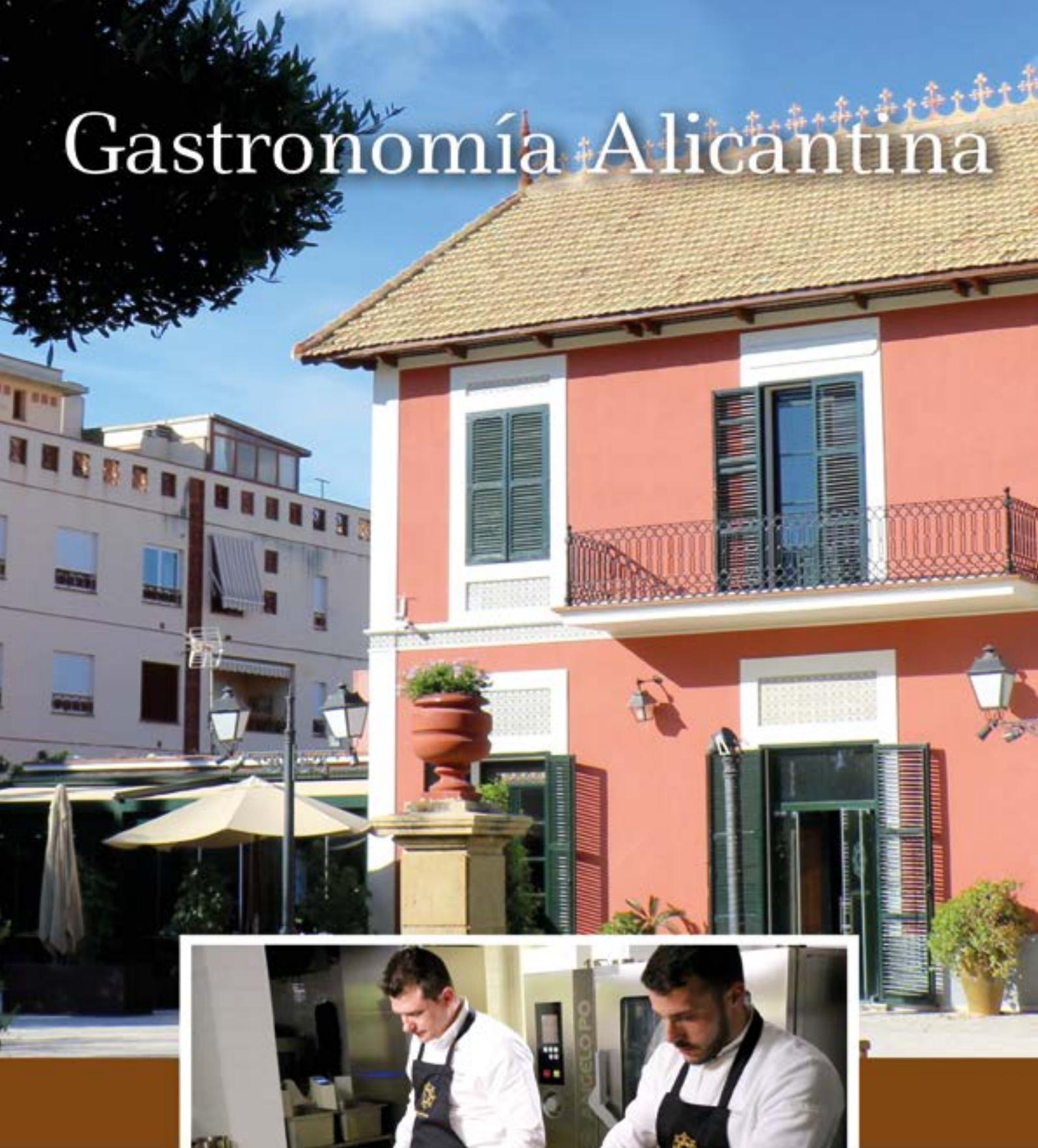
· Turrones todo el año ·



Consejo Regulador de Jijona y Turrón de Alicante



# Gastronomía Alicantina



# y Cocina del Fuego

Un lugar unico en San Juan de Alicante

La cocina del Chef José Antonio Sánchez llega a Villa Antonia junto a su hermano Alejandro y con la carta dulce de Fran Segura



VILLA ANTONIA

**tescoma.**

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

# ESPAGUETIS DE CALABACÍN Y GAMBAS

## INGREDIENTES:

200 gr. camarones  
5 calabacines  
2 cc de aceite de oliva virgen extra  
1 diente de ajo  
1 ramita de perejil  
1/2 vaso de vino blanco  
la cáscara de 1 limón  
sal y pimienta negra al gusto

## PREPARACIÓN:

Lave los calabacines, córtelos en juliana y resérvelos. Pele las gambas. En una sartén, dore el ajo en aceite caliente, luego agregue las gambas y cocine durante un par de minutos. Agregue el calabacín cortado en juliana, sal, pimienta y mezcle con el vino blanco. Añada a la sartén y cocine el calabacín a fuego lento durante 5 minutos, removiendo y teniendo cuidado de no dejar que se sequen demasiado. Retirar del fuego y servir, completando el plato con ralladura de limón.



## TE RECOMENDAMOS...

El GORTADOR EN ESPIRAL con 3 cuchillas para hacer tres variantes de corte: noodles, spaguetis y espirales, fabricadas en acero inoxidable de alta calidad.

Es perfecto para preparar noodles finos, espaguetis y espirales de zanahorias, calabacines, pepinos, rábanos, patatas, manzanas, etc. Funciona como un gran sacapuntas: elige la hoja para obtener el tamaño y corte deseado, inserte el vegetal y sujételo con el tapón. ¡Las verduras cortadas se recogen en el recipiente!



noodles



espaguetis



espirales



Ref. 643610  
PVP: 21,90€

## NUESTRAS TIENDAS TESCOMA ESPAÑA

**ALICANTE** c/ Pintor Lorenzo Casanova 3 966 447 473  
**ELCHE** c/ Hospital 26 966 449 611  
**ELCHE** c/ Pedro Juan Perpiñán 82 966 110 870  
**MÁLAGA** c/ San Juan 32 952 917 722  
**MADRID** c/ Hermosilla 74 919 917 722

**MADRID** c/ Toledo 25 913 642 637  
**RONDA** c/ Espinel 70 722 884 447  
**VALENCIA** c/ Roger de Lauria 20 963 212 082  
**MURCIA** c/ Sociedad 7 968 926 668  
**ZARAGOZA** c/ San Jorge 3 976 468 715



BODEGAS  
FRANCISCO  
GÓMEZ



VISITE LA BODEGA:

Paraje Finca La Serrata,  
Ctra. Villena - Pinoso, km. 8,8  
(CV-813)  
03400 VILLENA (ALICANTE)

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



# Molinillos GIGANTES



www.carmencita.com



# Carmencita®

# Audrey's: el territorio también es salud

*Audrey's tiene nombre de estrella del cine, pero con el paso del tiempo se ha convertido en una estrella que también brilla en los fogones. Concretamente una Estrella Michelin, que reafirma la clase y calidad de cada uno de sus platos. Platos con los que rinde homenaje al territorio, elaborados con ingredientes de la lonja, la huerta local y su proveedor hortofrutícola ChefMaestro.*



Hablamos de la apuesta de Rafa Soler. Un chef con carácter que basa su propuesta gastronómica en una particular visión entre lo sofisticado y lo tradicional, en mostrar el producto tal cual es. Con determinación. Sin florituras, sabiendo acompañar cada ingrediente sin maltratarlo ni subestimarlo. Esto también es la clave de la cocina saludable y real, que mantiene sus propiedades. Ejemplo de ello es uno de sus platos elaborados con hinojo marino, una planta propia de las costas mediterráneas que equilibra el nivel de los minerales en el cuerpo debido a su efecto diurético, eliminando líquidos y disminuyendo la grasa. Es uno de los anticelulíticos más potentes que se conocen.

Audrey's es, en definitiva, un homenaje a la tierra, una despensa local donde no faltarán los ingredientes saludables, de temporada y proximidad.

## *Audrey's Restaurant*

**chef@audreys.es**  
**www.audreys.es**  
**608 667 637**

# El Verano llega a Bonalba Golf



*Con la llegada del verano y de las vacaciones, Bonalba Golf se transforma para incrementar toda su oferta de ocio, desde mediados de Junio ofrece a todos los visitantes y familias su magnífica piscina de Verano, donde podrán disfrutar tanto mayores como niños, con diferentes actividades, en un marco incomparable, con jacuzzi exterior, tobogán, y una zona cubierta, su famosa "gruta" donde podrá disfrutar de unos Chorros de agua que seguro le relajarán.*

Como complemento a la oferta acuática, **Piscina Bonalba** ofrece la posibilidad de disfrutar de unos relajantes masajes en su Spa, con reserva previa, que no le dejarán indiferente, en un ambiente relajado y tranquilo fuera del tumulto cotidiano.

Sin salir de la Piscina y Spa, encontrarán al Rey de la Piscina, el **Chiringuito**, donde podrán tomar un tentempié con una fresca bebida o disfrutar de uno de sus famosos cócteles.

Todo ello se combina con **Restaurante Bonalba**, para que su jornada sea aún mejor, famoso por sus arroces, Restaurante Bonalba dispone de una carta de Verano, con unos menús diarios de verano de lo más refrescantes, o si lo prefieren en su terraza exterior, podrán disfrutar este año como novedad de una **Barbacoa** para toda la familia, y para los que no están de vacaciones, les animamos a que visiten la Barbacoa los Viernes y Sábado por la Noche, en un marco incomparable, con música ambiente y una excelente atención.

**Reuniones, eventos, comidas de empresa y familiares, todo un espacio único a su disposición.**

Como no podría ser de otra manera, en el apartado GOLF, Bonalba ha preparado para este periodo estival unas **ofertas de verano y abonos temporales**, para disfrutar en plena naturaleza de un gran diseño Par 72 para el disfrute de todos los niveles, aderezado con un **calendario de competiciones veraniegas** que no pasará desapercibido.



**Bonalba Golf**

Golf & Piscina: 965 955 955  
golfbonalba@golfbonalba.com  
piscina@golfbonalba.com

Restaurante Reservas:  
965 960 511  
restaurante@golfbonalba.com

[www.golfbonalba.com](http://www.golfbonalba.com)  
Síguenos en **Bonalba Golf**



# MEDALLA DE ORO

EN BERLINER WEIN TROPHY

MARZO 2019



*Placer alicantino*

vinos  
alicante

DENOMINACIÓN DE ORIGEN



[www.bocopa.com](http://www.bocopa.com)

alcohol • cocaína • cannabis • ludopatía • videojuegos

AYÚDALE A **RECUPERARSE**



el momento es

**AHORA**

llámanos

**Clínicas de Tratamiento de Adicciones**

Alicante • Barcelona • Madrid • Málaga

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

● sentido para tu vida



tratamiento de  
adicciones

