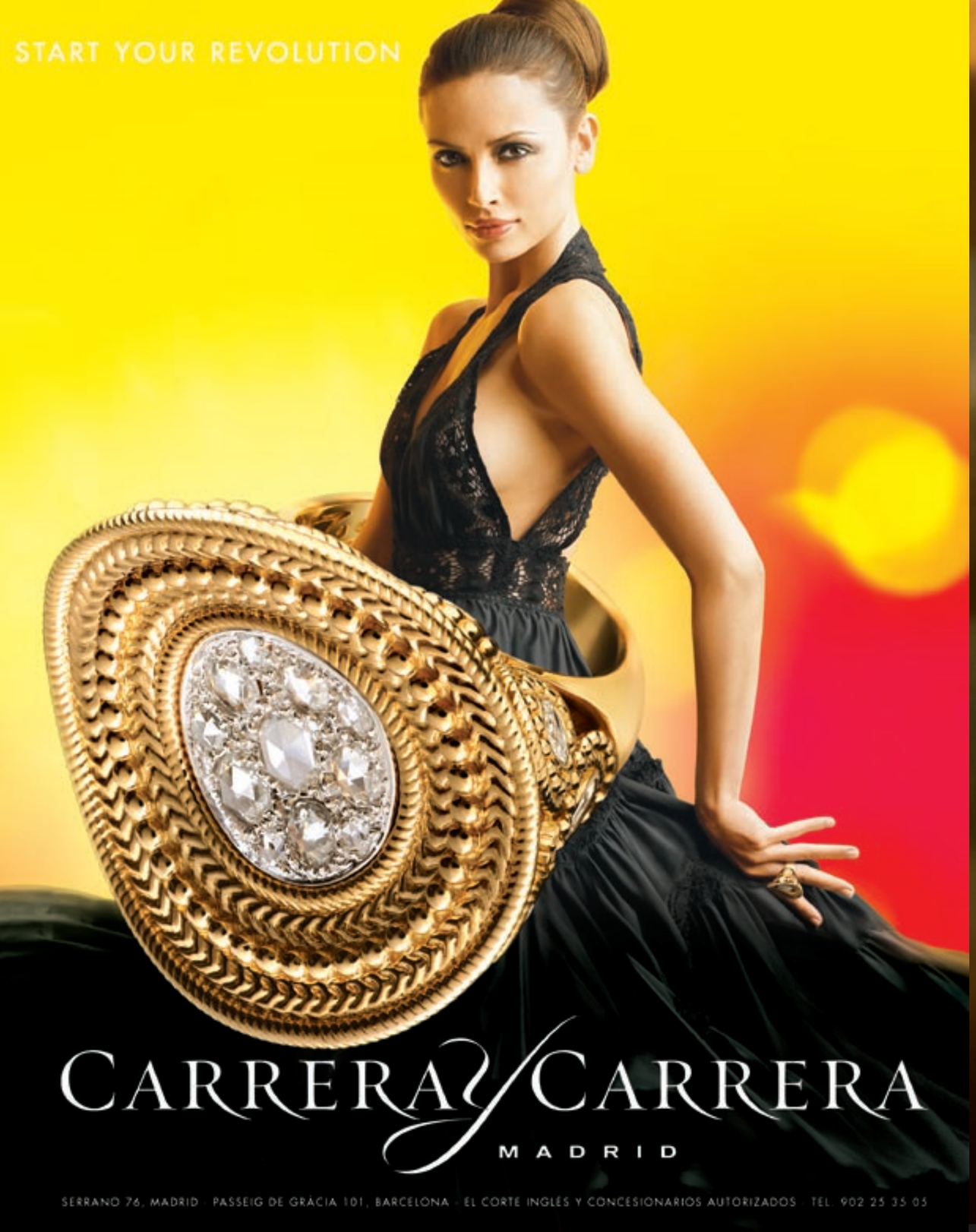


núm. 19
invierno 09/2010

info CIMA

Centro Internacional Medicina Avanzada

Gripe A - **Institut Marquès, chequea tu fertilidad** - Adelantarse al infarto
Cirugía maxilofacial - **Gótico en Barcelona** - La Cerdanya, un valle con doble cara

CPSP0805CAT

De venta exclusiva en farmacias

Controlas la luz,
el gas, la temperatura,
el teléfono,
la cuenta corriente...

¿Y lo realmente importante,
lo controlas?

Ni la luz, ni el gas, ni la temperatura, ni el teléfono, ni la cuenta corriente son lo más importante.
Eres tú. Tu salud es lo que más deberías controlar. Para eso tienes el medidor CoaguChek XS. Podrás comprobar tu nivel de anticoagulación en casa, en el trabajo, si viajas... Y, además, con mayor frecuencia: según sea necesario. Porque el autocontrol guiado siempre por tu médico es una excelente opción para el control del Tratamiento Anticoagulante Oral.*

Es muy pequeño, fiable y fácil de usar. A partir de una gota de sangre obtendrás el resultado en tan sólo un minuto.

CoaguChek® XS
La solución para el autocontrol del Tratamiento Anticoagulante Oral donde y cuando quieras.

Infórmate llamando al 902 433 333 o en www.coaguchek.es

*Comparing Self-Management of Oral Anticoagulant Therapy with Clinic Management
A Randomized Trial: Bárbara Menéndez-Jándula, MD; Juan Carlos Souto, MD, PhD; Arturo Oliver, MD; Isabel Montserrat, MD; Mireia Quintana, RN; Ignasi Gich, MD, PhD; Xavier Bonfill, MD, PhD; and Jordi Fontcuberta, MD, PhD

4 January 2005 | Volume 142 Issue 1 | Pages 1-10 , Annals of Internal Medicine

Roche

Carina Culla
Supervisora-Coordinadora
Diagnòstic per la Imatge

sumario

03 **Editorial**
Carina Culla

04 **Medicina de Familia**
Gripe A

06 **Institut Marquès**
Chequea tu fertilidad

08 **Medicina Preventiva**
Adelantarse al infarto

10 **Cirugía Ortopédica y traumatología**
La nueva cirugía del pie

12 **Cirugía Maxilofacial**
Injertos óseos

14 **Consultorio**
Tus dudas médicas resueltas

16 **Oftalmología**
Novedades en Glaucoma.

18 **Entrevista**
Pere Taverna

20 **Cuadro médico**
Los profesionales de CIMA

22 **News**

24 **Cultura**
Gótico en Barcelona

28 **Viaje**
La Cerdanya

32 **Gourmet**
La anchoa

34 **Motor**
BMW X6: Individual

editorial

No en som conscients, però de les "imatges" tots en treiem "diagnòstics".

L'oci, la vida i les diverses situacions les visualitzem a través dels milers de punts que conformen una imatge, sempre única i irrepetible. Si apliquéssim un aparell de RM al nostre cervell, veuríem un paissatge completament diferent al d'anys anteriors, amb més informació i millor diagnòstic final.

Per això podem dir, que el món del "Diagnòstic per la Imatge" digital i d'alta qualificació tecnològica, és un món meravellós que dia a dia fa créixer a cadascun dels operadors técnics, investigant i cercant millores operatives, col·laborant en la recuperació i curació del pacient.

L'àrea de Diagnòstic per la Imatge està encaminada a la millora contínua de la qualitat assistencial gràcies a la tecnologia imparable i als sistemes físics i humans, eines indispensables per aconseguir el nostre compromís amb la societat. Aquesta responsabilitat recau els 365 dies de l'any en un equip de professionals, amb formació impecable, jove i, sobre tot, molt compromès en el nostre projecte de millora continuada.

La Clínica CIMA disposa d'aparells d'alta gamma tecnològica (TAC, Ressonància Magnética, Ecografia, Mamografia, Densitometria Òssia, Radiologia convencional i específica) indispensables per assolir un diagnòstic encertat, tant en proves a adults com en pediatria, objectiu primordial del nostre servei.

Aprofito aquest InfoCIMA per agraïr la seva tasca tant al personal tècnic assistencial com al no assistencial, als radiòlegs i a tots els responsables directes que han col·laborat en assolir el nostre repte: augmentar l'eficiència, l'eficàcia i la productivitat, oferint i millorant la qualitat assistencial, aconseguint un efecte multiplicador i un desenvolupament il·limitat que ens augura un brillant futur.

Centro Internacional de Medicina Avanzada
Passeig Manuel Girona, 33, 08034 Barcelona, T. 93 552 27 00
info@cimaclinic.com - www.cimaclinic.com

Redacción médica y Comité Editorial
Dr. Frederic Llordachs, Sra. Paqui Quintero, Sr. Jordi Mestre

Fotografía portada
Clínica CIMA

Depósito legal
B-35228-2005

Prohibida la reproducció de qualsevol material sense l'autorització escrita dels editors. Aquesta revista es distribueix de forma gratuïta.

Coherencia para combatir la Gripe A

Sobre los efectos de la enfermedad, y de si es necesario o no vacunarse

Muchas cosas se han dicho sobre la Gripe A y sus efectos desde que la citada enfermedad diera sus primeras señales de vida en México allá por el mes de marzo. Ahora que por fin la vacunación contra la misma es una realidad en nuestro país, quizá es buen momento para hablar de los efectos de la enfermedad y de si es necesario o no vacunarse.

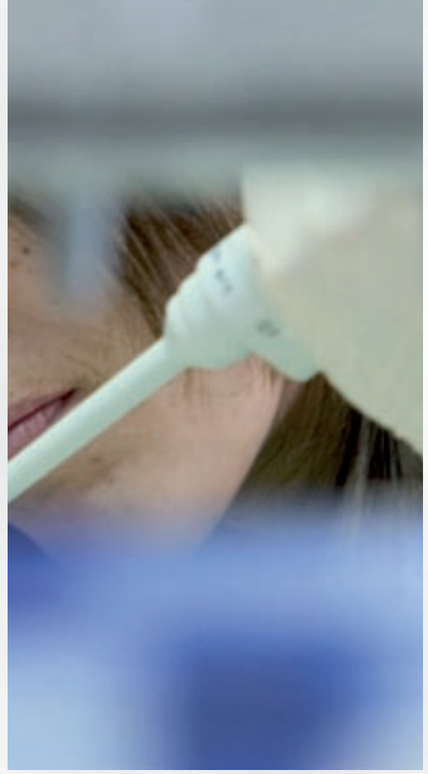
Como apunta el doctor Salvador Bertran, jefe del Servicio de Medicina de Familia de CIMA, la Gripe A es, al igual que la gripe estacional, "una enfermedad infecciosa respiratoria aguda y contagiosa causada por virus, cuya infección puede provocar manifestaciones clínicas variables, que van desde algunas muy leves hasta otras que pueden poner en peligro la vida del afectado."

La Gripe A (virus H1N1) no es más que una mutación del virus de la gripe que hace que las vacunas habituales contra la gripe estacional no sean efectivas para prevenirla. La enfermedad se presenta generalmente con síntomas como fiebre alta, astenia, anorexia, artromialgias, cefalea, somnolencia, malestar general, tos seca, ronquera, dolor de garganta y, en ocasiones, con signos de trastornos gastrointestinales, como dolor abdominal, náuseas, vómitos o diarrea.

Frente a una importante corriente de opinión temerosa ante la posibilidad de vacunarse contra la Gripe A, el doctor Bertran apela a la coherencia, "cualquier vacuna puede tener complicaciones en casos puntuales, pero si la vacuna de la Gripe A en concreto ha sido aprobada por las autoridades sanitarias, hemos de ser coherentes y confiar en ella." Salvador Bertran es favorable a la vacuna como medio efectivo para prevenir la enfermedad, y no sólo para esta nueva gripe, "yo recomiendo siempre vacunarse contra la gripe estacional, cada año, sobre todo si se trata de personas en situación de riesgo o de personal sanitario".

Desde el Servicio de Medicina de Familia de CIMA se pone en marcha cada año una campaña de vacunación antigripal. Este año dicha campaña también incluye la vacunación contra la Gripe A.

Cada año la Organización Mundial de la Salud (OMS) predice qué cepas víricas son las que con mayor probabilidad afectarán a la población el próximo año, permitiendo a las compañías farmacéuticas desarrollar las vacunas correspondientes. Pero no siempre aciertan, y las pandemias -epidemias que afectan a un gran número de personas- pueden adelantarse a la vacuna. Esto es exactamente lo que ha ocurrido con la Gripe A.



Además de las vacunas, la mejor manera de evitar una gripe de cualquier tipo es no tener contacto cercano con los enfermos. Pero la sociedad actual es muy difícil, por no decir imposible, evitar el contacto con personas enfermas o que están incubando la enfermedad. "Es por ello, que hay que extremar las medidas higiénicas para al menos poner una barrera al avance de la enfermedad cuando el contacto es inevitable", señala el doctor Bertran.

Los síntomas de la Gripe A y los de la gripe común son similares pero se presentan con distinta intensidad. Es importante estar atento a estas diferencias y ser muy preciso cuando le relatamos al médico nuestros síntomas, para favorecer un diagnóstico certero.

La Gripe A se caracteriza por un comienzo brusco de fiebre que supera los 39 grados, con escalofríos, dolor de cabeza intenso, malestar general y tos seca. A las 24 horas se inicia el dolor de garganta, congestión nasal y tos con desgarro. Además, de estos síntomas las personas afectadas pueden tener conjuntivitis, dolor abdominal, nauseas, vómitos y ocasionalmente diarrea. El promedio de duración de la gripe es de 5 días.

El inicio de los síntomas de la Gripe A se produce de 1 a 7 días después de contraer el virus, mientras que si se trata de una gripe estacional, el plazo se reduce de 1 a 4 días. Sin embargo, la duración es inversamente proporcional: con gripe A, los síntomas durarán hasta 4 días; con gripe normal, hasta 7.

El Servicio de Medicina de Familia de CIMA ofrece atención 12 horas al día y trata toda clase de urgencias, incluso de atención domiciliaria en caso de que el paciente no se pueda desplazar a la Clínica.

Actualmente, y gracias al gran avance que se ha hecho con las enfermedades víricas, comenta el doctor Bertran que "hay opciones de tratamiento con antivirales aun habiéndose contagiado una persona de la gripe, se administra un antiviral vía nasal durante las primeras 24-48 horas que actúa minimizando los síntomas de la enfermedad".

Institut Marquès pone en marcha un nuevo servicio
para pronosticar las posibilidades de embarazo de la mujer

Chequea tu fertilidad

¿Podré tener hijos el día que me decida? En las consultas de Ginecología esta es una pregunta que se repite con frecuencia. No sólo porque hoy las mujeres retrasan cada vez más el momento de tener su primer hijo, sino porque entre nosotros se extiende también la percepción de que a partir de cierta edad quedarse embarazada ya no es tan fácil.

Se calcula que la esterilidad afecta ya a 1 de cada 5 parejas en edad de reproducirse, más de 600.000 en España. "Y si a otros les pasa, ¿por qué no me puede pasar a mí?". A menudo la respuesta está en un factor clave como el tiempo, es decir, la edad en la que nos propongamos el proyecto de formar una familia.

¿Cuándo puede ser demasiado tarde? La mujer nace con una cantidad determinada de óvulos -creados durante la vida intrauterina- que van desapareciendo con los años, de forma que a los 35 queda únicamente un 10% de su reserva total. Y con los años no sólo

"La congelación de ovocitos permite que una mujer de más de 40 años pueda tener un hijo con sus propios óvulos"

quedan menos óvulos sino que también empeora su calidad. Eso explica que por ejemplo, una mujer de 40 años tenga solo un 5% de posibilidades de quedarse embarazada manteniendo relaciones sexuales regulares en los días fértiles de su ciclo. También con la edad de la mujer aumentan las probabilidades de que el embrión que se forme tenga anomalías cromosómicas que harán que no evolucione o provocarán un aborto.

Pero no siempre la edad cronológica se corresponde con la edad ovárica: algunas mujeres tienen "reservas" especialmente generosas que les permitirán concebir un hijo cumplidos los 40, mientras que otras más jóvenes pueden presentar ya ovarios envejecidos prematuramente que impedirán el embarazo. ¿Cómo podemos saber en qué caso nos encontramos?

El "chequeo de fertilidad" incluye una historia clínica detallada, un estudio ecográfico, una analítica hormonal y un análisis del mapa cromosómico. Todo ello, según el doctor Manel Elbaile, especialista en Reproducción Asistida de Institut Marquès-CIMA "nos permite ofrecer un pronóstico sobre las posibilidades actuales y futuras de conseguir un embarazo. Si las pruebas reflejan que la mujer dispone todavía de una buena reserva ovárica, puede decidirse por vitrificar sus óvulos para retrasar su maternidad y tener un hijo más adelante con su propio material genético".

Además, en el chequeo también puede incluirse un seminograma o análisis de semen del varón que permitirá abordar de forma conjunta el proyecto de buscar el embarazo.

"Un buen pronóstico sobre nuestra fertilidad ayudará a planificar mejor la decisión de tener un hijo"

LOS IBÉRICOS MEJOR AFINADOS DEL MUNDO

100% GUIJUELO

Los productos ibéricos de bellota Marcos Salamanca se elaboran a partir de cerdos ibéricos criados y alimentados en libertad en las dehesas de la Sierra de Francia. Su exclusivo proceso de curación a 522 m de altitud, permite afinar cada pieza de forma personalizada, lo que les confiere un carácter inconfundible. Además, estrictos procesos y rigurosos controles de calidad garantizan un resultado final 100% satisfactorio en todos nuestros productos, ya sean Jamones, Paletas, Deshuesados, Embutidos o Loncheados.

DE LA FÁBRICA A SU MESA
CON TODAS LAS GARANTÍAS
Llame al **923 422 027**
o entre en **www.marcossalamanca.com**

MARCOS
SALAMANCA

PREVENCIÓN
para adelantarse al INFARTO

En la actualidad, más de un tercio de las muertes producidas en España, un 36% para ser exactos, tiene su origen en la ateroesclerosis, el colapso de la circulación de la sangre en las arterias en el que intervienen numerosos factores como el tabaco, la hipertensión arterial o el colesterol. Los niveles de mortalidad causados por esta patología en los países desarrollados son tales, que la comunidad científica no duda en calificarla de pandemia.

Lo paradójico es que su prevención es perfectamente posible, simplemente basta con realizar chequeos regulares. En definitiva, acudir al médico cuando se está sano, no sólo cuando los síntomas ya han aparecido y la prevención es ya imposible.

La patología cardiovascular presenta dos fases bien diferenciadas. Una primera caracterizada por la ausencia total de síntomas en la que el individuo goza de salud y nada le hace sospechar que, en cualquier momento pueden presentarse los problemas cardiovasculares; y una segunda en la que dichos síntomas aparecen de manera súbita.

Prever la patología cardiovascular, hacer previsible lo imprevisible, es la misión fundamental del Servicio de Medicina Preventiva de CIMA, una disciplina joven cuyos elementos esenciales, según el doctor Siraj Bechich son "la información al paciente y los procedimientos médicos dirigidos a la detección y corrección de los factores de riesgo y de la enfermedad, y al aumento de la calidad y cantidad de vida". La Medicina Preventiva tiene su máximo objetivo en el diagnóstico precoz, es decir durante la fase de salud aparente. Más tarde, con los síntomas ya presentes, carece de sentido y debe dar paso a la Medicina Terapéutica.

La evolución de la medicina ha permitido que actualmente sea posible adelantarse no sólo a la enfermedad, sino al riesgo de padecerla mediante estudios no agresivos, con el descenso de la mortalidad y el aumento de la calidad de vida que ello supone. No obstante, la vida en el primer mundo lleva asociados determinados parámetros que no contribuyen en modo alguno a la salud cardiovascular. Los malos hábitos de vida y el estrés son campo de cultivo abonado para la patología cardiovascular.

La ateroesclerosis es un problema que exige un tratamiento multidisciplinar, un estudio integral no invasivo que incluya parámetros cardiovasculares, cerebrovasculares y vasculares periféricos. Además, deben tenerse en cuenta factores genéticos, metabólicos y de riesgo individual. Entre estos últimos cabe destacar el colesterol LDL, el tabaco, la hipertensión arterial, la diabetes o el estrés.

Para diagnosticarla, la técnica actual permite observar las arterias de forma exacta y eficiente sin agresión para el paciente. La Tomografía Computerizada y la Resonancia Magnética permiten hoy en día hacer minuciosos estudios de las arterias sin tener que introducir un catéter, como se venía y se viene haciendo todavía.

Pero quien más puede hacer para prevenir futuros problemas de corazón es el propio individuo. Mediante unas determinadas pautas de vida enmarcadas dentro de la necesaria constancia para seguirlas, podemos hacer que la segunda fase de la patología cardiovascular, aquella en la que se presentan los síntomas, se retrase al máximo e incluso no aparezca nunca. Estas pautas incluyen los chequeos anuales a partir de los 35 años, el ejercicio físico adecuado a cada persona, una alimentación sana, eliminar el tabaco y reducir el alcohol a parámetros saludables, un descanso adecuado y el autocontrol periódico de la tensión y el peso.

> "La evolución de la medicina ha permitido que actualmente sea posible adelantarse no sólo a la enfermedad, sino al riesgo de padecerla"

No hay que olvidar que el 50% de los infartos se produce de manera súbita, sólo un chequeo puede prevenirlos.

La nueva cirugía del pie

En los últimos años, los avances técnicos y tácticos han supuesto una verdadera revolución para la cirugía de las articulaciones en general, y la del pie en particular. En una gran mayoría de casos, las nuevas posibilidades permiten evitar las molestas operaciones convencionales, que suponen la apertura de la articulación y las consiguientes molestias postoperatorias para el paciente.

Como afirma el doctor Josep Maria Cabestany, miembro del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología de la Clínica CIMA, "más que de nueva cirugía, debe hablarse de nueva tecnología médica, ya que los conocimientos son los mismos que existían. Lo que ha avanzado es la técnica, que permite abordar los problemas de forma más resolutiva y menos traumática para el paciente". Los nuevos instrumentos y materiales son el verdadero motor que hace que "ir a operarse un pie sea casi como ir al dentista", según afirma el doctor Cabestany. Efectivamente, en un solo día, en apenas unas horas, un paciente puede ser operado y salir por su propio pie.

En estos avances juegan un papel esencial determinados fundamentos técnicos, como la artroscopia, que consiste en la introducción, a través de una incisión mínima de una serie de vainas, por las que se pasa el instrumental y una diminuta cámara, que permiten atacar el problema observando la intervención a través de un monitor. Mediante artroscopia se pueden solucionar problemas de tobillo, de partes blandas, como ligamentos, problemas osteoarticulares o de hueso y otros tipos de lesiones como las del tendón de Aquiles.

El segundo avance que ha revolucionado la cirugía del pie es la cirugía percutánea, una intervención que permite resolver, casi sin molestias, problemas cotidianos y molestos de los pies, como juanetes o callosidades. La operación se realiza con anestesia local, no deja cicatrices y el tiempo de recuperación es mínimo en comparación con las intervenciones convencionales. Esta cirugía implica una gran precisión y experiencia y se realiza mediante una mínima incisión, de apenas 2 milímetros.

La anestesia permite operar sin necesidad de dormir completamente al paciente, con lo que el preoperatorio y el postoperatorio se ven reducidos a su mínima expresión, permitiendo al paciente abandonar la clínica el mismo día de la intervención. La osteo-síntesis biodegradable es un tercer avance; antes, para unir partes del pie se empleaban piezas de materiales como el titanio, que podían ser rechazadas por el organismo. Los nuevos implantes, de ácido poliláctico, se integran progresivamente en el cuerpo de manera que van desapareciendo a medida que ya no son necesarios.

Los fundamentos técnicos deben ir ligados a fundamentos tácticos, como el enfoque multidisciplinar de las operaciones, a cargo de un equipo en el que intervengan los diferentes especialistas relacionados con la materia, como el cirujano ortopédico, el podólogo, el fisioterapeuta, el anestesista o el ortopeda. Por otra parte, rige el concepto de cirugía ambulatoria, que conlleva un ingreso mínimo, sólo de horas, y un control ambulatorio.

Con la unión estrecha de técnica y táctica, se consigue una intervención más cómoda, un resultado más estético y una recuperación más rápida. Aunque se trata de técnicas complejas que requieren de gran entrenamiento y aprendizaje.

SANINET
agencia de serveis

{ SANITAT
NETEJA
RECEPCIONISTES
RESTAURACIÓ
ESDEVENIMENTS

Vosté posa la idea, nosaltres la fem realitat

Truqui'ns i informi's
93 415 09 97
902 995 281

C/Llibertat, 34, baixos - 08012 Barcelona
Tel.: 93 415 09 97 - Fax: 93 415 72 43
informacion@sani-net.net - www.sani-net.net

{ NETEJA }

{ SANITAT }

{ ATENCIÓ A LA GENT GRAN }

{ HOSTESES I RECEPCIONISTES }

Injertos ÓSEOS

El secreto de la sonrisa más bella

Doctor
Artur Díaz Carandell

La sonrisa es una expresión facial formada al flexionar los 17 músculos situados cerca de los extremos de la boca y alrededor de los ojos. Dicen que es la expresión del alma, y lucirla es la mejor de las presentaciones.

La estética viene marcada por la armonía. Lo armónico, lo bien proporcionado, nos resulta bello. No hay dos sonrisas exactamente iguales, pero sí muchas sonrisas bonitas. Las sonrisas son únicas, individuales, una seña de identidad personal, que debemos cuidar. Una sonrisa bonita no sólo depende de unos dientes bonitos.

Normalmente, tras la pérdida de piezas dentales comienza una atrofia del hueso alveolar que altera la relación maxilo-mandibular y compromete en muchos casos la colocación de implantes dentales. Otras causas de atrofia del hueso pueden ser antecedentes de enfermedades neoplásicas (radioterapia, quimioterapia, extirpación de tumores…), traumatismos o alteraciones del desarrollo de los huesos maxilares.

Estos defectos óseos requieren de una reconstrucción adecuada por parte de un especialista en Cirugía Maxilofacial para poder realizar la cirugía de implantes dentales. Así, como afirma el doctor Artur Díaz-Carandell, jefe del Servicio de Cirugía Maxilofacial de la Clínica CIMA, "el aumento que se precise para la colocación de implantes de las zonas de hueso en el maxilar o en la mandíbula es esencial para el correcto posicionamiento de éstos y así conseguir una óptima función y estética". Este aumento se logra en la gran mayoría de los casos con hueso del propio paciente, es decir injerto de hueso autólogo. Son transplantes de tejido óseo realizados entre dos regiones del mismo individuo, no existe el peligro de rechazo, ni reacciones alérgicas, ni transmisión de ninguna enfermedad, el hueso autólogo es la única fuente de células osteogénicas de que disponemos, y por tanto se le considera el tratamiento de referencia en las reconstrucciones óseas de la cavidad oral.

El uso de estos injertos es muy frecuente, pues se ha demostrado que constituyen un procedimiento seguro y de resultados predecibles. Incluso maxilares con atrofias muy severas pueden ser rehabilitados con injertos óseos previos a la colocación de los implantes.

Todas las medidas encaminadas a retrasar o evitar la falta de piezas dentarias ayudarán a evitar la necesidad de la cirugía de injertos óseos. Si se sufre la pérdida de algún diente, se debería consultar lo antes posible con el cirujano maxilofacial sobre las opciones reconstructivas. Las prótesis dentales sobre implantes son la alternativa óptima desde el punto de vista estético y funcional, y lo ideal es realizar la colocación de los implantes antes de que la pérdida de hueso requiera la realización de cirugía de injertos.

"Los injertos son transplantes de tejido óseo realizados entre dos regiones del mismo individuo, sin peligro de rechazo, ni reacciones alérgicas, ni transmisión de ninguna enfermedad"

consultorio

¿Cuándo puede el ronquido convertirse en peligroso? **Antonio Vázquez. Barcelona**

Servicio
de Otorrinolaringología

Doctor
Josep Maeso

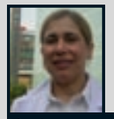
El ronquido pasa de una simple molestia a una enfermedad con riesgo en el momento en que aparecen los bloqueos respiratorios. Las apneas de sueño se producen porque las estructuras que normalmente sólo vibran, llegan a taponar la vía respiratoria. Estas interrupciones del paso de aire pueden ser más o menos prolongadas, y más o menos frecuentes durante el sueño, produciendo descensos más o menos severos en la saturación de oxígeno en la sangre. Esta falta de oxigenación conducirá, a la larga, a problemas orgánicos cardíacos, vasculares, cerebrales...

Estas alteraciones también producirán un trastorno en la calidad del sueño, ya que la falta de oxígeno genera una señal de alarma en el cerebro, que provoca una contracción muscular de las vías respiratorias para poder conseguir abrir el paso de aire nuevamente.

Esto conlleva que la persona despierte o que, al menos, vuelva a un sueño superficial, no pudiendo mantener un nivel de sueño profundo que le permita descansar. Por ello, la sensación de fatiga constante, la somnolencia fácil durante el día o la falta de capacidad de concentración son muy habituales en estos casos.

En el momento en el que el ronquido supone un problema hay que acudir a un especialista. Es más necesario en aquellos casos en los que se detectan aparentes paros respiratorios durante el sueño, despertares durante la noche, fatiga matinal significativa con sensación de no haber prácticamente dormido, somnolencia fácil durante el día... Ya que ello debe hacer sospechar un Síndrome de Apneas Obstructivas del Sueño, en cuyo caso nos encontramos ante una enfermedad, y no solamente una molestia.

¿Existe alguna prueba de radiodiagnóstico contraindicada en niños menores de 2 años? **Núria Novell. L'Hospitalet de Llobregat**



Departamento de Diagnóstico
por la Imagen

Doctora
Rossana González

En el paciente pediátrico se puede realizar cualquier prueba radiológica de diagnóstico que sea necesaria para llegar a un resultado, siempre y cuando se realice con la mejor calidad, en un lapso de tiempo mínimo y utilizando la menor cantidad de radiación posible. Siempre tratando de ocasionar la menor molestia al paciente para obtener un resultado óptimo.

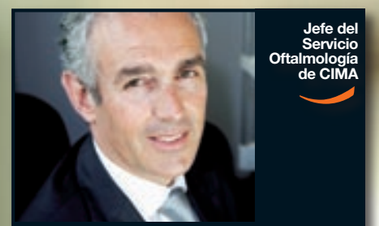
Para ello, en todo Departamento de Radiodiagnóstico se debe contar con técnicos cualificados, que son en primera instancia, los encargados de la protección del paciente para ofrecer una exposición mínima a la radiación y así evitar futuros problemas dependientes de ella.

Se debe explicar a los padres y a los niños el procedimiento que se va a realizar para así obtener la mejor disposición y colaboración y evitar la radiación innecesaria. En Pediatría, la protección es un parámetro importante, que no debe verse comprometido por obtener una imagen espectacular. En general en los niños, la solicitud de pruebas de diagnóstico que impliquen el uso de radiación ionizante (RX) debe regirse por el sentido común, que limite el uso innecesario evitando exámenes que no aporten datos decisivos para el manejo clínico del paciente.

Puedes enviarnos tus dudas médicas
o consultas a la dirección de correo electrónico
info@cimaclinic.com

Novedades alrededor del glaucoma

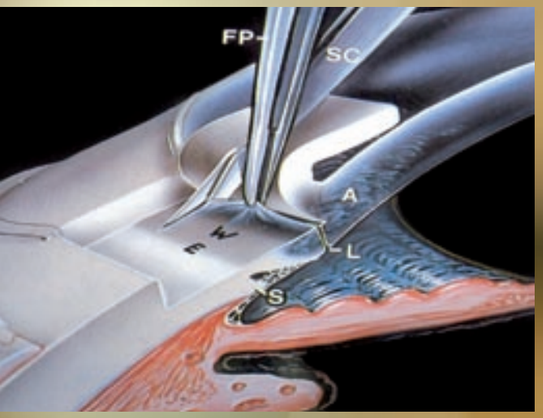
En los últimos años han aparecido nuevos avances tecnológicos que ayudan a diagnosticar, prevenir y tratar el glaucoma. Quizás lo más significativo es el hecho de que la simple toma de la presión intraocular, si bien es un primer factor diagnóstico, no es suficiente para poner de manifiesto un glaucoma incipiente. Hoy sabemos que el 30% de los glaucomas cursan sin elevación de la presión y que los métodos que se empleaban para medir esta presión no son todo lo precisos que debieran, pues hay factores anatómicos y biomecánicos que inducen a error en los valores obtenidos.



Jefe del Servicio Oftalmología de CIMA

Doctor Carlos Vergés

Para un diagnóstico preciso es necesario recurrir a la combinación de varias pruebas: la toma de presión con sistemas de no contacto y con ajuste individual de la biomecánica corneal (histéresis corneal), la campimetría de umbral de sensibilidad, especialmente con estímulos de doble frecuencia y, el análisis de la cabeza del nervio óptico y de las fibras nerviosas mediante polarimetría. Con estas tres pruebas podemos hacer un diagnóstico precoz de la enfermedad y establecer un seguimiento muy preciso para ver si el tratamiento prescrito es efectivo.



Esquema de la cirugía escleral no perforante, donde se realiza un "filtro" que mejora la salida del humor acuoso, sin necesidad de penetrar en el interior del ojo.

Otro de los grandes avances se refiere al tratamiento de la enfermedad, tenemos nuevos colirios con principios activos muy efectivos a la hora de reducir la presión intraocular y no producir daños colaterales, son los derivados de las prostaglandinas.

En el tratamiento quirúrgico, también las cosas han mejorado, se ha pasado a utilizar técnicas menos invasivas, ya no es necesario entrar "dentro del ojo", podemos hacer un sistema de filtración valvulado con los procedimientos que denominamos: "Esclerotomía profunda no perforante". Estas técnicas son muy efectivas y mucho más seguras. El índice de complicaciones se ha reducido drásticamente y la recuperación de los pacientes es mucho más rápida.

El Servicio de Oftalmología de CIMA

El Servicio de Oftalmología siempre ha sido muy sensible a esta enfermedad y ha creado la Unidad de Glaucoma, con las doctoras Irene Sassot y Marina Verseckas, especialistas en glaucoma con una amplia experiencia en el diagnóstico y el tratamiento, tanto médico como quirúrgico. En esta Unidad disponemos de los nuevos sistemas de toma de presión intraocular de no contacto y ajuste de la biomecánica corneal, campimetría computerizada, topografía de papila, estudio polarimétrico de las fibras retinianas y ecografía de alta resolución para estudio del segmento anterior.

En cirugía, la Unidad apuesta por las técnicas no perforantes que en los últimos años han pasado a ser las técnicas de elección. El Servicio de Oftalmología de CIMA fue uno de los pioneros en introducir esta cirugía en España, con nuevas aportaciones que han permitido mejorar los resultados.

SWISSFLEX

Ambiente 500

Una sensación infinita. Cuando el genio de la tenología conecta con la libertad del diseño todo es posible y dormir se con vierte en un lujo. Un milagro de confort y estética; el perfecto equilibrio entre sueño y realidad.

El concepto de descanso Swissflex: La lama roja

Perfecta armonía entre somier y colchón

Adaptación inmediata a cualquier contorno corporal

Lamas rojas para el soporte de la zona lumbar

Flexibilidad y elasticidad

Confort integral de descanso

Evaporación de la humedad y ventilación

Opciones para todas las necesidades de descanso

Es importante asegurar que durante la noche la cama aporte un soporte adecuado y permita que la musculatura se relaje.

Nos damos cuenta en la mayoría de veces que el colchón esta ya agotado cuando estando en él unas hora empieza a dolernos la espalda.

En las tiendas Somnium el cliente encontrará a profesionales que le asesoraran sobre la mejor elección de entre todos los artículos.

Tiendas de descanso SOMNIUM

100x100 financiación a su medida

BARCELONA
C/ Mallorca, 506
C/ Gran de Sant Andreu, 367
C/ Ronda del Guinardó, 36

CERDANYOLA
C/Camelies, 11

SANT CUGAT
C/ Lluis Companys, 10

TERRASSA
C/ De la Rutlla, 3
Avda. Abad Marcet, 53

SANT BOI
C/ Didac Priu, 56

CASTELLDEFELS
C/ Dr. Manuel Girona, 12

VILADECANS
C/ Doctor Reig, 46

SANT ANDREU DE LA BARCA
C/ Avd. del Estatut, 9

FIGUERES (GIRONA)
C/ Nou, 96

Entrevista al Doctor

Pere Taverna

Servei de Cirurgia Plàstica, Estètica i Reparadora de CIMA

Malgrat que de jove no ho tenia previst i la seva vocació l'encaminava a disciplines artístiques, el doctor Pere Taverna va acabar seguint la tradició familiar per convertir-se en metge, tot i que va escollir la disciplina mèdica més propera a l'art i la bellesa per esdevenir, amb més de 20 anys d'experiència, un dels professionals més reconeguts de l'especialitat.

Quin procés el va dur a ser metge?

Provinc d'una família amb una tradició mèdica important, el meu pare i el meu oncle eren metges. I tot i que jo tenia altres inquietuds com ara l'arquitectura, el paisatgisme o la fotografia, em vaig veure abocat a seguir finalment la tradició familiar. De totes maneres des de que vaig començar la carrera, tenia clar que l'especialitat que més encaixava amb les meves inquietuds artístiques era la Cirurgia Plàstica.

Se'n penedeix de no haver desenvolupat professionalment aquestes inquietuds artístiques?

Ni molt menys! La cirurgia és la meva professió i la gaudeixo molt. He fet de l'art el meu hobby, la meva passió. M'interessa particularment el contemporani.

En certa manera un cirurgià plàstic és també un artista...

Jo diria que més que un artista és un artesà. Nosaltres treballem amb patrons de bellesa establert i els interpretem de la millor manera possible, no en creem de nous. En qualsevol cas el qualificatiu d'artesà no té res de pejoratiu. Molts suposats artistes voldrien tenir l'habilitat i la sensibilitat d'alguns artesans.

No té la sensació que la seva especialitat està envoltada de frivolitat?

Jo vaig tenir la gran sort de poder formar-me amb el professor Jaume Planas, a una de les escoles de cirurgia plàstica més reconegudes del món. Vinc, doncs, d'una escola clàssica, dura, exigent... i no puc més que rebel·lar-me front la banalització que alguns metges estan fent de la cirurgia plàstica. Als darrers anys han sorgit molts bocamolls, venedors de receptes i tractaments miraculosos que prometen resultats que no poden complir. Crec que hi ha una manca d'escrúpols per part d'alguns, que lligada a la necessitat malaltissa que alguns mitjans de comunicació tenen per oferir novetats constantment, deriva en esperpents com ara que un cirurgià sembli més un personatge de la Guerra de les Galàxies que un metge. El problema és que això arriba al públic i moltes vegades et trobes amb pacients totalment desinformats, amb altres informats en excés, i en definitiva amb molts pacients enganyats. En resum crec que els enemics de l'especialitat són l'excessiu mercantilisme i la publicitat enganyosa. Hi ha una frase molt il·lustrativa que diu, "no tinguis por de la competència, sinó de la incompetència". Aquesta darrera és la que realment fa mal a la professió.

Tornant-hi al seu temps lliure...

Com he dit abans, em considero un amant de la bellesa en tots els àmbits. De ben petit, amb només 7 anys ja deia que volia ser arquitecte per treure els edificis lletjos que veia i fer-ne de nous. El ben cert és que la meva admiració per la bellesa ve de llarg. De sempre m'he sentit molt atret per altres expressions artístiques com el teatre, el cine i la dansa, tant clàssica com contemporània.

Unes aficions que cuida sempre que pot...

Per descomptat. Jo sempre he estat una persona molt curiosa. Els meus pares eren molt viatgers i em van transmetre el plaer de viatjar per tot el món. De fet, no em fa cap mandra agafat un avió per a traslladar-me a una altra ciutat per tal de veure una exposició o un espectacle. De tota manera, l'afició que més enganxat em té actualment és l'equitació. Juntament amb la meva filla, de 16 anys, practiquem tres dies a la setmana i és un autèntic plaer. De fet ella, que és evidentment més bona que jo, està competint amb la disciplina de salt d'obstacles.

"El bon cirurgià plàstic ha de ser com un artesà, que amb la seva habilitat interpreta uns patrons de bellesa establerts"

CIMA
Centro Internacional
Medicina Avanzada

Masip Utset, Josep
CARDIOLOGÍA

Cabestany Castella, Josep M.
TRAUMATOLOGÍA

Riera Manresa, Manel
TRAUMATOLOGÍA

Los profesionales médicos de CIMA

ACUPUNTURA
- Marco Aznar, Pedro Antonio

ALERGOLOGÍA
- Pau Casanovas, Leopoldo
- Alias Tuduri, César
- Llamas Puerta, Estrella
- Lucas Giralt, Carlos
- Martí Guadaño, Enrique
- Monreal Carpena, M. Pilar

ANDROLOGÍA
- García José, Ferran
- Puigvert Martínez, Ana María

ANESTESIA
- CONSTITUCIÓN ANES

ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR
- Miquel Abbad, Carles

APARATO DIGESTIVO
- Varas Lorenzo, Modesto
- Chahri Vizcarro, Nadia
- Just Timoneda, José
- Muñoz Agel, Fernando
- Porta Quer, José María

BIOLOGÍA DE LA REPRODUCCIÓN
- INSTITUT MARQUÈS

CARDIOLOGÍA
- Masip Utset, Josep
- Concepción Milian, Adriana
- Cian, Débora
- Figueras Bellot, Jaume
- Tolosana Viu, José M.

CIRUGÍA GENERAL Y DIGESTIVA
CGD I
- Bardají Bofill, Manuel
- Roset Codina, Francisco

CGD II
- Boqué Genovard, Ramon
- Pradell Teigell, Jordi

CGD III
- Ginestà Armengol, Juan Antonio

CGD IV
- Naval Alvarez, Javier

CGD V
- García Borobia, Francisco Javier

CIRUGÍA MAXILOFACIAL
- Díaz Carandell, Artur

CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA
COT I
- Ballester Soleda, Jordi

COT II
- Cabestany Castella, Josep M.
- Morchón García, Isidor

COT III
- De Quadras Ferres, Joan

COT IV
- González-Adrio Wagner, Rafael
- Bulo Solé, José M.
- Fraguas Castany, Antoni
- Henere Rivero, Enrique
- Poal-Manresa Cantarell, Alejandro
- Riera Manresa, Manel

COT V
- Armengol Barallat, Juan

COT VI
- Martín Casola, Daniel

COT VII
- Delgado López, Felipe

COT VIII
- Urraza, Jorge Fabián

CIRUGÍA PLÁSTICA , ESTÉTICA Y REPARADORA
CPL I
- Taverna Musolas, Pere

CPL II
- Junco Polaino, Óscar
- Triviño Fernández, José M

CIRUGÍA TORÁCICA
- Molins López-Rodó, Laureano
- Fibla Alfara, Juan José

CLÍNICA DEL DOLOR
CD I
- Morros Viñoles, Carlos
- García-Die Sanchez-Guardamino, José

CD II
- Montes Pérez, Antonio

DERMATOLOGÍA
- Boza Gómez, Ángel
- Bodet Castillo, Domingo
- Fuertes de la Vega, Irene
- Guilabert Vidal, Antonio
- Julià Manresa, Marc
- Segura Corrales, Jordi
- Solé Aragall, Teresa María
- Soler Carrillo, José

DIAGNÓSTICO POR LA IMAGEN
- CETIR

ENDOCRINOLOGÍA
- Tortosa Henzi, Frederic

ENDOSCOPIA
- Abad Belando, Ramón
- Mañer Lopez, Meritxell
- Martínez Gómez, Antonio

FISIOTERAPIA
- Foraster Lloret, Ramón
- Colom Regordosa, Gemma
- García López, Raquel
- Lailla Jou, Anna M.
- Lekue Mantzizidor, Iraia
- López Sans, Sara
- Ros Tort, Silvia

GINECOLOGÍA
- Marquès Amorós, Leonardo
- Arce Saénz, Hans
- Borobio Florian, Virginia Josefina
- Catllà Saenz, Carles Joan
- Garcia-Faura Cirera, Àlex
- Mañá Argüelles, Laura
- Rupérez Pérez, Blas
- Steinvarcel Valerga, Florencia
- Zabau Pallé, Carmen

HEMATOLOGÍA CLÍNICA
- Muñoz Sánchez, Joan

LABORATORIO DE ANALISIS CLÍNICOS
- LABORATORIO DR. ECHEVARNE

MEDICINA DEPORTIVA
- Ruiz-Cotorro Santos, Ángel
- Balius Matas, Ramón
- Galilea Ballarini, Pedro Alberto
- Vilaró Angulo, Jaume

MEDICINA ESTÉTICA
ME I
- García Fernández, Rosa María

ME II
- Campañà Pérez, Montserrat

ME III
- Junco Polaino, Óscar

Junco Polaino, Óscar
CIRUGÍA PLÁSTICA

Solé Aragall, Teresa María
DERMATOLOGÍA

Foraster Lloret, Ramón
FISIOTERAPIA

Catllà Saenz, Carles Joan
GINECOLOGÍA

Morcillo Serra, César
MEDICINA INTERNA

Morera Prunes, Ricardo
MEDICINA PERICIAL

Badorrey Martín, Mª Isabel
NEUMOLOGÍA

Vergés Roger, Carlos
OFTALMOLOGÍA

MEDICINA FAMILIAR
- Bertran Folqué, Salvador
- Morchón Ramos, Sergio

MEDICINA INTENSIVA
- Sarmiento Martínez, José Javier
- Iglesias Rodríguez, Rayden

MEDICINA INTERNA
MIR I
- Morcillo Serra, César
- Bechich, Siraj
- López Perna, Yolanda
- Vericat Queralt, Carmen

MIR II
- Fernandez Solà, Antoni

MIR III
- Sarmiento Martínez, José Javier

MEDICINA PERICIAL
- Morera Prunes, Ricardo

MEDICINA PREVENTIVA
- Bechich, Siraj
- Campins Martí, Magdalena
- de Arquer Illa , Maria
- Morcillo Serra, César

NEFROLOGÍA
NFR I
- Moreno Torres, Carlos

NFR II
- Foraster Roselló, Andreu

NEUMOLOGÍA
- Morera Prat, Josep
- Badorrey Martín, Mª Isabel
- de Groot, Jennet
- Martínez Rivera, Carlos
- Rosell Gratacós, Antonio

NEUROCIRUGÍA
NCR I
- García Fructuoso, Gemma
- Guardiola Romojaro, M. José

NCR II
- Lafuente Baraza, Jesús

NEUROFISIOLOGÍA CLÍNICA
NFC I
- Durán Bengoechea, Gloria
- García-Camba Vives, M. Victoria
- Hernández Vidal, Antonio
- Masso Ortigosa, Nuria

NFC II
- Ferré Maso, Alejandro

NEUROLOGÍA
NRL I
- Olivella Rius, Jorge
- Moral Torres, Ester

NRL II
- Batalla Garangou, Xavier

NRL III
- Cardozo Dodera, Adriana Mª

NRL IV
- Ramo Tello, Cristina

ODONTOLOGÍA
- Autrán Mateo, Joan
- Gómez Porcel, Ana
- Toledo Peñas, Ernesto
- Maiza Arozena, Maialen
- Sanz Moliner, Javier

OFTALMOLOGÍA
- Vergés Roger, Carlos
- Bóveda Zaldúa, Juan José
- Casado Martín, Juan Manuel
- Cazal Ortiz, Jorge
- Guillén Pons, Isabel
- Llevat Gálvez, Elvira
- Nieto Enríquez, José
- Ortiz Farreny, M. Teresa
- Sassot Clavera, Irene
- Verseckas, Marina-Lorena

ONCOLOGIA MÉDICA
- Abad Esteve, Albert
- Manzano Mozo, Jose Luis

OSTEOPATÍA
- Foraster Lloret, Ramón
- López Sans,Sara

OTORRINOLARINGOLOGÍA
- Perelló Scherdel, Enrique
- Casamitjana Claramunt, Francesc
- Chamizo Jurado, Juan Jesús
- Genestar Bosch, Elisabet
- Girauta Vidal, M. Victoria
- Hernández Sánchez, Anabella
- Lareo Copa, Susana
- Maeso Riera, Josep
- Marín Garrido, Cristina
- Pumarola Segura, Félix

PEDIATRÍA
ANESTESIOLOGÍA PEDIÁTRICA
- Mohamed Mabrouk, Madeg

CIRUGÍA PEDIÁTRICA
- Ilari Rocabert, Joan

GASTROENTEROLOGÍA PEDIÁTRICA
- Carnicer de la Pardina, Jesús

ENDOCRINOLOGÍA PEDIÁTRICA
- Carrascosa Lezcano, Antonio
- Yeste Fernandez, Diego

NEFROLOGÍA PEDIÁTRICA
- Lara Moctazuma, Luis Enrique

NEUROFISIOLOGÍA PEDIÁTRICA
- Ferré Maso, Alejandro

NEUROPEDIATRÍA
- Paret Martínez, Guillermo Ysmael

OTORRINOLARINGOLOGÍA PEDIÁTRICA
- Romero Van Abeelen, Enrique

PEDIATRÍA GENERAL
- Cavenecia García, Mariano
- Bernabeu Mur, Francisco
- Mastrangelo Rina, Leila
- Paret Martínez, Guillermo Ysmael
- Royo Sanz, Carlos
- Yeste Fernández, Diego

PSIQUIATRÍA PEDIÁTRICA
- Bielsa Carrafa, Anna
- Tomás Vilaltella, Josep

TRAUMATOLOGÍA PEDIÁTRICA
- Roca Silva, José Antonio
- López Pérez, Vicente
- Núñez Muñoz, Antonio

PODOLOGÍA
POD I
- Cabestany Perich, Bernat

POD II
- Mayral Esteban, Jordi
- Mayral Esteban, Daniel

POD III
- Rueda Peláez, Luís
- Rueda Sánchez, Martín

PSICOLOGÍA CLÍNICA
PSC I
- de la Fuente Pañell, Victoria

PSC II
- Cuscó Segarra, Anna M.
- García Blanco, Susana

PSIQUIATRÍA
- Tomás Vilaltella, Josep

REPRODUCCIÓN ASISTIDA
- López-Teijón Pérez, Marisa
- Elbaile Alfonso, Manel
- Garcia Solano, Gloria
- Guix Galcerán, Cristina
- López Muñiz, Ángel
- Olivares Vela, Raul
- Plaza Requena, Gerardo
- Serra Ortiz, Olga
- Suñol Sala, Jorge
- Walker, Vitoria-Alice
- Zamora Corzo, Luís

REUMATOLOGÍA
- García Fructuoso, Ferran
- García Cuscó, Mireia
- Juncosa Xifra, José M.
- Lao Villadóniga, José Ignacio
- Miró Vinaixa, Iolanda
- Mundo Guinot, Juan
- Permanyer Barrier, Jordi
- Poca Dias, Violant
- Torrente Segarra, Vicente

URGENCIAS
URGENCIAS CIRUGÍA
- CIMA

URGENCIAS TRAUMA
- CIMA

URGENCIAS PEDIÁTRICAS
- CIMA

UROLOGÍA
- Vargas Blasco, César
- Belles Gracia, Francisco
- Colom Feixas, Sergio
- Laborda Rodríguez, Ainhoa
- Vallejo Gil, Carlos

Paret Martínez, Guillermo Ysmael
PEDIATRÍA

Yeste Fernández, Diego
PEDIATRÍA

García Fructuoso, Ferran
REUMATOLOGÍA

Cuadro MÉDICO

Tel.: 93 55 27 00
info@cimaclinic.com

news

CIMA rep la visita del triatleta Marcel Zamora

El passat divendres, 9 d'octubre, la Clínica CIMA va rebre la visita de Marcel Zamora, un jove triatleta que ha despuntat com a un dels principals exponents de la seva especialitat, amb tres victòries consecutives a l'exigent Iron Man de Niça.

Durant la seva visita, Marcel Zamora va poder comprovar de primera mà la cura que a CIMA es té per la Medicina de l'Esport, i es va interessar per diferents projectes de futur en aquest àmbit.

El doctor Junco i el seu equip fan un any a CIMA

Ara fa un any de l'obertura de la consulta del doctor Óscar Junco i el seu equip a la Clínica CIMA. Va ser concretament al mes de gener de 2009. La consulta es dedica a la cirurgia plàstica i estètica, incloent-hi el tractament integral de l'obesitat i una marcada especialització en cirurgia mamària.

Durant aquests mesos s'ha aconseguit refermar les relacions amb els diferents departaments i serveis de CIMA amb la finalitat d'oferir un millor servei integral al pacient. Tanmateix, ofereix cobertura en Cirurgia Reconstructiva per a totes aquelles mútues amb les quals CIMA té conveni.

Malgrat els temps de crisi econòmica, aquest any s'han duplicat les intervencions quirúrgiques, com a resultat d'oferir al pacient una alta qualitat assistencial i de resultat juntament amb un preu competitiu.

El doctor Junco, que compta amb una llarga trajectòria i experiència en cirurgia mamària correctiva, treballa amb l'objectiu d'aconseguir sempre uns resultats totalment naturals tot mantenint l'equilibri entre harmonia física, benestar i salut dels pacients.

D'aquesta forma contribueix al prestigi de la Clínica CIMA com a centre de referència en cirurgia mamària, especialment correctiva, solucionant múltiples casos de mames tuberoses, deformes i asimètriques, que tant acomplexen a la dona actual.

En aquesta línia, el doctor Junco i el seu equip, format per professionals altament qualificats i de reconegut prestigi, han atès durant 2009 a pacients procedents de diferents punts d'Espanya, i s'ha obert un flux de pacients amb diferents ciutats europees.

CIMA estrena pàgina oficial a Facebook

La Clínica CIMA s'estrena en l'àmbit de les xarxes socials a internet amb l'obertura d'una pàgina oficial a Facebook, una de les principals comunitats d'internet.

L'objectiu d'aquesta nova eina de difusió no és un altre que augmentar el flux d'informació i interacció entre els pacients i usuaris, els metges i la plantilla del centre. Així com difondre amb un major abast les activitats del centre i del seu equip.

El contingut de l'esmentada pàgina s'anirà actualitzant amb informacions d'interès i esdeveniments, així com comentaris i suggeriments de tots aquells que s'animin a formar-ne part.

La nova pàgina de Facebook i la web de CIMA (www.cimaclinic.com) estan integrades per tal de facilitar el transvasament d'informació, de manera que, a través de les pàgines de la web és possible accedir a la nova pàgina mitjançant un link específic, i així poder formar part de la comunitat CIMA i interactuar amb comentaris, propostes i suggeriments.

CIMA acull una jornada amb assessors d'AXA Salut

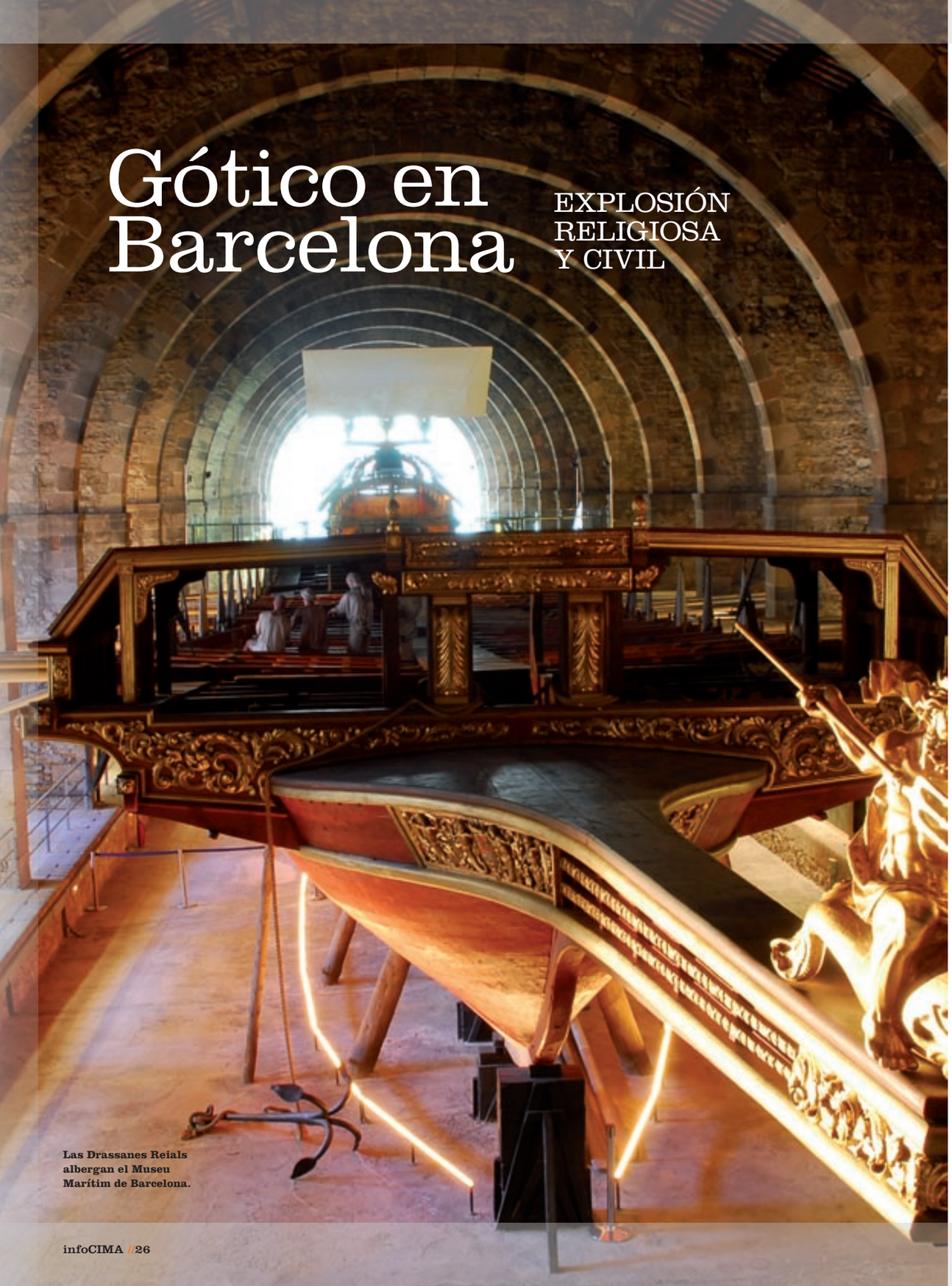
En línia amb la seva filosofia de divulgar i donar a conèixer la seva activitat diària, la Clínica CIMA va acollir el passat dia 27 de novembre una jornada amb assessors d'AXA Salut. Durant la mateixa, un grup de 40 assessors va poder visitar les instal·lacions del centre i els seus principals serveis, com ara Urgències, Diagnòstic per la Imatge, Pediatria o Hospitalització.

Després d'un refrigeri, i com a colofó de la jornada, els assistents van poder gaudir d'una interessant conferència del doctor Francisco Bernabéu, membre del Servei de Pediatria de CIMA, que va explicar als presents els reptes de la Pediatria per als propers anys.

Pròximament estarà disponible el calendari de xerrades divulgatives de la clínica CIMA gener-juny 2010 a www.cimaclinic.com i a la pàgina de Facebook de la clínica.

Gótico en Barcelona

EXPLOSIÓN RELIGIOSA Y CIVIL



Las Drassanes Reials albergan el Museu Marítim de Barcelona.

Barcelona posee una riqueza en arte gótico poco comparable. Es una explosión de arte religioso pero asimismo civil. Precisamente el Gótico civil, tanto para fabricar barcos (Drassanes) como múltiples palacios y hospitales, le da un encanto particular a la ciudad que se suma a perfectas construcciones religiosas como Santa Maria del Mar como la Catedral. Un itinerario sugestivo. Precisamente por la zona central de la ciudad: el Barrio Gótico.

El Gótico aparece en Catalunya en un momento de transformación histórica: la reorientación hacia el Mediterráneo. Fue el final de los trabajadores monásticos y el principio del trabajo contratado a operarios profesionales. El Gótico dura cuatro siglos del XIII a XVI. Constructivamente, la arquitectura está determinada por el uso de arcos apuntados y el adelgazamiento de los robustos pilares románicos. En Catalunya se diferencia del resto de Europa por las formas sencillas y compactas, sin agujas, con contrafuertes y salas rectangulares con vigas de madera. Otra característica es el campanario terminado en terraza y los grandes claustros. Las peculiaridades también se dan en la escultura (estilismo contenido) y la pintura (con influencias flamencas e italianas).

El itinerario bien puede empezar por la deslumbrante Basílica de Santa Maria del Mar, situada en el barrio de La Ribera. Diseño de Berenguer de Montagut iniciada en 1328 y terminada completamente en 1383, excepto la torre meridional terminada en 1909. Las piedras se estremecen cuando cada año, en Navidad, se canta el “Cant de la Sibil.la” a medianoche. La “Catedral del Mar” era la demostración de la pujanza económica del sector naviero coincidiendo con la conquista de Cerdeña. Una maravilla religiosa que ha albergado conciertos de jazz y de música clásica debido a su exquisita acústica.

El Saló del Tinell, de Guillem Carbonell, es la arquitectura civil poderosa de Pere el Ceremoniós. El Palacio Real fue derruido pero se conserva la sala de banquetes. Las obras comenzaron en 1359 y terminó en 1362. Un espacio luminoso, con seis arcos de medio punto y chimenea. Los actuales ventanales, apuntados, son una construcción neogótica de 1850. Se sitúa en esta sala la primera entrevista de Cristóbal Colón con los Reyes Católicos a su vuelta del primer viaje a América.

La Catedral de Barcelona se inició en 1298 y quedó sin acabar en 1420. Tiene tres naves de similar altura, algo más bajas las laterales. En el costado meridional se dispone un claustro rectangular rodeado de 22 capillas, sumando con las 27 del interior del templo un total de 49 capillas. La fachada se construyó a fines del siglo XIX y principios del XX. En 1913 se acabó el cimborrio, las torres laterales y la fa

chada principal de cinco puertas. En la cripta se encuentra el sepulcro de Santa Eulalia, una de las obras clave del Gótico.

Les Drassanes Reials son las antiguas Atarazanas, la muestra del poderío naval catalán en el mediterráneo. Citadas en 1243 pero probablemente construidas entre 1283 y 1328. El resultado es un prodigio de Gótico Civil: naves aéreas, sostenidas con pilares de piedra, un gran espacio que actualmente alberga el Museu Marítim. Conserva un pedazo de las murallas de la ciudad que fueron demolidas en 1854. Durante un tiempo fue equipamiento militar. Actualmente es Patrimonio Artístico desde 1937.

Otras obras góticas son la Lonja de Barcelona, el Hospital de la Santa Creu, el Palau de la Generalitat, el Monestir de Pedralbes. En el Museu Nacional d' Art de Catalunya se exhiben numerosas y bellas piezas de escultura y pintura del Gótico.

El Barrio Gótico agrupa algunas de las obras del Gótico pero en la actualidad es el centro de vida nocturna moderna que coexiste con las construcciones antiguas. Multitud de bares y restaurantes están junto a tiendas de artesanía y arte. Las plazas son espacios muy tranquilos. Las calles, estrechas, forman un laberinto muy agradable si se dispone de tiempo y un buen plano. Destaca la calle Montcada, en La Ribera, con el Museo Picasso, el Museu Textil y arte en todas partes.

frescuoreacasa.com
La teva fruiteria per internet
60 botigues a Barcelona ens avalen.
Coneixi'ns!
Què hi ha més sa que la fruita?
Salut sense moure's de casa
www.frescuoreacasa.com
932608800

La Cerdanya

La Cerdanya, extenso valle situado al norte de Catalunya, es una de las comarcas más bellas de Europa. Está divida entre España y Francia por el pequeño puente de La Tour de Carol y Puigcerdà. La Cerdanya, decía Josep Pla, "produce sensación de amplitud, de elevación, de luminosidad, de libertad". Dispone de todo tipo de ofertas, muchas de ellas exclusivas y singulares. Es efectivamente "el valle del Pirineo".

La Cerdanya es un valle con doble cara maravillosa: suave clima en verano para vacaciones familiares y territorio esquí en invierno. Durante muchos años estuvo aislada por las continuas heladas del único acceso desde España, la Collada de Tosas. Pero en 2009 se han cumplido 25 años de la apertura del Túnel del Cadí, el tercer túnel de España, de 5.026 metros. La apertura al turismo de masas. A pesar de ello las propuestas de la comarca mantienen un visible nivel y detalles de distinción.

Al salir del túnel la sorpresa es inmensa. El deslumbrante valle se abre desde el Cadí hasta las estribaciones andorranas del Pirineo. Las peculiaridades geográficas, climáticas e históricas dan a esta comarca catalana un carácter particular. La valiosa biodiversidad ha motivado la creación del Parque Nacional del Cadí-Moixeró. Por otra parte, destaca la abundancia de arte románico. Posee instalaciones hoteleras excelentes como Torre del Remei, dirigido por Jaume Tàpies que fue reelegido en noviembre de 2009 como Presidente Internacional de Relais&Châteaux.

El principal núcleo es Puigcerdà. La ciudad fue fundada en 1177. En los años 1281 y 1309 sufrió grandes incendios que causaron graves daños y en 1428 tuvo lugar un gran terremoto que destruyó nuevamente parte de la ciudad. Puigcerdà dispone de uno de los elementos más atractivos de la comarca: el mirador sobre prácticamente todo el valle. Tiene un gran estanque artificial, documentado desde 1260, cuya concesión dio el rey Sancho I de Mallorca en el año 1310 para regadío. Ahora es un ideal espacio de ocio. Alrededor del cuidado y bello estanque se han construido, a principios del siglo XX, selectas torres de veraneo, villas noucentistas de arquitectura cuidada e impregnada de equilibrio y clasicismo. La iglesia gótica de Puigcerdà fue destruida en 1936 y solo se ha salvado el campanario de planta cuadrada. La ciudad es el centro vital de la comarca con su mercado y oferta muy variada de establecimientos de todo tipo, incluso de moda. La gastronomía ceretana es muy amplia con productos específicos y de gran calidad: desde las botifarras y "pa de fetge" hasta las características peras de invierno o las espléndidas patatas junto a la original "xicoa" para ensaladas y deliciosos nabos.

Fotos cedidas por el Patronat Comarcal de Turisme de la Cendanya

Un plato característico es el "trinxat", verdura seleccionada y servida con "cansalada" frita. Algunas especialidades gastronómicas son internacionalmente apreciadas, como el queso conservado en aceite de Múser o los embutidos Meya.

Puigcerdà celebra en noviembre la Feria del Caballo de raza hispano-bretona, única en España; reúne más de mil cabezas y 25.000 visitantes.

Llívia, ciudad situada en el interior de Francia, es reconocida por su queso y por conservar la primera farmacia-museo más antigua de Europa. Ha sido punto de histórico litigio con Francia. En 1660 el representante español adujo que Llívia era una villa, tal y como 120 años antes la había nombrado Carlos I. Y quedó como enclave español en territorio francés.

La parte francesa posee un encanto particular que merece la pena descubrir.

La comarca presenta una notable oferta para turismo de alta calidad. Tres campos de golf: el Real Club de Golf de Bolvir, de 18 hoyos, el Club de Golf de Fontanals, de 18 hoyos, y el nuevo campo de golf Sant Marc (Puigcerdà) también de 18 hoyos. El esquí es una de las estrellas privilegiadas de la zona: La Masella y La Molina además de 11 estaciones de esquí francesas y estaciones andorranas a muy pocos kilómetros. Dispone de estaciones de esquí nórdico: Lles (Cap del Rec), Aränser (el Fornell) y Guils (Fontanera). Es muy popular la práctica de BTT con más de 450 km de rutas debidamente señalizadas. El senderismo es una excelente opción: el Camí dels Bons Homes, la ruta cátara, atraviesa la comarca (GR7).

La sorpresa de la anchoa

La maravillosa tortilla de anchoas de Paul Bocuse es sólo un ejemplo de las exquisitas posibilidades gastronómicas del Engraulis Encrasicholus pescado entre abril y junio, artesanalmente conservado en barriles de cuidada salazón y posteriormente mantenido en delicado aceite de oliva.

Otra forma deliciosa de degustación, más próxima a su origen mediterráneo, es sobre una tostada de pan untada con tomate de Montserrat. Pero el máximo placer es tomarla sola.

Las anchoas de alta calidad tienen textura flexible y firme, nunca deben estar acartonadas o tiesas, color que va del marrón rojizo a un color claro caramelizado, los aromas y sabores del aceite, la sal y el pescado equilibrados.

La fama contemporánea de la anchoa nació en Cotlliure, junto a Port Bou, pero el reconocimiento actual es la zona del Golfo de Rosas y L' Escala (Girona). Los sicilianos se instalaron en el siglo XIX en Santoña que ha logrado justificada fama como anchoa del Cantábrico.

Pescado el "seitó", se descabeza, se quitan las tripas y se van colocando en barriles alternado con capas de sal. Habitualmente permanecen así durante 3 meses, con control de temperatura, para adquirir las características organolépticas propias. Posteriormente se limpian los filetes (o no) y se envasan en selecto aceite de oliva para que no se oxiden. Las anchoas o las huevas de pescado no se someten a un tratamiento térmico suficiente para garantizar su estabilidad a temperatura ambiente, por lo que deben conservarse siempre en el refrigerador (5ºC).

El 75 por ciento de la anchoa en salazón que se elabora en España procede de Cantabria y sobre todo de Santoña. Actualmente, 2009-2010, Bruselas ha impuesto la veda en el Cantábrico: única alternativa para un caladero al borde de la extinción. Y mientras dure la parada biológica, necesaria para la recuperación de la especie, han de ir a buscarla a otros mares.

La anchoa es un prodigio del arte conservero de los romanos y de la sabia utilización de la sal. En L' Escala deslumbra El Museu de l'Anxova i de la Sal, inaugurado en 2006. Una institución dedicada de forma inteligente a la recuperación del patrimonio pesquero y saladero de la zona. Permite aprender desde los distintos tipos de sal a las características pesqueras del pescado azul.

Restaurant Argentina Vinya Rosa

Restaurant
ARGENTINA VINYA ROSA

Avinguda de Sarrià, 17
(entre Londres y París) - Barcelona
Telf: 93 430 00 03
www.restaurantargentina.es
- Noches de lunes a sábados -

ABIERTO Domingos Mediodía

RESTAURANT ARGENTINA VINYA ROSA

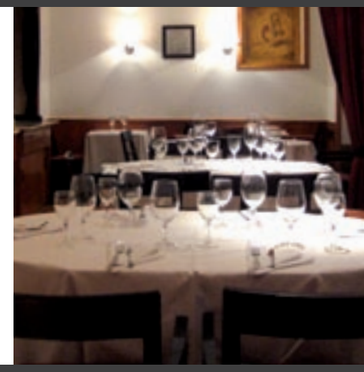
MENÚ MAR DEL PLATA

Salones Privados para Celebraciones y Reuniones para 10, 20 y 50 px en mesa única

DEGUSTACIÓN DE TRES PRIMEROS
Provoleta al Oreganatto
Empanadas Criollas Argentinas de Ternera
Pica Pica de Chorizos Criollos

UN PRINCIPAL LAS BRASAS
Bife de Chorizo o Entrecot Alto Argentino
Colita de Cuadril ó Picaña Argentina
Vacío ó Bife de Vacío de Ternera
Entraña de Ternera Milanesa Napolitana
Tira de asado al Estilo Argentino
Pancerotti de Espinaca y Ricotta al Pesto
Parrillada de Verduras a las Brasas
Merluza Argentina al Aceite de Arauco

POSTRES ARGENTINOS
Refresco y Vino Argentino Malbec de Mendoza, Cafés
26 EUROS

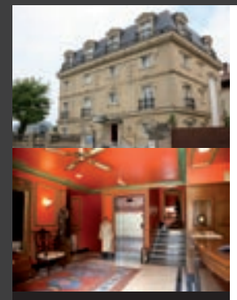


Oli
Sal

La botiga dels olis d'oliva verge extra. Sals de tots els racons del món. Setrills, molinets i artesania de fusta d'olivera. Cosmètica d'oli d'oliva. Llibres i curiositats.

Vine i Tasta'ls

Travessera de Gracia 170
T 934 150 624
08012 Barcelona
www.olisal.com



HOTEL LA GALERÍA
Infanta Cristina 1-3
Sant Sebastián, España.
943 3175 59
www.hotellagaleria.com

HOTEL LA GALERÍA

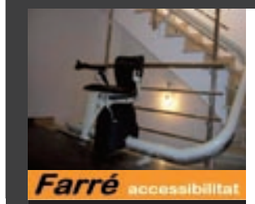
El Hotel La Galería de San Sebastian es un bello edificio de estilo francés de finales del siglo XIX, en primera línea de la playa de Ondarreta y con vistas a la Bahía de la Concha.
Cada habitación cuenta con personalidad propia al estar dedicada a un conocido pintor como Rendir, Picasso, Dalí, Miró, Regoyos y decoradas en diferentes tonos, adornando una reproducción del artista la cabecera y completándose la decoración con muebles de época y detalles acordes a los tonos de la pintura. Baño completo en cada habitación.

SERVICIOS
En la habitación:
Teléfono, TV color, minibar, caja fuerte, Internet, secador de pelo, aire acondicionado.
En el Hotel:
Cafetería con Internet, ascensor, alquiler de bicicletas, tratamientos corporales.

HIGIENIZANTE DE MANOS
ESPECIALMENTE FORMULADO PARA NIÑOS
ELIMINA EL 99% DE LAS BACTERIAS

Protección, Calidad y Eficacia para los que más quieres

AIR-VAL INTERNATIONAL, S.A.
Tel. 936 355 335 www.air-val.com



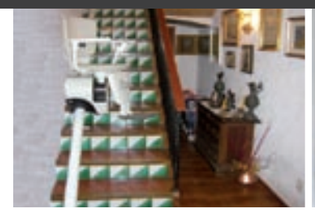
Farré accesibilitat

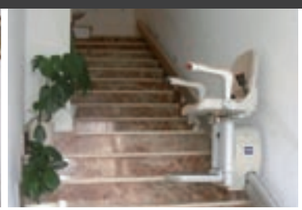
FARRÉ ACCESIBILIDAD
C/ Misser Rufet, 4
08720 Vilafranca del Penedès
(Barcelona)
Tel/Fax: 938 172 681
móviles: 609 314 500 - 680 323 282
www.farre.es - fib@farre.es

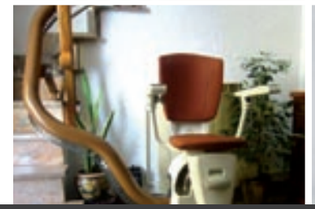
FARRÉ
ACCESIBILIDAD CATALUNYA

FARRE Comercial ofrece las mejores soluciones al acceso por todo tipo dedificios y viviendas. Las instalaciones son rápidas, sin ocasionar las molestias que ocasiona una obra.
Estamos especializados en la instalación de salvaescaleras, plataformas y sillas. Por pedir presupuesto, consúltenos por teléfono o por correo electrónico y nos desplazaremos a su casa sin ningún compromiso.

SALVAESCALERAS - PLATAFORMAS - SILLAS







BMW X6 Individual:

Ingeniería de última generación

El BMW X6 reúne elegancia en cada detalle con alta tecnología: inyección directa de gasolina de última generación. Los inyectores permiten funcionar con una combustión "pobre" que garantiza un consumo mucho menor.

El interior posee el paquete de iluminación que incluye luz de lectura e iluminación de los huecos de los pies de detrás, iluminación indirecta de los compartimentos de las puertas, luces en las estriberas e iluminación de acceso desde las manillas exteriores de las puertas. De este modo, al desbloquear las puertas se iluminan uniformemente las zonas de acceso para que entrar y salir del coche sea seguro y cómodo. Posee sistema de control por voz para indicar en marcha las emisoras de radio, destinos de navegación y datos que se muestra en el display. Calefacción del volante.

El display de control con pantalla TFT (6,5 pulgadas, en color) muestra las funciones que se activan con el controlador (por ejemplo, ordenador de a bordo o radio). Cuando el vehículo está parado, el display de control sirve como televisor y sintoniza emisoras terrestres analógicas y digitales (TDT). El automóvil posee control de distancia de aparcamiento (PDC): ayuda a aparcar y maniobrar cuando se dispone de poco espacio, avisa de la distancia entre el vehículo y un obstáculo mediante señales acústicas y ópticas en el display de control.

El automóvil posee climatizador automático de 4 zonas. Permite regular la temperatura de las plazas traseras de forma independiente mediante dos mandos giratorios con indicador. El equipamiento cuenta con un ventilador adicional y salidas en la zona de los pies de las plazas traseras. Pose también el control de crucero con función de freno que permite conducir cómodamente a una velocidad preseleccionada (entre 30 y 250 km/h). Dispone de cambio automático de 6 velocidades Steptronic para cambiar con gran rapidez y comodidad. Favorece espectacularmente el dinamismo de la conducción.

Incorpora reglaje eléctrico del asiento para conductor y acompañante, con función de memoria para el asiento del conductor, columna de dirección y retrovisores exteriores, incluido el acceso asistido. El modelo Individual tiene opciones exclusivas para interiores y exteriores. Los colores exteriores tienen infinitos matices para elegir. Y pueden crear una visible iridiscencia con pigmentos personalizados. Las molduras de madera hacen que el interior sea mágico.

BMW X6 Individual

Motor: X6 xDrive50i
Potencia: 407 CV (5500-6400)
Cilindros/válvulas: 8/4
Cilindrada: 4395 cm3
Par máximo/régimen: 1750-4500 rpm
Velocidad máxima: 240 km/h
Aceleración: 0-100 km/h: 5,4"

AGRADECIMIENTOS:
BMW Cano Catalunya