

GHO

LA REVISTA DE GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN

NÚMERO 7

Entrevista a Víctor Ullate

Yo dejé de fumar

Tatuajes seguros

Prevenir el estrés

Crisis de pareja por infertilidad

Qué regalar esta Navidad

Acariciando el cielo

UN AFICIONADO
A LA MONTAÑA NOS
RELATA SU INTENTO
DE ASCENSO
AL MONT BLANC





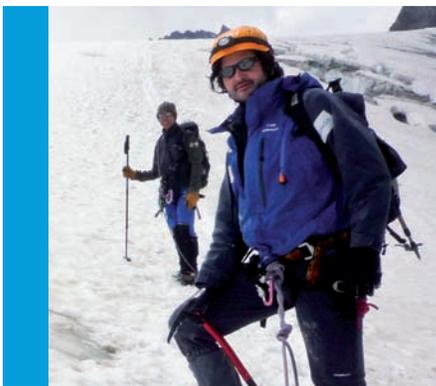
Nombres

- 3 **CARTA DE PRESENTACIÓN** Por Pilar Muro. Presidenta Grupo Hospitalario Quirón.
- 20 **ENTREVISTA** Victor Ullate.
- 36 **NOMBRES PROPIOS** Dra. María José Ribal la mejor uróloga de Europa de menos de 40 años
- 44 **SOLIDARIDAD** Dos enfermeras y una auxiliar de quirófano de Quirón colaboran en Bolivia



Saludable

- 16 **DISFAGIA** ¡No puedo tragar!
- 24 **ES HORA DE DEJAR DE FUMAR** Un reto que es posible conseguir
- 28 **CRISIS POR INFERTILIDAD** Cómo afecta a la pareja la subfertilidad
- 30 **HÁBITOS SALUDABLES** Ejercicio y alimentación contra el cáncer
- 40 **ESTRÉS** Cómo prevenirlo y hacerle frente
- 42 **DIEZ PUNTOS** Microtatuajes sin riesgo
- 48 **NOTICIAS** Actualidad de Quirón
- 66 **SOCIEDADES COLABORADORAS**
- 70 **NUESTRO EQUIPO MÉDICO**



Entorno

- 4 **TOCANDO EL CIELO** La aventura de un montañista aficionado
- 56 **BAZAR** Ideas para acertar con nuestros regalos
- 62 **CULTURA SALUDABLE** El efecto del arte, música y literatura
- 64 **GASTRONOMÍA HOSPITALARIA** Un menú fácil, casero, rico y saludable

Número 7 SUMARIO

Escríbanos a
revista.ghq@quiron.es

También nos puede
encontrar en
www.quiron.es



Pilar Muro. Presidenta de Grupo Hospitalario Quirón

Ascenso a LA CUMBRE

“GHQ sigue avanzando con paso firme y el inconformismo de quien sabe que aún debe llegar más lejos

A cariciando el cielo. Buen comienzo para la revista GHQ. Un titular con el que abre este número y que es, a partes iguales, sugerente, optimista, evocador e inconformista. Un título aplicado al reto de un aficionado de la montaña que un día decide probar con una de esas experiencias límite que cuelgan de los grandes picos y lanzarse a la aventura de coronar el Mont Blanc, cumbre mítica del alpinismo.

Este joven nos cuenta en un extenso reportaje cómo decidió emular a sus ídolos y emprender un difícil ascenso en el que las dudas, temores y alegrías forman un complejo cóctel de sensaciones que, como poco, invita a la reflexión. **Ese deseo de superación es el denominador de este reportaje, como lo es en el ámbito de la salud tanto por parte de los profesionales médicos como de los pacientes, a quienes el deseo de mejorar el presente les va llevando, paso a paso, hacia ese pico mítico en el que reside la salud en mayúsculas.**

En este arduo camino, Grupo Hospitalario Quirón también sigue avanzando. Poco a poco, con paso firme y el inconformismo de quien sabe que aún debe llegar más lejos. **Y tan es así que en el último trimestre del año hemos inaugurado tres nuevas instalaciones que refuerzan nuestro compromiso con nuestros pacientes.**

En orden temporal, desde el mes de octubre, el hospital Quirón Zaragoza dispone de un nuevo bloque quirúrgico de última generación compuesto por nueve quirófanos, dotados de la infraestructura necesaria para una integración completa de sus elementos, y que nos sitúa a la vanguardia sanitaria aragonesa.

Un mes después, en noviembre, abrimos el primer hospital Quirón en Andalucía. Se trata de Quirón Málaga, un hospital de 24.600 metros cuadrados, 136 camas, un equipamiento de vanguardia (resonancia magnética de 1,5 teslas, sala de hemodinámica, sistema de digitalización radiológica y TAC helicoidal de 64 cortes, UCI neonatal y pediátrica, 10 quirófanos, etc.), 200 médicos y cirujanos del máximo nivel y alrededor de medio centenar de especialidades. Hitos estos que lo convierten en una referencia indiscutible de la sanidad privada en Málaga.

Y terminamos el año, como debe de ser, en diciembre, con la apertura de Quirón Vizcaya, otra fuerte apuesta que en este caso se concreta en un nuevo centro en el municipio de Erandio que, en resumen, ofrece en sus más de 19.000 metros cuadrados, 110 habitaciones individuales, hospital de día quirúrgico, UCI de adultos y neonatos, PET-TAC, TAC de 64 cortes, resonancia magnética de 1,5 tesla..., así como un cuadro médico compuesto por los grandes nombres de la medicina vasca y todas las comodidades que siempre ponemos a disposición de nuestros pacientes para garantizar un trato que forme parte de la propia terapia.

Y en este ascenso hacia la cumbre, permítame que aproveche estas últimas líneas para lanzarle un mensaje de optimismo cara a la más próxima, el año 2010, que esperemos que su paso nos traiga prosperidad y, lo más importante, salud para todos. En nombre de Grupo Hospitalario Quirón le deseo lo mejor. ■

Acariciando EL CIELO

EL INTENTO DE ASCENSO DEL MONT BLANC
POR PARTE DE UN MONTAÑISTA AFICIONADO

Texto y fotos: Pepe Rubio



“Es una parada obligatoria para todos los que amamos la montaña

Alpinistas de todas las nacionalidades reescriben una y mil veces la historia de la alta montaña cada día. Una historia en la que los finales felices alcanzan las más altas cumbres de la palabra felicidad. Una historia en la que los desenlaces fatales dejan mudos a unos atardeceres envueltos en misterio. Pese a todo, la montaña sigue ahí, reclamando la presencia de los más osados, quienes acuden a su llamada puntualmente, y a otros que un día miran hacia arriba y deciden ir aún más alto. Entre estos últimos se encuentra nuestro protagonista, un hombre que un día cambió los reportajes de *Al filo de lo imposible* por un buen par de botas. He aquí su experiencia.

Desde que comencé practicar montañismo soñaba con subir el pico Mont Blanc. El “Monte Blanco” es, con sus 4.810 metros, una parada obligatoria para todos los que amamos la montaña. Me imaginaba a mí mismo en la cumbre del pico más alto de Europa Occidental hipnotizado ante el espectáculo de nieve, hielo y piedra de los Alpes. La ensoñación de esta sensación me acompañó los últimos 10 años hasta que, finalmente, con la ayuda de los patrocinadores Imex, Renta 4 y Grupo Hospitalario Quirón, me decidí a intentar la ascensión.

Los últimos días antes de partir hacia los Alpes estuvieron llenos de miedo e incertidumbre. La idea de un accidente rondaba por mi cabeza. **El montañismo sigue siendo, a pesar de la**

popularidad y aceptación de la que disfruta en los últimos tiempos, un deporte peligroso. La montaña se cobra muchas vidas cada año y, para minimizar riesgos, decidí ir acompañado de Martín Elorza, considerado uno de los mejores guías de alta montaña del país. La expedición la completaría Alfonso Oses. Los tres nos fuimos a los Alpes con la firme intención de coronar el Mont Blanc.

Desde la ventanilla del avión divisé por primera vez los Alpes, que, a pesar de ser el mes de julio, estaban completamente nevados. Nieves perpetuas, hielo milenario y glaciares

dan forma a esta espectacular cordillera que actúa como frontera natural entre Francia, Suiza e Italia.

El plan era el siguiente: antes de afrontar el Mont Blanc dedicaríamos unos días a ascender diferentes picos de más de 4.000 metros para lograr la aclimatación y que no apareciera el temido mal de altura. Decidimos subir el pico Weissmiss, de 4.023 metros, y el Allalinhorn, de 4.027 metros, y dormiríamos en el refugio Britannia, a 3.000 metros para que nuestro cuerpo se acostumbrara a la falta de oxígeno y a los cambios que se producen en el organismo a gran altura. ▶

Antes de afrontar el Mont Blanc dedicaríamos unos días a ascender diferentes picos

Nuestro protagonista, un hombre que un día cambió los reportajes de *Al filo de lo imposible* por un buen par de botas.



La alegría de haber hecho cima era más que suficiente para que nos olvidáramos de las condiciones

► Para subir el Weissmiss se debe salir del coqueto pueblo de montaña de Saas-Grund. Enclavado en un valle rodeado de montañas, Saas-Grund es un ejemplo perfecto del típico pueblo suizo que podemos imaginar. Casas de madera con tejado a doble vertiente, flores en todos los balcones y mucha tranquilidad. En Saas-Grund encontramos el lugar ideal para concentrarnos y prepararnos para la expedición.

Para nuestra sorpresa, en el hotel donde nos alojábamos coincidimos con Juanito Oiarzabal, montañero en cuyo curriculum tiene el record de ser la única persona que ha ascendido a 22 ocho miles. Él iba a subir al Weissmiss el mismo día que nosotros y volveríamos a coincidir con él en la subida al Mont Blanc.

La ascensión al Weissmiss comenzó a las 7 de la mañana, momento en el que tomamos el teleférico que nos dejó a 3.000 metros de altura desde donde comenzamos el ataque a la montaña. Caminamos por un glaciar y fuimos subiendo poco a poco intentando seguir la dirección de la cresta de la montaña hacia la cumbre.

Es difícil describir las sensaciones que se tienen al caminar por un glaciar por primera vez. Se camina por una inmensidad blanca que está en constante movimiento. La nieve se amontona en lo alto de los picos y, según se va acumulando, presiona a las capas inferiores moviéndose a una velocidad de... ¡60 metros por semana! Y su avance va dejando grandes agujeros en forma de grietas

que teníamos que sortear constantemente. Al avanzar encordados los riesgos se reducen muchísimo, si un miembro de la cordada cae en una grieta sus compañeros le retienen. Martín avanza el primero, como yo soy el miembro de la expedición con menos experiencia me coloqué detrás de él. Alfonso cierra la cordada.

El día se presentó soleado y, salvo por el frío que aumentaba según ganábamos altitud, avanzamos sin problema hacia la cumbre. A paso ligero, con velocidad constante. Llegamos a la cima en unas cuatro horas. En el momento que llegamos a la cumbre desapareció el frío, a pesar de que el viento soplaba con furia, la alegría de haber hecho cima era más que suficiente para que►

Cada centímetro de un recién nacido es valioso



FUTURE HEALTH
BANCO DE CÉLULAS MADRE

¿POR QUÉ CONFIAR EN FUTURE HEALTH?

Razones Científicas FUTURE HEALTH

- Ponemos a su alcance y al de su familia las técnicas médicas más avanzadas del presente y del futuro:
 - Conservando las células madre hematopoyéticas de la sangre del cordón umbilical.
 - Como **exclusiva novedad** ahora también conservando las células madre mesenquimatosas del tejido del cordón umbilical.
- 100% compatible con el bebé: Encontrar una muestra de médula ósea adecuada en bancos públicos puede resultar muy difícil en familias de diferente razas o en los casos de fertilización in vitro con donante de óvulo o esperma.

Razones Tecnológicas FUTURE HEALTH

- Contratación directa con el banco.
- KIT homologado por la Human Tissue Authority (HTA), especialmente diseñado por Future Health y acreditado según la normativa relativa a la seguridad de sustancias biológicas (UN 3373, IATA Packing Instruction 650).
- Fraccionamos la sangre recibida que da un rendimiento del 95% de la muestra.
- Primer banco familiar privado de sangre de cordón acreditado como Banco de Tejidos Humanos en el Reino Unido (MHRA).

ÚNICO CENTRO ACREDITADO Y CON LICENCIA DE EUROPA QUE PROCESA Y CONSERVA CÉLULAS MADRE HEMATOPOYÉTICAS DE SANGRE DE CORDÓN UMBILICAL Y CÉLULAS MADRE MESENQUIMATOSAS DE TEJIDO DE CORDÓN UMBILICAL.

9 0 2 1 6 6 2 2 6
9 0 2 2 0 6 1 8 4
www.futurehealth.es

►nos olvidáramos de las condiciones climáticas. Qué satisfacción. Esta satisfacción es la que me hace volver a la montaña. Además no era una montaña cualquiera. Por primera vez en mi vida subía a 4.000 metros.

El aire a 4.000 metros tiene una esencia especial, única. Pero hay que luchar para ganárselo. **Si nos hubieran soltado en la cumbre desde un helicóptero sin duda no hubiera sido lo mismo. Pero como dicen los que saben de esto, la cima sólo es la mitad del camino.** Ahora venía lo que para mí fue lo más duro, la bajada. La pendiente era bastante elevada, lo cual no es problema para subir pero sí para descender. El cansancio acumulado por la subida no ayudaba en la bajada. Los crampones mordían el hielo bastante bien, pero mis rodillas comenzaron a flaquear. La bajada se prolongó unas tres horas.

Nada más bajar me invadió un cansancio agudo. Al desgaste físico había que añadirle el agotamiento provocado por la concentración. Me hubiera medido en la cama en el acto, pero la jornada no había acabado aún. Teníamos que llegar

al refugio Britannia. Dormiríamos allí. Sería nuestro campamento base los próximos días.

El refugio Britannia está en la lengua del glaciar Honlaub, rodeado de picos de 4.000 metros. Decir que te sientes pequeño al abrigo de esas montañas es decir poco. Yo me sentía como una hormiga rodeada de elefantes. Enfrentamos la fragilidad del hombre a la eternidad de las montañas. Pero no podemos subir cuando queramos a esta eternidad. Para acceder a este jardín salvaje necesitamos que la montaña nos dé permiso. Que los rayos del sol nos aseguren una jornada tranquila. Sólo subimos cuando la montaña nos lo permite. Siempre estamos a su merced y, cuando hemos vuelto al refugio, se lo agradecemos mostrándole el máximo respeto.

A las 4 de la mañana del día siguiente Alfonso me despierta. "Es la hora" – dice. ¡Cómo cuesta desprenderse de la manta cuando aún no ha amanecido! Pero es necesario. En la montaña siempre se debe comenzar muy pronto. Cuando la nieve es firme los crampones se sujetan bien, ►



En la montaña se debe comenzar muy pronto, cuando la nieve es firme.



ApartoSuite Príncipe Pío

Cuesta de San Vicente, 16 · 28008 Madrid
Telf. 91 542 59 00 · Fax 91 541 96 50
reservas@apartamentosprincipepio.com



Situado frente al Palacio Real, entre plaza de España y la estación y Centro Comercial de Príncipe Pío, con acceso directo desde la M-30 por la N-V entrada de Extremadura, se encuentra a tan sólo 15 minutos en coche desde el Hospital Quirón.

Su alojamiento ideal en Madrid ya que contamos con amplios apartamentos y estudios, con todos los servicios de un hotel y con las ventajas de un apartamento. Todas nuestras habitaciones están equipadas con cocinas con nevera, microondas, vitrocerámica y un completo menaje. Baño completo, televisores TDT y satélite, WIFI, teléfono, aire acondicionado y calefacción, Servicio de recepción 24 horas, servicio de desayunos, servicio de lavandería, etc.

Contamos con apartamentos y estudios reformados y sin reformar. Consulte nuestras tarifas especiales para los clientes del Hospital Quirón.



NightBra®

Diseño Dra. Elisa Fernández

Nightbra: sujetador antiarrugas de la zona pectoral supramamaria.

Ventajas:

- Previene las arrugas en el escote.
- Atenúa las arrugas existentes.
- Relaja la espalda.
- No afecta a la mama.
- Indicado a cualquier edad.
- Indicado en la lactancia.
- Coadyuvante en mamoplastia de aumento.

La posición lateral que se adopta al acostarse produce que la mama superior se desplace hacia la inferior, ejerciendo una presión constante sobre la piel y los tejidos subyacentes, produciendo zonas de pliegues y arrugas

Tras más de 30 años de experiencia, la Dra. Elisa Fernández, médico especialista en Ginecología y Anatomía Patológica, desarrolló Nightbra, un sujetador antiarrugas que evita el desplazamiento del pecho

Nightbra es un sujetador antiarrugas sin copas que se adhiere a la piel a través del contorno del pecho sin realizar presión y desplazando toda la tensión hacia los hombros, permitiendo libertad de movimiento a los brazos en las horas de sueño. Con siete referencias distintas de un único modelo, es un sujetador idóneo para cualquier mujer preocupada por su salud e imagen, independientemente de su edad



Mendez Chain S.L.

**Jose Murphy, 2 6ºB
38002 Santa
Cruz de Tenerife
España**

**+34 922 647 169
+34 686 943 726**

www.nightbra.com

A las seis y media de la mañana los primeros rayos del alba empiezan a siluetear y dar forma a las crestas de las montañas que nos cobijan

► más tarde, bajo el efecto del sol, se reblandece y puede desprenderse en forma de alud.

Después de desayunar bajamos al cuarto de material del refugio y, como si de una ceremonia sagrada se tratara, nos equipamos con el material. Botas, polainas, arnés, casco, linterna frontal, crampones, guantes, piolet y bastón. Ya estamos preparados. Nos espera el pico Allalinhorn. Respiramos hondo y nos deseamos una feliz ascensión.

La montaña siempre es bella, pero por la noche, al abrigo de las estrellas, es espectacular. Un sobrecogedor silencio roto únicamente por el ritmo acompasado de las pisadas en la nieve crujiente es la banda sonora de las primeras horas de ascensión. Al avanzar encordados nos movemos como un solo hombre. A la misma velocidad. Martín marca el ritmo y nosotros seguimos su huella con la firme intención de llegar a la cumbre.

A las seis y media de la mañana los primeros rayos del alba empiezan a siluetear y dar forma a las crestas de las montañas que nos cobijan. Inmediatamente nos ponemos las gafas de sol. Los rayos ultravioleta a esa altitud pueden provocar "oftalmia de las nieves", una conjuntivitis que, si bien no tiene consecuencias graves a largo plazo, puede hacer perder la visión durante dos días.

La falda de la montaña ya estaba bien iluminada cuando llegamos a ella. **Habíamos caminado durante un buen trecho por el glaciar disfrutando de un amanecer único. La oscuridad de la noche se resistía a abandonarnos** hasta que, finalmente, los rayos anaranjados del sol tomaron un tono blanco brillante como el del hielo que nos rodeaba y que, poco a poco, se elevaba formando una pendiente cada vez más vertical.

En este punto de la travesía comencé a tener problemas. El viento soplaba cada vez más fuerte y sufrí ciertos

ataques de vértigo. Caminaba mirando al suelo. Asegurándome de clavar bien los crampones para no resbalar. Cada vez tomábamos más altura y la pendiente aumentaba a cada paso. Martín, como buen capitán, aumentó la velocidad de la cordada con la intención de que mantuviéramos la cabeza ocupada concentrándonos en cada paso que dábamos. Por los pasos de montaña difíciles hay que apretar el ritmo para superarlos lo antes posible. Aun así, cometí el error de echar un vistazo a mi alrededor. Necesitaba saber dónde estaba. Grave error. Cuando levanté la vista vi que me encontraba caminando por una cresta en la que, a mi izquierda, tenía un precipicio y, a mi derecha, una pendiente en forma de tobogán gigante que caía 1.000 metros hasta la lengua del glaciar. No había peligro. Las condiciones eran óptimas. Los crampones se agarraban bien al hielo e íbamos encordados. Pero el miedo es libre y un ataque de vértigo se apoderó de mí atacándome a ►

LA MÁS ALTA CALIDAD EN COSMÉTICA ECOLÓGICA

La selección de las materias primas (de origen ecológico y natural, aceites esenciales, no testado en animales, sin perfumes ni colorantes artificiales, sin derivados de la industria petroquímica, emulgentes de origen natural y sistemas conservantes idénticos a los encontrados en la naturaleza) y su combinación sinérgica hace de los productos GEODERM el aliado perfecto para cuidar, hidratar, nutrir y rejuvenecer la piel de forma natural y devolverle la suavidad, luminosidad, lozanía y aspecto fresco.

geoderm

COSMÉTICA ECOLÓGICA

HIDRATANTE DE PIELES NORMALES Y MIXTAS GEODERM

La piel es el órgano más extenso del cuerpo y su función protectora está constantemente sometida a la agresión de agentes externos como es la contaminación o la radiación y de agentes internos como el estrés, nerviosismo y la mala alimentación. La piel se debilita, tiende a deshidratarse y la mejor forma de cuidarla es utilizando productos naturales que ayuden a recuperar su equilibrio.

En la piel Normal el nivel de hidratación en el estrato córneo (la capa exterior de la piel) es óptimo, mantiene su equilibrio hidro-lipídico mientras que las pieles mixtas este equilibrio se ha alterado y existe un exceso de producción de grasa

La crema hidratante Piel Normales y Mixtas recupera ese equilibrio de la piel normal regulando la producción de grasa a nivel celular y aportando los nutrientes y oligoelementos esenciales para mantener esa autorregulación potenciando la actividad celular.

Principios Activos

Un balance perfecto entre agentes hidratantes naturales y emolientes orgánicos, enriquecida con principios activos especialmente seleccionados que actúan de forma sinérgica para rejuvenecer la piel y devolverle la suavidad, luminosidad y elasticidad.

Aceite de Jojoba orgánico: es un excelente agente emoliente rico en vitaminas A y E

Aceite de Aguacate: rico proteínas y vitaminas A, B, D y E.

Manteca de karité orgánica: potencia la regeneración celular y aporta propiedades emolientes, suavizantes y reestructurantes de la piel

Vitamina E (mezcla de tocoferoles naturales): vitamina antioxidante no sintética ni GMO

Vitamina C (en sus forma soluble lipo e hidrofílica): potente antioxidante

Jalea Real: rica en vitaminas (B1, B2, B6, B5 y ácido fólico, minerales (hierro), oligoelementos (calcio, cobalto, plata, magnesio, silicio, oro, zinc)

Hamamelis: rica en taninos que le dan propiedades astringentes

Uva roja: alto contenido en resveratrol, un potente antioxidante

Palmera de Asai (fruto): rica en vitamina B (B1, B2, B3), vitamina C, oligoelementos como hierro, potasio, fósforo, calcio, y gran cantidad de antioxidantes que la hacen un complemento perfecto en activos anti-edad.

Propolis: actúa a nivel de regenerador celular y potenciador de la producción de colágeno

Cera de abejas: aporta suavidad a la piel formando una finísima película



Natural Solter, S. L.

Ctra. Moraira nº 2 · Benitaxell (Alicante)

Tel. 96 649 37 54 · www.geoderm.com



El montañismo nace en los Alpes, y Chamonix es la capital de este deporte

►traición paralizando mis piernas. Yo quería subir pero las piernas no me respondían. Dentro de mi cabeza comenzó una lucha entre la razón y la emoción. Una guerra cruel estalló, la de uno contra sí mismo. La razón me decía que no pasaba nada. Que todo estaba bien, que esto era como dar un paseo por el campo. Por otro lado, el vértigo me paralizaba. Pero esto es el alpinismo. No hay marcha atrás. En este deporte no puedes bajarte de buenas a primeras. Sólo se puede seguir avanzando.

Me tomé un tiempo para mentalizarme. Cinco minutos para reunir fuerza y valor para subir. Los gritos de ánimo de Alfonso y Martín fueron el detonante para que arrancara. Un paso arriba, luego otro, el miedo se estaba quedando atrás. Con concentración absoluta y midiendo cada paso de forma milimétrica fui tomando posesión de la montaña. Llegamos a la cima en un abrir y cerrar de ojos, estaba tan concentrado que casi podría haberla pasado de largo. Pero... ¡Qué alegría estar allí! Después de casi cinco horas de ascensión estábamos en la cima. Todos los problemas y todos lo

miedos de la ascensión se desvanecieron como humo. El vértigo se transformó en éxtasis. Lo logamos. La cordada funcionó como un equipo perfecto y en la cima nos fundimos en un gran abrazo celebrando la alegría del trabajo bien hecho. Del reto superado.

Permanecimos poco tiempo en la cima. El viento soplaba con mucha fuerza y nos estábamos quedando fríos. La bajada fue fácil. Bajamos por una ladera que no presentó dificultad alguna. Una vez abajo lo celebramos con una cerveza bien fría. No borré la sonrisa de mi cara en lo que quedó del día.

El día siguiente iba a ser el gran día. Abandonamos Suiza y pusimos rumbo a Chamonix, en Francia, pueblo base desde donde salen las expediciones al Mont Blanc. El montañismo nace en los Alpes, y Chamonix es la capital de este deporte. El pueblo está lleno de montañeros, lleno de tiendas de montañismo, con estatuas dedicadas a los pioneros de este deporte. Chamonix vive por y para la montaña. Y dado que se encuentra ►

PREPARACIÓN PARA LAS ALTURAS

Dr. Antonio Tramullas,
Medicina del Deporte Quirón Barcelona

La exigencia física y mental que la ascensión a una montaña requiere es elevada. Por ello, en el montañismo es imprescindible tener una buena condición física para conseguir el objetivo trazado y disfrutar plenamente del placer de la ascensión a la cima. Al igual que en otros deportes, la condición física no se adquiere de forma rápida. Es un esfuerzo constante y progresivo. Para mejorar las prestaciones físicas y mentales de nuestro cuerpo es importante planificar el tiempo que necesitaremos para conseguir la condición física adecuada a nuestro objetivo.

El punto de partida, una vez hemos fijado el objetivo a conseguir, es la evaluación del estado de salud y la condición física que tenemos. Para ello, debemos acudir a un especialista en medicina del deporte que diseñe los tests que se deben realizar y así obtener la máxima información posible de nuestra salud y rendimiento.

EL CHEQUEO MÉDICO-DEPORTIVO DEBE INCLUIR:

- 1 HISTORIA CLÍNICA:** conocer la información médica y deportiva del deportista.
- 2 PRUEBAS FUNCIONALES RESPIRATORIAS:** saber la capacidad pulmonar y ver si hay algún tipo de restricción respiratoria.
- 3 ANÁLISIS DE SANGRE:** perfil básico para tener información de valores relacionados con la salud y el rendimiento deportivo.
- 4 TEST DE ESFUERZO:** conocer la adaptación cardiaca al esfuerzo y la condición física actual.
- 5 RADIOGRAFÍA DE TÓRAX:** obtener información pulmonar.
- 6 ECOCARDIOGRAMA:** Ecografía del corazón. Permite descartar la mayoría de patologías cardíacas.
- 7 PERFIL PSICOLÓGICO:** conocer rasgos de personalidad.
- 8 HÁBITOS NUTRICIONALES:** diseñar una dieta adecuada durante el periodo de entrenamiento y una dieta específica para la ascensión de la montaña.

Una vez realizado este chequeo médico-deportivo ya se conoce de forma objetiva el nivel de salud y de condición física. De este modo, se puede diseñar el entrenamiento es-

pecífico según las necesidades del deportista para mejorar la salud y el rendimiento físico y poder así estar en condiciones de conseguir los objetivos trazados en la montaña.

Una vez que tengamos información sobre nuestro nivel físico, los conocimientos en montañismo y nuestras habilidades en la montaña, podremos plantearnos los objetivos a corto, medio y largo plazo.

El montañismo, al igual que otros muchos deportes, requiere unos niveles de fuerza muscular, resistencia cardiovascular, velocidad, movilidad, coordinación, etc., que necesitaremos optimizar para conseguir nuestro objetivo.

Al entrenar, debería respetar las fases, que en términos generales, constituyen el entrenamiento:

Primera fase: calentamiento. Es la puesta en marcha progresiva del organismo para adaptarse a un entrenamiento en sí.

Segunda fase: es la fase principal del entrenamiento. En esta etapa se realizan los ejercicios programados. Los primeros entrenamientos deberían ser de mínima exigencia, para ir aumentándola progresivamente en el tiempo.

Tercera fase: es la fase de "vuelta al estado de reposo" del organismo. El objetivo es estabilizar el organismo después de haber trabajado físicamente. Deberían realizarse ejercicios de elasticidad muscular para poder optimizar el entrenamiento realizado y preparar a los músculos para una nueva sesión.

Se puede afirmar que la preparación física depende del estado de mi condición física actual y de los objetivos que quiero alcanzar. Por ello es imprescindible conocer, programar y no tener prisa en mejorar. Es importante para conocer cómo soy físicamente acudir a los especialistas en medicina del deporte., que serán los que diseñen las pruebas adecuadas a mis requerimientos. Una vez conocido mi nivel, el preparador programará el entrenamiento adecuado para mejorar la condición física, y poder disfrutar de una ascensión segura.

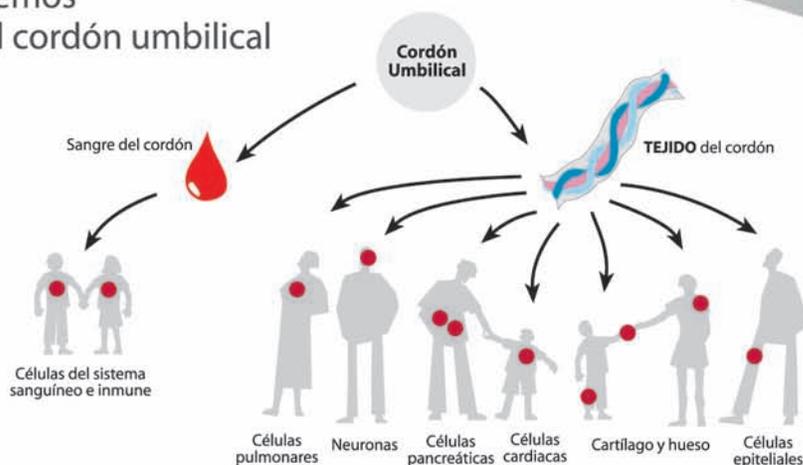


En 2004, fuimos pioneros en España.
Hoy, tras años de investigación, lo hemos vuelto a hacer.

Crio-Cord, vamos por delante.



Con **Crio-Cord PLUS** te ofrecemos
la conservación del **tejido** del cordón umbilical



►al pie del Mont Blanc, Chamonix es el sitio desde donde mejores vistas se obtienen de la gran montaña. Pero algo iba mal, una densa nube gris oscura cubría la montaña casi en su totalidad. Fuimos a "La casa de la Montaña" para que nos dieran el parte meteorológico y nuestros peores temores se hicieron realidad. Estaban cayendo 30 centímetros de nieve y el viento soplaba a 160 kilómetros por hora en la cumbre. Imposible subir. No había discusión. La montaña manda.

La alta montaña nos transporta a la forma más antigua y elemental del planeta Tierra. Supone un viaje en el tiempo a una etapa en la evolución de la corteza terrestre en la que las condiciones no eran favorables para desarrollar la vida: falta de oxígeno, ausencia de bacterias, frío extremo. Debido a esto hay ciertas regiones de nuestro planeta que jamás podrán ser modificadas por la mano del hombre. Permanecerán por siempre como un territorio virgen, indómito y salvaje que la humanidad nunca dominará. Como mucho, siempre que la montaña lo permita, nos de-



jará visitarla. De momento me tendré que conformar con seguir soñando ascender el Mont Blanc.

"De nuestros sueños nacen las grandes alegrías de nuestra vida. Pero siempre hace falta tener algo, los prefiero a los recuerdos".
Gaston Rebuffat. ■

PATROCINADORES:

- **IMEX CLINIC** Servicios de oftalmología. www.imexclinic.es
- **RENTA 4** Gestora de fondos de inversión. www.r4.com

COLABORADORES:

- **ROSSMARINUS INGENIERIA S.L.** Estudios, informes y proyectos de ingeniería industrial, telecomunicaciones, civiles y medioambientales.
- **TECHNICAL STONE** Encimeras de cocina de piedra natural. www.technicalstone.com
- **MARTIN ELORZA** Guías de montaña. www.martinelorza.com

👉 Para más información, consulte www.peperubiolarrauri.es

PRÁCTICAS DE ULTRARRESISTENCIA

Dr. Luis Serratosa Fernández, jefe de Rehabilitación y Medicina Deportiva de Hospital Quirón Madrid

La ascensión a una gran cima implica ejercicio extenuante durante días, una alimentación escasa y unos periodos de recuperación breves. El alpinismo es, por antonomasia, un ejercicio que se denomina de ultrarresistencia. Estas prácticas son aquéllas que suponen la contracción de tipo dinámico de grandes grupos musculares a intensidades moderadas que pueden mantenerse durante un tiempo prolongado. Como en cualquier ejercicio de resistencia, esta contracción repetida provoca una serie de adaptaciones fisiológicas en el organismo centradas en los sistemas cardiovascular, respiratorio y muscular. En el primero, aumenta la sangre circulante, se incrementa el tamaño de las cavidades cardíacas y la capacidad del músculo del corazón para contraerse y relajarse. También se eleva el número y tamaño de los vasos que riegan tanto el corazón como los músculos que mantienen al cuerpo en movimiento. En

el sistema respiratorio, no sólo mejora la capacidad pulmonar sino sobre todo la eficiencia de la musculatura respiratoria que es capaz de llevar esa mayor cantidad de aire a los pulmones con un menor gasto energético. Esa eficiencia puede resultar fundamental cuando el ejercicio se prolonga durante horas y cualquier ahorro energético puede suponer una ventaja adicional. Estas adaptaciones centrales sirven por tanto para que el organismo sea capaz de mandar una mayor cantidad de sangre cargada de oxígeno a los músculos en activo. De todos modos, conviene recordar que son las adaptaciones periféricas a nivel muscular las que verdaderamente marcan la diferencia. Quiere esto decir que nuestro corazón y nuestros pulmones son capaces de mandar más sangre oxigenada de la que los músculos pueden utilizar y, por tanto, a intensidades elevadas son los músculos los que actúan como factor limitante.

MÁS CAPILARES

Al realizar un ejercicio prolongado, los músculos pueden mejorar y aprender a utilizar el oxígeno y los sustratos energéticos necesarios. Además de una mayor número de capilares que permiten atender a esa mayor demanda de oxígeno, las fibras musculares sufren una serie de adaptaciones metabólicas que hacen que sean capaces de utilizar de forma más eficiente la grasa corporal. Como en cualquier ejercicio de resistencia una dieta rica en hidratos de carbono es esencial para evitar quedarnos sin reservas. Si se va a realizar una práctica deportiva de más de una hora o de 45 minutos a una intensidad alta es recomendable tomar hidratos de carbono, preferiblemente en forma líquida ya que así se facilita su absorción. A mayor duración del ejercicio, las grasas van adquiriendo mayor protagonismo como fuente energética.

LA MEJOR PREVENCIÓN FRENTE A LA EXPANSIÓN DEL VIRUS DE LA GRIPE A / H1N1.

Bacterisan
ANTISEPTICOS Y DESINFECTANTES

EFICAZ Y RENTABLE

LABORATORIOS BILPER GROUP INVOLUCRADO EN LA PREVENCIÓN DE LA GRIPE A/H1N1 CON SU GAMA DE PRODUCTOS **BACTERISAN**.



LA PRINCIPAL MEDIDA DE PREVENCIÓN ES LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MANOS.

■ **BACTERIGEL G2:** Jabón antiséptico autosecante para la limpieza y desinfección de manos. Rápida acción sin lavado previo ni secado posterior. Reg. AEMPS: DES-540*

*Producto Homologado por la Agencia Española del Medicamento AEMPS.

LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL ENTORNO ES NECESARIA Y FUNDAMENTAL PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL VIRUS.

■ **BACTERISAN B1:** Desinfectante de uso directo de rápida evaporación para todo tipo de superficies. Uso puro por pulverización superficial. Reg: AEMPS DES-573*

*Producto Homologado por la Agencia Española del Medicamento AEMPS.

 **LABORATORIOS BILPER** Group
www.bilper.com



CONSULTENOS Y LE ASESORAREMOS

+0034 944 520 007  +0034 944 521 329 www.bacterisan.com  info@bacterisan.com

LA DISFAGIA OROFARÍNGEA
AFECTA AL 30% DE LA POBLACIÓN

¡No puedo TRAGAR!

Por la Dra. Gemma Garmendia,
directora de la Unidad de Disfagia Orofaringea
y Foniatria de Hospital Quirón San Sebastián

La disfagia orofaríngea es el término médico que define la dificultad para tragar. Un trastorno poco conocido que puede llegar a afectar al 30% de la población. El Hospital Quirón San Sebastián dispone de la única unidad en todo el norte de España donde se diagnostica y se trata este trastorno.

La disfagia orofaríngea engloba las disfunciones del proceso deglutorio desde que el alimento penetra en la boca hasta su entrada en el esófago. Estas alteraciones dan lugar a complicaciones importantes, como neumonías aspirativas y malnutrición. Estas complicaciones agravan el estado general de estos pacientes, haciéndolos más susceptibles a infecciones y retrasando o impidiendo su recuperación. Por otra parte, este trastorno produce un gran impacto psicológico en la vida y personalidad de estos pacientes debido a que comer es uno de los placeres básicos de la persona y muchos de ellos se ven obligados a nutrirse e hidratarse exclusivamente con sondas o incluso con nutrición parenteral.

JOSÉ MANUEL OTERO (60 años)
sufrió una caída fortuita en junio de 2007, con un fuerte traumatismo craneoencefálico que le originó un

hematoma subdural agudo fronto-temporo-parietal derecho que tuvo que ser drenado de forma urgente mediante intervención quirúrgica. Permaneció un mes en la UVI y finalmente fue dado de alta con una hemiplejía izquierda, no podía mover la parte izquierda de su cuerpo. Portaba una cánula de traqueotomía para poder respirar, se alimentaba íntegramente a través de una gastrostomía; es decir, directamente a través de una sonda hacia el estómago y tenía serias dificultades para hablar. Poco a poco y con esfuerzo fue recuperando la movilidad, pero seguía sin poder hablar ni comer. Ningún médico le aseguraba que su situación fuera a mejorar. Se puso en contacto con la Dra. Garmendia un año después.

“La logopeda que me trataba en Vitoria me habló de ella, fui a su consulta, estudió mi caso y dijo que intentaría ayudarme, pero que

“ Este trastorno produce un gran impacto psicológico en la vida y personalidad de estos pacientes



tenía que trabajar duro. Ambas se pusieron en contacto y comencé la rehabilitación de mi disfagia. Empecé a comer poco a poco, primero purés y yogures, la Dra. Garmendia me hacía pruebas hasta que empecé a comer también cosas secas. Me faltaba retirar la cánula de traqueotomía para poder respirar por la nariz. Un día me dijo que podía operarme. Me realizó una operación en las cuerdas vocales, para dejar más paso al aire. Inmediatamente después ya podía respirar, comer y hablar casi normalmente, después de un año ya no tenía que llevar el tubo en el cuello, ni tampoco la sonda en el estómago”.

“Antes de la operación, lo que comía iba a los pulmones, así que sólo me alimentaba a través de la sonda, era muy duro, me encanta comer, así que me enfadaba y lo pagaba con mi familia, que son los que me han cuidado. La primera Noche Vieja que pude comer después del accidente, todos comieron sólo puré por mí, mi mujer, mis hijas y sus maridos”.

“El primer año tras el accidente lo pasé en la cama, pero ahora, otro año después, mi vida es prácticamente normal, voy a su consulta sólo una vez al mes o cada dos, para mejorar el habla, no puedo trabajar, pero sí cuido mi huerto, salgo a bailar con mi mujer, y cuando ella se jubile queremos pasar los inviernos en Murcia, donde viven nuestras hijas y nietos”.

2 BALTASAR MARÍN tiene 62 años, está casado, tiene 3 hijos y una larga historia profesional. Se ha dedicado a la administración, a la política,

y gestionaba su propia empresa. Hasta que en agosto de 2008 le diagnosticaron un cáncer de esófago. Tras dos operaciones, ingreso en la UVI y 5 meses en hospitales, volvió a casa, con una sonda para alimentarse por vía enteral, ya que no podía tragar.

“En las primeras pruebas que realicé con la Dra. Garmendia, el contraste se iba a los pulmones. Se me cayó el mundo encima. Había asumido el fin de mi etapa profesional, pero no podía asumir el fin de mi vida familiar y social en torno a la mesa”.

“Comencé la rehabilitación con ella y Ainhoa, su logopeda, en marzo. Al principio tenía muchas dificultades para hablar, sólo podía decir frases cortas, pero ahora ya puedo leer teatro y poesía sin ahogarme. En verano, me decidí a coger el coche hasta Málaga, para pasar unos días allí con mi mujer. Un día, probé el ▶

Estas alteraciones dan lugar a complicaciones, como neumonías aspirativas y malnutrición

► *gazpacho que ella estaba comiendo, primero dos cucharadas, y luego una taza, y lo tragué bien, y estaba buenísimo. Volvimos a casa y lo celebramos con toda familia, probé el flan y la tortilla de patatas, casi un año después”.*

“Llamé a Gemma para confesarle lo que había hecho, se rió y repetimos la prueba radiológica con distintos alimentos en pequeñas cantidades, tragué bien casi todos. Desde entonces he vuelto a compartir de verdad las reuniones familiares y he cogido 6 kilos en dos meses, aunque todavía me falta mucho para llegar a los 120 kilos de antes. Por las noches sigo con la alimentación enteral, conectado a la máquina unas doce horas, ya que las cantidades que ingiero por la boca no son suficientes para alimentarme, pero me sirven para compartir la mesa con mis amigos y familiares y me ayudan a ser feliz”.

“Nunca me había planteado que existiera la disfagia, pasa como con todo, hasta que no te pasa no sabes lo que es, pero voy a rehabilitación con alegría, aunque sea para enfrentarme con mis limitaciones, porque veo que avanzo, y por el trato tan humano del equipo de la Dra. Garmendia”.

¿A quién afecta la disfagia?

Algunos estudios que hablan de que un 30% de nuestra población podría padecer disfagia orofaríngea. **Afecta a grandes grupos de riesgo como los ancianos y pacientes con**

Hasta que no te pasa no sabes lo que es, pero voy a rehabilitación con alegría, porque veo que avanzo

enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, la esclerosis lateral amiotrófica, la enfermedad de Parkinson y el Alzheimer.

Por otro lado, es una complicación muy frecuente en los traumatismos craneoencefálicos que se producen por accidentes de tráfico o laborales, afectando muy a menudo a personas jóvenes. También aparece en pacientes con accidentes cerebrovasculares, parálisis cerebral, y es una de las importantes secuelas de las grandes intervenciones quirúrgicas por cáncer de laringe, lengua, mandíbula y otros.

¿Cómo se detecta?

Tradicionalmente, y de forma errónea, hemos dado por supuesto que el adelgazamiento, la tos con las comidas y el rechazo voluntario a determinados alimentos eran inherentes a la enfermedad que padecía nuestro padre, hermano o abuelo, es decir, lo asumíamos como parte de su envejecimiento o de su enfermedad. Sin embargo, es importante saber que estos síntomas y otros como picos febriles, desorientación espacial, pérdida de masa muscular y de fuerza, negativa a beber, carraspera constante, sensación de “atasco” en la garganta, atragantamiento e incluso aumento exagerado en el tiempo que utiliza para comer son signos de alerta de disfagia orofaríngea.

¿Cómo se diagnostica?

En general, se trata de pacientes pluripatológicos, por lo que es muy importante elaborar una historia clínica detallada para saber qué enfermedad es la causante de su disfagia, cuál es su situación nutricional y su dieta habitual y si presenta problemas respiratorios. Es muy importante valorar también su situación cognitiva y las alteraciones del comportamiento y de la comunicación. La prueba diagnóstica más específica y completa es la video-fluoroscopia, prueba radiológica que mediante la ingesta de diferentes viscosidades de contraste permite observar a tiempo real todo el proceso deglutorio.

¿Cómo se trata?

Su tratamiento se basa en tres pilares fundamentales:

- **Nutricional:** Engloba la elección de la vía o vías de alimentación más adecuadas y la adaptación de la dieta a los requerimientos energéticos del paciente.

- **Rehabilitador-logopédico:**

Consiste en la realización de ejercicios o praxias para mejorar el funcionamiento de las partes implicadas en la deglución. También se utilizan técnicas posturales y maniobras deglutorias.

- **Quirúrgico:** Las intervenciones quirúrgicas más habituales para estos pacientes son las que actúan sobre sus cuerdas vocales, cordotomías posteriores, tiroplastias tipo I o infiltraciones de grasa autóloga. También se emplea toxina botulínica para disminuir la secreción de saliva. ■



Servicios de Otorrinolaringología:

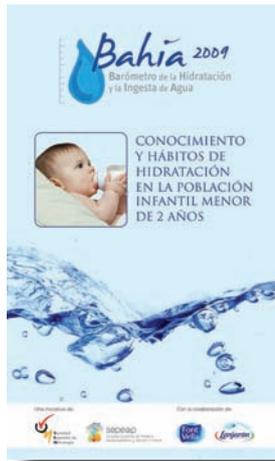
- Quirón Barcelona: 93 285 00 00
- Quirón Madrid: 902 15 10 16
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón San Sebastián: 94 343 71 00
- Quirón Valencia: 96 339 04 00
- Quirón Vizcaya: 902 44 55 95
- Hospital De Día Quirón Zaragoza: 976 57 90 00
- Quirón Zaragoza: 976 72 00 00

E-DIS: TELEMEDICINA APLICADA AL TRATAMIENTO DE LA DISFAGIA OROFARÍNGEA

Actualmente estamos diseñando una herramienta que permite el diagnóstico y tratamiento rehabilitador personalizado y a distancia, gracias a las nuevas tecnologías de la información. El proyecto e-dis, que Quirón desarrolla en colaboración con la Dra. Bascañana, directora del Servicio de Rehabilitación y Medicina Física del

Hospital de la Santa Creu y Sant Pau de Barcelona y el Departamento Multimedia de la Universidad Politécnica de Cataluña, se basa en el aprendizaje, a través de unos videos, de los ejercicios adecuados a cada caso para el tratamiento de estos desórdenes. Gracias a él, los pacientes realizan y repiten las praxias desde

su casa, los graban con una sencilla web cam y nos los envían a través de Internet para su corrección y evaluación. Según los primeros datos, e-dis obtiene resultados similares a la terapia presencial y se muestra especialmente útil como terapia de mantenimiento. Disminuye costes al evitar desplazamientos y ambulancias.



SEGÚN EL INFORME BAHIA 2009, EL 80% DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA DESCONOCE LA MEJOR HIDRATACIÓN PARA LOS BEBÉS

El Barómetro de la Hidratación y la Salud (BAHIA 2009), elaborado por la Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria de Atención primaria y la Sociedad Española de Nefrología, ha presentado un estudio, patrocinado por Aguas Font Vella y Lanjarón, S.A., sobre la situación de la hidratación en la población infantil menor de 2 años.

El estudio, basado en un muestreo de 3.000 hogares españoles donde viven niños menores de 2 años, refleja que hay un gran desconocimiento sobre la hidratación de los bebés. Especialistas en hidratación y nutrición infantil como el médico pediatra Dr. Vitoria Miñana, afirman que la hidratación infantil es un tema muy relevante al que en muchas ocasiones no le prestamos su debida atención.

Agua del grifo y agua mineral natural: hábitos y necesidades de ebullición

El bebé tiene una alta proporción de agua. El porcentaje de agua que en un adulto es del 60 por ciento, en un bebé llega al 80. Por ello, la hidratación es más importante aún si cabe que en los adultos.

No obstante y según Bahía 2009, el 80% de las madres españolas desconoce cuál es el mejor tipo de agua para su bebé y el 84% de las que utilizan agua del grifo no la hierven antes de consumirla. Además, concluye que casi el 80% de los hogares desconoce si el agua del grifo de su ciudad es apta para el consumo del bebé. Según el Dr. Isidro Vitoria Miñana, *“el agua del grifo debe hervirse durante un minuto antes de consumirla, mientras que el agua mineral natural no necesita de ebullición por su origen puro y natural”*. Sin embargo, BAHIA llega a la conclusión de que el 20% de los encuestados hierven el agua mineral natural para la preparación del biberón.

Bahía 2009 también muestra que **9 de cada 10 pediatras recomienda agua mineral natural.**

Presentación del estudio Bahía 2009 en el congreso de la SEPEAP a cargo del Dr. Vitoria Miñana



Agua mineral natural de mineralización débil: hay que fijarse bien en las etiquetas

El estudio demuestra que existe un gran desconocimiento sobre los minerales en el agua de bebida. Sólo el sodio es percibido como relevante a la hora de tener en cuenta qué agua se elige para el bebé. El Dr. Isidro Vitoria Miñana afirma que **“es importante fijarse en la composición mineral indicada en las etiquetas, prestando especial atención al sodio y al calcio”**. Así, los minerales y sus valores analíticos, que podemos leer en la etiqueta, resultan relevantes en la elección del agua que debe darse a un bebé.

Según el informe BAHIA 2009, la composición ideal en minerales para un menor de 2 años debe ser:

Sodio: menor de 25 mg/l
Calcio: de 25 a 100 mg/l
***Flúor: menos de 0,3 mg/l**
***Nitratos: menos de 25mg/l**

* La legislación aplicable a las aguas minerales naturales ya establece unos parámetros obligatorios para el contenido de flúor y nitratos que no sobrepasan en ningún caso lo establecido en el informe BAHIA 2009



Es uno de los grandes nombres que ha dado nuestro país a la danza internacional. Asegura que bailar se basa en saber transmitir sentimientos, una máxima que hace que muchos de los bailarines que pasan por sus manos lleguen a ser grandes estrellas. En estas líneas nos cuenta cómo se siente tras recibir el homenaje de la compañía que él mismo creó hace ya 20 años.

Víctor ULLATE

Por Rocío Felipe.
Fotos: Pepe Rubio

“ESTAR EN EL CANDELERO DE LA DANZA DURANTE 20 AÑOS EN ESTE PAÍS ES UNA JABATADA”

Víctor Ullate fue bailarín y hoy es coreógrafo, director y maestro, pero por encima de todo, un apasionado de la danza. Su carácter sereno nada tiene que ver con la fuerza y temperamento que le hemos visto derrochar en el escenario. Ahora transmite sus conocimientos a las nuevas generaciones de bailarines y ha recibido el homenaje por el 20 aniversario de la creación de su compañía. Confiesa sentirse feliz, seguro de lo que hace y más útil para la danza de lo que lo ha sido nunca.

Nos recibe para hacer balance de lo que han sido estos años y de lo que supone este homenaje para él.

Vayamos al grano, ¿cómo se siente?

Me siento muy feliz. Está bien que te hagan un homenaje estando vivo (risas). Normalmente los homenajes te los hacen cuando ya estás muerto, pero he tenido suerte. Han sido 20 años con momentos maravillosos. Cuando bailaba también disfruté mucho, pero tener tu propia compañía, con tus bailarines, tus

“Llega la hora de los homenajes a una vida dedicada a la danza”

obras, etc. me ha dado muchas más satisfacciones. Además, estar en el candelero durante 20 años en este país es una jabatada.

Bailarín, director, coreógrafo, maestro, ¿con qué se siente más identificado?

Yo soy maestro, me encanta la enseñanza y también la coreografía. Lo que menos me gusta es dirigir, eso requiere tomar decisiones que no te gustan, pero que profesionalmente son las adecuadas.

¿Le cuesta ser exigente con sus alumnos?

No, con los alumnos tienes que ser estricto. La calidad exige y no vale todo. Cuando tienes calidad es que le has dedicado muchas horas de entrenamiento y de preparación. En la danza hay que tener voluntad, sacrificio y muchísima vocación.

Respecto a las nuevas generaciones de bailarines a los usted que forma, ¿cree que ahora lo tienen más fácil?

Ahora es más fácil porque tengo el apoyo de la Comunidad de Madrid. ▶

Ahora transmite sus conocimientos a las nuevas generaciones de bailarines

**EN TU CASA
EN 24 HORAS**

Lo recibirá en casa el día siguiente por mensajería

Estamos ubicados en la partida del Barranquet de Carcaixent, en una superficie de 1,5 Ha, donde cultivamos naranjas, mandarinas y pomelos. En esta zona se cultivan cítricos desde hace más de doscientos años.

Todo el proceso de cultivo se realiza con técnicas ecológicas garantizadas y certificadas por el CAECV (Comité d' Agricultura Ecológica de la Comunitat Valenciana). El cuidado que aportamos a los frutales da como resultado unas naranjas exquisitas con mucho sabor y gran cantidad de zumo, mejores que las que haya probado nunca.



ESTUDIO MARIBICAL ha colaborado con naranjasecologicas.com en el diseño de su logotipo



Naranjasecologicas.com

Naranjas ecológicas recién recolectadas en tu mesa

32€

caja de naranjas
15kg.aprox.

32€

caja de mandarinas
10kg.aprox.

35€

caja de mezcla
10kg naranjas +
5 kg mandarinas aprox.

32€

caja de pomelos
15kg.aprox.

Cómo realizar el pedido:

- www.naranjasecologicas.com
- E-mail: jordi@naranjasecologicas.com

• Teléfonos **96 246 09 29**
607 54 97 37

Cada pedido incluye:

- Transporte en península
- Hojas de laurel
- Hojas de infusión
- 2 limones
- Folleto de la procedencia
- Bolsa para la compra de algodón lavable

Forma de pago:

- Transferencia bancaria (después de recibir el pedido)
- Talón bancario (después de recibir el pedido)
- Tarjeta de crédito via web
- Contrareembolso

Precios especiales para asociaciones, tiendas y restaurantes



Naranjas, mandarinas y pomelos
procedentes de Agricultura Ecológica
Sistema de control CE.
Código autoridad de Control: ES-VA-AE

Número Registro Sanitario 21.24243/V

**NARANJAS ECOLÓGICAS
DEL BARRANQUET S.L.U.**

Pda. Barranquet, 511
46740 Carcaixent / Valencia

CARCAIXENT
cuna de la naranja desde 1781

“La danza es algo maravilloso, sientes y haces sentir a los demás. Haces que el público se sienta feliz”

► Cuando empecé era una compañía privada y ahora es semiprivada. Además, tenemos el teatro del Canal y esto es muy importante para que un bailarín se quede en un determinado sitio. Aunque los bailarines se suelen ir, las ofertas de trabajo son mejores fuera, los sueldos, etc.

¿En España no se cuida tanto la danza como en otros países?

Ahora se podría decir que estamos empezando, pero hay países que nos llevan muchos años de ventaja como Francia, Alemania, Inglaterra, etc.

¿La danza clásica es la base para la danza contemporánea?

Sí, por supuesto, para bailar necesitas un mínimo de preparación. Para aprender a bailar tienes que controlar tu cuerpo y un bailarín clásico puede bailar cualquier tipo de danza: contemporánea, tango, hip-hop, etc.

¿Películas como Billy Elliot hacen que la gente se acerque más a la danza?

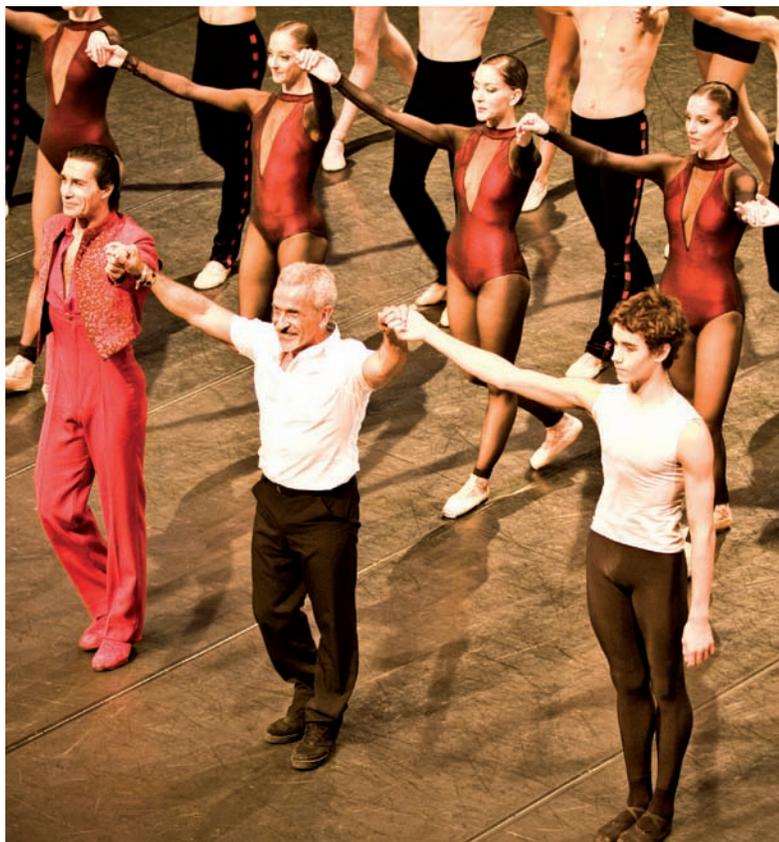
Sí, hoy se están perdiendo los miedos. Hay mucha gente que tenía miedo de la danza y pensaba que por bailar ya tenías que ser de una determinada manera, y eso no tiene nada que ver. La danza es algo maravilloso, sientes y haces sentir a los demás, transmites esos sentimientos que tú tienes y haces que el público se sienta feliz.

¿Y cómo fueron sus comienzos?

Fueron difíciles, en mi infancia bailar no estaba bien visto. Me sentía como Billy Elliot, pero tenía tanta ilusión que no me afectó tanto como a otros niños.

¿Se siente orgulloso de que sus hijos hayan elegido el mismo camino que usted?

Sí, me siento muy orgulloso de que mis hijos bailen. Josué, el pequeño,



ha bailado conmigo en el espectáculo *2 you maestro* y tiene una presencia impresionante. Víctor lo hace todo: Canta, baila, actúa... Y Patrick está en el teatro, ha empezado hace dos años como actor.

¿Ya no echa de menos bailar?

No, yo tenía muy claro que quería dejar de bailar. La vida pasa y tienes que dejar el turno a otros y sentirte bien con lo que haces. Hay personas que se resisten a dejar la corona, pero para mí sería un calvario. Cada momento tiene su encanto. Ahora me siento feliz, muy útil para la danza, muchísimo más que cuando era joven, he dejado

de pensar sólo en mí, ahora el éxito lo disfrutamos todos. Me siento un privilegiado, muy seguro de lo que hago, de lo que quiero.

¿Y cuáles son sus próximos proyectos?

Wonderland es el nombre de mi próximo proyecto. Es un homenaje a mi hermana. Ella está en un psiquiátrico y siempre hemos estado muy vinculados. Pero quiero que se vea la cara amable de los psiquiátricos, el lado más genial de cada loco. No está terminado, pero lo que he hecho me gusta mucho. El equipo de bailarines es fantástico y se han implicado mucho. ■

EL SECRETO DE SU FORMACIÓN

Tamara Rojo, Ángel Corella o Ruth Miró son algunos de los bailarines que han recibido la formación de Víctor Ullate. Cuando le preguntamos cuál es la receta mágica para conseguirlo, nos habla de la importancia del sentido de la estética. “A parte de la dedicación, es muy importante el talento que tengas. Cuando escojo un bailarín

me gusta esculpirlo a mi gusto. En ciertos aspectos soy muy exigente, me gusta que se hagan las cosas con cuidado, con amor, etc. Bailar es un sentimiento que tienen que transmitir. Fuera de España se rifan a los bailarines de Víctor Ullate, ya que trabajamos muy exhaustivamente con ellos para que alcancen la calidad necesaria”.



CÉLULAS MADRE DEL CORDÓN UMBILICAL

www.crioestaminal.es

902 627 040



Las células madre del cordón umbilical son sinónimo de futuro. Son sinónimo de vida. No en vano son la mejor alternativa para curar enfermedades de tipo sanguíneo, cancerígeno o inmunológico. Por eso es tan importante conservarlas. Y hacerlo

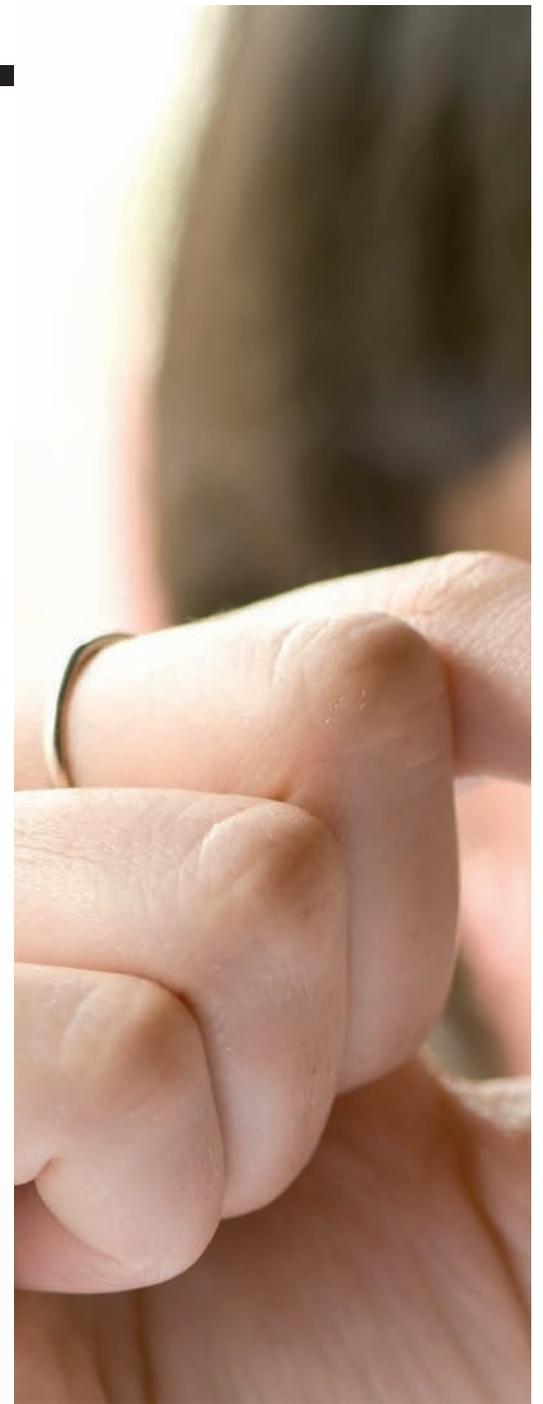
en una compañía que garantice la máxima calidad y seguridad, en la que ya confían más de 28.000 familias, y que es pionera en realizar trasplantes con células madre. Esa compañía tiene un nombre: Grupo Crioestaminal. Únete a nosotros, únete a la vida.

UNO DE CADA CUATRO FUMADORES
FALLECE A CAUSA DEL TABACO

Es hora de DEJAR DE FUMAR

Por Alejandro Toquero

“Existen
novedosos
tratamientos
para lograr que
las personas
dejen un vicio
tan perjudicial



¡Hoy dejo de fumar...! Bajo esta afirmación miles de personas cada día se plantean dejar este pernicioso hábito. La sociedad empieza a ser consciente de que esta dependencia puede causar serios problemas. Está probado que el tabaquismo daña la salud, ya que provoca enfermedades cardíacas, trastornos pulmonares entre los que se encuentra el cáncer pulmonar así como otros padecimientos.



Se estima que una de cada tres personas es fumadora y cada vez hay más datos que demuestran con contundencia las consecuencias que tiene el hábito de fumar: uno de cada cuatro fumadores muere debido a algún padecimiento directamente provocado por el tabaquismo, y muchos otros sufren años relacionados con el dolor, la mala salud e incomodidades derivadas de este hábito.

El tabaquismo como adicción

Existen dos aspectos relacionados con la adicción de fumar: el físico y el psicológico. La adicción física es la adicción a la nicotina, potente droga que tiene el tabaco. **El organismo se acostumbra a tener nicotina en el torrente sanguíneo. Al disminuir los niveles de nicotina, el organismo**

envía mensajes de malestar y deseos urgentes de fumar. Es entonces cuando se busca un cigarrillo.

Cuando se rompe por completo el hábito de fumar, el organismo envía mensajes cada vez más difíciles de ignorar. Es en esta etapa cuando se siente tenso e irritable. Cuesta mucho trabajo contentarse, mantener la calma.

Los primeros días son los peores. Pero después, el organismo empieza a acostumbrarse a vivir sin la nicotina, y poco a poco esas incomodidades disminuyen.

Los primeros días son los peores, pero después el organismo empieza a acostumbrarse

Doctor, ¿Estoy muy enganchado?

De acuerdo con el número de cigarrillos que se consumen al día, el perfil del fumador se clasifica en tres categorías: leve o ligero si fuma entre 1 y 5 cigarrillos al día, moderado si fuma de 6 a 15 cigarrillos al día y severo si fuma más de 15 cigarrillos al día.

No todo está perdido

Todos los fumadores, o prácticamente todos, en algún momento de su hábito han pensado en dejarlo. Saben que deberían dejarlo. Son conscientes de los problemas de salud que comporta fumar, y desean dejar atrás tan nociva costumbre. Existen en el mercado múltiples mecanismos o sistemas para dejar de fumar; unos tienen estudios contrastados y otros no. ▶

Con estos tratamientos mejora la salud de la persona, mejora su economía y su aspecto físico

► Para evitar el consumo de tabaco ya existen tratamientos novedosos en ciertos hospitales, como en los de Grupo Hospitalario Quirón, para conseguir que las personas dejen de depender de un vicio tan perjudicial para la salud. Estos innovadores programas médico-psicológicos consisten básicamente en:

- APOYO PSICOLÓGICO.
- TERAPIA DE SUSTITUCIÓN DE LA NICOTINA.
- TRATAMIENTOS CON MEDICAMENTOS.

Estos programas se acompañan de ejercicio físico, blanqueamiento y limpieza dental, de análisis y diversas pruebas relacionadas con los daños que les haya podido ocasionar.

El seguimiento del tratamiento es progresivo; es decir, de la primera a la segunda visita pasan 7 días. A continuación 15 días, después 1 mes, 3 meses, 6 meses y para finalizar 12 meses.

Los beneficios de estos tratamientos son indiscutibles y con altos resultados de satisfacción porque se deja de estar sometido a una adicción, mejora la salud de la persona, mejora su economía y su aspecto físico. ■



¿SABEMOS QUÉ FUMAMOS?

Los cigarrillos se elaboran con las hojas de la planta del tabaco (*nicotiana tabacum*) que pertenece a la familia de las *olanáceas*. Cuando encendemos un pitillo, un puro o una pipa estamos liberando más de 4.000 sustancias que se pueden clasificar en cuatro grupos: nicotina (responsable de la dependencia física), monóxido de carbono (causante del 15% de las enfermedades cardiovasculares), agentes irritantes (actúan directamente sobre los bronquios, lo que produce diversos problemas respiratorios) y agentes cancerígenos-alquitranes responsables del 30% de todos los tipos de cáncer y del 90 % del cáncer de pulmón.

DEJAR DE FUMAR ES POSIBLE

Por Dr. José María Echave-Sustaeta,
Jefe de Neumología Quirón Madrid



En España, fuma un 31% de la población mayor de 15 años, un 37,5% de los hombres y un 24,7% de las mujeres.

Con respecto a épocas anteriores se ha producido un descenso del tabaquismo global y del tabaquismo en varones y una estabilización en las mujeres (que presentaban tendencias crecientes en encuestas previas). Por edades, el estrato con mayor tasa de fumadores tanto en varones como en mujeres se detecta entre los 35 y los 44 años, donde fuma casi el 50% de los hombres y el 40% de las mujeres.

La edad de inicio del tabaquismo en España muestra una tendencia a la disminución, y actualmente es de 13,2 años, una edad similar en ambos sexos. El 90% de los fumadores inicia el consumo antes de los 20 años, aunque en realidad la exposición pasiva al humo del tabaco empieza antes de nacer: se afirma que 1 de cada 4 embarazadas fuma de forma habitual.

El consumo de tabaco es la principal causa evitable de enfermedad, incapacidad prematura y muerte en los países desarrollados, de tal forma que es responsable de una de cada dos muertes en el grupo de edad de 35 a 69 años. En España, fallecen cada hora más de 6 personas por enfermedades vinculadas al tabaco, mientras que menos de 1 por accidentes de tráfico. ¿Se imagina que abrieran los telediaris del domingo noche

informando que ese fin de semana han fallecido casi 500 personas por culpa del tabaco?

Dos tercios de las muertes relacionadas con el tabaco fueron debidas a 4 causas: cáncer de pulmón (29%), EPOC (20%), cardiopatía isquémica (12%) y enfermedad cerebrovascular (9%).

Se afirma que el 25% de los recién nacidos con bajo peso y el 20% de las muertes infantiles en el primer año de vida podría evitarse si las mujeres gestantes no fumaran. El tabaquismo incrementa el riesgo de infertilidad y embarazo ectópico. El tabaco materno puede duplicar el riesgo de muerte súbita del lactante.

El dejar de fumar permite obtener beneficios en la salud física y emocional desde el primer día. En los primeros días se perciben beneficios sobre la respiración, en las primeras semanas sobre la circulación, al año el riesgo de sufrir un infarto de miocardio se reduce a la mitad de un fumador y a los diez años el riesgo de sufrir cáncer de pulmón se reduce a la mitad.

Dejar el tabaco es posible, hay muchas personas que lo han conseguido. El siguiente seguro es usted. Si no es capaz de hacerlo solo, pida ayuda a su médico, en el momento actual hay tratamientos muy eficaces que facilitarán el proceso.

Servicios de Neumología:

- Quirón Barcelona: 93 285 00 00
- Quirón Madrid: 902 15 10 16
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón Valencia: 96 339 04 00
- Quirón Vizcaya: 902 44 55 95
- Hospital De Día Quirón Zaragoza: 976 57 90 00
- Quirón Zaragoza: 976 72 00 00

Estancias Post-Hospitalarias en Centros Residenciales BALLE SOL

- Las estancias temporales en un centro residencial, una solución para el descanso idóneo de los mayores, de sus cuidadores y familiares

Desde hace más de 28 años el Grupo Ballesol es la empresa líder en España en la prestación de servicios asistenciales y residenciales para las personas mayores. A través de estos años y del cuidado de más de 50.000 residentes, hemos adquirido un amplio conocimiento en el tratamiento de las patologías propias de las personas mayores. Esta experiencia es complementaria a los servicios hospitalarios que los pacientes reciben, sobre todo en aquellos casos que requieren periodos de

recuperación y rehabilitación de larga duración. Para el cuidado de este tipo de patologías que afectan a las personas mayores, los Centros Ballesol disponen de un equipo multidisciplinar especializado y de unos protocolos de actuación y seguimiento de los pacientes muy desarrollados.

El equipo habitual de un centro está compuesto por médicos, enfermeras, fisioterapeuta especializado, psicólogo, dentista, auxiliares de geriatría y terapeutas ocupacionales.



Residente en recuperación



Gimnasio Centro Ballesol

CARACTERÍSTICAS CENTROS BALLE SOL

- Excelente ubicación: máxima comodidad para las visitas a sus seres queridos.
- Profesionalidad y cualificación del personal: alta especialización multidisciplinar.
- Magníficas instalaciones y mobiliario adaptado: la tecnología más avanzada.
- Esmerado servicio al residente: para que se sienta mejor que en su propia casa.
- Elevado ratio de personal: 60 personas trabajando por cada 100 residentes.
- Máxima calidad: certificación ISO 9001 en gestión de centros residenciales.

Patologías tratables en régimen de Post-Hospitalización

Traumatológicas y Neurológicas

- Fractura de cadera estabilizada o que precisen tratamiento conservador (reposo)
- Prótesis de cadera
- Prótesis de rodilla
- Fisuras / Fracturas de pelvis estabilizadas
- Fractura de cabeza o cuello humerales
- Fracturas de codo estabilizadas
- Aplastamientos vertebrales
- Secuelas de ACVA: pasada la fase aguda (hemiplejías, hemiparesias, parálisis..)
- Tratamiento sintomático de síndromes demenciales
- Tratamiento y abordaje de complicaciones en el Parkinson
- Situaciones patológicas que impliquen como resultado: inmovilismo, neuropatías y neuralgias

Otras patologías tratables en los Centros Ballesol

Otras Patologías

- Patologías crónicas: hipertensión, diabetes...
- Bronconeumopatía crónica.
- Insuficiencia renal, en coordinación con diálisis.
- Cuidados paliativos.
- Inmovilismo que implique atención y dependencia.
- Disfagia que precise sonda para su alimentación.
- Pacientes postquirúrgicos para convalecencias.
- Enfermedad hepática crónica.
- Enfermedades oncológicas terminales.
- Enfermedades vasculares de Iso MMII.
- Enfermedades reumatológicas.
- Tratamientos y actividades preventivas para úlceras con presión.



BALLE SOL
Centros Residenciales 3ª Edad
★★★★★

Solicítenos información
sin compromiso:

902 33 33 80

www.ballesol.es :: información@ballesol.es

La respuesta a LA CRISIS por razones de infertilidad



Muchas parejas que recurren a la reproducción asistida para lograr un embarazo que no llega, atraviesan una crisis de pareja y personal durante el proceso. El apoyo psicológico les enseña los mecanismos para afrontar los resultados y vivirlo de manera estable para evitar las consecuencias que puede tener en otras facetas de sus vidas.

Por Vicenta Giménez, Psicóloga experta en reproducción de la Unidad de Reproducción Asistida de Hospital Quirón Donostia

Para todos, la experiencia de la infertilidad o esterilidad (subfertilidad en adelante) resulta un proceso doloroso. Las diferentes pruebas diagnósticas y el cumplimiento de la terapia reproductiva provocan un malestar físico variable en cada persona según su grado de tolerancia y las pruebas a realizar. El mayor grado de malestar queda depositado en la mujer, por ser ella quien ha de realizar el tratamiento reproductivo en su cuerpo. A pesar de esto, hay estudios que demuestran que la causa de abandono precoz de los tratamientos no son un mal pronóstico médico, sino los efectos negativos de los estados emocionales implicados en toda la terapia reproductiva.

Pocas crisis constituyen un desafío tan grande y son tan arrolladoras, y la mayor parte de los afectados suelen sufrir en la más absoluta soledad. La terapéutica de la subfertilidad es en la actualidad sumamente

satisfactoria (las tasas de embarazo logradas con la mayor parte de los tratamientos son comparables a las tasas de embarazos naturales). Sin embargo, estas parejas no deben olvidar que, dependiendo de su problema específico, nunca podrá garantizarse la gestación. El conocimiento y la comprensión de los aspectos médicos y personales que rodean a la subfertilidad ayudan a las parejas a afrontar y encontrar otras soluciones.

Se considera que las mujeres son más resistentes al dolor, documentan un mayor grado de tensión, se deprimen con mayor frecuencia y soportan directamente el tratamiento, sintiendo física y emocionalmente el fracaso cuando vuelven a tener la menstruación. Por razones culturales, siguen asumiendo la mayor responsabilidad de engendrar, mientras que los hombres juegan un papel secundario, aunque no por eso menos importante. Son más reacios a hablar del tema en público, lo

Unidades de Reproducción Asistida:

- Quirón Barcelona: 93 285 00 00
- Quirón Madrid: 902 15 10 16 / 91 435 29 36
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón San Sebastián: 943 43 71 00
- Quirón Valencia: 96 104 16 21
- Quirón Vizcaya: 94 439 60 62
- Quirón Zaragoza: 976 57 90 30

Por razones culturales, las mujeres siguen asumiendo la mayor responsabilidad de engendrar

CRISIS de fertilidad

“La experiencia de la subfertilidad puede unir a la pareja y fortalecerla emocionalmente

que genera mayor aislamiento social y piensan que la maternidad se vive fundamentalmente desde el lado femenino. Relacionan erróneamente la baja calidad seminal con impotencia, poniéndose en tela de juicio la masculinidad y llegando a provocar en ocasiones, disfunciones sexuales. Además, hay parejas que refieren que sus padres nunca dejarán de verles como hijos si no tienen a la vez sus propios hijos y la sociedad no les considera “una familia” precisamente por la ausencia de hijos.

Apoyo psicológico

A veces se recurre al apoyo psicológico demasiado tarde. En ocasiones existe miedo y desconianza ante el profesional de la psicología, visto como amenazante porque indaga en aspectos muy íntimos de la persona. Otras veces debido al impacto financiero del tratamiento reproductivo, se aplaza la consulta al último momento, cuando las cosas no han salido bien y según las fuerzas, las ganas y el dinero que queden. Los últimos estudios científicos demuestran que las mujeres en Tratamiento de Reproducción Asistida con Apoyo Psicológico, obtienen un mayor índice de embarazos que aquellas que no lo tuvieron, por lo

que colocar la intervención psicológica en el último lugar es un grave error, ya que la mejor intervención en estos casos es la preventiva. La psicología en sí misma no embaraza, pero si una pareja posee estabilidad, bienestar emocional, fuerzas y energía suficiente para iniciar un nuevo tratamiento, estarán más cerca de conseguir su objetivo: un niño en casa. Los tratamientos de reproducción asistida podrían ser similares a carreras de fondo de largo recorrido, cuantos más kilómetros hay realizados, son menos las fuerzas que quedan y el cansancio hace mella, deseando pararse y no continuar, pero cada vez se está más cerca de la meta y de conseguir el objetivo. Paradójicamente, la experiencia de la subfertilidad, puede unir más a la pareja y fortalecerles emocionalmente, llegando a convertirlos en personas más fuertes, tolerantes ante las adversidades, profundas y felices, con otro sentir respecto a la vida y la existencia. Este desenlace depende a veces de que se cuente con el Tratamiento Psicológico adecuado.



OBJETIVOS SEGÚN LAS NECESIDADES

Los objetivos específicos se personalizan, en función de las necesidades de cada pareja, pero éstos podrían ser:

- **Acogida y apoyo psicológico:** el objetivo de esta intervención es cubrir sus necesidades psicológicas básicas.
- **Asesoramiento psicológico:** para proporcionar a la pareja un espacio donde hablar y ser escuchados, expresar sus dudas,

temores, inquietudes, solicitar información, tomar decisiones.... Ya que con frecuencia resulta difícil hacerlo con el médico, la familia o los amigos.

- **Afrontamiento de las consecuencias de un diagnóstico de esterilidad:** Se lleva a cabo a nivel individual y a nivel de pareja, según las necesidades. Las emociones más frecuentes ante este diagnóstico son sentimientos de

rabia, impotencia, frustración y tristeza, entre otros.

- **Prevención de problemas psicológicos individuales y de pareja:** estrés, ansiedad, pensamientos obsesivos, insomnio, incompreensión en la pareja, problemas de comunicación, alteraciones sexuales, etc.
- **Aprendizaje de diferentes técnicas de afrontamiento** ante las experiencias estresantes que pueden vivir.

- **Tratamiento psicoterapéutico y farmacológico:** en función de las necesidades, problemas e incidencias que surjan a lo largo de los diferentes ciclos del tratamiento reproductor.
- **Apoyo al ginecólogo tratante y su relación con el paciente:** proporcionando las bases para una comunicación de mayor calidad y mayor comprensión entre médico, paciente y pareja.



UN CAMBIO EN
LA DIETA PUEDE
REDUCIR LA
INCIDENCIA GLOBAL
DE CÁNCER ENTRE
UN 30 Y UN 40%

ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO en la lucha contra el cáncer

“La nutrición puede ayudar a minimizar los efectos secundarios del tratamiento y mejorar la respuesta a la terapia



■ Qué hay para comer hoy? Una pregunta simple con infinitas respuestas, tantas son las opciones que tenemos que lejos de pararnos a pensar qué es lo más adecuado para nuestro organismo elegimos aquello que más se adapta a las circunstancias que se presentan cada día.

Decidir cuál va a ser nuestro menú es una tarea que todas las personas debemos realizar diariamente. El ritmo de trabajo, las prisas, comer fuera de casa, etcétera, hacen que esta decisión se tome en una fracción de segundo sin pensar en las repercusiones que esto puede tener a medio o largo plazo. Si esta elección es de suma importancia en la dieta de cualquier persona, adquiere una especial relevancia en el caso de los pacientes con cáncer.

El consumo de los alimentos adecuados y el ejercicio físico pueden ayudar en el tratamiento e incluso en la prevención del cáncer. Asociar el placer y el ocio al acto de comer nos ha llevado a modificar nuestra

dieta, consumiendo habitualmente alimentos que antes se tomaban de manera ocasional. La *fast food* o la comida precocinada hoy representan una parte importante de la ingesta de calorías diarias.

La diferencia entre comer una hamburguesa o un pescado a la plancha no hay que explicarla, pero salta a la vista que las calorías y los efectos para nuestro organismo no son los mismos. Somos lo que comemos, o por lo menos eso dicen, y aunque parece que suena a tópico los estudios demuestran que esta afirmación es cierta.

La Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC)

estima que 25% de los casos de cáncer están relacionados con el sobrepeso, la obesidad y el estilo de vida sedentario. Este comportamiento puede incrementar el riesgo de cáncer por diferentes mecanismos incluyendo aumento de estrógenos y testosterona, hiperinsulinemia y resistencia a la insulina, mayor inflamación y disminución de la función inmune.

Según afirma la Dra. Ageitos, oncóloga de la Unidad Integral de Oncología de Quirón Madrid, *“el ejercicio físico, la dieta y específicamente el conocimiento de la nutrición debe▶*

La relación entre el desarrollo del cáncer y nuestra alimentación no es circunstancial. Cada vez son más los estudios que corroboran los beneficios de llevar una alimentación sana y practicar ejercicio físico para nuestro organismo. El consumo de determinados alimentos puede ayudar a prevenir e incluso a contrarrestar los efectos del cáncer. A lo largo de estas líneas intentaremos desvelar cuáles son los secretos de llevar una dieta saludable y la importancia de las decisiones que tomamos cada día con respecto a nuestra alimentación.

Por Alberto Bartolomé

El ejercicio en los pacientes oncológicos mejora el pronóstico y la calidad de vida



Las decisiones que hoy tomamos sobre nuestra alimentación pueden ser clave para no padecer enfermedades en un futuro

► *formar parte del cuidado integral de los pacientes con cáncer. Hay datos que demuestran que el ejercicio en los pacientes oncológicos mejora el pronóstico y la calidad de vida. Apenas existe evidencia de la efectividad de suplementos de vitaminas, minerales y antioxidantes para realizar una recomendación con base científica de su uso en los pacientes”.*

“Los mejores resultados que se han obtenido sobre los beneficios de hacer ejercicio han sido en los estudios que se han realizado en pacientes con cáncer de mama, donde se ha mostrado que reduce el riesgo de recidiva y mortalidad. Asimismo, se ha observado un beneficio similar para los pacientes con cáncer de próstata y cáncer colorrectal.” -asegura la Dra. Ageitos.

En el estudio HEAL realizado a 933 mujeres con cáncer de mama también se demostró que la actividad física intensa-moderada reducía el riesgo por muerte un 67% en mujeres que realizaban ejercicio físico dos años después del diagnóstico.

Todos estos datos ponen de manifiesto la importancia de cuidar la alimentación del paciente oncológico.

En opinión de la Dra. Ageitos, aunque la nutrición no debe sustituir el tratamiento curativo del cáncer, sí debe formar parte del tratamiento integral en el cuidado rutinario del paciente. Tanto en el momento del diagnóstico -ya que la correcta alimentación puede ayudar a minimizar los efectos secundarios del tratamiento y mejorar la respuesta

a la terapia- como en los pacientes que están siendo tratados. **La nutrición puede ayudar a prevenir la recurrencia del cáncer, a través de la modulación de los factores endocrinos e inflamatorios** que promueven la generación de vasos en los tumores que favorecen su crecimiento y cambios potenciales que sean origen de metástasis.

Los tumores pueden dar lugar a la liberación de unas sustancias en la sangre llamadas citoquinas que pueden actuar en el sistema nervioso central provocando la falta de apetito en los pacientes con cáncer. Ésto se conoce como anorexia asociada al cáncer y puede derivar en una afección denominada caquexia tumoral. Además, el desgaste que sufren los enfermos de cáncer también proviene de la mayor destrucción de sus proteínas y lípidos. Todos estos cambios metabólicos son inducidos por genes específicos que son sensibles al tipo de alimentación

Según los expertos, una dieta adecuada puede reducir en un 30-40% el riesgo de padecer cáncer. Por eso la decisión sobre qué es lo que vamos a comer cada día se debe tomar con tiempo y medida, sin dejar al margen a nuestro cuerpo y teniendo en cuenta que las decisiones que hoy tomamos sobre nuestra alimentación pueden ser la clave para no padecer enfermedades en un futuro. ■



Unidades de Oncología:

- Quirón Barcelona: 932 850 000
- Quirón Madrid: 902 151 016 / www.quiron.es/madrid/oncologia
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón Valencia: 96 339 04 00
- Quirón Vizcaya: 902 44 55 95
- Hospital De Día Quirón Zaragoza: 976 579 000

CÓDIGO EUROPEO CONTRA EL CÁNCER DE MAMA

La Unión Europea ha elaborado un código que intenta disminuir la incidencia de tumores. En el documento se incide en el abandono del tabaquismo. También recomienda la pérdida de peso en obesos y la práctica de ejercicio moderado diario. **En el campo de la alimentación insiste en la necesidad de aumentar el consumo de frutas; en concreto cinco raciones al día de verduras y hortalizas variadas, y la limitación de la ingesta de grasas.** La moderación en el consumo de alcohol es otro factor importante, con un máximo de dos consumiciones diarias en hombres y una en mujeres. En el campo de la salud pública recuerda que las mujeres a partir de los 25 años deberían someterse a pruebas de detección de cáncer de cuello de útero y, si superan los 50 años, a mamografías. Además, aconseja la participación en programas de vacunación contra la hepatitis B.

DICCIONARIO DE LA ONCOLOGÍA NUTRICIONAL

Terminología utilizada en Oncología Nutricional para entender la relación gen/dieta en el cáncer:

- **GENÓMICA:** estudio de los genes y sus funciones.
- **EPIGENÓMICA:** estudio de cambios heredables en la función de los genes que no pueden ser explicados por cambios en la secuencia del DNA.
- **NUTRIGENÉTICA:** variaciones individuales genéticas que influyen en la absorción, metabolismo y lugar de acción de respuesta de los genes a un componente bioactivo de los alimentos. Es decir, se refiere a la respuesta específica de los individuos a la dieta debido a las variantes o polimorfismos genéticos.
- **NUTRIGENÓMICA:** análisis prospectivos de diferentes nutrientes en la expresión de los genes. Es decir, se refiere al papel de los nutrientes en la expresión de los genes.
- **COMPONENTES BIOACTIVOS DE LOS ALIMENTOS:** compuestos en los alimentos que tienen un efecto directo o indirecto en la estructura genética o epigenética y/o procesos.
- **PROTEÓMICA:** estudio de proteínas, funciones y patrones de expresión.
- **METABOLÓMICA:** estudio de fracciones de bajo peso molecular de células, tejidos y fluidos corporales.

La intolerancia alimentaria es un proceso difícil de detectar y con manifestaciones menos claras y a veces difíciles de intuir. Se debe a la formación de anticuerpos frente a determinados alimentos, en una primera etapa del tipo IgA y tras múltiples estímulos del tipo IgG.

Determinados alimentos pueden responder de una forma anormal, que en algunos casos pueden desencadenar trastornos digestivos y, en otros, manifestaciones insidiosas y difíciles de relacionar con el alimento, precisamente por ser patologías moderadas y de tipo crónico. Las condiciones clínicas relacionadas con intolerancia alimentaria y que, tras suprimir el alimento, se han producido mejorías evidentes en más de dos tercios de los casos son, entre otras, las siguientes:

- Procesos dermatológicos (16%): acné, eczema, psoriasis, urticaria
- Trastornos gastro-intestinales (50%): dolor abdominal, diarrea, hinchazón, síndrome del colon irritable
- Molestias neurológicas (10%): dolor de cabeza, migraña, mareo, vómitos
- Molestias respiratorias (10%): asma, rinitis, dificultad respiratoria. En estos casos se puede solapar con un proceso alérgico

· Trastornos psicológicos (11%): ansiedad, letargia, depresión, fatiga, náuseas, hiperactividad (principalmente en niños)

· Artritis y fibromialgia

· Obesidad: en personas obesas que no responden a los tratamientos habituales de adelgazamiento se han experimentado pérdidas de peso al eliminar de la dieta alimentos frente a los que se presentaba una sensibilidad alta

General Lab dispone de una prueba, denominada Test a200, que evalúa la respuesta frente a 200 alimentos, todos ellos componentes de nuestra dieta mediterránea, permitiendo la identificación de los alimentos que presentan una elevada sensibilidad y que, por tanto, son candidatos a eliminarse de la dieta habitual. Por este motivo, está muy indicada como prueba para incluir en las exploraciones clínicas habituales previas a la instauración de una dieta encaminada a tratar, por ejemplo, la obesidad.

La mejoría observada en los procesos citados se percibe entre los 20 y 60 días siguientes a la instauración de la dieta adecuada. Es, por tanto, una opción importante que tener en cuenta en el grupo de patologías descritas y que pueden mejorarse simplemente suprimiendo la causa o alimento que las origina.

EL MUNDO EN OJOS DE LA PROFESIÓN MÉDICA

Destacados médicos y cirujanos realizan una personalísima interpretación de la realidad cargada de **información**, **humor**, **dudas** y **esperanza**.

¿Cómo define un cardiólogo al **AMOR**?

¿Y un psiquiatra la **FELICIDAD**?

¿Qué es el **COLOR** para un oftalmólogo?

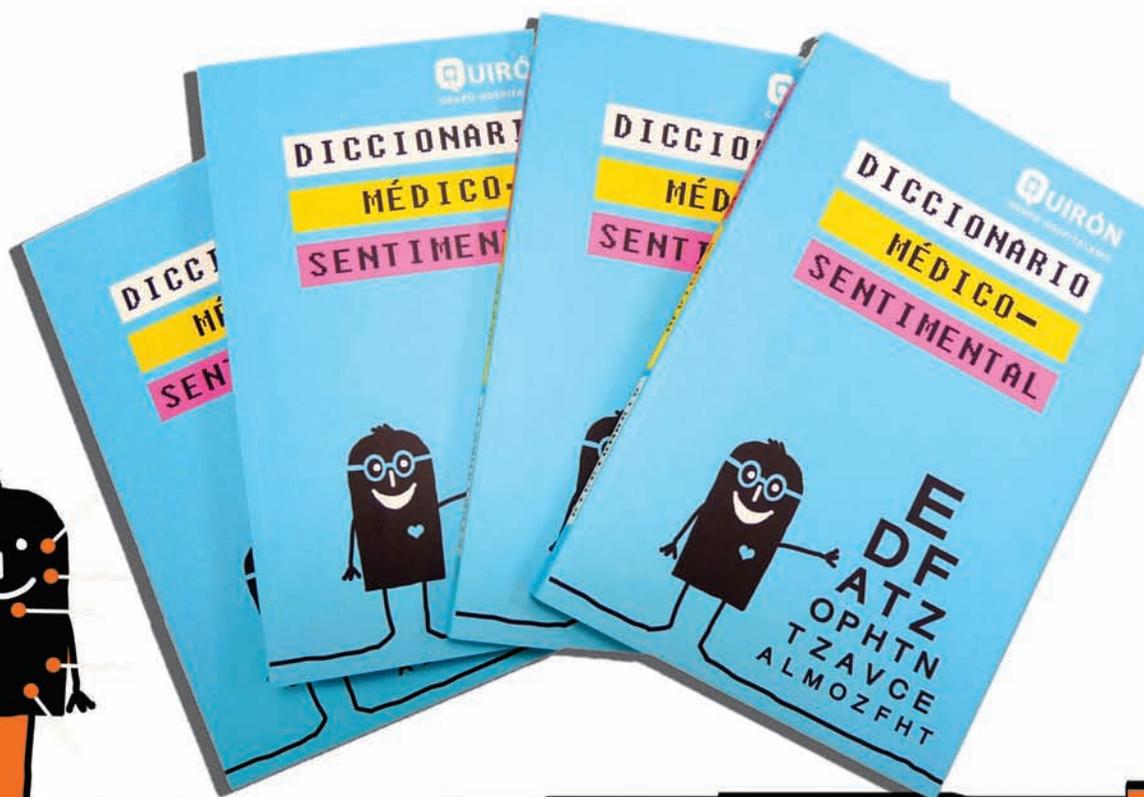
¿Qué entiende por **DELICADEZA** un cirujano pediátrico?

La Medicina, dividida en especialidades, aporta una visión parcelada del ser humano y de lo que le rodea. Una visión que, recogida en su conjunto, conforma una particular descripción de la realidad que tiene en el conocimiento y deseo de superación a los principales recursos para luchar contra la adversidad.

El Diccionario Médico-Sentimental recoge esta particular visión por parte de especialistas de **Grupo Hospitalario Quirón**.

¡De venta al público en librerías!

Las respuestas a estas y otras preguntas, en el **DICCIONARIO MÉDICO-SENTIMENTAL**.



Editado por

Ediciones **Alberdi**

“LA CRUZ ROJA ALEMANA CONSTITUYE UNA DOBLE GARANTÍA EN LA CONSERVACIÓN DE LA SANGRE DE CORDÓN UMBILICAL”



DRK-Blutspendedienst
Baden-Württemberg - Hessen



En pocos años hemos asistido al boom de la conservación de células madre del cordón umbilical. ¿A qué cree que se ha debido?

A los rápidos avances de la ciencia en materia de células madre. Las de la sangre de cordón umbilical se utilizan en medicina regenerativa, en tratamientos del sistema inmunológico y en terapias contra el cáncer. Ya curan más de 40 enfermedades e investigadores de todo el mundo están avanzando en nuevas terapias. Los medios de comunicación nos informan a diario de estos adelantos y se está tomando conciencia de lo importante que puede ser la conservación de las células madre del cordón umbilical para uso propio o intrafamiliar. Ya en 2008, las extracciones de uso privado en todo el mundo superaron a las de la donación pública, en una proporción de 300.000 frente a 230.000.

A pesar de ello, hay un gran desconocimiento acerca del funcionamiento de los bancos de células madre públicos y privados. ¿En qué se diferencian?

Los bancos privados funcionamos en España desde 2006, cuando se aprobó el Real Decreto que autoriza la crioconservación privada. Sin embargo, todas las muestras privadas almacenadas en España se integran en la red pública REDMO (Registro Español de Donantes de Médula Ósea) y permanecen a disposición de cualquier receptor compatible que las necesite. Por eso, los padres que quieren asegurarse a su hijo la segura e inmediata disponibilidad sobre sus propias células madre contratan bancos privados ubicados en otros países de la Unión Europea donde esto no ocurre. El banco de VIDAPLUS se ubica en Alemania, país muy garantista en cuanto a procesos y condiciones de crioconservación de células madre, ya que allí la Ley del Medicamento regula esta actividad.

¿Por qué VIDAPLUS ha escogido el banco de la Cruz Roja en Frankfurt para el almacenamiento de las muestras de sangre de cordón umbilical?

Recurrimos a un laboratorio especializado de la Cruz Roja Alemana para poder ofrecer una doble garantía: la que ya de por sí ofrece una organización tan reconocida y respetada y la de que con ella VIDAPLUS no es juez y parte en el proceso de crioconservación. Son los hematólogos de esta institución independiente, y no nosotros, quienes deciden qué muestra de sangre de cordón umbilical merece ser conservada y cuál no.

El Instituto de Medicina de Transfusión e Inmunología de Cruz Roja en Frankfurt, donde se procesan nuestras muestras y se ubica físicamente nuestro banco de células madre, es un centro experimentado y puntero.

¿Cuál es el proceso de conservación de la sangre de cordón umbilical en este laboratorio?

Tras extraer la muestra, la trasladamos por vía aérea urgente a Frankfurt. Nuestro tiempo medio de envío es de 20 horas y 56 minutos, plazo muy inferior a las 48 horas exigidas por Cruz Roja. Ya en el laboratorio, antes de la crioconservación a baja temperatura, se procede a la separación celular de la muestra por reducción de volumen, manteniendo sólo los glóbulos blancos y las células madre. Se evita así el riesgo de que la membrana exterior de los glóbulos rojos se rompa al estar en contacto con el DMSO, lo que tendría efectos tóxicos sobre la muestra.

Los padres del bebé y el ginecólogo que les asiste son informados sobre la cantidad y calidad de la muestra a través de la documentación que emite la propia Cruz Roja.

¿Qué factores pueden hacer que una muestra sea rechazada?

Cumpliendo la legislación vigente, las muestras crioconservadas deben estar libres de Hepatitis B y C, HIV y sífilis, por lo que pedimos a las madres esta analítica, que se realiza durante el embarazo. En el momento del parto también se hace otra extracción de sangre materna que será analizada junto con la del cordón umbilical a su llegada al laboratorio. Cualquiera de estos parámetros positivos impediría la crioconservación de la muestra.

Al margen de estas cuestiones, si la extracción se realiza correctamente, hay un volumen suficiente de sangre y el tiempo empleado en el transporte es el menor posible, es muy poco probable que no se considere válida.

¿Qué recomendaciones puede hacer a los futuros padres que están pensando en conservar las células madre de su bebé?

En primer lugar, que se informen bien sobre cómo trabajan las diferentes compañías del sector, ya que es muy importante conservar las células madre en las mejores condiciones. Conviene considerar factores como el tiempo de traslado, la técnica de procesamiento, el análisis de la muestra o dónde se va a guardar. Y esto ya no lo digo yo, lo ha dicho el propio director de la Organización Nacional de Trasplantes, Rafael Matesanz.

El Instituto de Medicina de Transfusión e Inmunología de Frankfurt cuenta con más de 60 años de experiencia en el campo de la hematología y es centro de referencia de la Fundación de Trasplante de Órganos de Alemania. Desde 1996 se dedica al procesamiento y crioconservación de células madre de cordón umbilical bajo los protocolos Netcord del sistema público de donación de sangre de cordón umbilical, el mismo que aplica cuando procesa y conserva las muestras de VIDAPLUS que llegan desde España.

VIDAPLUS Células Madre
T. 902 267 366
www.vidapluscm.com



Dra. María José Ribal

“NUNCA HABÍAN VISTO A UNA URÓLOGA MUJER”

Por Carlos Seguí

Ser considerada la Mejor Uróloga de Europa de menos de 40 años es un logro al alcance de muy pocos. Conseguirlo siendo una mujer es único: la Dra. María José Ribal, del Servicio de Urología de Quirón Barcelona, se ha convertido en la primera mujer en Europa y en el primer médico español que recibe el Premio Cristal Matula, galardón para investigadores jóvenes que contribuyen a los avances en urología y que concede la Asociación Europea de Urología.



Felicidades... Muchas gracias, la verdad es que estoy encantada con el galardón y mira que han pasado unos meses. Se siente algo especial al pensar que eres la Mejor Uróloga Menor de 40 años en Europa. Primero piensas, ¡¡qué pasada!! Y luego te entra la sensación de responsabilidad por haber recibido este premio.

Cuando la Sociedad Española de Urología me propuso para ser candidata a optar al Premio Matula ya estaba muy contenta y me sentía más que reconocida en el mundo de la Urología. En ese momento, quizás sí que llegué a pensar, ¿y si me dan el premio? Pero me quedé alucinada cuando me comunicaron que yo era la escogida para recibir el Galardón

2009. Desde aquel momento sabes que tienes que trabajar el doble para no defraudar a nadie, sobre todo a mis pacientes, y este hecho quizás sí que te añade un poco de presión al trabajo diario, pero soy una persona a la que le gusta esta sensación de responsabilidad.

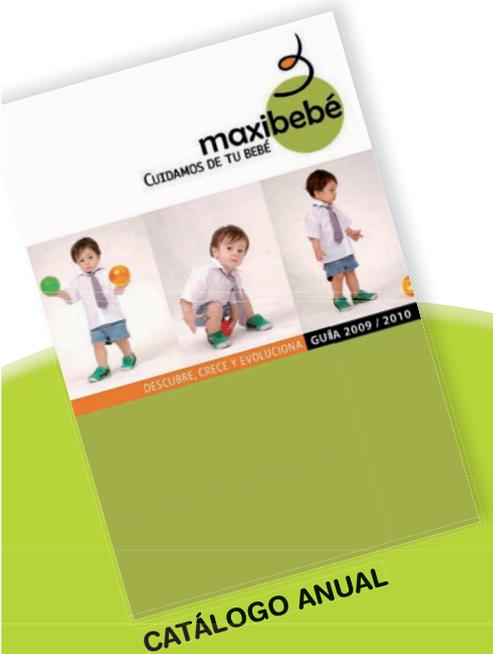
**¿Cuántos urólogos hay en Europa?
¿Y de menos de 40 años?**

¡Muchísimos! Piensa que en el Congreso Europeo se reúnen unos 11.000 urólogos de toda Europa, y que de éstos debe haber unos 4.000 ó 5.000 que tienen menos de 40 años. ▶

“Sabes que tienes que trabajar el doble. Pero me gusta esta sensación de responsabilidad”

“Ha sido considerada la mejor uróloga de Europa de menos de 40 años”

maxibebé



- Atención personalizada
- Listas nacimiento
- Tarjeta cliente

- Coches y sillitas de paseo
- Mobiliario infantil y complementos
- Sillas de auto y artículos seguridad
- Bañeras y tronas
- Textil infantil y canastilla
- Juguetes primera infancia

CUIDAMOS DE TU BEBÉ

Ven a conocernos, identificate como lector de esta revista y recibirás un pequeño obsequio en agradecimiento a tu visita

BCN BEBÈ

C/Secretari Coloma,44
Tel.93 284 23 45
BARCELONA

C/Provença,485
Tel. 93 435 39 03
BARCELONA
www.bcnbebe.net

JOSTAMENDI TTIKIAK

C/Artaleku,3
Tel.943 63 82 23
IRÚN

C/Prim,59
Tel943 47 02 44
SAN SEBASTIAN


maxibebé
CUIDAMOS DE TU BEBÉ



“La Urología ha estado muy masculinizada, pero por suerte esta tendencia está cambiando”

► ¿Se esperaba que le dieran un premio como este?

No, y además casi creía que sería más complicado que me lo dieran por un detalle: la Sociedad Española de Urología me propuso para el mismo Premio Matula en el 2008, pero en esa ocasión no me lo entregaron a mí. Por esto, cuando me volvieron a nominar para el 2009 estaba casi convencida de que no me lo darían. Pero al final, resulta que sí que era yo la escogida, y por el efecto sorpresa, casi me hace más ilusión.

Si con menos de 40 años ha conseguido este galardón, ¿donde está el tope de la Dra. Ribal?

El tope se lo marca uno mismo. Yo, como médico, más que un tope de reconocimientos o premios, prefiero que se me considere una gran profesional y liderar, por ejemplo, una corriente de opinión o tener unos conocimientos y unas opiniones tan sólidas como para que marquen tendencia en el mundo de la urología.

¿Cuál es el trabajo diario de la Dra. Ribal?

Muchas horas dedicadas a este mundo. Y los urólogos tenemos la suerte de que tocamos muchos ámbitos de nuestra profesión y no podemos aburrirnos. Por un lado, tenemos la vertiente quirúrgica, en la que entran las operaciones de riñones, próstata, vejiga, trasplantes... Y por otro lado, tenemos la vertiente médica, con los estudios y los diagnósticos de las piedras, de próstata, incontinencia urinaria o de tumores no operables... La urología es una de las especialidades más completas de la medicina.

Cuando comenta que es uróloga, ¿a la gente le choca? ¿Es una especialidad muy masculinizada?

Ha estado muy masculinizada, pero por suerte esta tendencia está cambiando mucho.

Sobre todo, lo que está cambiando es la imagen del médico urólogo hombre, y hasta un punto brusco. Supongo que, por tradición, la urología es una de las especialidades que está tardando más en adaptarse, o feminizarse, pero poco a poco se va adelantando en este aspecto.

Fíjate si está cambiando en estos últimos años, que, hace menos de una década, en un Hospital donde trabajé, cuando llegué el primer día se quedaron paradísimos porque fuera una mujer. Me comentaron que nunca habían visto a una uróloga mujer. Ahora, por suerte, esta sensación ya no es la misma.

Siendo una mujer, ¿alguna vez se ha encontrado con algún paciente, de la vieja escuela, que se haya negado a que usted le visite?

Por suerte nunca me he encontrado con este tipo de paciente. Sí que es cierto que a veces notas la sorpresa del paciente cuando entra en la consulta y ve que el doctor es una mujer. Además, mujer y joven, para según quien, puede ser una combinación complicada. Pero a la que pasan los minutos y el paciente ve que controlas la situación perfectamente, el respeto es el mismo, independientemente de que el médico que tiene delante sea un hombre o una mujer.

¿Hasta cuando conservará el reinado como Mejor Uróloga Europea de menos de 40 años?

Hasta el mes de abril del 2010. Desde el 16 hasta el 20 de abril se celebra en Barcelona el Congreso Europeo de Urología. Será entonces cuando otro doctor de menos de 40 años recibirá el reconocimiento de ser considerado el mejor durante todo el año siguiente.

¿Es el Premio más reconocido del mundo de la urología?

En el mundo de la Urología europea, entre médicos de menos de 40 años, sí. Después también existe el Reconocimiento a la Trayectoria de toda una carrera, pero a mí todavía me queda mucho para llegar a esta cima.

Todo llegará. ■



APARTAMENTOS AUSTRIA

V A L E N C I A

Los apartamentos Austria, se encuentran en el centro mismo de la ciudad de Valencia, junto a la plaza del Ayuntamiento, a solo ocho minutos de la estación de tren, a un paso de la parada de metro "Colón". En un distraído entorno con las tiendas más importantes de la ciudad.

Los apartamentos Austria, se encuentran a solo dos paradas de metro del Hospital Quirón y a cinco minutos en coche.

Muy cerca del edificio donde éstos se encuentran, están el Palacio del Marqués de Dos Aguas, la Plaza de la Reina, la Catedral, el Mercado Central, etc. y a pocos minutos del centro histórico de la ciudad.

Los apartamentos pueden alojar 2, 3 ó 4 personas. Algunos de ellos disponen de camas individuales, otros de cama de matrimonio y los hay de cama individual y de matrimonio. Todos ellos están equipados con aire acondicionado, cocina, cuarto de baño completo, nevera, lavadora, microondas, televisión y cuentan con luz natural todo el día. Dispone de parking opcional y servicio de recepción las 24 horas del día.

No hay nada más céntrico en Valencia que estos acogedores apartamentos.

Disponemos de tarifas especiales para clientes del Hospital Quirón.

C/ Don Juan de Austria, 4
Recepción: Apartamento Nº 42 (2ª Planta) · 46002 Valencia

INFORMACIÓN Y RESERVAS: Telfs. 96 3940417 - 676432942
reservasapartamentosaustria@gmail.com



El término estrés vive en boca de todos, sin que la mayoría tengamos muy claro en qué consiste. Sufrimos de estrés laboral y de estrés postvacacional, nuestros hijos viven estresados por un exceso de actividades extraescolares, y para colmo el mercado nos ofrece una variedad infinita de productos antiestrés que prometen acabar con este problema. Pero qué es el estrés y qué efectos tiene en nuestro organismo sigue siendo un misterio para la gran mayoría.

“ Los eventos externos no tienen por qué ser muy intensos, sino que pueden “acumularse”

Unidades de Neurología / Psiquiatría:

- Quirón Barcelona: 93 285 00 00
- Quirón Madrid: 902 15 10 16
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón San Sebastián: 943 43 71 00
- Quirón Valencia: 96 339 04 00
- Quirón Zaragoza 976 720 000
- Hospital de Día Quirón Zaragoza 976 579 000

El estrés es la respuesta automática y natural de nuestro cuerpo ante las situaciones que nos resultan amenazadoras o desafiantes. Nuestra vida y nuestro entorno, en constante cambio, nos exigen continuas adaptaciones; por tanto, cierta cantidad de estrés entendido como activación es necesaria. **En general tendemos a creer que el estrés es consecuencia de circunstancias externas a nosotros, cuando en realidad entendemos que es un proceso de interacción entre los eventos del entorno y nuestras respuestas cognitivas, emocionales y físicas.**

Cuando la respuesta de estrés se prolonga o intensifica en el tiempo, nuestra salud, nuestro desempeño académico o profesional, e incluso nuestras relaciones personales o de

pareja se pueden ver afectadas. La mejor manera de prevenir y hacer frente al estrés es reconocer cuándo aumentan nuestros niveles de tensión y ante qué estímulos o situaciones.

Síntomas de estrés

Las señales más frecuentes de estrés son:

- **Emociones:** ansiedad, irritabilidad, miedo, fluctuación del ánimo, confusión o turbación.
- **Pensamientos:** excesiva autocrítica, dificultad para concentrarse y tomar decisiones, olvidos, preocupación por el futuro, pensamientos repetitivos, excesivo temor al fracaso.
- **Conductas:** tartamudez u otras dificultades del habla, llantos, reacciones impulsivas, risa nerviosa, trato brusco a los demás, rechinar los dientes o apretar las mandíbulas; aumento del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas; mayor pre-

CUANDO LA RESPUESTA AL ESTRÉS SE PROLONGA EN EL TIEMPO NUESTRA SALUD PUEDE VERSE AFECTADA

Cómo prevenir y hacer frente al ESTRÉS

Por José Mazón Herrero, Neuropsicólogo de Hospital Quirón Valencia.

disposición a accidentes; aumento o disminución del apetito.

- **Cambios físicos:** músculos contraídos, manos frías o sudorosas, dolor de cabeza, problemas de espalda o cuello, perturbaciones del sueño, malestar estomacal, gripes e infecciones, fatiga, respiración agitada o palpitaciones, temblores, boca seca.

¿Cómo se produce el estrés?

Los eventos externos como generadores de estrés no necesariamente deben ser muy notorios o intensos, sino que pueden "acumularse" en sus efectos hasta que llegamos al límite.

La manera en que interpretamos y pensamos acerca de lo que nos ocurre afecta a nuestra perspectiva y experiencia de estrés. De manera que con frecuencia es nuestra interpretación lo que genera (o potencia)

La mejor manera de prevenir el estrés es reconocer cuándo crecen nuestros niveles de tensión

una reacción negativa de estrés, más que el evento o situación a la que nos enfrentamos. Como ejemplo tomemos el caso de un alumno acostumbrado a matriculas y sobresalientes que obtiene probado en un trabajo. La idea de que esa nota le puede afectar a su expediente académico y con ello a sus posibilidades de conseguir una beca o trabajo al que aspiraba, puede tener un efecto amplificador o multiplicador en su nivel de estrés convirtiéndolo en ansiedad. Nuestra reacción a las situaciones del entorno, está también afectada por nuestro nivel general de salud y bienestar. Una persona que está siempre agobiada, que duerme poco y no come de manera equilibrada, probablemente disponga de menos recursos para afrontar situaciones difíciles. La clave está en que logremos equilibrar descanso, alimentación, ejercicio físico, trabajo-estudio y ocio. ■

¿QUÉ HACER ANTE EL ESTRÉS?

A continuación le sugerimos algunas estrategias que han demostrado ser eficaces, y que pueden ayudarle a hacer frente a situaciones de mucha tensión.

- 1. RELÁJESE.** Realice actividades que le permitan renovarse física y psicológicamente: descanso, vacaciones, deportes y actividades de ocio, técnicas de relajación.
- 2. HAGA EJERCICIO.** Las actividades físicas como caminar, nadar, o incluso limpiar el cuarto, reparan nuestras fuerzas y nos reaniman.
- 3. MANTENGA UNA DIETA SALUDABLE.** Evite la automedicación y el abuso de cafeína, alcohol y comidas.
- 4. SEA ASERTIVO.** Establezca límites, aprenda a decir que "no". Suspenda las actividades que son menos prioritarias, es decir, "escoja sus batallas".
- 5. ORGANICE SU TIEMPO.** Priorice y estructure sus actividades y expectativas.
- 6. INTENTE MANTENER EXPECTATIVAS REALISTAS.** Esperar demasiado de uno mismo o de los demás, exigirse perfección o ser inflexible con las prioridades puede generar mucha frustración.
- 7. COMPARTA SUS EMOCIONES.** Busque alguien con quien conversar y expresar sus emociones, tanto la risa como la pena y la rabia.
- 8. ANTICIPE LAS SITUACIONES ESTRESANTES Y PREPÁRESE.** Imagine la situación (un examen o entrevista laboral, por ejemplo) y practique sus respuestas y reacciones para estar preparado.
- 9. ORDENE SU ESPACIO PERSONAL.** Cambie su ambiente físico de manera que le ayude a trabajar y descansar mejor.
- 10. BUSQUE AYUDA.** Si no consigue poner en marcha algunas de estas recomendaciones o no le fueran efectivas, busque ayuda especializada a través de profesionales expertos en este ámbito.

MICROTATUAJES

La micropigmentación corrige, modifica, embellece y equilibra de forma semipermanente determinados rasgos faciales (labios, cejas, párpados...) o corporales (cuero cabelludo, areolas mamarias...) a través de la implantación de pigmentos a nivel epidérmico. El beneficiarse de estos servicios en el ámbito hospitalario aporta un plus de seguridad. Estos son los 10 puntos clave sobre dicho tratamiento.

Por **Adriana Asín**, Dpto. Comunicación Quirón Zaragoza

1 EN CUALQUIER PARTE DEL CUERPO.

Este tratamiento **da color y forma a cualquier parte del cuerpo**, corrigiendo los defectos que se puedan tener y haciéndolo más atractivo.

2 TRATAMIENTO INNOVADOR SIN APENAS DOLOR.

Es una especialidad estética totalmente innovadora y cada vez más solicitada. Es un tratamiento estético con el que se puede corregir y embellecer de forma casi permanente los rasgos faciales o corporales **mediante la implantación de pigmentos a nivel epidérmico sin apenas dolor.**

3 CERO COMPLICACIONES.

Con ayuda de los últimos avances en medicina y estética se puede lograr esa imagen deseada. Todo es más fácil si se pone **en manos de profesionales** y en sitios de confianza sanitaria.

4 CORRIGE, MODIFICA Y EQUILIBRA.

Este tipo de micropigmentación se realiza para reconstrucciones de areolas mamarias, **camuflaje y disimulo** de cicatrices, alopecias incipientes, para repoblar cejas o pestañas de nuevo y disimulo de labios leporinos.



Servicios de Dermatología Cosmética y/o Cirugía Estética:

- Quirón Barcelona: 93 285 00 00
- Quirón Madrid: 902 15 10 16
- Quirón Málaga: 902 44 88 55
- Quirón San Sebastián: 943 43 71 00
- Quirón Valencia: 96 339 04 00
- Quirón Vizcaya: 902 44 55 95
- Hospital De Día Quirón Zaragoza: 976 579 000

sin riesgos

ELIMINA CICATRICES.

Toda intervención deja marca, por pequeña que sea. Para disimular esas cicatrices existe ahora la alternativa de la micropigmentación. **Usando una combinación de tonos muy suaves y naturales,** mezclados a la medida para que sean idénticos al color de la zona a tratar, se "dibujan" las cicatrices, para así atenuarlas.

EN BUENAS MANOS.

Si se decide a comenzar el tratamiento de la micropigmentación, **busque un lugar que le inspire seguridad,** un lugar donde le ofrezcan el mejor servicio rodeado de acreditados profesionales en cuyas manos usted pueda depositar su confianza.

COMODIDAD.

Tanto si se va o no con maquillaje **tendrá una imagen cuidada e impecable.** Al tratarse de un tratamiento de larga duración, su imagen se mantendrá igual durante un largo periodo de tiempo.

Se puede corregir y embellecer de forma casi permanente los rasgos faciales o corporales

NATURALIDAD.

Porque se busca siempre una armonía con el rostro. Se trabaja la parte superior de la cara, es decir, el triángulo formado por frente-ojos-nariz abordando el triángulo inferior de la cara para buscar la armonía de su totalidad. **El profesional le ayudará en todo momento** a buscar el cambio que la persona necesita para conseguir el equilibrio perfecto.

RENOVACIÓN.

Porque hay momentos en que la vida pide un cambio discreto y elegante. Dicho cambio representa la evolución y la innovación. Se trata de cambiar, de **modificar algún rasgo corporal que se quiera mejorar.**

RESULTADOS INMEDIATOS.

Resultados inmediatos, desde la primera sesión. Con este tipo de tratamiento se ahorra tiempo puesto que en dos sesiones está totalmente terminado. Se ahorra dinero, puesto que los resultados tienen entre 12 y 24 meses de duración, sin mantenimiento.

¿QUÉ HACER SI SE QUIERE REALIZAR EL TRATAMIENTO?

CITA PREVIA con el especialista donde se informa detalladamente sobre las dudas que se tengan. Se realiza también una ficha para valorar en todo momento lo que se quiere conseguir y hacer un seguimiento antes, durante y después del tratamiento.

Se realiza posteriormente UNA PRUEBA DE ALERGIA para asegurar que el

pigmento y productos que se van a aplicar en el tratamiento son aceptados por el organismo del paciente. Esta prueba se realiza unos siete días antes del tratamiento.

Pasado un mes de LA MICROPIGMENTACIÓN se realiza UN RETOQUE si fuese necesario y se controla el color, intensidad y saturación del pigmento.

DURANTE EL PROYECTO SE
REALIZARON 180 OPERACIONES
JUNTO CON CON EL PERSONAL
SANITARIO LOCAL

Quirón San Sebastian colabora en UN PROYECTO EN BOLIVIA

Fotos de Amaia Yudego y de María García

Gracias a este proyecto, durante dos semanas, se pudieron realizar más de 180 operaciones en colaboración con el personal sanitario local. María Jiménez, auxiliar de quirófano de Quirón San Sebastián, estuvo en la ciudad de Trinidad, con una misión muy clara: **"Nuestro objetivo allí es operar a las personas sin recursos, los pacientes deben pagar el material de su**

intervención, y muchos no pueden permitírselo". Por ello, viajan con todo tipo de instrumental y material quirúrgico para poder trabajar, sobre todo operan a pacientes con bocio, hernias umbilicales, quistes, etc.

Por su parte, Amaia Yudego y Cristina Azpeitia fueron a San Ignacio de Mojos, un pueblo a 90 Kms. de Trinidad, y trabajaban en un pequeño ambulatorio donde, durante estas ▶



Con globos, después de la operación.

Dos enfermeras y una auxiliar de quirófano de Hospital Quirón San Sebastián viajaron el pasado mes de junio a Bolivia, junto con un grupo de médicos y enfermeras para operar a pacientes desfavorecidos. La Fundación Quirón ha colaborado en este proyecto de cooperación que se centra en dos hospitales públicos situados en el departamento de Beni; el Hospital General Germán Busch en Trinidad y un ambulatorio en San Ignacio de Mojos conocido como "La Posta".

“Viajaron con todo tipo de instrumental y material quirúrgico, para poder trabajar



1. Un grupo de enfermeras en prácticas en el ambulatorio de San Ignacio de Mojos. Las alumnas han de aportar su propio material.
2. Desayunando con los pacientes en la casa donde se alojaban. Las personas que precisan una operación son traídos desde otros puntos del departamento y conviven en los días previos.



Su bienestar,
nuestra
preocupación

Sanitas Residencial, especialistas en mayores

- Residencias y centros de día para mayores.
- Disponibilidad de estancias permanentes y temporales (rehabilitaciones, descanso familiar, post-operatorios...).

Disponibilidad
de plazas concertadas

Estamos en **Madrid, Barcelona, Lleida, Girona, Vizcaya, Guipúzcoa, Valencia, Alicante, Navarra, A Coruña, Vigo, Santander, Jaén, Valladolid, Zaragoza y Salamanca.**



No es necesario ser socio de Sanitas para beneficiarse de los servicios e instalaciones de nuestras residencias

Para más **información y reservas:**
entra en sanitasresidencial.com
llama al **902 195 229**





Uno de los niños antes de ser operado.



Detalles del quirófano.

►dos semanas, se realizaron ocho operaciones al día, gracias a los cirujanos y enfermeras desplazados.

El principal problema que encontraron, como ellas mismas señalaron, fue *“la falta de medios, ya que los hospitales viven de las donaciones. Hay hasta cinco pacientes por habitación, en camas que van recopilando, y el material de quirófano se esteriliza para su reutilización. Es la única manera de que muchos pacientes reciban el tratamiento necesario”*.

Lo mejor

“¡Los desayunos!, una señora nos lo preparaba, y nos hacía zumos de frutas diferentes cada día” bromea María. **“Lo mejor es la satisfacción de ayudar a gente que lo necesita, es una forma de egoísmo, de sentirte bien. Y el esfuerzo de los pacientes y sus**

familiares que te lo agradecen dándote lo poco que tienen”.

En esto coinciden las tres, y en que te ayuda a relativizar los problemas y te enseña a convivir y trabajar en equipo.

Lo más sorprendente

“La generosidad de la gente, aquí tenemos mucho más y no damos nada. Y que no se estresan nada, todo es “ahorita”, pero con calma, no estaría mal que aprendiéramos un poco de ellos en eso también”. ■

El principal problema es la falta de medios, ya que los hospitales viven de las donaciones



Durante una operación, el personal local colabora y aprende en quirófano.



grupoamma
residencias para mayores

Nuestro compromiso,
las personas



Madrid

- Amma Alcorcón
- Amma Arganzuela
- Amma Colmenar
- Amma Coslada
- Amma Humanes
- Amma Pozuelo
- Amma Puente de Vallecas
- Amma Usera
- Amma Valdebernardo
- Amma Villanueva

Cataluña

- Amma Horta
- Amma Sant Cugat
- Amma Teià
- Amma Vilanova del Camí

Canarias

- Amma Haría
- Amma Santa Cruz
- Amma Tejina
- Amma Tías

Cantabria

- Amma Las Anjanas

Castilla-La Mancha

- Amma El Pinar
- Amma Guadalajara
- Amma Hellín

Castilla-León

- Amma El Encinar del Rey
- Amma Apartamentos

Navarra

- Amma Mutilva
- Amma Ibañeta
- Amma Oblatas
- Amma Betelu
- Amma Argaray

Servicios:

- ▶ Estancias permanentes
- ▶ Estancias temporales
- ▶ Centro de día
- ▶ Consultas externas
- ▶ Formación
- ▶ Unidades de Alzheimer

Información y reservas:

902 100 999
www.amma.es



AMMA RECURSOS ASISTENCIALES
ha obtenido el certificado ISO 9001:2000
de Gestión de la Calidad.



Quirón inaugura nuevos hospitales en Málaga y Vizcaya, y quirófanos en Zaragoza



Hospital Quirón Vizcaya.



Miembros del Consejo de Administración de Quirón.

GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN HA CONCLUIDO EN ESTE ÚLTIMO TRIMESTRE DE 2009 UN AMBICIOSO PLAN DE EXPANSIÓN, INICIADO EN 2002, CON LA APERTURA DE SUS NUEVOS HOSPITALES EN MÁLAGA Y VIZCAYA, ASÍ COMO CON LA CONSTRUCCIÓN DEL NUEVO BLOQUE QUIRÚRGICO EN QUIRÓN ZARAGOZA.

Hasta ahora, Grupo Hospitalario Quirón disponía de seis hospitales generales en Barcelona, Madrid, San Sebastián, Valencia y Zaragoza, así como de un hospital de día en Zaragoza y un centro monográfico de reproducción asistida en Bilbao. Unas instalaciones a las que ahora se suman dos nuevos centros (Málaga y Vizcaya) que permitirán al grupo gestionar 1.036 camas hospitalarias y contar con más de 2.700 empleados, 1.024 camas, en una superficie hospitalaria de 218.000 metros cuadrados, que incluye, entre otras instalaciones, 83 quirófanos, 510 consultorios y 2.760 plazas de aparcamiento; consolidando así su posición como grupo hospitalario privado español con mayor superficie de nueva construcción.

Además, Grupo Hospitalario Quirón cuenta hoy con una actividad asistencial consolidada. En 2008 se atendieron 198.268 urgencias, 64.393 ingresos, 47.676 intervenciones, 5.758 nacimientos y 503.514 consultas.

Los nuevos hospitales Quirón Málaga y Quirón Vizcaya están dotados además con las últimas tecnologías aplicadas a la salud (resonancia magnética de 1,5 tesla, TAC de 64 cortes, sala de hemodinámica y radiología intervencionista, entre otros) y disponen de unos reputados equipos profesionales que cubren la práctica totalidad de las especialidades médicas y/o quirúrgicas, así como de unos equipos de enfermería y unas instalaciones especialmente pensados para que

Disponen de unos reputados equipos profesionales que cubren la totalidad de las especialidades médicas

los cuidados y las estancias hospitalarias sean lo más agradables posible.

A esto hay que añadir el nuevo bloque quirúrgico de Hospital Quirón Zaragoza, que está compuesto por nueve quirófanos de última generación, entre los que se encuentran un quirófano inteligente, siete quirófanos completos, una sala de partos, una sala de cesáreas y una sala de hemodinámica. El sistema integrado es una de las principales novedades que incorpora. Las salas tienen equipos que captan el sonido de las intervenciones y graban imágenes en alta resolución, para proyectarlas en el exterior y hacer posible el seguimiento de la cirugía en directo desde cualquier parte del mundo. Además, el quirófano inteligente permite la comunicación interactiva con el quirófano en tiempo real.

El bloque también acoge una zona obstétrica y ginecológica específica, una Unidad de Reanimación post-anestésica. Además dispone de una nueva central de esterilización con acceso directo a quirófanos para facilitar y cuidar al máximo el transporte del material quirúrgico esterilizado. ■



Acto de inauguración de Hospital Quirón Málaga.



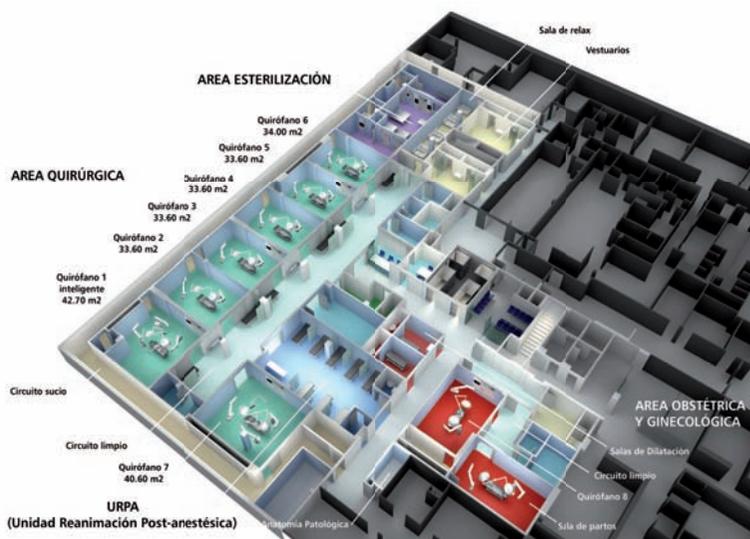
Hospital Quirón Vizcaya.

HOSPITAL QUIRÓN MÁLAGA

- Inversión: 70 millones de euros.
- 24.600 metros cuadrados de superficie asistencial.
- 35 especialidades médicas y quirúrgicas.
- 51 consultas externas.
- 106 habitaciones individuales exteriores, 25 de las cuales son suites.
- 8 camas de cuidados intensivos neonatales.
- Dos salas de partos.
- Dos salas de dilatación.
- 7 quirófanos.
- 1 sala de endoscopia.
- 1 sala de hemodinámica y radiología intervencionista.
- Hospital de día quirúrgico
- Recuperación post-quirúrgica (11 camas).
- Urgencias de adultos y pediátricas 24 horas.
- Diagnóstico por la imagen.
- Laboratorio de análisis clínicos.
- Laboratorio de anatomía patológica.
- Laboratorio de reproducción asistida.
- 225 plazas de aparcamiento.

HOSPITAL QUIRÓN VIZCAYA

- Inversión: 80 millones de euros.
- 20.500 metros cuadrados de superficie asistencial.
- 110 habitaciones individuales.
- 96 generales (12 de ellas suites).
- 8 obstétricas.
- 6 pediátricas.
- Hospital de día quirúrgico (10 camas).
- Hospital de día oncológico (7 camas).
- UCI adultos (7 camas).
- UCI neonatos (8 camas).
- 7 quirófanos.
- Sala de endoscopia.
- 2 salas de partos.
- 4 salas de dilatación.
- Nido.
- Laboratorio de análisis clínicos.
- Laboratorio de anatomía patológica.
- Laboratorio de reproducción asistida.
- Farmacia hospitalaria.
- Sala de hemodinámica.
- Unidad de transfusión.
- Urgencias adultos
- Urgencias pediátricas
- 50 consultas externas.
- Gimnasio de rehabilitación.
- 400 plazas de aparcamiento.



BLOQUE QUIRÚRGICO QUIRÓN ZARAGOZA

- 7 millones de euros de inversión.
- 1.400 metros cuadrados.
- 1 quirófano inteligente.
- Siete quirófanos completos.
- Una sala de partos.
- Una sala de hemodinámica.
- 1 paritorio.
- Dos salas de dilatación con monitores fetales.
- Vestuarios.
- Salas de espera.
- Unidad de reanimación post-anestésica con de 8 puestos.
- Central de esterilización.

Técnica pionera en cirugía de la obesidad en Quirón Barcelona

EN OCTUBRE, EL DR. ANTONIO DE LACY Y SU EQUIPO DE CIRUGÍA DE LA OBESIDAD DE QUIRÓN BARCELONA EFECTUARON UNA INTERVENCIÓN DE REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO A TRAVÉS DEL OMBLIGO usando una nueva técnica pionera en este tipo de intervenciones (SILS/LESS). La paciente fue dada de alta a los tres días de la intervención.

Ésta es la primera vez que una Cirugía de la Obesidad (Sleeve Gastrectomy) se realiza en un hospital privado mediante cirugía laparoscópica a través de una sola mínima incisión en el ombligo. Algo que ha sido posible gracias a la utilización de una revolucionaria técnica quirúrgica llamada SILS, (Single Incisión Laparoscopic Surgery) o LESS

(Laparo Endoscopia Single Site Surgery), denominada también en ciertas publicaciones como cirugía "invisible".

LESS/ SILS es una nueva técnica quirúrgica en el tratamiento de la Obesidad, incorporada ahora por el Hospital Quirón Barcelona y aplicada por el Dr. Antonio de Lacy, que se centra en el uso de un dispositivo o puerto único flexible que se inserta a través del ombligo, lo que produce que el paciente despierte de la intervención quirúrgica con una única cicatriz "escondida". Todo ello redundando en beneficio estético del paciente y cabe esperar, que en unos mejores resultados médicos respecto a otras técnicas laparoscópicas estándares (disminución considerable del dolor y estancia hospitalaria mínima). ■



Un momento de la intervención.



Dr. Alfredo Casasco.

El stent llega al tratamiento de aneurismas

HOSPITAL QUIRÓN MADRID HA INCORPORADO EL USO DE STENTS EN LOS TRATAMIENTOS DE ANEURISMAS DE GRAN TAMAÑO, una nueva técnica que limita los casos en los que son necesarias cirugías abiertas.

Tradicionalmente, la única solución para tratar un aneurisma era la cirugía. Ésta, que aún es válida en algunos casos, ha sido sustituida en la mayoría de los enfermos por el abordaje endovascular, que permite una mejor recuperación.

Ahora el uso de stents en las arterias cerebrales permite redirigir el flujo sanguíneo cerca del aneurisma de forma más adecuada y tratar aneurismas de gran tamaño, muy complicados de abordar hasta ahora. ■

Primera abdominoplastia circunferencial con anestesia local y sedación

EL CIRUJANO FRANCISCO JAVIER MARTÍN ESPINOSA, DE HOSPITAL QUIRÓN VALENCIA, HA REALIZADO CON ÉXITO LA PRIMERA ABDOMINOPLASTIA CIRCUNFERENCIAL MEDIANTE ANESTESIA LOCAL. La paciente, una valenciana obesa de 29 años, abandonó el hospital 24 horas después de la intervención, tras haberle eliminado un total de 7 kilos de piel y grasa sobrante del abdomen, caderas, glúteos y espalda, en una operación de más de 5 horas de duración. Esta novedosa técnica, pionera por haber aplicado sobre la paciente anestesia local con sedación en lugar de la habitual anestesia general, consiste en la realiza-

ción de una incisión a lo largo de toda la circunferencia del torso para contornear la figura del paciente desde las costillas hasta las rodillas, tanto en la parte delantera como en la parte posterior del cuerpo, tensando los músculos de la pared abdominal y eliminando la piel sobrante en un solo acto quirúrgico. ■



El Dr. Martín Espinosa.



La opción inteligente para la gente sana

Pide información 973 79 13 91
www.recapte.com

Si realmente deseas una dieta para tu familia, nosotros cultivamos la huerta y te llevamos semanalmente a tu casa las frutas y hortalizas frescas, libres de químicos, plaguicidas y hormonas y con toda la fuerza de su sabor.

A partir de 120 €
4 cajas
(1 por semana)

A partir de 1.330 €
52 cajas (año)

(transporte incluido)

Ganadores del Premio Quirón de Relatos Cortos

LOS GANADORES DE LA I EDICIÓN DEL PREMIO QUIRÓN DE RELATOS CORTOS YA HAN RECOGIDO SUS PREMIOS EN DIFERENTES CENTROS DE GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN. Se trata de Gemma Ortells Moreno, ganadora del certamen con el relato *La fía Ana*, mientras que los dos accésit han correspondido a los relatos *Año cero. Mes once*, de Francisco Martín Marín (primer accésit), y a *Francesca o el arte de la buena esperanza*, de Ginés Mulero Caparrós (segundo accésit).

Grupo Hospitalario Quirón ha editado un libro con los tres relatos ganadores ilustrados para distribuir gratuitamente entre pacientes de los distintos hospitales. ■



Francisco Martín Marín recibiendo el premio por el primer accésit de manos de Pilar Muro en Quirón Zaragoza.



María Cerdón con Ginés Mulero Caparrós, segundo accésit, en Quirón Barcelona.



Gemma Ortells Moreno recibiendo el primer premio en manos de Rafael Giménez y Sergio García en Quirón Valencia.

Quirón y su compromiso con la investigación

GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN SE PRESENTA A LA CONVOCATORIA CENIT DE 2009, que anualmente pone en marcha el Ministerio de Ciencia e Innovación a través del CDTI (Centro para el Desarrollo Tecnológico Industrial) con un gran proyecto de investigación en el área cardiológica en el que participa un consorcio de 23 empresas privadas y 10 organismos de investigación. Quirón ejerce como coordinador del consorcio y sus hospitales participan también como centros de investigación clínica.

El proyecto tiene como objetivo comprender los mecanismos que el cuerpo humano pone en marcha cuando el corazón y sistema vascular presentan una lesión. Para esta comprensión o estudio se emplearán tecnologías muy avanzadas de imagen y modelado. El objetivo final del proyecto es crear métodos de diagnóstico temprano, prevención y el tratamiento personalizados de las enfermedades cardiovasculares. ■

Quirón Zaragoza, ganador del Premio a la Excelencia Empresarial en Aragón 2009

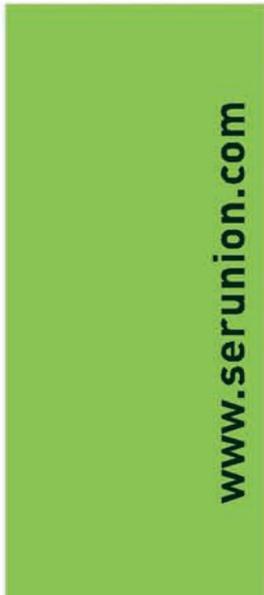
HOSPITAL QUIRÓN ZARAGOZA RESULTÓ GANADOR DEL PREMIO A LA EXCELENCIA EMPRESARIAL EN ARAGÓN 2009 para grandes empresas, promovido por el Instituto Aragonés de Fomento. El premio se dio a conocer en el Auditorio del Palacio de Congresos de Zaragoza dentro del marco del Foro Empresa.

La Presidenta del Grupo Hospitalario Quirón, Pilar Muro, fue la encargada de recoger el galardón en nombre del equipo de Quirón Zaragoza, un centro que disfruta de su certificado de calidad desde 2004. Una línea de trabajo extensible a todo Grupo Hospitalario Quirón, que en junio de este año consiguió

el certificado de AENOR de Gestión de la Calidad, adaptándose a la normativa ISO 9001, que acredita el cumplimiento de las normas basadas en la calidad y la mejora continua en sus Hospitales. La obtención de esta calificación constituye un hecho diferencial, puesto que Quirón es el primer grupo hospitalario privado en conseguirlo. ■

En la imagen, de izquierda a derecha, Pilar Muro, José Ramón Rubio y María Cerdón, respectivamente Presidenta, Vicepresidenta y Consejera Delegada de Grupo Hospitalario Quirón.





COMER BIEN, ESTAR MEJOR

Serunion

salud



Nuestro objetivo

Cuidar a las personas que conviven en un centro sanitario

- Vocación de "partner" *versus* "subcontratista"
- Transparencia y flexibilidad en la gestión
- Orientación de la compañía a la satisfacción del cliente
- Innovación, nuevas tecnologías y modernidad
- Proximidad territorial y cercanía en la relación




Oficinas Centrales:
 Av. Josep Tarradellas nº34, 7ª planta 08029 Barcelona
 Telf: 93 228 95 55 Telf: 93 228 95 59

Las figuras del padel y Quirón Madrid

HOSPITAL QUIRÓN MADRID SERÁ NUEVAMENTE EL HOSPITAL DE REFERENCIA DEL MASTER DE PADEL PRO TOUR 09, la gran cita de este deporte a nivel internacional, que se celebrará del 10 al 13 de diciembre en el Recinto Ferial de Madrid (Ifema).

Quirón Madrid, que ya prestó este mismo servicio durante la pasada edición, ofrecerá durante la competición el servicio de fisioterapia a jugadores. Y cara al público, en la zona de ocio del torneo, se realizará una amplia campaña de información a los visitantes con entrega de materiales como una guía con Consejos para sacar el máximo rendimiento y evitar lesiones en la práctica deportiva, elaborada por el Servicio de Medicina del Deporte del Hospital.

Este año, Quirón Madrid ha sido además, por tercer año consecutivo, el Hospital de Referencia del



Mutua Madrileña Madrid Open (antiguo Mutua Madrileña Masters Madrid), una de las grandes

citas del deporte que este año se han celebrado en la Comunidad de Madrid. ■

Quirón Málaga y el desarrollo del deporte con Unicaja

BAJO EL LEMA EL DEPORTE ES VIDA, EL CLUB DE BALONCESTO UNICAJA DE MÁLAGA REALIZA DISTINTAS ACCIONES ENCAMINADAS A TRANSMITIR A LOS MÁS JÓVENES HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE, una acción que consta de diversas actividades en las que participan 12 empresas que quieren ayudar al desarrollo del deporte en nuestro país.

Quirón ha apostado por esta iniciativa y, durante la presente campaña, distintos médicos y especialistas del nuevo hospital aportan en distintas ubicaciones de Málaga (colegios, centros sociales, instituciones, etc.) su conocimiento para que los más jóvenes tomen conciencia de la importancia del deporte y una alimentación sana. Esto lo hace de mano de Chicui, la mascota del equipo, y junto a los jugadores de Unicaja. ■



Quirón San Sebastián, hospital de referencia del Challenger de tenis

QUIRÓN DONOSTIA HA SIDO EL HOSPITAL DE REFERENCIA DEL 85 CONCURSO INTERNACIONAL DE TENIS DE SAN SEBASTIÁN, que se disputó en el Real Club de Tenis el pasado mes de agosto.

El personal médico de Quirón fue el responsable de atender a los

tenistas que lo necesitaron durante todo el torneo. Además, durante la competición, el hospital estuvo realizando entre los visitantes que acudieron al Real Club de Tenis de San Sebastián una campaña para la práctica del deporte de forma saludable y repartió el libro Principales lesiones y tratamientos en la práctica deportiva,

elaborado por los servicios de Cirugía Ortopédica y Traumatología, Medicina del Deporte y Urgencias de este hospital. Se trata de una guía práctica, compuesta por consejos a tener en cuenta en la práctica deportiva para evitar lesiones, así como una descripción de los tratamientos de las principales lesiones. ■

Ahora puede mejorar su salud sin esfuerzo, con Happylegs



Reactive su circulación sanguínea y alivie los dolores de sus piernas cómodamente con Happylegs. Cuide su salud y la de los suyos mientras está sentado. Cómodo y fácil de usar.



Cuide sus manos de forma natural y cómodamente. Sus manos ganarán en salud y belleza. "Manos Sanas" es una eficaz herramienta que previene el adormecimiento de las manos dormidas y alivia los dolores producidos por la artritis.

Ideas para acertar con nuestros regalos y apuestas de tiempo

Se acercan las fiestas navideñas, momentos en los que compartir ilusiones e intercambiar regalos con nuestros familiares y amigos, y también aprovechar para disfrutar de un descanso. Desde nuestras páginas queremos ofrecer algunas iniciativas que nos ayuden a tomar decisiones para estos días.
Por Belén Campos.

Qué

Zapatos
y Bolso
de Hazel



< Para ella

Para que ellas brillen con luz propia en estas fiestas proponemos estos preciosos zapatos de ante en color rosa empolvado que junto a este pequeño bolso en pedrería y plata la convertirán sin lugar a dudas en la más elegante de la fiesta. Ambos de Hazel.

Para él >

Trolley y zapatillas de Fun & Basics realizados con tejido Ecoalf 1.0, material 100% reciclado y reciclable obtenido de la transformación de botellas de plástico pet. Este trolley, por ejemplo, se consigue reciclando 84 botellas de plástico. Para ecologistas que no renuncian al diseño.

Maleta Trolley
y zapatillas de
Fun & Basics



car...
tipo libre

Para los peques >

KicoNico es diferente. Tiene una oreja más grande que la otra porque la costurera se despistó mientras lo cosía, una cabeza grandota, un costurón en el brazo...pero aunque no es perfecto es feliz. Con él los pequeños aprenderán valores tan importantes como la tolerancia, la superación y la amistad. En tiendas Imaginarium.



KicoNico



Ajedrez



Este simpático ajedrez de figuritas flexibles nos ayudará a introducir a los más pequeños en este juego milenario, fomentando su concentración, memoria y pensamiento lógico. Lo podemos acompañar de libros o CD interactivos para que puedan aprender o practicar en solitario. Para futuros genios. En tiendas Imaginarium.

regalar



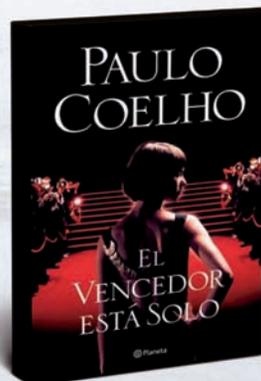
Paraiso Express de Alejandro Sanz

Para escuchar

Lo último de Alejandro Sanz, que vuelve más rockero que nunca en este álbum producido por Tommy Torres, en el que se recoge el tema "Looking for paradise" cantado junto a la neoyorkina Alicia Keys. El mejor regalo para los marchosos de la casa.

Para leer

Esta nueva novela de Paulo Coelho transporta al lector al fabuloso mundo del festival de Cannes, que se convierte en el escenario de una serie de asesinatos a cargo de un adinerado magnate ruso. A través de la trama el autor nos aboca a una profunda reflexión acerca de la fuerza de los propios sueños y de cuál es la escala de valores con la que nos medimos. El regalo ideal para aquellos que disfrutan de la compañía de un libro ameno y que deja poso.



El vencedor está solo de Paulo Coelho.

Planet 51

ESTRENO 27 DE NOVIEMBRE. Escrita por Joe Stillman, guionista de Shrek, Planet 51 está producida por Ignacio Pérez Dolset, y dirigida por Jorge Blanco. Planet 51 es una comedia de aventuras alienígenas sobre un astronauta que viene de la Tierra y aterriza en Planet 51 pensando que ha sido el primero en llegar. Para su sorpresa, descubre que está habitado por unas personas verdes con antenas, que viven en un mundo idílico de encantadoras urbanizaciones que recuerdan a la inocente América de los años 50 y cuyo único temor es ser invadidos por seres alienígenas...

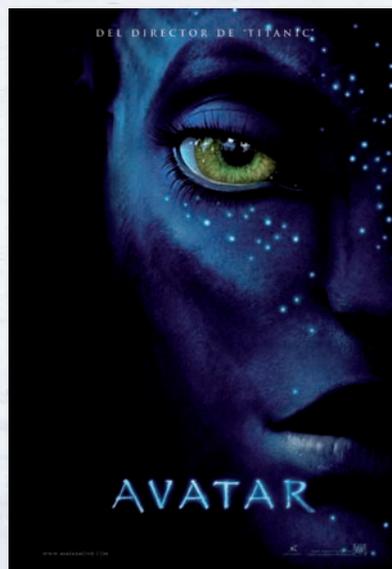


Qué ver

Porque pocas cosas hay más apetecibles en las frías tardes de invierno que una buena película y un paquete de palomitas, aquí recomendamos algunos de los grandes estrenos de los que podremos disfrutar próximamente.

Sherlock Holmes

ESTRENO 15 DE ENERO. Dirigida por Guy Ritchie, en ella el actor Robert Downey Jr. da vida al legendario detective creado por Arthur Conan Doyle, que acompañado por su inseparable Watson, interpretado por Jude Law, deberá enfrentarse a un nuevo y peligroso enemigo.



Avatar

ESTRENO 18 DE DICIEMBRE. Dirigida por James Cameron y protagonizada por Sam Worthington, Zoe Saldana y Sigourney Weaver, este film con más de 200 millones de presupuesto viene a revolucionar el mundo de la ciencia-ficción con el empleo de lo último en tecnología de animación. Cuenta la historia de un ejército de humanos enfrentado a un ejército alienígena en un planeta lejano. En la lejana luna de Pandora, un héroe reacio se embarcará en un viaje de redención y descubrimiento, liderando una dura batalla para salvar una civilización...

100% Calidad
100% Satisfacción
100% Puntualidad



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.marcoosalamanca.com



MARCOS
SALAMANCA

Dónde ir

Estaciones de Teruel, un destino para disfrutar en familia

Las estaciones de Javalambre y Valdelinares se hallan ubicadas al sur de la provincia de Teruel, en pleno corazón del Sistema Ibérico, rodeadas de montaña y amplios bosques de pino negro. Al atractivo de la naturaleza que las rodea se unen unas modernas instalaciones con una excelente calidad de nieve, propiciada por el clima seco característico de la zona. Aunque esto no debería preocupar a los visitantes, ya que sus pistas están dotadas de cañones productores de nieve natural, por lo que su disfrute está garantizado durante todo el periodo invernal.

Sus pistas ofrecen diferentes grados de dificultad, lo que lo convierten en el lugar ideal tanto para principiantes como para esquiadores más profesionales. Para aquellos que disfruten de la práctica del Freestyle, también encontrarán amplios espacios en los que disfrutar de los grandes saltos. Y para los más pequeños de la casa, a pie de pista, se encuentran los Jardines de Nieve, donde los niños podrán pasarlo en grande mientras los mayores disfrutan en las pistas.

A lo largo de la temporada y para disfrute de los amantes del esquí, estas estaciones tienen un amplio calendario de eventos deportivos, como el Snowboard Day Valdelinares que se celebra en el mes de Diciembre, o el Trofeo Social de Javalambre del mes de enero. Y para los que decidan festejar allí las Navidades, les esperarán también gratas sorpresas.

Si además de esquiar te gusta conocer lugares pintorescos, os recomendamos deis un paseo por las calles de poblaciones aledañas como Mora de Rubielos o Alcalá de la Selva, ya que albergan grandes tesoros de la cultura árabe y judía.

No hay nada más saludable que el deporte, y si además éste puede practicarse rodeado de naturaleza y acompañado por la familia, mejor que mejor. Este es el caso del esquí, el deporte rey del invierno. Por este motivo queremos acercaros a uno de estos destinos; las estaciones de Javalambre y Valdelinares, situadas en el corazón de las Sierras Gúdar y Javalambre.



CÓMO LLEGAR

DESDE MADRID: Saliendo por la A-2, tomar la salida de Molina de Aragón / Teruel, seguir por la N-211 y continuar por la N-234 dirección Teruel. Una vez incorporado a la Autovía Mudéjar (A-23), tomar la salida 76 Mora de Rubielos, si queremos llegar a las pistas de

Valdelinares o bien la salida 86 de La Puebla de Valverde si queremos llegar a Javalambre.

DESDE VALENCIA: Salir en dirección Puerto de Sagunto, y allí continuar por la Autovía Mudéjar (A-23) dirección Teruel, tomar la salida 76 Mora de Rubielos, si queremos llegar a las pistas de Valdelinares o bien la

salida 86 de La Puebla de Valverde si queremos llegar a Javalambre.

DESDE ZARAGOZA: Salir por la Autovía Mudéjar (A-23) dirección Valencia, tomar la salida 76 Mora de Rubielos, si queremos llegar a las pistas de Valdelinares o bien la salida 86 de La Puebla de Valverde si queremos llegar a Javalambre.

VALDELINARES

Pistas: 10 (3 Verdes 4 Azules 3 Rojas)
1 snowpark
Kilómetros esquiabiles: 8,3 Km.

JAVALAMBRE

Pistas: 12 (3 Verdes 7 Azules 2 Rojas)
1 snowpark
Kilómetros esquiabiles: 12,2 Km.



La cigüeña del bebé

los mejores deseos vuelan... hasta donde tú quieras llegar

Le ofrecemos un servicio único con el que poder sorprender con su cariño de una forma exclusiva y original. A las pocas horas del alumbramiento, o en el momento que usted decida, un botones de nuestra empresa perfectamente uniformado (en Madrid y Barcelona capital) entregará en su nombre, una enorme canastilla con todo lo necesario para el bebé.

Tan sólo hay que elegir el modelo (contamos con más de 100 distintos) y nosotros nos ocuparemos de la entrega. Realizamos también canastillas a medida de nuestros clientes.

Pioneros en España desde 1997 fuimos los primeros en producir y distribuir canastillas para bebés ofreciendo una alternativa a regalos tradiciones como las flores.

Nos adaptamos a cualquier ocasión que se pueda presentar: nacimientos, adopciones, cuando los bebés están malitos, cumpleaños, bautizos,... También disponemos regalos para los padres.

Servicio de entrega en España e Internacional.

Call Service: 902 365 708

Email: pedidos@telecigüena.com





EL ARTE fuente



Albert Einstein dijo: *“El arte es la expresión de los más profundos pensamientos por el camino más sencillo”*. Grupo Hospitalario Quirón comparte este sentimiento, y si no repasemos el mito que nos da nombre: Quirón fue un centauro, hijo de la oceánide Filira y de Crono. Poseía un carácter contrario al de los demás centauros, ya que era sabio y justo, amable y de buenas intenciones. También se dice de él que era amigo de los dioses y los héroes, además de tener conocimiento en la medicina, la música y el arte.

En la actualidad, Grupo Hospitalario Quirón alberga el carácter y los conocimientos del centauro. Por supuesto, en un primer lugar estamos centrados en la medicina, que es nuestra principal actividad, pero también en otras disciplinas saludables, como son la literatura, la música o el arte, que pasan a formar parte de las actividades del propio Grupo a través de exposiciones de pintura, de escultura, de fotografía, la programación de conciertos benéficos o la edición de libros.

La cultura es curativa. Provoca distintas emociones y sentimientos que sin duda alguna mejoran la salud de las personas. El poder sanador de la expresión cultural se ha demostrado a lo largo de los años y Grupo Hospitalario Quirón apoya incondicionalmente estas propuestas.

Al fusionar salud y cultura nos acercamos al lado más espiritual de las personas, estimulamos la vertiente

humanística en un entorno en el que las consultas, quirófanos o bistrús siguen siendo el eje principal, pero que recibe además la carga energética de todas estas disciplinas. Y es que nos encontramos ante una nueva era en la que los hospitales no son sólo lugares de cura, sino espacios a los que también se acude para conseguir mejorar nuestra calidad de vida, y que, por lo tanto, pueden ser escenarios en los que el mundo del arte y las letras representen distintas propuestas.

Como señala el doctor Ángel Escudero, del Instituto Valenciano de Medicina del Arte de Hospital

ARTE como de salud

“La cultura provoca emociones y sentimientos que mejoran la salud de las personas



Y QUÉ PODEMOS VER

Grupo Hospitalario Quirón ha mostrado y muestra distintas exposiciones. Podemos destacar obras de Arturo Gómez y Esperanza Velasquez, Miguel Ángel Arrudi, Carmen Relancio, Isabel Falcón, Miguel Sanza, Vicente Dolader, Julia Reig, Débora Quelle, Katy Rocasolano, etc en el Hospital de Día Quirón Zaragoza fruto de un acuerdo con la Asociación de Artistas Plásticos Goya; Obras de Ángel Uranga en Quirón San Sebastián, exposiciones fotográficas en Quirón Valencia o esculturas de Roser Lanaspá en Quirón Barcelona. A esto hay que añadir conciertos de música en Quirón Valencia o el reparto de libros entre los pacientes que ha realizado en diferentes ocasiones Quirón Madrid. Todo bajo un solo fin: participar de la fusión entre salud y cultura.

Quirón Valencia –única unidad en España centrada en la prevención y tratamiento de patologías propias de los artistas-, “**cada vez son más los hospitales que se están sumando a la utilización sistemática de técnicas expresivas para la prevención y la promoción de la salud.** Un buen ejemplo de ello es SaludArte (Fundación para la Promoción de Salud a través del Arte y el Humor), fundada y dirigida por Friedler, R. en 1999. Esta fundación, está integrada por artistas y profesionales de la salud que emplean técnicas de mediación artística (técnicas teatrales, musicoterapia, artes plásticas, narración oral, títeres, psicodrama, etc.) como vehículo para

movilizar las capacidades naturales que posee el ser humano para afrontar la enfermedad.”

Pero este tipo de terapias no son nada nuevo, apunta el doctor Escudero, “nos limitamos a aplicar en el siglo XXI los conceptos de nuestra cultura clásica. Decía Platón que los placeres puros son los que nacen de los colores que llamamos bellos, de las formas y de la mayor parte de los perfumes y sonidos. El placer, decía también Aristóteles, es ante todo, el retorno del organismo desde un estado de perturbación a la armonía propia de su peculiar naturaleza, (la armonía katá physin). El bienestar,

el sosiego y el placer causado por la contemplación de una obra de arte son placeres no nocivos, son placeres inocentes.”

Las manifestaciones culturales que acogen los distintos centros de Grupo Hospitalario Quirón no son más que el autorretrato de una personalidad en la que conviven los fundamentos históricos de la profesión médica y los últimos recursos que proporciona la tecnología. Pasado y futuro en una única imagen que tan bien encarna el centauro Quirón, que sigue recorriendo toda nuestra geografía recordándonos sus míticos valores. ■

En esta ocasión, Olivier Carbonel, jefe de cocina de Grupo Hospitalario Quirón, nos deleita con un original plato: mango asado y gratinado con queso de cabra y gelatina de tomate. Continúa con un sabroso bonito a la plancha con vinagreta templada y, para terminar, nos recomienda un exquisito melocotón asado con naranja y vainilla.

Mango, bonito Pero QUÉ RICOS



INGREDIENTES (para 4 personas)

- 2 mangos.
- 4 rodajas de queso de cabra (100 gr. cada una).
- 1 kg. de tomates maduros.
- 10 grs de agar agar.
- Sal y pimienta.

ELABORACIÓN

- Los mangos: pelar los mangos, asarlos en el horno a 180 grados durante 12 minutos y cortarlos rodajas de 2 cm.
- Gelatina de tomate: cocer los tomates troceados unos 10 minutos. Aliñar con sal y pimienta. Triturar, colar la pulpa y volver a hervir durante 2 minutos con el polvo de agar agar. Verter la mezcla en un molde, enfriar y cortar en cubos de 2 cm. por 2 cm.
- Queso de cabra: una vez asados los mangos colocar el queso de cabra encima y gratinarlo en el horno.

EMPLATADO

- Disponer el mango gratinado sobre el plato.
- Acompañarlo de unos dados de gelatina de tomate y una ensalada.



Bonito a la plancha con
vinagreta templada

Mango asado con gratinado de queso de cabra y gelatina de tomate

ito y melocotón... COS son



INGREDIENTES (4 raciones)

- 800 gramos de bonito.
- Tiras de bacón (8).
- 2 tomates rojos duros.
- 1 bote de alcaparras.
- 1 bote de aceitunas negras.
- Una cabeza de ajo.
- 2 dl. de aceite de oliva.
- Unas gotitas de vinagre balsámico.

ELABORACIÓN

LA VINAGRETA

- Escaldar y pelar los tomates, y cortarlos en cubitos.
- Escurrir las alcaparras.
- Cortar las aceitunas en trocitos.
- Mezclar todo con el aceite y el vinagre balsámico.

EL BONITO

- Cortar el bonito en 4 trozos grandes.
- Cocinarlos a la plancha hasta conseguir un punto rosado.

EMPLATADO:

- Cortar el taco de bonito, emplatar y aliñar con la vinagreta templada.

Melocotón asado con naranja y vainilla

INGREDIENTES (4 personas)

- 4 melocotones.
- 6 dl. de zumo de naranja.
- 1 rama de vainilla.
- 50 gr. de azúcar.
- 4 bolas de helado de vainilla.

MODO DE HACER

- Precaentar el horno a 180 grados.
- Disponer los melocotones en una bandeja con el zumo de naranja, el azúcar y la rama de vainilla abierta en dos y rasgada.
- Asar todo en el horno unos 14 minutos rociando los melocotones con el zumo cada 4 minutos.
- Reservar los melocotones y reducir el jugo hasta que coja un poco de cuerpo.

EMPLATADO

- Colocar los melocotones y salsear.
- Acompañar con el helado de vainilla.



Sociedades Médicas Colaboradoras con GHQ

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN BARCELONA

- | | | | |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • ADESLAS • AEGON SALUD • AENA • AGRUPACIO MUTUA DEL COMERC • ALIANÇA • ALLIANZ - RAS SEGUROS Y REASEGUROS, S.A. • AME ASISTENCIA MEDICA ESPAÑOLA S.A. • ANTARES S.A. • ARESA • ASEPEYO • ASISA • AXA WINTERTHUR SALUD S.A. DE SEGUROS • BARCELONA CENTRO MEDICO • C.A.R.S.A.- HOSPITAL SAGRAT COR • CAIXA ANDORRANA DE SEGRESTAT SOCIAL • CASER GRUPO ASEGURADOR - CASER | <ul style="list-style-type: none"> • SALUDCIGNA INSURANCE COMPANY • CLINICA CISNE SEGUROS, S.A. • CONSORCI SANITARI ALT PENEDES • CORP. DE SALUT DEL MARESME I LA SELVA • DKV SEGUROS, S.A.E. • EGARSAT MUTUA DE ACCIDENTES • ENDESA DISTRIBUCIÓN ELECTRICA • EURO-CENTER, S.A. • FIATC - MUTUA DE SEGUROS GENERALES • FIATC CLINICA FUNDACIÓ • FIATC SEGUROS -TRAFICO • FONTSALUD - MUTUA PREVISORA BARCELONA • FREMAP MATEPSS. • FUNDACIO VALL D'HEBRON • GROUPAMA SEGUROS • GROUPAMA SEGUROS - TRAFICOGRUPO • VITALICIO (SALUD) | <ul style="list-style-type: none"> • HDI INTERNATIONAL • HERMANDAD NACIONAL DE ARQUITECTOS • HERMANDAD SERVICIOS CORPORATIVOS (HNA-S.C.) • IBERIA LINEAS AEREAS • IBERMUTUAMUR MATEPSS. • IBERO ASISTENCIA S.A. • INSTITUT CATALA DE LA SALUT • INTER PARTNER ASSISTANCE ESPAÑA, S.A. • LA ESTRELLA SEGUROS • LA FRATERNIDAD - MUPRESPA • MAPFRE ASISTENCIA • MAPFRE CAJA SALUD, S.A. • MAPFRE SEGUROS GENERALES • MAZ • MEDYTEC SALUD • MONDIAL ASSISTANCE MONTEPIO DE GIRONA • MUPA | <ul style="list-style-type: none"> • MUTUA GALLEGA DE A.T. MATEPSS. • MUTUA GENERAL CATALUNYA • MUTUA GENERAL DE SEGUROS • MUTUA MANRESANA • MUTUA MONTAÑESA • MUTUA REDDIS MATT • MUTUA TINERFEÑA • MUTUAL MIDAT CYCLOPS MATEPSS • MUTUAL FUTBOLISTAS ESPAÑOLES • PREVISORA ESPAÑOLA DE ESPECIAL. SEGUROS • PREVISORA GENERAL • SABADELL ASSEGUADORA • SABADELL MUTUAL M.P.S • SANITAS • SEGUROS CATALUÑA, S.A. • SERSANET • SERVICIOS DKV S.A. • VITAL SEGURO S.A. • ZURICH SEGUROS |
|--|---|--|--|

COMPAÑÍAS CENTRO DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA QUIRÓN BILBAO

- | | | | |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • AEGON SALUD • ALIANZA MEDICA • ARESA • ASISER | <ul style="list-style-type: none"> • ASISA • AXA-WINTERTHUR • CIGNA • DKV | <ul style="list-style-type: none"> • HERMANDAD NACIONAL DE ARQUITECTOS • IGUALATORIO MEDICO QUIRURGICO | <ul style="list-style-type: none"> • LAGUN-ARO • MAPFRE FAMILIAR • SANITAS • VITALICIO SEGUROS |
|--|---|--|--|

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN MADRID

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • ADESLAS • AEGON • AGRUPACIÓN MUTUA • ALLIANZ • ANTARES • ARESA • ASEPEYO • ASISA • ASOCIACIÓN EUROPEA DE SEGUROS • ASOCIACIÓN DE LA PRENSA | <ul style="list-style-type: none"> • AXA WINTERTHUR • CASER • CIGNA • CISNE • COLABORADORA BANESTO • COLABORADORA SANTANDER • COLEGIO DE ABOGADOS • DKV • LA ESTRELLA - VITALICIO • FEDERACIÓN MÉDICA DE SEGUROS • FILANTRÓPICA | <ul style="list-style-type: none"> • FREMAP • GROUPAMA • IBERMUTUA • LINEA DIRECTA • MAPFRE • MAPFRE SEGUROS GENERALES • MEDIAFIATC • MUTUALIDAD GENERAL DE ADUANAS • MUTUALIDAD GENERAL DEPORTIVA | <ul style="list-style-type: none"> • RTVE • SERSANET • SANITAS (DIAGNÓSTICO POR IMAGEN, MEDICINA NUCLEAR Y ONCOLOGÍA) • SOS INTERNATIONAL • SOS TRICARE • UNIÓN MADRILEÑA • U.P.A.M COMUNIDAD DE MADRID • VANBREDIA INTERNATIONAL |
|---|--|---|---|

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN SAN SEBASTIÁN

- ACERALIA
- ADESLAS
- AEGON SALUD
- ALGEPOSA
- ALIANZA MEDICA
- ALLIANZ SALUD
- ALLIANZ SEGUROS
- ANTARES
- ARESA
- ASPALGI
- ASEPEYO
- ASISA
- A.TRAUMAT. Y ORTOP. DEP.
- AYUNTAMIENTO SS
- AXA SEGUROS
- AZKARAN
- BELLOTA HERRAMIENTAS
- C.A.F.
- CAHISPA SEGUROS
- CANAL SALUD 24
- CAPISA
- CATALANA OCCIDENTE
- CENTRO DR. OCHOA
- CIGNA INSURANCE COMPANY
- CONSORCIO COMP. SEG.
- COOPERATIVA DE TRANSPOR
- DIRECT SEGUROS
- DKV SALUD
- DKV SERVICIOS
- EUROMUTUA
- FIATC SEGUROS
- FIMAC
- F.P.C.
- FREMAP
- GLOBAL CARD
- GROUPAMA SEGUROS
- GRUPO VITALICIO
- HDI INTERNACIONAL
- HERM. NAC. ARQ.
- HELVETIA SEGUROS
- IBERDROLA
- IBERMUTUAMUR
- IMQ
- INTER PARTNER ASSISTANCE
- I-PRE-SA
- KIROLBIDEA, S.L.
- LA ESTRELLA
- LA FRATERNIDAD
- LAGUN ARO EPSV
- LAGUN-ARO SEGUROS
- LAVALCOR S.L.
- LIBERTY SEGUROS
- LINEA DIRECTA
- MAZ
- MAPFRE CAJA SALUD
- MAPFRE INDUSTRIAL
- MAPFRE TRAFICO
- MAPFRE SEG. GRALES
- MONDIAL ASSISTANCE
- MONTEPIO SAN CRISTOBAL
- MUFACE
- MULTIASISTENCIA
- MUNAT SEGUROS
- MUT. FUNCIONARIOS (DIPU.)
- MUTUAL CYCLOPS MIDAT
- MUTUA GALLEGA DE ACCID.
- MUTUA GENERAL DEPORTIVA
- MUTUA GRAL DE SEGUROS
- MUTUALIA
- MUTUA MADRILEÑA AUTOM
- MUTUA UNIVERSAL
- OBISPADO SS
- OCASO
- PONT GROUP (ARAG)
- QUIRÓN BILBAO
- REAL SOCIEDAD
- RENFE
- SANITAS
- SANITAS DIVERSIFICACIÓN
- SAT
- SEGUROS AMA
- SEGUROS BILBAO
- SEGUROS CASER
- SEGUROS GENESIS
- SEGUROS LEPANTO
- SEGUROS MERCURIO
- SEGUROS REALE
- SURNE
- UMIVALE
- UNION DE MUTUAS
- WILLIS IBERIA
- WINTERTHUR SEG. GENERALES
- WINTERTHUR SALUD
- VICTORIO LUZURIAGA
- ZURICH

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN VALENCIA

- ADESLAS
- AEGON SEGUROS
- AGRUPACION CLINICA
- AGRUPACION MUTUA
- AGRUPACION MUTUAL ASEGURADORA
- AIG EUROPE
- ALIANZA MEDICA
- ALICO ESPAÑA
- ALLIANZ-RAS
- ANTARES
- ARAG ASISTENCIA
- ARESA
- ASEPEYO
- ASEVAL
- ASISA
- ASMEQUIVA
- ASOCIACION EUROPEA CIA. DE SEGUROS, S.A.
- ASOCIACION MEDICO FERROVIARIA
- ASSIST-CARD
- ASSSA- SEGUROS SANITARIOS
- ATLANTIS SEGUROS, S.A.
- ATOCHA
- AVIVA VIDA Y PENSIONES
- AXA - WINTERTUR SEGUROS
- AXA AURORA IBERICA S.A. DE SEGUROS Y REASEGURADOS
- AZKARAN -DIVISION SALUDBANCO
- VITALICIO DE ESPAÑA
- BANKINTER
- BARCLAYS VIDA Y PENSIONES
- BUPA
- CAJA DE SEGUROS REUNIDOS S.A.
- CASER GRUPO ASEGURADOR - CASER SALUD
- CIGNA INSURANCE CIA.
- CISNE SEGUROS, S.A.
- COMPAÑIA EUROPEA DE SEGUROS, S.A.
- CONVASAL
- CORIS
- DIRECT SEGUROS
- DKV SEGUROS
- EL PERPETUO SOCORRO S.A. DE SEGUROS
- ERGO VIDA, S.A.
- ESPAÑA, S.A. CIA. NACIONAL DE SEGUROS
- EURO CROSS INTERNATIONAL
- EURO INSURANCES LIMITED
- EUROMUTUA
- EUROP ASSITANCE SERVICIOS, S.A.
- FIATC - MUTUA DE SEGUROS GENERALES
- FIMAC
- FRATERNIDAD-MUPRESPA
- FREMAP
- GENERALI
- GENESIS AUTO
- GES SEGUROS Y REASEGUROS, S.A.
- GROUPAMA SEGUROS
- GRUPAC
- HELVETIA PREVISION
- HERMANDAD NACIONAL DE ARQUITECTOS
- HTH WORLDWINDE
- IBERDROLA, S.A.
- IBERIA SEGUROS
- IBERMUTUAMUR
- IBERO ASISTENCIA S.A.
- IGUALATORIO MEDICO-QUIRURGICO
- IMA IBERICA
- INSTITUTO SOCIAL DE LA MARINA
- INTER PARTNER ASSISTANCE ESPAÑA, S.A.
- INTERNACIONAL MEDICAL SERVICE GROUP. S.A.
- ISFAS
- LA ESTRELLA
- LA BOREAL MEDICA DE SEGUROS S.A.
- LABORSERVIS, S.A.
- LAGUN-ARO E.P.S.V.
- LEPANTO SEGUROS
- LIBERTY INSURANCE GROU, S.A.
- LINEA DIRECTA ASEGURADORA, S.A.
- LLOYD ARTICO ESPAÑA
- LUNDBECK ESPAÑA S.A.
- MAAF SEGUROS
- MAPFRE ASISTENCIA
- MAPFRE AUTOMOVILES SOCIEDAD ANONIMA DE SEG.Y REAS.
- MAPFRE CAJA SALUD, S.A.
- MAPFRE FINISTERRE, S.A.
- MAPFRE SEGUROS GENERALES
- MAPFRE SERVICIO DE PREVENCION S.L.
- MAPFRE VIDA, S.A.
- MC MUTUAL
- MERCURIO
- METROPOLIS, S.A.
- MONDIAL ASSISTANCE SEGUROS Y REASEGUROS SAD. A UN.
- MUFACE
- MULTIASISTENCIA, S.A.
- MUNAT INDIVIDUAL
- MUPA
- MUTUA ACCIDENTES ZARAGOZA
- MUTUA EGARA
- MUTUA FUTBOLISTAS ESPAÑOLES
- MUTUA GALLEGA DE A.T.
- MUTUA GENERAL CATALUÑA
- MUTUA GENERAL DE SEGUROS
- MUTUA IBERICA
- MUTUA INTERCOMARCAL
- MUTUA MADRILEÑA
- MUTUA MONTAÑESA
- MUTUA NAVARRA
- MUTUA PREVISORA
- MUTUA UNIVERSAL
- MUTUA VALENCIANA AUTOMOVILISTA
- MUTUA VALENCIANA DE PREVISION SOCIAL

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN VALENCIA (continuación)

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • MUTUA VIZCAYA INDUSTRIAL • MUTUAL CYCLOPS • MUTUALIA • MUTUALIDAD DE LEVANTE • MUTUALIDAD DE SEG. DE PANADERIA DE VCIA. • MUTUALIDAD GENERAL JUDICIAL • MUTUALIDAD GREMIO HORNEROS DE VALENCIA • MUTUASPORT • NACIONAL SUIZA S.A. • NATIONALE-NEDERLANDEN VIDA S.A. • NOVOMEDIC DE SEGUROS S.A. • NUEVA EQUITATIVA, COMPAÑIA DE SEGUROS, S.A • NUSSA • OCASO, S.A. | <ul style="list-style-type: none"> • PAN AMERICAN ASSISTANCE • PLUS ULTRA • PRESTIMA S.L • PREVENGRUP PREVENCIÓ INTEGRAL, S.L • PREVILABOR, S.A. • PREVISION ESPAÑOLA, S.A. • PREVISORA ESPAÑOLA DE ESPECIALIDADES Y SEGUROS S.A. • PREVISORA GENERAL • RACE ASISTENCIA • REALE AUTOS Y SEG. GRLES., S.A. • REALE VIDA • REDDIS UNION MUTUAL • REGAL INSURANCE CLUB • REMED, S.L. | <ul style="list-style-type: none"> • RENFE OPERADORA (GABINETE SANITARIO) • RGA SEGUROS • RURAL VIDA S.A. DE SEGUROS • SANIGEST • SANITAS • SAT • SEGUROS BILBAO, S.A. • SEGUROS CATALANA DE OCCIDENTE, S.A. • SEGUROS CATALUÑA, S.A. • SEGUROS LA LATINA • SEGUROS ZURICH, S.A. • SESCAM (SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA LA MANCHA) • SOCIEDAD DE PREVENCIÓN DE IBERMUTUAMUR, S.L.U. | <ul style="list-style-type: none"> • SOS ASSISTANCE ESPAÑA, S.A. • SOS INTERNATIONAL • SWISS LIFE (ESPAÑA), S.A. • TELEFONICA • UMAS MUTUA DE SEGUROS • UMIVALE • UNION ALCOYANA • UNION DE MUTUAS • UNION MADRILEÑA • UNION MUSEBA IBESVICO • VIDACAIXA • VITAL SEGUROS S.A • WINTERTHUR • WORLDWIDE TRAVELLERS ASSISTANCE |
|---|---|---|---|

COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN ZARAGOZA

- | | | | |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • AEGON SALUD • AGRUPACION BANPYME SEGUROS VIDA Y SALUD • AGRUPACION MUTUA • AGRUPACION MUTUA (ACCIDENTES) • ALLIANZ -RAS SEGUROS Y REASEGUROS, S.A. • AMSYR (AGRUP. MUTUA DE SEGUROS Y REASEG, S.A.) • ANTARES, S.A. • ARESA • ASEPEYO • ASISA • ASISTENCIA MEDICO UNIVERSAL DE SEGUROS • ASSIST-CARD INTERNACIONAL • AXA AURORA IBERICA • CASER CIA. DE SEGUROS Y REASEGUROS • CANAL SALUD 24 • CIA DE SEGUROS ADESLAS • CELTA ASSISTANCE • CIGNA | <ul style="list-style-type: none"> • CISNE ASEGURADORA • COMPAÑIA EUROPEA DE SEGUROS, S.A. • DENTYCARD • DIRECT SEGUROS • DKV ACCIDENTES • DKV LOGROÑO • DKV SEGUROS • EGARSAT MATEPSS nº 276 • EUROMUTUA • FIATC-MUTUA DE SEGUROS GENERALES • FRATERNIDAD-MUPRESPA • FREMAP MUT.AT-EP.SS-61 • GENERALI SALUD (LA ESTRELLA) • GENERALI SALUD (VITALICIO) • GROUPAMA SEGUROS • HELVETIA CVN SEGUROS • HELVETIA PREVISION • HERMANDAD NACIONAL DE ARQUITECTOS • HNA, S.C. • IBERMUTUAMUR | <ul style="list-style-type: none"> • INTER PARTNER ASSISTANCE ESPAÑA, S.A. • LA ESTRELLA C-OPERAT. Y DE SERV • LABOREAL MEDICA DE SEGUROS, S.A. • LIBERTY SEGUROS, COMPAÑIAS DE SEGUROS Y REASEGUROS • LINEA DIRECTA ASEGURADORA, S.A. • MAPFRE FAMILIAR • MAPFRE VIDA • MAPFRE ASISTENCIA • MULTIASISTENCIA, S.A. • MUNAT INDIVIDUAL • MUTUA GALLEGA • MUTUA GENERAL DE SEGUROS • MUTUAL MIDAT CYCLOPS • MUTUA MONTAÑESA • MUTUA NAVARRA • MUTUA PELAYO • MUTUA UNIVERSAL • MUTUA VALENCIANA AUTOMOVILISTA | <ul style="list-style-type: none"> • MUTUALIA • MUTUA DE LEVANTE • MUTASPORT • OCASO • RACE ASISTENCIA • REALE VIDA • REALE AUTOS Y SEG GENERALES • REGAL INSURANCE CLUB • SABADELL ASEGURADORA • SANITAS • SEGUROS CATALANA OCCIDENTE • SERSANET • SOS ASSISTANCE ESPAÑA, S.A. • U.M.A.S. • UMIVALE MUTUA DE ACCIDENTES DE TRABAJO Y ENFERMERIA • UNION DE MUTUAS M.AT.E.P.S.267 • UNION MEDICA LA FUENCISLA • VIDACAXA • WINTHERTUR SALUD • WINTHERTUR SEGUROS • ZURICH |
|---|--|---|--|

COMPAÑÍAS HOSPITAL DE DÍA QUIRÓN ZARAGOZA

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • AEGON SALUD • ANTARES, S.A. • ASEPEYO • ASISA • ASISTENCIA MEDICO UNIVERSAL DE SEGUROS • CASER CIA. DE SEGUROS Y REASEGUROS • CIA DE SEGUROS ADESLAS • CIGNA | <ul style="list-style-type: none"> • DENTYCARD • DKV SERVICIOS • DKV SEGUROS • EUROMUTUA • FIATC-MUTUA DE SEGUROS GENERALES • FRATERNIDAD-MUPRESPA • FREMAP MUT.AT-EP.SS-61 • GENERALI SALUD (LA ESTRELLA) • GENERALI SALUD (VITALICIO) | <ul style="list-style-type: none"> • GROUPAMA SEGUROS • HERMANDAD NACIONAL DE ARQUITECTOS • HNA, S.C. • IBERMUTUAMUR • INTER PARTNER ASSISTANCE ESPAÑA, S.A. • LA ESTRELLA C-OPERAT. Y DE SERV. • LIBERTY SEGUROS, COMPAÑIAS DE SEGUROS Y REASEGUROS | <ul style="list-style-type: none"> • MAPFRE FAMILIAR • SERSANET • SANITAS • SANITAS DIVERSIFICACION • UNION MEDICA LA FUENCISLA • VIDACAIXA • WINTHERTUR SALUD • WINTHERTUR SEGUROS • ZURICH |
|---|--|---|---|

(instalaciones)²

(investigación)²

(calidad)²

(dedicación)²

(innovación)²

(equipamiento)²

(experiencia)²

(prestigio)²



www.quiron.es



HOSPITAL QUIRÓN BARCELONA**

Plaça Alfonso Comín, 5-7
08023 Barcelona
Telf.: 93 285 00 00 - Fax: 93 255 41 39



HOSPITAL QUIRÓN MADRID*

c/ Diego de Velázquez, 1
28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)
Telf.: 902 151 016 - Fax: 91 518 32 32



HOSPITAL QUIRÓN MÁLAGA**

Avenida Imperio Argentina, 1, Urbanización Parque Litoral
29004 Málaga
Telf.: 902 44 88 55 - Fax: 952 176 120



HOSPITAL QUIRÓN SAN SEBASTIÁN*

Alcolea Parkea, 7
20012 Donostia - San Sebastián
Telf.: 94 343 71 00 - Fax: 94 328 74 43



HOSPITAL QUIRÓN VALENCIA*

Avda. Blasco Ibáñez, 14
46010 Valencia
Telf.: 96 369 06 00 - Fax: 96 393 17 06



HOSPITAL QUIRÓN VIZCAYA**

Carretera de Leioa - Unbe, 33 Bis
48950 Erandio (Vizcaya)
Telf.: 902 44 55 95 - Fax: 944 898 002



CENTRO DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA QUIRÓN BILBAO*

Edificio El Tigre, c/ Rivera Botica Vieja, 23, Bajo
48014 Bilbao
Telf.: 94 439 60 62 - Fax: 94 439 54 24



HOSPITAL QUIRÓN ZARAGOZA*

Paseo Mariano Renovales, s/n
50006 Zaragoza
Telf.: 976 720 000 - Fax: 976 720 009



HOSPITAL DE DÍA QUIRÓN ZARAGOZA*

Avda. Gómez Laguna, 82 (La Floresta)
50012 Zaragoza
Telf.: 976 579 000 - Fax: 976 579 006



ER-0604/2009

* Centro certificado según las normas ISO 9001
** Centro en proceso de certificación



Nuestros cuadros médicos

Hospital Quirón Barcelona

ANATOMÍA PATOLÓGICA

EQUIPO DR. VICENTE MARCO MOLINA

Dr. Elías Campo Guerri
Dr. Omar Clavero Carletti
Dr. Felip García Hernández
Dr. Guadalupe González Pont
Dr. Merelin Medina

ANESTESIA

EQUIPO DR. JOSÉ LUIS GARCIA UBIS

Dr. Albert Garcia Muret
Dr. José Antonio Fons Carceller
Dr. Victoria López Gil
Dr. Salvador Vila Miró
Dr. José Marcial Villamor Vázquez
Dr. Daniel Adrián Canaro García
Dr. Fernando Vilanova Cardenal
Dr. Sergio Sancho Alias
Dr. Pilar Sampietro Cosculluela
Dr. Amagoia Fernández de Gamarra
Goizzelaya
Dr. Graciela Junchaya La Rosa
Dr. M. Carmen Diez Gimbernat
Dr. Ana Parera Ruiz
Dr. Adrià Font Gual
Dr. Mireia Rodríguez Prieto
Dr. Simona Bambini
EQUIPO DR. FRANCESC CEDÓ VALLOBA
Dr. Elisabet Cedó Lluís
Dr. Jorge Esteban Banzo
Dr. Pedro Olivera Lloret
Dr. Carlos Morros Viñoles

APARATO DIGESTIVO

EQUIPO DR. LLUÍS CASTELLS FUSTÉ

EQUIPO DR. MUGUEL GASSULL DURÓ

APARATO RESPIRATORIO Y ALERGIA

EQUIPO DR. CARLOS AGUSTÍ GARCÍA-NAVARRO

Dr. Oscar Bernadich Márquez
Dr. Ana Rañó Pérez
Dr. Pilar Gispert del Río
Dr. Antonio Luis Valero Santiago
Dr. Anna Puiggrós Casas
Dr. Vanesa González Núñez
Dr. Rosa María Muñoz Cano
Dr. María Rueda García

BANCO DE SANGRE

GENERAL LAB

Dr. Inmaculada Roig Martínez

CARDIOLOGÍA

EQUIPO DR. ANTONIO BAYÉS DE LUNA

Dr. Antoni Bayés Genís
Dr. Jaume Riba Casellas
Dr. Inmaculada Ramirez del Río
Dr. M. Teresa Subirana Domenech
Dr. Pere Ferrés Sánchez
Dr. Josep Massó Asencio
Dr. Ramón Oter Rodríguez
Dr. Pelayo Torner Montoya
Dr. Diego Goldwasser
Dr. Concepción Alonso Martín

CARDIOLOGÍA

INTERVENCIONISTA

EQUIPO DR. INOCENCIO ANIVARRO BLANCO

Dr. Joaquín Simón Lamuela
Dr. Bruno García del Blanco
Dr. Eduard Fernández Nofrerias
Dr. Gerard Martí Aguasca
Dr. José Guindo Soldevila

CIRUGÍA CARDÍACA

EQUIPO DR. JOSÉ M^º CARALPS RIERA

Dr. José Montiel Serrano
Dr. Walter Brandán Varea
Dr. Joan Ignasi Casas Vila

CIRUGÍA DE LA OBESIDAD

EQUIPO DR. ANTONIO DE LACY FORTUNY

Dr. S. Salvadora Delgado Rivilla
Dr. Josep Vidal Cortada
Sra. Violeta Moizé

CIRUGÍA GENERAL

EQUIPO DR. ANTONIO DE LACY FORTUNY

Dr. Salvadora Delgado Rivilla
Dr. Juan Manuel Romero Marcos
Dr. Joaquim Balsells Valls
Dr. Elena Carles Sicilia
Dr. Ainitze Ibarzabal Olano
Dr. Ricard Corcelles Codina
Dr. Antonio Ramón Rull Ortuño
Dr. Enric Laporte Roselló
Dr. Raül Almenara Santacristina
Dr. Encarnación Mañas Castro
Dr. Pilar Taurà
Dr. Ramón Rull
Dr. Charlotte Deen-Molenaar
Dr. Jaime Balust Vidal
Dr. Francisco Javier Morales Sevillano
Dr. Jorge Juan Olsina Kissler
EQUIPO DR. MANUEL GALOFRÉ FOLCH
Dr. Gonzalo Galofré Pujol

CIRUGÍA MAXILOFACIAL

EQUIPO DR. JAVIER GONZÁLEZ LAGUNAS

Dr. Juan Antonio Huetto Madrid
Dr. Ferran Boneu Bonet
Dr. Jordi García Linares
Dr. Alicia Matas Bonet (Odontostomatología)
Dr. Patricia Filippi Fullia (Odontostomatología)
Dr. M. Teresa Serra Renom (Odontostomatología)
Dr. Madeleine Smit (Odontostomatología)
Dr. Elida Blanco Martín (Odontostomatología)
Dr. María Molina Fernández de Córdoba (Odontostomatología)

CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA

EQUIPO DR. RAMON CUGAT BERTOMEU

DR. JOAN NARDI VILARDAGA
Dr. Pedro Alvarez Díaz
Dr. Ferran Pellisé Urquiza
Dr. Carlos Escribano Ferrer
Dr. Màrius Aguirre Canyadell
Dr. Andreu Combalia Aleu
Dr. Xavier Cuscó Segarra
Dr. Roberto Seijas Vazquez
Dr. Gonzalo Samitier Solis
Dr. Lluís Puig Verdí
Dr. Manel Lluçà Pérez
Dr. Oscar Ares Rodríguez
Dr. Daniel Alejandro Pacha Vicente
Dr. Jordi Tomás Hernández
Dr. Jordi Teixidor Serra
Dr. Paola Cavasin - Trauma/Rehabilitación
Dr. Ignacio Maled García

EQUIPO DR. JORDI BALLESTER SOLEDA

EQUIPO DR. JOAQUIM CABOT DALMAU

EQUIPO DR. JOAN CEBAMANOS CELMA

Dr. Jaume Llorit Buira
EQUIPO DR. JOAN CEBAMANOS CELMA
Dr. Tomislav Kranjcec

EQUIPO DR. FÉLIX ESCALAS LLIMONA -

DR. JOAN CARLES TÚNEZ APARICIO

Dr. Manuel Lafuente Salinas

EQUIPO DR. CLAUDIO GARCÍA GARCÍA

Dr. Fernando Puiggrós Román
Dr. Juan de Dios Villaseca Marco
Dr. Jordi Pedemonte Jansana

EQUIPO DR. IGNASI MASIDES DAVI

EQUIPO DR. ÀLEX MUSSET LARA

Dr. David Calvo Arturo
EQUIPO DR. ALEJANDRO POAL-MANRESA CANTARELL
EQUIPO DR. EDUARD RABAT RIBES
Dr. Jordi Solana Carné

CIRUGÍA PEDIÁTRICA

EQUIPO DR. MIGUEL ÀNGEL GONZÁLEZ RIVERO

Dr. Claudia Marhuenda Irastorza

CIRUGÍA PLÁSTICA

EQUIPO DR. JOSÉ M^º SERRA RENOM

Dr. Juan Luis Muñoz del Olmo
Dr. Luisa Rincón Paniagua

EQUIPO DR. ANTONIO TAPIA MARTÍNEZ

Dr. Inmaculada Albert Turco
Dr. Bartolomé José Ferreira Montenegro
Dr. Miguel Fernando Rengifo Londoño
Dr. Cristina Villanueva Rebenaque

CIRUGÍA TORÁCICA

EQUIPO DR. LAUREANO MOLINS LÓPEZ-RODÓ

Dr. Juan José Fibla Alfara
Dr. José Manuel Mier Odriazola

CIRUGÍA VASCULAR

EQUIPO DR. MANUEL MATAS DOCAMPO

Dr. Beatriz Álvarez García
Dr. José Manuel Dominguez González
Dr. M. Pau Martorell Lossius
Dr. Jordi Bruguera Cortada (Cardiólogo)
EQUIPO DR. JOSEF MARIA CAPDEVILA MIRABET

DERMATOLOGÍA

EQUIPO DRA. PILAR GARCÍA MURET

Dr. M^º Mercedes Pérez García
Dr. Ramon Pujol Vallverdú
Dr. Esther Serra Baldrich
Dr. Maria José González Duarte
Dr. Ana Ravella Mateu
Dr. Ramón Bartralt Soler

DIAGNÓSTICO

POR LA IMAGEN - CRC

EQUIPO RADIOLOGÍA DR. XAVIER PERICH ALSINA

Dr. Xavier Lucaya Layret
Dr. Xavier Serres Creixams
Dr. Paulino Sousa Cacheiro
Dr. Agustí Álvarez Castells
Dr. Rosa Dominguez Oronoz
Dr. Esteve Guardia Mas
Dr. Alberto Escudero Rodríguez
Dr. Americo Miranda
Dr. José Antonio Narváez García
Dr. Àlex Rovira Cañellas
Dr. M^º José Romera Lobato
Dr. Àngeles Zamora Sola
Dr. Asunta Beatriz Bria Nieves
Dr. Juan Angel Clavero Torrent
Dr. Deyna maritza Gutiérrez Guzmán

Dra. M^ºJosé Martínez Barcina

Dr. Wenceslao Mayo Aparicio

Dr. Ignacio Miranda Gómez

Dr. José Maria Monill Serra

EQUIPO MEDICINA NUCLEAR

Dr. Joan Castell Conesa

Dr. Pedro Plaza

Dra. Paloma Pifarré Montaner

Dr. Marc Simó Perdigó

ENDOSCOPIA DIGESTIVA

EQUIPO DR. JOSÉ RAMÓN ARMENGOL MIRÓ

Dr. Manuel Morales Gordo
Dr. Antonio Martínez Gómez
Dr. Jaume Boix Valverde

ELECTROFISIOLOGÍA CARDÍACA

Dr. Xavier Viñolas Prat

ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

EQUIPO DRA. ROSA BURGOS PELÁEZ

Dra. Liliam Lucia Flores Meneses
Dr. Manuel Pelayo Melero
Dr. Gerardo Sáenz de Navarrete
Dra. Gabriela Monroy

LABORATORIO CLÍNICO

General-Lab Dra. Inma Roig

MEDICINA AERONÁUTICA

Dra. Carmen Reguant Pascual

MEDICINA DEL DEPORTE

EQUIPO DR. ANTONIO TRAMULLAS

Dr. Josep Antoni Gutiérrez Rincón
Dr. Joan Vives Turco
Dr. Víctor Alfaro Santafé (Podólogo)

MEDICINA GENERAL

Dr. Armando Serradell Cabra

MEDICINA INTERNA

EQUIPO DR. RAFAEL ESTEBAN MUR

Dr. Manuel Rosell Murphy
Dr. Fernando Cereto Castro
Dr. Manuel Pelayo Melero
Dr. Amparo Carrasco Mas
Dr. Mireia Torregrosa Roig
Dr. Antonio González Fernández
Dr. Lluís Castells Fusté
Dr. Juan Ignacio Esteban Mur
Dr. Antonio Segovia Agamez
Dra. Laura Muntaner Muñoz

MEDICINA REGENERATIVA

Dr. Montserrat García Balletbó
Dra. Ana Wang Saegusa

NEFROLOGÍA

EQUIPO DR. JOSÉ LUÍS TOVAR MÉNDEZ

NEUROCIROLOGÍA

EQUIPO NEUROGRUP

Dr. Gerard Conesa Bertrán
Dr. Juan José Acebes Martín
Dr. Luis López Obarrio
Dr. Oscar Godino Martínez
Dr. Jordi Peña

EQUIPO DR. ENRIC FERRER RODRÍGUEZ

Dr. José Martín Poblete Carrizo
Dr. Joaquim Ensenyat Nora
Dr. Josep González Sánchez
EQUIPO DR. PABLO CLAVEL LARÍA
Dr. Vicenç Gilete
Dr. Cristian de Quintana
Dr. Marcelino Caballero

NEUROFISIOLOGÍA

Dra. Alba León Jorba
Dr. Alex Ferre Maso
Dra. Sandra Pérez Pérez

NEUROLOGÍA

EQUIPO DR. XAVIER MONTALBAN GAIRIN

Dra. Patricia Pozo Rosich
Dr. Jordi Rio Izquierdo
Dra. M. Jesús Arévalo Navines
Dr. Carlos Jacas Escarcelle
Dr. Joaquín Castillo Justribo
Dr. Àlex Horga Hernández
Dra. Inmaculada Royo de Mingo
Dra. María Carmen Edo Cobos
Dr. Francisco Carlos Pérez Miralles

OBSTETRICIA Y GINECOLOGÍA

EQUIPO DR. LLUIS CABERO ROURA

Dr. Joaquim Calaf Alsina
Dr. Josep M. Lailla Vicens
Dr. Guillem Cabero Riera
Dra. Cristina Cabero Riera
Dra. Elisa Llubra Olivé
Dr. Armando Hernández Rojas
Dra. Celia Barrionuevo Monti
Dr. Gustavo Legaz Isaia
Dra. Elida Alonso Mayo
Dra. M. Mar Goya Canino
Dr. Albert Cabero Roura
Dra. Elena Carreras Moratons
Dr. Guillermo R. Landini
Dr. Juan Gabriel Fernández Delgado

Dra. Laura Perdomo Velasquez

Dr. Juan Carlos Bello Muñoz

Dra. Sabina Vargas Barrientos

Dra. Romina Castagno

Dra. Raquel Ferrer Oliveras

Dr. Otto Valdés Martínez

Dra. Carlota Cestafe Caro

Dr. Martín Espinosa Bravo

Dr. Oriol Porta Roda

Dr. Javier Albares Tendero

Dra. Marina Folch Folch (Ecografías)

Dra. Ivette Álvarez Tinarejo (Ecografías)

Dra. M^º Ángeles Sánchez Durán (Biopsias de Corion)

EQUIPO DR. XAVIER MARQUÉS AMORÓS

Dra. Marta García del Real Leguina

Dra. Alejandra Aliende Pons

Dra. Andrea de Sas Vidal-Ribas

Dra. Rosana Diaz Souto

EQUIPO DRA. CATALINA OLIVER ÁLVAREZ

Dr. Jordi Carrera Viñals

Dra. Isabel García-Penche Santillán

Dra. Inés Bombí Civit

EQUIPO DR. LUIS POUS IVERN

Dr. Josep M^º Gely Pujol

Dr. Josep Maria Bogañá Ponsa

OFTALMOLOGÍA

EQUIPO DR. AMADEU CARCELLER GUILLAMET

Dra. Mireia Jornet Paulí
Dra. Yolanda Iribarne Ferrer
Dr. Jesús José Torres Blanch
Dr. Antonio Ruiz Viñals
Dr. Antonio España Albeada
Dra. Catalina Esmerado Appiani

OTORRINOLARINGOLOGÍA

EQUIPO DR. JOSEP PRADES MARTÍ

Dra. Francisca Prades Martí
Dr. Antonio Feixa Riba
Dra. M^º Ángeles Martínez Arias
Sra. Susana Melia Gaitan (Logopeda)

EQUIPO DR. JOSEP ANTONI ROURA MORENO

Dr. Francesc Larrosa Díaz

ORL PEDIÁTRICOS

EQUIPO DR. XAVIER GONZÁLEZ COMPTA
Dr. Enric Cisa Lluís

ONCOLOGÍA MÉDICA

EQUIPO DR. JOSEP BASELGA TORRES

Dr. Josep Taberner Caturla
Dr. Enriqueta Felip Font
Dr. Javier Cortés Castan
Dr. María Cristina Callejas
Dr. Teresa Macarulla Mercadé
Dr. Francesc Bosch Albareda
Dr. Armando López Guillermo
Dr. Judith Balmaña Gelpi
Dr. Francesc Graus Ribas
Dr. Isabel Rubio Rodríguez
Dr. Víctor Pérez Solá
Dr. Alicia García Arias
Dr. Francisco Javier Ramos Pascual
Dr. Susana Cadrés Pérez
Dr. Daniel Sánchez Posada
Dr. Eva Giné Soca
Dr. Ana Oaknin
Dr. Cristina Saura
Dr. Francisco Javier García del Muro
Dr. José Manuel Pérez García
Dr. Cristina Suárez Rodríguez
Dr. Isabel Díaz de Corchera Frutos
Dr. Juan Carlos Reverter Calatayud
Dr. María Rufino Castro (Psicóloga)

OZONOTERAPIA

Dr. Gloria Rovira Duplá

UNIDAD PATOLOGÍA CEREBROVASCULAR

EQUIPO DR. JOSÉ ÁLVAREZ SABIN

Dr. Estevo Santamarina Pérez

PEDIATRÍA

EQUIPO DR. SALVADOR SALCEDO

ABIZANDA

Dr. Ana María Fina Martí
Dr. Rocio Porcel Rubio
Dr. Héctor Boix Alonso
Dr. Anna Castelló Egea
Dr. M^a Clara Escobar Diaz
Dr. Carolina Bernal Cuartas
Dr. Jordi Almar Mendoza
Dr. Juan Antonio Belmonte Torras
Dr. Angels Pascual Ibáñez
Dr. Carlos Veciana García-Baente
Dr. Montserrat Torrella Puig
Dr. Benito Herranz Pérez
Dr. M^a Asunción de la Fuente Juarez

Dr. Anna Capdevila López
EQUIPO DR. DIEGO YESTE FERNÁNDEZ (ENDOCRINOLOGÍA PEDIÁTRICA)

Dr. Antonio Carrascosa Lezcano
Dr. Anna Fábregas Martori

EQUIPO DR. LUIS ENRIQUE LARA MOCTEZUMA (NEFROLOGÍA)

EQUIPO DR. RAMÓN TORMO CARNICÉ

(GASTROENTEROLOGÍA PEDIÁTRICA)

EQUIPO DR. MANUEL ROIG QUILIS (NEUROLOGÍA PEDIÁTRICA)

EQUIPO DRA. LOURDES IBÁÑEZ TODA (ENDOCRINOLOGÍA PEDIÁTRICA)

EQUIPO DRA. ISABEL MINGUELLA GARCÍA (GASTROENTEROLOGÍA)

PROCTOLOGÍA

EQUIPO DR. LORENZO VISO PONS

PSIQUIATRÍA

EQUIPO DR. CARLES LUPRESTI

Dr. Sonia Rivero Ortega
Sra. Cristina Morales (Psicóloga)

RADIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

*** PERIFÉRICA EQUIPO DRA. MARGARITA MOREIRASBARREIRO**

Dr. Iratxe Díez Miranda

*** NEURORRADIOLOGÍA**

EQUIPO DR. JUAN MIGUEL MACHO FERNÁNDEZ
Dr. Jordi Blasco Andalúz
Dr. Luis San Román Manzanera

RADIOTERAPIA

EQUIPO DR. JOAN CASALS FARRAN

Dr. Arantxa Eraso Urién
Dr. Anabel Mañas García
Dr. Ferran Moreno Sala
Dr. Moisés Mira Flores
Dr. Miguel Macía Grau
Dr. Francesc Casas Duran
Dr. Sol San José Maderuelo

REHABILITACIÓN

EQUIPO DRA. SILVIA RAMÓN RONA

Dr. Francisco Caracuel Redondo
Sr. Ferran Vidiella Ardévol
Sr. Miguel Angel Pérez

REPRODUCCIÓN ASISTIDA

EQUIPO DR. RAMÓN AURELL - DRA. MARTA MORAGAS SOLAN - DRA. M^a JOSÉ TORELLO

Dr. Mónica Aura Masip
Dr. Silvia Grau Piera
Dr. Montserrat Roca de Bes (Psicología)
Sra. Georgina Mollet (Biología)

REUMATOLOGÍA

EQUIPO DR. ANTONIO GÓMEZ CENTENO

Dr. Georgina Salvador Alarcón
Dr. Elisabet García Casares

UNIDAD PATOLOGÍA CEREBROVASCULAR

EQUIPO DR. JOSÉ ÁLVAREZ SABIN

Dr. Estevo Santamarina Pérez

UNIDAD TRASTORNOS ALIMENTACIÓN (OBESIDAD)

EQUIPO DR. JOSEP VIDAL CORTADA

Sra. Violeta Moizé Arcone

UCI Y UNIDAD CORONARIA

EQUIPO DR. JAVIER GURRI HERNÁNDEZ

Dr. Joaquim Puig Forcada
Dr. Arturo Boix Boix
Dr. Gabriel Gusi Tragant
Dr. Gustavo de Leon
Dr. Marcos Delgado Martín
Dr. José Mancoño González

URGENCIAS QUIRÓN

COORDINADOR DR. FERNANDO CERETO

CASTRO

Urgencias Medicina
Urgencias Traumatología
Urgencias Pediatría
Urgencias Ginecología y Obstetricia
Urgencias Cirugía

UROLOGÍA

EQUIPO DR. RAMÓN GUIDO SERRATE AGUILERA - DR. ANTONIO ALCÁRAZ ASENSIO

Dr. M. José Ribal Caparrós
Dr. Rosa M. Regué Aldosa
Dr. José Vendrell Buenavida
Dr. José Luis González Sala
Dr. Ali Ahmad Wahab Awada
Dr. Alfredo Rodríguez Rodríguez (Urodinamias)
Dr. Alfredo Cetina Herrando (Ecografista)
Dr. Manuel Jesús Vericat Porcar (Ecografista)
Dr. Ana María Puigvert Martínez (Andróloga)
EQUIPO DR. JUAN JOSÉ AGUILÓ PRIETO
EQUIPO DR. MIGUEL ÁNGEL LÓPEZ COSTEA
Dr. Manuel Castells Esteve
Dr. Lluís Fumadó Ciutat

Teléfono Call Center:
902 444 446

Hospital Quirón Madrid

ALERGOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ana Pérez Montero
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Raquel Palacios Benito

ANATOMÍA PATOLÓGICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Agustín Acevedo Barberá
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Margarita L. Elices Apellaniz
Dr. Jorge Luis Mayor Jerez
Dr. Teresa Reina Durán

ANESTESIOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Rocio Díez Munar
Dr. Ricardo Ojea Yáñez
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Javier Alberti Maroño
Dr. Miguel Angel Amat Cecilia
Dr. José Agustín Benito Menéndez
Dr. Brian A. Calderón del Aguila
Dr. M^a del Pilar Casado Romo
Dr. Ana Fernández Pérez
Dr. Emilio Juan Fernández Sanchez
Dr. Ramón Antonio Galvez Ruiz
Dr. Carlos Alberto Hernández Araque
Dr. Esperanza Jimenez Mateos
Dr. Reinaldo Martínez González
Dr. Miguel Angel Palomero Rodríguez
Dr. Gonzalo Puebla Gil
Dr. M^a Teresa Rubio Capella
Dr. Pascual Sanabria Carretero
Dr. Emilio José Vallina Fernández

BANCO DE SANGRE

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Adrian Alegre Amor
EQUIPO MÉDICO:
Dr. M^a José Fernández de Villalta Dehesa
Dr. Juan López Pascual
Dr. Julián Sevilla Navarro

C. PLÁSTICA, ESTÉTICA Y REPARADORA

JEFE DE SERVICIO:
Jose Luis Martín del Yerro Coca
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Eva Verónica Fernández Sánchez
Dr. Alvaro Fernández García
Dr. Beatriz González Meli
Anestesiología Dra. Sonia González Fernandez
Anestesiología Dr. Fernando Guillén Ramírez
Dr. Emilio José Moreno González
Dr. Susana Puga Morao
Dr. José Manuel Rodríguez Vegas
Dr. Ignacio Sanz Alonso

CARDIOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Angel Cabrera Rodríguez
EQUIPO MÉDICO:
Dr. María Aurora Fernández Ruiz
Dr. Beatriz Fuertes Suárez
Dr. Guillermo Galeote García
Dr. Ana María García López
Dr. Eva González Caballero
Dr. Angel Grande Ruiz
Dr. Jose Raúl Moreno Gómez
Dr. Ana Peinado Esteban
Dr. Gonzalo Pizarro Sánchez

CIRUGÍA CARDIACA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Alberto Forteza Gil
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Jorge Centeno Rodríguez
Dr. Rubén Osvaldo Greco Martínez
Dr. Carlos Esteban Martín López

CIRUGÍA GENERAL Y DEL APARATO DIGESTIVO

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Javier Calleja Kempin
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Saib Bukdash
Dr. Pablo Cereceda Barbero
Dr. Wenceslao Vázquez Jiménez
Dr. Fermín Velasco Pascual de Zulueta

CIRUGÍA ORAL Y MAXILOFACIAL

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Julio Acero Sanz
EQUIPO MÉDICO:
Dr. José Luis Crespo Escudero
Dr. Ignacio García Recuero
Dr. Ana Belén Guerra Martínez
Dr. Germán Macía Colón
Dr. Fernando Nájera Sotorrió
Dr. Victor Manuel Paz, De Hermoso

CIRUGÍA PEDIÁTRICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Juan Carlos López Gutiérrez
EQUIPO MÉDICO:
Dr. José Lorenzo Alonso Calderón
Dr. Luis Felipe Ávila Ramírez
Dr. Laura Burgos Lucena
Dr. Jose Luis Encinas Hernández
Dr. Alfonso Fernández Sánchez
Dr. Enrique Jaureguizar Monereo
Dr. Pedro López Pereira
Dr. Ana Lourdes Luis Huertas
Dr. Juan José Vázquez Estévez

CIRUGÍA TORÁCICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Andrés Varela de Ugarte
EQUIPO MÉDICO:
Dr. José Carlos Meneses Pardo
Dr. Francisco Javier Moradiellos Díez

CIRUGÍA VASCULAR

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Enrique Puras Mallagray
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Jesús Alfayate García
Dr. María Antonia Cruz de López

DIAGNÓSTICO POR LA IMAGEN

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Vicente Martínez de Vega Fernández
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Elena Alvarez Moreno
Dr. Raquel Cano Alonso
Dr. Jesús María Capilla Ampudia
Dr. Javier Carrascos Arranz
Dr. María del Carmen Carreira Gómez
Dr. Alfredo Casasco
Dr. Miguel Chiva de Agustín
Dr. Polo Guimaraens
Dr. Luis Herraiz Hidalgo
Dr. Mar Jiménez De la Peña
Dr. Manuel Recio Rodríguez
Dr. Juan Sanchez Corral

DERMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. M^a José García Fernández de Villalta
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Diego de Argila Fernández-Durán
Dr. Yolanda Delgado Jiménez
Dr. Blanca Díaz Ley
Dr. Reyes Gamó Villegas
Depilación Laser Dra. María Guadalupe Pajares Carabajal
Dr. Javier Pedráz Muñoz
Dr. Diana Ruiz Genao
Dr. Elena Zamora Martínez

ENDOSCOPIA DIGESTIVA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Diego Juzgado Lucas
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Carlos Arocena Aranguren
Dr. José Ramón Foruny Alcina
Dr. Fernando González-Panizo Tamargo
Dr. Antonio María López San Román
Dr. Mercedes Moya Valdes
Dr. José María Riesco López
Dr. Miguel Rivero Fernández
Dr. Manuel Van Domselaar
Dr. Enrique Vázquez Sequeiros
Dr. Leticia Zapatero Zamora

ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Esteban Jódar Gimeno
EQUIPO MÉDICO: Dra. Sharon Azriel Mira
Dr. Gema García Romero de Tejada
Dr. Amparo Marco Martínez

GENÉTICA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Mónica Renedo Gancedo
Dr. Miguel María Urioste Azcorra

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ricardo Sainz de la Cuesta Abbad
Jefe Asociado Dr. José Ángel Espinosa Barrañón
Jefe Asociado Dr. Ginés Hernandez Cortés
Jefe Asociado - R.A. Dr. Antonio Gosálvez Vega
Prenatal Dr. Juan José Arbúes Gabarre
Dr. Marina Ainhoa Cañamares Martín
Dr. Mercedes Espada Vaquero
Dr. Gema García Galvez
Dr. José Rafaél García Flores
Dr. Alexandra Eva Henríquez Linares
Dr. Concepción Lucas de Ortega
Dr. Cristina Rodríguez Marquez
Dr. M^a Montserrat Uriel Calvo
Guardias Dra. M^a del Mar Alonso Guerrero
Guardias Dra. Sofía Aragón Sanchez
Guardias Dra. Ana Esmeralda Cano Cuetos
Guardias Dra. María Cerrillo Martínez
Guardias Dr. Gonzalo Jiménez Alba
Guardias Dr. Rolando Ledeza Vázquez
Guardias Dr. Julio Cesar López Gómez
Guardias Dra. Laura Marqueta Marqués
Guardias Dra. María Martínez Pérez
Guardias Dra. María Jovita Otazua Morte
Guardias Dr. Oscar Augusto Oviedo Moreno
Guardias Dra. M^a Dolores Pilar Pérez-Jarajíz López-Zabala
Guardias Dr. Alvaro Tejerizo García
Reproducción Asistida Dra. Laura María Melado Vidales
Reproducción Asistida Dra. Marta Ramos Luque
Reproducción Asistida-Bióloga Dra. Isabel Galán Carrillo
Reproducción Asistida-Bióloga Dra. Miriam Iglesias Núñez

HEMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José María Fernández Rañada
Jefe Asociado:
Dr. Antonio Escudero Soto

EQUIPO MÉDICO:

Dr. Concepción Aláez Usón
Dr. Aránzazu Alonso Alonso
Dr. Juan López Pascual
Dr. Eva María Martí Ballesteros
Dr. Carmen Martínez Chamorro
Dr. Begoña Navas Elorza

MEDICINA INTENSIVA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Felix Jesús Lacombe Lanuza
EQUIPO MÉDICO:
Dr. Ricardo García Hernández
Dr. Alberto Hernández Tejedor
Dr. Jorge Lucas Ponce
Dr. María Mateo Barrientos
Dr. Miriam Ochoa Calero
Dr. Alicia Pérez Blanco
Dr. Rafael Ruiz de Luna
Dr. Ignacio Salaverría Garzón
Dr. María Eugenia Sevillano Pérez
Dr. María Susana Temprano Vazquez
Dr. M^a del Rosario Truchero Angulo

MEDICINA INTERNA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Daniel Carnevali Ruiz
EQUIPO MÉDICO:
Dr. M^a del Carmen Díaz Pedroche
Dr. Jose Manuel Luque Pinilla
Dr. M^a Dolores Sanchez Manzano Médico Colaborador :
Dr. Juan García Puig

MEDICINA NUCLEAR

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Antonio Cabrera Villegas
Dr. Jorge Mucientes Rasilla

NEFROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Fernando Liaño García

NEUMOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jose M^o Echave-Sustaeta
María-Tomé
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. José Alfaro Abreu
 Dr. Eduardo de Miguel Poch
 Dr. Ricardo García Luján
 Pediatría Dra. Elena Urgellés
 Fajardo

NEUROCIROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Carlos Ruiz-Ocaña Montalvo
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. Santiago Gil-Robles Mathieu
 de Vienne
 Dr. José Hinojosa Mena

NEUROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Rafael Arroyo González
 EQUIPO MÉDICO:
 Neuropediatría Dr. Alberto
 Fernández Jaén
 Epilepsia Dra. Anne Goméz
 Caicoya
 Dr. Antonio Guerrero Sola
 Neuropediatría Dr. Daniel Martín
 Fernández-Mayoralas
 Lab. Electromiografía Dr. Pedro
 Moreno Fernández
 Dr. Javier Pardo Moreno
 Cefaleas y Patol. del Sueño
 Dr. Juan A. Pareja Grande
 Neuropsicología Dra. Raquel
 Yubero Pancorbo

OFTALMOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Alfredo Castillo Gómez
Dr. Carlos Palomino Bautista
 JEFE DE SERVICIO ASOCIADO:
 Francisco Javier Hornedo Muguero
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. M^o Mercedes Alarcón Tomás
 Dr. Félix Armada Maresca
 Dr. Antonio Clariana Martín
 Dr. Enrique de la Sotilla Normand
 Dr. Ignacio Genol Saavedra
 Dra. Rosa Martín Carribero
 Dr. Jesús Vicente Ortiz Castillo
 Dra. Susana Trinidad Ruiz Cabrera

ONCOLOGÍA MÉDICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ramón Pérez Carrión
 JEFE DE SERVICIO ASOCIADO:
Dr. Francisco Javier Hornedo Muguero
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. Lucía González Cortijo
 Dra. Ana María González Ageitos
 Dr. Pedro Salinas Hernández

ONCOLOGÍA PEDIÁTRICA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Luis Madero López
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. Marta Baragaño González

ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Elia Cerro del Peñalver
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. Felipe Couñago Lorenzo

OTORRINOLARINGOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Carlos Ruiz Escudero
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. Ana Marta Abad Pascual
 Dra. Ana Alás Ruperez
 Dr. Jose Miguel Aparicio
 Fernández
 Logopedia Dra. Lorena Fernández
 Gil
 Dr. Javier Hernández Calvín
 Dr. Carlos Herráiz Puchol
 Dra. Ana Elvira Machado Martín

PEDIATRÍA Y NEONATOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Fernando Cabañas González
 EQUIPO MÉDICO:
 Neonatología Dra. Teresa Aranda
 Calleja
 Dra. Inmaculada Bodegas Canora
 Dra. M^o del Carmen Bravo Laguna
 Neonatología Dra. María Ángeles
 Caballero Martín
 Dra. María CORMENAZA Carpio

Dr. Luis Fernández de Pablo Pascual
 Dra. María Teresa Díaz López
 Neonatología Dra. Izascun
 Doronsoro Martín
 Neonatología Dra. M^o de la
 Esperanza Escribano Palomino
 Dra. Teresa Ferrando Lucas
 Digestivo Pediátrico Dra. Marta
 García Fernández de Villalta
 Dra. M^o Teresa Gómez Muguiza
 Neonatología Dra. Elena Pilar
 Gutiérrez González
 Dr. Ibrahim Hassan Moustafa
 Dra. Eliana Lopes Santos
 Dra. Manuela López Azorín
 Dra. Paloma López Ortego
 Dra. M^o Cristina López Ortego
 Dra. M^o Dolores Lledín Barbancho
 Dr. Hector Uriel Martínez Boniche
 Dra. Lucrecia Estela Medina
 Neonatología Dra. Lara Olazar Gómez
 Endocrinólogo pediátrico Dr.
 Francisco José Pelayo Baeza
 Neonatología Dra. Adelina Pellicer
 Martínez
 Dr. Fabienne Robuschi Lestouquet
 Dra. Lucía Alejandra Rodriguez
 Cuitiño
 Endocrinólogo pediátrico Dr.
 Jaime Sanchez Del Pozo
 Neonatología Dra. Laura Sanchez
 García
 Dr. Francisco José Sanz Santaeufemia
 Dra. Cristina Schuffelmann Gutiérrez
 Dra. Elena Urgellés Fajardo
 Dr. Carlos Antonio Uzquiano Ferreyra
 Dra. Teresa Vara Izquierdo
 Dra. Cristina Verdú Sanchez

PSIQUIATRÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Jose Luis Martínez Fernández
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. Antonio Carrillo Gómez
 Dr. Rafaél Fernández García-Andrade
 Dra. Julia García-Albea Martín
 Dr. José Gimillo Asensio
 Dra. M^o José Lobato Rodriguez
 Dr. José Luis Miguel Pedrero

REHABILITACIÓN Y MEDICINA DEL DEPORTE

JEFES DE SERVICIO:
 Médico **Dr. Jesús Enrique Olmo Navas**
 Médico **Dr. Luis Javier Serratos**
Fernández
 Fisioterapeuta **Dr. Miguel Ángel**
Prieto Adanero
 Fisioterapeuta **Dr. Olegario**
Regidor García
 EQUIPO MÉDICO:
 Médico Dra. María Eugenia Delpón
 Huete
 Médico Dra. Iciar Guadaño García
 Médico Dra. María Pilar Valverde
 Mateos

REUMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Marco Moreno Zazo

TRAUMATOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Artrosc.hombro/codo. Rodilla/
Cadera.Tumoresym.depor.
Dr. Rafael Canosa Sevillano
 EQUIPO MÉDICO:
 U.de columna adulto/infantil Dr.
 Luis Ignacio Álvarez García de
 Quesada
 Dr. Rodrigo Carrillo Albornoz Nuño
 Traumatología General Dr. Anibal
 Ganem Prats
 Ortopedia Infantil Dr. Borja López
 Hernando
 Pie y tobillo Dr. Ernesto Maceira
 Suárez
 Traumatología general Dra. Nuria
 Martínez López
 Traumatología General Dr. Jorge
 Montaña Benavides
 Pie y tobillo Dr. Manuel
 Monteagudo De la rosa
 Traumatología general Dra. Teresa
 Muñoz Sicilia
 Dr. Enrique Carlos San Isidro
 Vallejo
 Artroscopia muñeca/
 mano,hombro y codo,cadera.
 Ortopedia Adulto. Dr. Jose
 Tabuena Dumortier
 Traumatología general Dr. José
 Alberto Zafra Jiménez

UNIDAD DE CHEQUEOS

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Christian Shin

UNIDAD DE TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Carmen Ponce de León
Hernández
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. Carine Castillo del Zargarian
 Dra. Lourdes Pajarón Rodríguez

UNIDAD DEL DOLOR

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Ricardo González Durán
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. Ignacio Javier Hernández
 Ferreras

URGENCIAS

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Daniel Carnevali Ruiz
 EQUIPO MÉDICO:
 Dra. Milagros Alonso Alvaro
 Dr. Santiago Alvarez Montero
 Dr. Eduardo Antolín Sáez
 Dr. Fátima Bermejo Fernández
 Dr. Luis Brito Jiménez
 Dr. Julio Antonio Cordova López
 Dra. Elena Díez Huidobro
 Dra. Gisela Ileana Feltes Guzmán
 Dr. Federico Germán Feltes Guzmán
 Dra. M^o de los Milagros Fernández
 Solís
 Dr. Angel Luis Lindo Torres
 Dra. Mihaela Lorella Manescu
 Dr. José Fernando Madrigal Valdés
 Dr. Alexis Marcheco Pupo
 Dr. Juan Ramón Mariño Reyes
 Dra. Gloria María Martínez Marcos
 Dr. Jorge Nestor Ribero Fernández
 Dr. Jon Koldo Sagardui Villamor
 Dr. Pedro Tenorio Cañamas
 Dra. Olga Vicente López

UROLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Jose Manuel Rodríguez Luna
 EQUIPO MÉDICO:
 Dr. César Carrera Puerta
 Dr. Víctor Díez Nicolás
 Dr. David García Ortells
 Dr. Enrique Sanz Mayayo
 Dr. Miguel Francisco Téllez
 Martínez-Fornés
 Dr. Jorge Vallejo Herrador

Hospital Quirón
 Málaga*

ANATOMÍA PATOLÓGICA

Dr. Andrés Sanz Trelles, jefe de
servicio
 Dr. Miguel Ignacio Valenzuela
 Serrano
 Dr. Pablo Rosas Ledesma

ANESTESIA Y REANIMACIÓN

Dr. Inmaculada Pintos
Fernández, jefa de servicio
Dr. Santiago Partal Méndez,
jefe de servicio

APARATO DIGESTIVO.

Dr. José Manuel Mínguez Cortés,
jefe de servicio
 Dra. Inmaculada Santaella Leiva

CARDIOLOGÍA

Dr. José Francisco Carretero Ruiz,
jefe de servicio
 Dr. Francisco Torres Calvo.
 Dr. Benito Zayas Ganformina
 Dr. Miguel Álvarez López
 Dra. Olga Sanz Vázquez
 Dr. Victorio Cuenca Peiró

CIRUGÍA CARDIACA

Dr. José María Arqué Gibernau,
jefe de servicio
 Dr. Juan Miguel Gil Jaurena.

CIRUGÍA GENERAL Y DIGESTIVA

Dr. César Pablo Ramírez Plaza,
jefe de servicio
 Dr. Joaquín Carrasco Campos
 Dr. Antonio Jesús González
 Sánchez
 Dr. Daniel Palomo Terrero

CIRUGÍA ORAL Y MAXILOFACIAL

Dr. Primitivo Pablo de la Quintana
Beltrán, jefe de servicio

CIRUGÍA PEDIÁTRICA

Dr. Fernando Claudio Camacho
González, jefe de servicio

CIRUGÍA PLÁSTICA,

ESTÉTICA Y REPADORA
Dr. Alexander Amir Aslani,
jefe de servicio
 Dr. Manuel Ortiz Avelló.

CIRUGÍA TORÁCICA

Dr. Antonio Fernández de Rota
Avecilla, jefe de servicio
 Dr. Ricardo Arrabal Sánchez

DERMATOLOGÍA

Y VENEROLOGÍA
Dr. Silvestre Martínez García,
jefe de servicio
 Dr. Javier Romero Gómez

DIAGNÓSTICO POR LA IMAGEN

Dr. Carlos Javier Alonso Sierra,
jefe de servicio
 Dr. Ignacio Rivera Sánchez.
 Dr. José Rodríguez Mesa.
 Radiología Vascular
 Intervencionista

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

Dr. Andrés Carlos López Díaz,
jefe de servicio
 Dra. Ana Aróstegui Ruiz
 Dra. Araceli Martín de Soto Ambroa
 Dra. Encarnación Bastida Torres
 Dr. Francisco González Carvajal
 Dr. Gonzalo Sánchez del Cura
 Dr. Jesús García García
 Dr. José Andrés García Alonso
 Dr. Juan Domínguez Carrillo
 Dr. Luis Córdor Muñoz
 Dra. Luisa de Villegas García de
 Quesada
 Dr. Manuel Lozano Sánchez
 Dr. Manuel Gómez Castellanos
 Dra. María del Mar Bellido Moreno
 Dr. Rafael Laza Herrera

HEMATOLOGÍA

Dra. Gemma Ramírez Ramírez
 Dra- María del Carmen Villalta
 Camacho

MEDICINA INTENSIVA

Dr. José Antonio Benítez Lozano,
jefe de servicio
 Dr. Benito Zayas
 Dra. Carmen Caler
 Dra. Cristina Salazar
 Dra. Dolores Briones López
 Dr. Francisco Rodríguez
 Dra. Isabel Fernández García
 Dr. Javier Blasco
 Dr. José Luis Muñoz Muñoz
 Dr. José Manuel Moreno Galván

MEDICINA INTERNA

Dr. Carolina Díaz Cobos,
jefa de servicio
 Dra. Dolores López Carmona
 Dr. Iván Pérez de Pedro

NEUMOLOGÍA

Dr. José Daniel Alcázar Ramírez,
jefe de servicio
 Dr. José Bujalance Zafra

OFTALMOLOGÍA

Dr. Ramón Sánchez Palencia,
jefe de servicio

ONCOLOGÍA

José Antonio Ortega, jefe de
servicio
 José Miguel Jurado

OTORRINOLARINGOLOGÍA

Dr. Rafael Ruiz- Rico Ruiz-Morón,
jefe de servicio

PEDIATRÍA

Dr. Manuel Ramón Baca Cots,
jefe de servicio
 Dr. Antonio Madrid Madrid
 Dra. Carmen Martínez Gil
 Dr. Emilio Pérez Bonilla
 Dra. Ester Rojas Gracia
 Dr. Juan Manuel Fernández Lorenzo
 Dra. María de los Ángeles Olalla
 Sánchez
 Dra. Paula Martín Mora

URGENCIAS Y

MEDICINA FAMILIAR

Dr. José Félix Martínez López,
jefe de servicio
 Dr. Antonio Trillo Carrera
 Dr. Baldomero Martínez Alfaro
 Dr. Daniel Cobos Guillot
 Dr. Emilio Redondo Ruiz
 Dr. Francisco Colorado Sampere
 Dra. Isabel Leiva Aranda
 Dr. Iván Villar Mena
 Dr. José Antonio Sánchez Rodríguez
 Dr. José Luis Ayala Ruiz.
 Dr. José María Benavente Ramos
 Dr. Luis Ayala Jiménez
 Dra. Olivia Moreno Ferrer
 Dra. Saad Eddine Bencheikh

TRAUMATOLOGÍA

Dr. Rafael López Arévalo,
jefe de servicio
 Dr. Javier de Santos de la Fuente
 Dr. Jorge Mariscal Lara
 Dr. Víctor Morales Marcos
 Dr. Víctor Urbano Labajos
 Dra. Cristina Green Heredia

NEUROCIENCIAS

Dr. Víctor Manuel Campos Arillo,
coordinador del servicio
Neurología

Dr. Víctor Manuel Campos Arillo,
jefe de servicio
 Dra. Elena Vila
 Dra. Antoniana Mámol

Neurocirugía

Dr. Juan Antonio Esteban Vera,
jefe de servicio
Psiquiatría

Dr. José Antonio Fernández
Benítez, jefe de servicio
Neurofisiología

Dr. Daniel González Gálvez,
jefe de servicio
Psicología Clínica

Dra. María Donaire Martínez,
jefa de servicio
Neuropsicología

Dra. Cristina Green Heredia,
jefa de servicio
Fisioterapia

Dra. Patricia Adrados Gómez,
jefa de servicio
 Dra. Mar Peñarrubia

Dra. Patricia Adrados, terapeuta
ocupacional
Logopedia

Dra. Paola Ferrer Baldomero,
jefa de servicio

REPRODUCCIÓN ASISTIDA

Dr. Enrique Pérez de la Blanca,
jefe de servicio
 Dña. Ana Belén Quero Carazo,
 psicóloga
 Dña. Elena del Mar Martín Díaz,
 bióloga
 Dña Eva Cogollos Úbeda, bióloga
 Dr. Francisco Martínez Díaz,
 responsable del laboratorio
 Dra. Lola Pascual Llopis
 Dr. Luis Alonso Pacheco
 Dra. María López Muñoz

Hospital Quirón San Sebastián

ANÁLISIS CLÍNICOS

Dr. Carmen Buil Ferrer
Dr. Sara Aguadero García

ANATOMÍA PATOLÓGICA

Dr. Ricardo Rezola Solaun
Dr. Kepa Elorriaga Barandiaran

ANESTESIOLOGÍA

Dr. Javier Sanz Lipuzcoa
Dr. Marco Cristiani
Dr. Inmaculada Ochoa Díaz
Dr. Eduardo Sustacha Elorduy
Dr. Miguel Ángel Marín Paredes

APARATO DIGESTIVO Y ENDOSCOPIA

Dr. Ángel Tejada Calabia
Dr. Leticia Martín Martín
Dr. Roberto Martínez Pardavila

CHEQUEOS MÉDICOS

Dr. Iñaki Ayesa Orobengoa

CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

Dr. Guillermo Larrañaga Safontas

CIRUGÍA GENERAL Y DEL APARATO DIGESTIVO

Dr. Juan Ignacio Alberdi Loinaz
Dr. Ana De Frutos Gomero
Dr. Roberto Martínez Pardavila

CIRUGÍA MAXILOFACIAL

Dr. Fco. Javier Elizondo Lazcano

CIRUGÍA PEDIÁTRICA

Dr. Mikel Barriola Echevarría

CIRUGÍA PLÁSTICA, REPARADORA Y ESTÉTICA

Dr. Óscar Villafañe Casante
Dr. Ainhoa De Amador De la Granja
Dr. Alberto De Cecilia Gómez
Dr. Alazne Manero Aramburu

CIRUGÍA VASCULAR

Dr. Juan Ignacio Alberdi Loinaz
Dr. Ana De Frutos Gamero

DERMATOLOGÍA

Dr. Gonzalo Serrano Ibarbia
Dr. M^a Asunción Arregui Murua

DIAGNÓSTICO POR IMAGEN

Dr. Carlos Pagola Villar
Dr. Xabier Arozena Gostegui
Dr. Miguel Zarco Fernández

DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

Dr. M^a Teresa Gaztañaga
Aurrekoetxea

FISIOTERAPIA

Haritza Cristóbal Iruetagoiena

GENÉTICA

Arantza Guembe Echarri
Lorena Rodríguez Vierbücher

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

Dr. Koldo Carbonero Martínez
Dr. Felipe Atutxa Esparta
Dr. Ysmael Álvarez Espinosa
Dr. Karim Palacios Chávez

HEMATOLOGÍA / BANCO DE SANGRE

Dr. M^a José Diego Benito

LOGOPEDIA

Ainhoa Pérez Sánchez

MEDICINA DEL DEPORTE

Dr. Ricardo Jiménez Mangas
Dr. Haritz Azcárate Alcorta
Dr. Guillermo Murguía Pujol

MEDICINA ESTÉTICA

Dr. Esther Sáez Aldana

MEDICINA INTERNA

Dr. Jose Antonio Barrios Maeso

MEDICINA PREVENTIVA

Dr. Ricardo Rincón Amezquita

NEUROCIURUGÍA

Dr. Eduardo Ramos Sáez

NEUROFISIOLOGÍA

Dr. Segundo Ramírez Cruceras

NEUROLOGÍA

Dr. Segundo Ramírez Cruceras
Dr. Miguel Urtasun Ocariz

ODONTO-ESTOMATOLOGÍA

Dr. Santiago Pardo Mindán
Dr. José Cruz Ruiz Villandiego

OFTALMOLOGÍA

Dr. Giacomo de Benedetti
Dr. Jon Albisu Urmeneta

OSTEOPATÍA

Jose Luis Etxepare Txapartegui
José Luis Apeztegia Fiel
Aitor Asensio Valverde
Amaia Etxebeste García

OTORRINOLARINGOLOGÍA

Dr. Ángel Ispizua Gutiérrez
Dr. Gemma Garmendia Merino
Dr. Fermín Matellanes Pomeida
Dr. Alberto Urrutikoetxea Sarriegi

PEDIATRÍA Y NEONATOLOGÍA

Dr. Zunilda Santos Francisco
Dr. Marcela Pérez Castelli
Dr. Andrea Dip

PODOLOGÍA

Faustino Lázaro Sancho
Aitor Barros Alfonso

PSICOLOGÍA

Vicenta Giménez Mollá
Ana M^a Sánchez Alias

PSIQUIATRÍA

Dr. Rafael Benito Moraga
Dr. Alicia Izko Gastón

PSIQUIATRÍA INFANTIL

Dr. Carmen Ortiz De Zárate

REHABILITACIÓN

Dr. Arantza Higuelmo Benavides

REPRODUCCIÓN ASISTIDA

Dr. Koldo Carbonero Martínez
Dr. Miren Mandiola
Arizmendiarieta
Vicenta Giménez Mollá

REUMATOLOGÍA

Dr. Bernat Galarraga

TRAUMATOLOGÍA

Dr. Ricardo Cuéllar Gutiérrez
Dr. Gaspar De la Herrán Nuñez
Dr. M^a Pilar Etxabe Etxaniz
Dr. Juan Ponte Tellechea
Dr. Mikel Zaldua Unanue
Dr. Agustín Álvarez García
Dr. Javier Goyeneche Paternain
Dr. Antonio Martínez Armendáriz
Dr. Enrique Moreno Zurriarrain
Dr. Ignacio Torre Fernández

URGENCIAS Y MEDICINA GENERAL

Dr. Ignacio Ayesa Orobengoa
Dr. Iñigo Gil Barrena
Dr. Gurutz Olariaga Jáuregui
Dr. Ricardo Rincón Amezquita
Dr. Mateo Sampedro Vidaurre
Dr. Juan Sastre Forest

UROLOGÍA

Dr. Ramón Ibáñez Aiceburu
Dr. Gregorio Garmendia Olaizola
Dr. Jose A. Rodríguez Andrés

VALORACIÓN DEL DAÑO CORPORAL

Dr. Ángel Lafuente Aboin
Dr. Armando Manjarres Sánchez

Hospital Quirón Valencia

ALERGOLOGÍA Y ALERGOLOGÍA INFANTIL

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Sofía López Usero

ANÁLISIS CLÍNICOS

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Patricia Albert Sánchez
Equipo Médico:
Dr. Javier Barberá Comes

ANATOMÍA PATOLÓGICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Javier Alcácer García
Equipo Médico:
Dr. Octavio Burgués Gasión
Dr. Nuria Rausell Fontestad

ANESTESIA QUIRÓN

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Pedro Martínez Casañ
Equipo Médico:
Dr. David Barbas Galindo
Dr. Santiago Botella Cubells
Dr. Carolina Ferrer Gómez
Dr. Juan Gallego García
Dr. Tania García Andreu
Dr. Inmaculada Latonda Pedraza
Dr. Julio Llopis Ferrando
Dr. Julio Llorens Herrerías
Dr. M^a Carmen Martínez Jiménez
Dr. Fernando Tornero Ibáñez
Dr. Juan Carlos Valía Vera

ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR

Equipo Dr. Martínez León
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ignacio Martínez León
Equipo Médico:
Dr. Manuel Arrébola López
Dr. Eugenio Tejerina Botella
Equipo Dr. Ramiro Verdejo
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ramiro Verdejo Tamarit
Equipo Médico:
Dr. Ignacio Crespo Moreno
Dr. Salvador Martínez Meléndez

CARDIOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Javier Haba Ejarque
Equipo Médico:
Dr. Amparo Aguilar Llopis
Dr. Pedro Rollán Pérez
Dr. Manuel Valor Beltrán

CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Eduardo Otero Coto

CIRUGÍA ENDOCRINOLÓGICA

Clinica Integral de
Cirugía de la obesidad
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Joaquín Ortega Serrano
Instituto de cirugía Integral
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Carlos Sala Palau

CIRUGÍA GENERAL Y APARATO DIGESTIVO

Unidad de Cirugía Valencia
Quirúrgica
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Fernando Carbonell Tatay
Equipo Médico:
Dr. Santiago Bonafé Diana
Dr. Elena Cepeda Callejo
Dr. Manuel De Juan Burgueño
Instituto de Cirugía I.C.A.D
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Manuel Planells Roig
Equipo Médico:
Dr. Rafael García Espinosa

CIRUGÍA MAXILOFACIAL Y ORAL

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Fernando Gómez López

CIRUGÍA PLÁSTICA

Equipo Dr. Amorrtu
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jorge Amorrtu Velayos

Equipo Dr. Soler
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Santiago Soler Nomdedeu
Unidad de Cirugía Estética
Minimamente Invasiva
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Diego Martínez Gómez
Equipo Médico:
Dr. M^a Ángeles Torrico Folgado

CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLÓGICA

Ortotrauma
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Eduardo Sánchez Alepuz
Equipo Médico:
Dr. Felicidad Calduch Selma
Dr. Vicente Carratalá Ferrer
Dr. Felipe Garibo Caballero
Dr. Iván Morales Vargas
Dr. Héctor Félix Rupérez Baixauli
Unitrauma
JEFE DE SERVICIO:
Dr. David Bayona Luna
Equipo Médico:
Dr. Valentin Bonet Asensio
Dr. Enrique José Gargallo Verge
Dr. Jose Torres Ge
ICOT
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Rafael Llombart Aís
Trauma-Sport
Dr. Vicente Garrigues Trénor
Dr. José Luis López Peris
Dr. Ignacio Nebot Sanchis

CIRUGÍA TORÁCICA

Unidad de Cirugía Torácica
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Antonio Cantó Armengol
Equipo Médico:
Dr. Ángel García Zarza

COLOPROCTOLOGÍA

Dr. José Pedro Esclápez Valero
Dr. Blas Flor Lorente

DERMATOLOGÍA

Equipo Dr. Ricart
JEFE DE SERVICIO:
Dr. José M^a Ricart Vayá
Equipo médico:
Dr. Gabriela Arana
Dr. Cecilia Laguna Argente
Dr. Jose M^a Martín Hernández
Dr. M^a Carmen Ortega Monzo
Dr. Raquel Sánchez Castaño
Dr. Lidia Tomás Mallebrera
Dr. Arantxa Torrijos Aguilar
Equipo Dr. Pujol
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Conrad Pujol Marco

DIAGNÓSTICO PRENATAL

JEFE DE SERVICIO:
Dr. M^a José Hueso Villanueva
Equipo Médico:
Dr. Rosa M^a Gómez Portero
Dr. Llanos Gómez Tebar
Dr. Gema Pérez Martínez

DIGESTIVO

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Julio Ponce García
Equipo Médico:
Dr. Virginia Pertejo Pastor
Dr. Marta Ponce Romero
Dr. Antonio Rodríguez González
Unidad de endoscopias:
Dr. Virginia Pertejo Pastor
Dr. Marta Ponce Romero
Dr. Antonio Rodríguez González

ELECTROFISIOLOGÍA CARDÍACA Y ARRITMIAS

Dr. Salvador Morell Cabedo
Dr. Ricardo Ruiz Granell

ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

Equipo Dr. Pascual
JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jaime Pascual Ballesteros
Equipo Dra. Cubells

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Pilar Cubells Cascales
Dr. Pablo Abellán Galiana

GERIATRÍA

Dr. Agustín de la Torre Sánchez
Dr. Jacinto Mari Martínez

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA Unidad de Obstetricia y Ginecología

Dra. Patricia Burguete Fenollosa
Dra. M^a Teresa Izquierdo Puchol
Dra. Ana Marbella Muñoz Jaramillo
Dra. María del Mar Ramírez Blasco
Unidad de Ginecología
y Obstetricia Quirón
Dr. Valentín Morán López
Dra. Natalia Ibáñez Meca
Dra. M^a José Puig Núñez
Unidad Tocoginecológica
Dr. Serafín Puig Miquel
Dr. Mariano Sanz Martínez
Dr. Ismael Zahrawi Zahrawi

HEMATOLOGÍA

JEFES DE SERVICIO:
Dr. Guillermo Cañigal Ferrando
Dr. Isabel Picón Roig

HEMODINÁMICA

Dr. Juan Vicente Vilar Herrero

LOGOPEDIA Y FONIATRÍA

JEFE DE SERVICIO:
Pilar Caballero Hueso

MEDICINA DEL ARTE

Dr. Angel Escudero Villanueva
Dr. Héctor Rupérez Caballero
Ricardo Roca Padilla

MEDICINA ESTÉTICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Judith Valiente García

MEDICINA GENERAL Y CHEQUEOS

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Vicente Mascarós Torres
Equipo Médico:
Dr. Antonio Domingo Valle

MEDICINA INTERNA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Vicente Giner Marco
Equipo Médico:
Dr. M^a Amparo Albert Contell

NEFROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Joaquín Panadero Sandoval

NEUMOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Vicente Greses Giner
Equipo Médico:
Dr. Pedro J. Cordero Rodríguez

NEUROCIURUGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Piquer Benlloch
Equipo Médico:
Dr. José Luis Llacer Ortega
Dr. Pedro Antonio Riesgo Suárez

NEUROFISIOLOGÍA CLÍNICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Juan Moliner Ibáñez
Equipo Médico:
Dra. Trinidad Blanco Hernández
Dra. Rosa Chilet Chilet
Dra. Pau Giner Bayarri

NEUROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Alfredo Gil Rodríguez
Equipo Médico:
Dr. Jose María Salom Juan
Dr. Alejandro Ponz de Tienda

NEUROPSICOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Mazón Herrero

NEURORRADIOLOGÍA

Dr. Víctor Vázquez Añón

NUTRICIÓN CLÍNICA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Carina Gimeno Uribes

ODONTOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Miguel Beltrán Andreu

Equipo Médico:

Dr. Ole Andresen Ribes

Dr. Aranzazu Cañigal Ortiz

Dr. Marta Ibor Miguel

Dr. M^º Angeles Matoses Miralles

Dr. Esther Olivera Aguilar

Dr. Antonia Pascual Ivars

Dr. Julio Quiles Fenollar

Dr. Barbara Soler Roig

Dr. Mónica Torregrosa José

OFTALMOLOGÍA

Unidad de Oftalmología Hospital Quirón

JEFES DE SERVICIO:

Dr. M^º Pilar López-Corell Vicent

Dr. Marina Marco Martín

Dr. José Marí Cotino

Dr. Miguel Harto Castaña

Equipo Médico:

Dr. Enrique Vicente López Sánchez

Dr. Jesús Grimaldos Ruiz

Equipo de Oftalmología Dr. Gómez

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Marcos Gómez García

Equipo Médico:

Dr. Vicente Navarro Fuster

Dr. Gloria Navarro Rogla

Dr. María Ortí Bravo

Dr. María Paradis Vives

Dr. Ricardo Ramón Cosín

Dr. Julián Zarco Bosquet

ONCOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. José Gómez Codina

Equipo Médico:

Dr. Carlos Burriel Ruiz

OTORRINOLARINGOLOGÍA

Equipo Dr. De la Fuente

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Luis De la Fuente Arjona

Equipo Médico:

Dr. Sebastián Moya Albiol

Dr. Inmaculada Puig González

Dr. M^º Teresa Urchueguía Navarro

Equipo Dr. Guiral

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Héctor Guiral Torner

Equipo Médico:

Dr. Anselmo Díaz Fernández

Dr. Ilona Kunze

Dr. M^º Victoria Martín Alda

Dr. Carlos Meseguer Escrivá

Dr. Manuel Vicent López

Equipo Dr. Brotons

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Simón Brotons Durban

PATOLOGÍA MAMARIA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Félix Checa Ayet

PEDIATRÍA

Equipo Médico:

Dr. Pilar Escuder Mas

Dr. Virginia Jarabo Garín

Dr. M^º del Carmen Rubio Álvarez

Dr. M^º Pilar Terradez Marco

Consultas Pediatría

Dr. Virginia Jarabo Garín

Dr. M^º del Carmen Rubio Álvarez

Dr. M^º Pilar Terradez Marco

Consultas Especialidades

Pediatricas

Sueño Infantil Dr. Gonzalo Pin

Arboledas

Gastroenterología pediátrica

Dr. Pablo Ferrer González

PODOLOGÍA

Jefa de Servicio:

Dr. Pilar Pérez Ros

Equipo Médico:

Dr. Francisco Martínez Arnau

Dr. María Tortosa Montañana

Dr. Ignacio Más Garrote

PREPARACIÓN AL PARTO

Amelia Buchón Escribano

PSICOLOGÍA CLÍNICA Y MUSICOTERAPIA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Sagrario Álvarez Valdeita

Equipo Médico:

Dr. Regina Fernández Canet

PSIQUIATRÍA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Marien Sánchez Martínez

Equipo Médico:

Dr. Eduardo Alapont

Dr. Alberto Castelllets Vilaplana

Dr. Jose Luis Gallego Llorente

Dr. Miguel Hernández Viadel

Dr. Humberto Ortiz

RADIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Julio Palmero da Cruz

Equipo Médico:

Dr. Elena Lonjedo Vicent

RADIOLOGÍA, RESONANCIA MAGNÉTICA Y T.A.C.

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Luis Martí Bonmatí

Equipo Médico:

Dr. Antonio Alonso Manjarrés

Dr. Estanislao Arana Fernández de Moya

Dr. Elena Belloch

Dr. Esther Blanch García

Dr. Cristina Bujeda Gómez

Dr. Julia Cano

Dr. Salvador Costa Hervas

Dr. M^º Pilar Ferrer Ripollés

Dr. Juana Forner Gómez

Dr. Vicente Hervás

Dr. Elena Lonjedo Vicent

Dr. Enrique Mollá Olmos

Dr. Cristina Ramirez Fuentes

Dr. Antonio Revert

REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Ángel Rubio Casquet

REUMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Juan José Lerma Garrido

UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Javier Belda Nacher

Equipo Médico:

Dr. Gerardo Aguilar

Dr. Maite Ballester

Dr. Lucía Gallego Ligorit

Dr. José García Asunción

Dr. Miguel García Raimundo

Dr. Antonio Guillem Bañuelos

Dr. Francisco J. Martí Canoves

Dr. Alberto Pérez Gil

Dr. Federico Peydró

Dr. Manolo Roig

Dr. Javier Tornero

UNIDAD DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA (FECUNDACIÓN IN VITRO)

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Javier Díaz García-Donato

Dr. Víctor Martín González

Dr. Elena Pau Espinosa

Equipo de Biólogas:

M^º José Catalá Pascual

Carla Olmedo Illueca

Marina Benavent Martínez

UNIDAD DEL DOLOR

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Francisco Pelegrín Hidalgo

Dr. Pedro Tomás Fenollosa

Vázquez

UNIDAD DE GENÉTICA CLÍNICA

IVGEN

UNIDAD DE PRUEBAS OTORNEUROLÓGICAS

Instituto Valenciano de la Sordera GAES

URGENCIAS

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Ignacio Garcia Virgós

Equipo Médico Urgencias

Generales:

Dr. Rafael Asins García

Dr. Yoselyn Coelho Díaz

M^º José Gómez García

Dr. Jose María Iranzo Velasco

Dr. Ezequiel Martínez Estrada

Dr. Alexander Menéndez Blasco

Dr. John Orozco

Dr. Maria Dolores Perales

Dr. M^º Teresa Resta Rabassa

Dr. Maribel Rodríguez Triana

Dr. M^º Isabel Sierra Martín

Dr. Juan Jose Soler Arnedo

Dr. Maureen Tello

Dr. Tobías Wagern

Equipo Médico Urgencias

Pediátricas:

Dr. Javier Bayona Luna

Dr. Karla Veronica De Vita Sanoja

Dr. Manuel Fornés Mániz

Dr. Rolando García García

Dr. Ignacio García Virgós

Dr. M^º Leticia Hirmas

Dr. Aina Menéndez Durán

Dr. Carmen Santamaría Creo

UROLOGÍA

Instituto de Urología y Andrología

Hospital Quirón

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Agustín Beamud Gómez

Equipo Médico:

Dr. Juan José Montserrat Momfort

Dr. Juan Vidal Moreno

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Alfredo Tramoyeres Celma

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Alfredo Tramoyeres Galván

Unidad del Láser Verde

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Emilio López Alcina

URODINÁMICA

JEFE DE SERVICIO:

Dr. José Medina Roig

VALORACIÓN DAÑO CORPORAL

JEFE DE SERVICIO:

Dr. Antonio Más Vila

COLABORADORES CLÍNICA QUIRÓN

Anatomía Patológica

Dr. Mireya Prieto Rodríguez

Ginecología, Longevidad

y Cirugía Estética

Instituto de Medicina de la Salud

Dr. Antonio Cano

Dr. Pilar Marquina Vila

Neurología

Dr. Juan Vilchez Padilla

Otorrinolaringología

Dr. Jorge Basterra Alegría

Patología Mamaria

Dr. Antonio Caballero Gárate

Dr. Francisco Llopis Martínez

Pediatría

Dr. Jose Francisco Elorza

Arizmendi

Psiquiatría

Dr. Maite Lázaro Casajús

Reconocimientos Empresa

Josep Sarrío S. L.

Reconocimientos Médicos

Dr. Julio Llerena Teruel

Reumatología

Dr. Antonio Gracia Pérez

Traumatología

Dr. Erik Montesinos Berry

Dr. Miguel Sanfeliu Giner

Unidad de Medicina

Psicosomática

Dr. Ángel Escudero Villanueva

Hospital Quirón

Vizcaya*-Centro de Reproducción Asistida Quirón Bilbao

ANÁLISIS CLÍNICOS

Dr. Mikel Longa Peña

Dr. Javier Muga Bustamente

ALERGOLOGÍA E INMUNOLOGÍA

Dr. Ignacio Javier Ansotegui Zubeldia

ANATOMÍA PATOLÓGICA

Dr. Amparo Iturriaga Mancisidor

Dr. Teresa Ibáñez Calle

APARATO DIGESTIVO

Dr. Juan A^º Arévalo Serna

CARDIOLOGÍA

Dr. Iñaki Lekuona Goya

CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

Dr. Juan José Goiti Unibaso

CIRUGÍA GENERAL Y DEL APARATO DIGESTIVO

Dr. Antonio Ortizain Gutierrez

Dr. Javier Ortiz Lacorzana

CIRUGÍA PLÁSTICA Y REPARADORA

Dr. Ricardo Ruiz de Erenchun Purroy

CIRUGÍA TORÁCICA

Dr. Rafael Rojo Marcos

DERMATOLOGÍA

Dr. Laura Berroeta Gil

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA Y REPARADORA

Dra. Nieves Arias Delgado H+HD
 Dr. Angel Laborda Alegre H+HD
 Dra. Eva Urbano Manero H+HD
 Dra. Elvira Pelet Pascual H+HD
 Dr. Rafael Hernandez Elia H+HD
 Dr. Juan Ignacio Fernandez Liesa H+HD
 Dr. Javier Royo H

ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jose Miguel Fustero Aznar H+HD
 CONSULTAS: Dr. Vicente Pobo H

CARDIOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Antonio Asso Abadía HD
 Equipo Médico:
 Dra. Ana Portolés Ocampo HD
 Dr. José Javier Salazar González HD
 CONSULTAS:
 Dr. Ángel Artal Burriel H

CIRUGÍA GENERAL Y DEL APARATO DIGESTIVO

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jorge Solano Murillo H+HD
 Equipo Médico:
 Dr. José Antonio Fatás Cabeza H+HD
 JEFE DE SERVICIO:
Dr. Eloy Tejero Cebrían H+HD
 Equipo Médico:
 Dra. Ana Navarro Gonzalo H+HD
 Dra. M^a Pilar Val-Carreres Rivera H+HD
 CONSULTAS:
 Dr. Santiago Duato Jane H
 Dr. M^a José Morollón Loriz H
 Dr. Fernando Ruiz Marcuello H
 Dr. Pascual Soler Alcubierre H
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Antonio Moliner Tarrago H
 Dr. Andrés Sádaba Armendariz H

CIRUGÍA ORAL Y MAXILOFACIAL

Equipo Médico:
 Dr. Bartolomé Nadal Cristobal H+HD
 Dr. Tomás Usón Bouthelier H+HD

CIRUGÍA Y PATOLOGÍA MAMARIA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Antonio Güemes Sánchez H+HD
 JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ramón Sousa Domínguez H+HD
 Equipo Médico:
 Anestesiología Dr. José Luis Sola García H+HD

CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA Y REPARADORA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. M^a Jesús García Dihinx H+HD
 Equipo Médico:
 Dr. Fernando Albiñana García-Dihinx H+HD
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dra. M^a Concepción Pinilla Lozano H+HD
 Dr. Antonio Saénz Bobadilla H
 Dr. Javier Rodrigo Palacios H
 Dra. María José Barba Martínez HD
 Dra. Elvira Linares Noguera H

CIRUGÍA TORÁCICA

CONSULTAS:
 Dr. Fermín Sánchez García H
 MÉDICOS COLABORADORES Dr. Francisco Javier García Tirado H

CIRUGÍA PEDIÁTRICA

MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Juan Elias Pollina H

DERMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Paula Bergua Rueda H+HD
 CONSULTAS:
 Dra. M^a del Carmen Sáez de Santa María Esguevillas HD
 (Equipo Dra. Saez de Santa María)
 Dra. Ana Morales Callahan HD

DIGESTIVO

Equipo Médico:
 Dr. Roberto Araméndiz Araujo HD
 Dr. Ángel Lanás Arbeloza HD
 Dr. Miguel Ángel Simón Marco HD
 Dr. Santiago García López HD
 Dr. Angel Ferrandez Arenas HD
 Dr. Rafael Uribarrena Echebarría H

ENDOCRINOLOGÍA

CONSULTAS:
 Dr. Andrés López Gómez H
 Dra. Carmen Marcuello Melendo HD

ESTÉTICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ricardo Malumbres Vicente HD

FARMACIA HOSPITALARIA

Dña. Diana Heredia Ledesma H+HD

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

CONSULTAS:
 Dra. M^a José Ballabriga Egea HD
 Dr. Fernando Colmenarejo González H
 Dr. José Antonio Duque Gallo HD
 Dra. Concepción Leal Cariñena HD
 Dr. Víctor Recaj Recaj H
 Dr. Julián Sánchez Rubio HD
 Dra. Lia Ornat HD
 Dra. Elena Bescós Santana HD
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dra. M^a Teresa Abad Sopena H
 Dr. Antonio Adiego Sancho H
 Dra. M^a Jesús Barco Marcellán H
 Dr. José Burriel Ballestín H
 Dr. Marcos Cuesta Llorente H
 Dr. Pedro De la Iglesia Chamorro H
 Dr. Carlos Elorriaga Azpilicueta H
 Dra. Ana Pilar Fernández Sainz H
 Dr. Jorge Carlos García Ontín H
 Dr. Javier García Pérez-Llantada H
 Dr. Julio Herraiz Abad H
 Dr. Mariano Horno Octavio H
 Dra. Patricia Ibañez Burillo H
 Dr. Jorge Iranzo Sola H
 Dr. José M^a Lario Jaime H
 Dra. Rosario Lobera Julián H
 Dra. M^a Victoria Mena Gutierrez H
 Dr. Ricardo Navarro Martín H
 Dr. Daniel Oros Espinosa H
 Dr. Jesús Pérez González H
 Dr. Juan Ramón y Cajal Agüeras H
 Dr. Jaime Robert Torres H
 Dr. Pedro J. Rodríguez Abad H
 Dr. Manuel A. Romero Cardiel H
 Dr. Miguel Ángel Ruiz Conde H
 Dr. Ricardo Savirón Tajahuerce H
 Dra. Mercedes Sobreviela Laserrada H
 Dr. José Alberto Tierz Pérez H
 Dra. Cristina Torrijo Rodrigo H
 Dr. José Javier Vengoechea Pascual H

HEMATOLOGÍA

Responsable Depósito de Sangre
 Dra. Celia De Mingo Pascual H
 CONSULTAS: Dr. Manuel Giral Ralschs H
 Dr. Gonzalo Pérez Lungmus H

HEMATOLOGÍA

Responsable Depósito de Sangre
 Dra. Celia De Mingo Pascual H
 CONSULTAS: Dr. Manuel Giral Ralschs H
 Dr. Gonzalo Pérez Lungmus H

HEMOTERAPIA

Dr. Antonio Bosque Gracia H

HEMODINÁMICA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Antonio Peleato Peleato H

LABORATORIO

Dra. Elena Casao Berdún H

MEDICINA DE FAMILIA

Dra. Eva Lahuerta Pérez HD
 Dra. Beatriz García Palacios HD

MEDICINA INTERNA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Francisco Mora Álvaro H
 Equipo Médico:
 Dr. Daniel Sáenz Abad H
 Dra. Beatriz Sierra Bergua H
 CONSULTAS:
 Dr. Juan Jiménez- Muro Pérez- Cistue H

MEDICINA NUCLEAR

Director proyectos investigación
 PET TAC

Dr. Javier Banzo Marraco HD

Equipo Médico:
 Dr. M. Ángel Ubieto Laguarda HD

NEUMOLOGÍA

Consulta Dr. Francisco De Pablo Cillero HD
 MÉDICOS COLABORADORES Dr. Salvador Bello Aranda H

NEUROCIURUGÍA

CONSULTAS:
 Dr. Ricardo Arregui Calvo HD
 Dr. Juan Bosco Calatayud Pérez H
 Dra. Cristina Pérez Lázaro H
 Dr. Seberiano Cortés Franco H
 Dra. Marta Claramonte De la viuda H

MÉDICOS COLABORADORES

Dr. José Eiras Ajuria H
 Dr. Joaquín Gómez Perún H
 Dr. Javier Valero Martínez H
 Dr. Luis Gonzalez Martinez H

NEUROFISIOLOGÍA

CONSULTAS:
 Dra. Pilar Cuartero Ríos HD
 Dra. Marta Bernal Lafuente HD
 Dra. M^a Ángeles Cid López H

NEUROLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Carlos Tejero Juste HD
 Equipo Médico:
 Dra. Eugenia Marta HD
 CONSULTAS:
 Dr. Juan I. López Gastón H
 Dr. Antonio Oliveros Cid H

NUTRICIÓN

CONSULTAS:
 Dña. Teresa Medrano Sanidelfonso HD

ODONTOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Francisco Estarreado Blasco HD
 Equipo Médico:
 Dr. Manuel Galán Abad HD
 Dr. Ramón Ruiz de la Cuesta HD

OFTALMOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Ángel Cristobal Bescós HD
 Equipo Médico:
 Dra. M^a Ángeles Del Buey Sayas HD
 Dr. Antonio José Mateo Orobia HD
 Dr. Carlos Peiró Embid HD
 Dr. Antonio Rodríguez Galietero HD
 Dr. Cosme Micolau Foz HD
 CONSULTAS:
 Dr. José María Oliván Bergua H
 Dr. Antonio Sánchez Pérez H
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Francisco Javier Castro Alonso HD

ONCOLOGÍA MÉDICA

CONSULTAS:
 Dr. Pedro Bernardo Mateo De las Heras HD
 Dr. Alberto Sáenz Cusí HD

ONCOLOGÍA RADIOTERÁPIA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Ricardo Escó Barón HD
 Equipo Médico:
 Dra. Sonia Polo Jaime HD
 Físico Dr. Pablo Ortega Pardina HD

OTORRINOLARINGOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Jorge Alfaro García HD
 Equipo Médico:
 Dr. Jaime Leache Pueyo HD
 Dr. Fernando Ernesto Moliner Peiró HD
 CONSULTAS:
 Dra. Elena Aznar Facerías H
 Dr. Pedro Ibero Giraldez H

PEDIATRÍA

Equipo Médico:
 Dr. Daniel Segura Arazuri HD
 Dra. Susana Martínez Laborda HD
 CONSULTAS: Dr. Herair Katszenian Alchami H
 Neuropediatra Dr. Javier López Pisón HD
 Digestivo Dr. Javier Martín De Carpi HD
 Endocrino Dr. Jose Ignacio Labarta Aizpún HD
 Logopedia Dña. Pilar López Pisón HD
 MÉDICOS COLABORADORES HD
 Dr. Angel Lario Elboj H
 Dra. Beatriz López García H
 Dr. Juan Angel Gimenez Olivas H
 Dr. Carlos Reyero Tarragó H
 Dr. Manuel Ruiz Echarri H
 Dr. Antonio Jesús Valle Traid H
 Dra. Beatriz Bielsa Rodrigo H

PODOLOGÍA Y BIOMECAÁNICA

JEFE DE SERVICIO:
D. Víctor Alfaro Santafe HD
 Equipo profesional:
 D. Jorge Sangüesa Martín HD
 Dña. Jara Turmo Ferrer HD
 D. Antonio Fernandez Grau HD
 Dña. Carla Lanuza Cerzónico HD

PSICOLOGÍA

Equipo profesional: Dña. Raquel García Calvo HD
 Dña. Esther Sierra Martinez HD
 D. Antonio Escartín Oliván HD
 Dña. María Del Castillo Aparicio HD
 CONSULTAS:
 Dña. Ángela Mancho Biesa H

PSIQUIATRÍA

Equipo Médico:
 Dra. Pilar Ferrández Arenas HD

RADIODIAGNÓSTICO

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Nicolás Fayed Miguel H
 Equipo Médico:
 Dr. Ignacio Ariño Galve H
 Dr. Manuel Arnal Monreal H
 Dr. Rogelio Marco Larraga H
 Dra. Marisol Rengel Monzón H
 Dra. Ana Forradellas Morales H
 Dra. M^a José Quintana Mata HD
 Dr. Juan José Herrero Reyes H
 Sustituto de Herrero Dr. Manuel Bobillo De Lamo H

RADIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Miguel Angel De Gregorio Ariza H

RECONOCIMIENTOS MÉDICOS

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Carmen Maza Rubio HD
 Equipo Médico:
 Dra. Eva Lahuerta Pérez HD
 Dra. Beatriz García Palacios HD

REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Alfredo Blasco Gómez HD
 Dra. Alina Quintana Otero HD
 Dra. Isabel Bergua Sanclement HD

REPRODUCCIÓN ASISTIDA

Biólogo:
Dr. Antonio Urries López HD
 Equipo Médico:
 Dr. José Antonio Duque Gallo HD
 Dr. Julián María Sánchez Rubio HD

REUMATOLOGÍA

CONSULTAS:
 Dra. Marta Medrano Sanidelfonso H

TRAUMATOLOGÍA

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Gustavo García Julve H
 Dr. Javier Buil Lazuela H
 JEFE DE SERVICIO:
Dr. Pedro Presa Candel HD
 Equipo Médico:
 Dr. Rafael Cardona Malsfey HD
 Dr. Luis M. Rodríguez Chacón HD
 Dr. Jose María Estallo Rivasés HD
 JEFE DE SERVICIO:
Dr. Javier Domingo Cebollada H
 Equipo Médico:
 Dr. Luis Herrero Barcos H
 Dr. Ángel Martínez Martín H
 Dr. Evelio Navarro H
 JEFE DE SERVICIO:
Dr. Alejandro Sola Cordón H
 Equipo Médico:
 Dr. Juan José Panisello Sebastia H
 Dr. Enrique Suñén Sánchez H
 Dr. Jorge Cuenca Espierrez H
 CONSULTAS:
 Dr. José A. Benedí Alcaine H
 Dr. Juan J. Bregante Baquero H
Dr. José Manuel Juárez Martínez H
Dr. Gonzalo Martínez De Santiago H
Dr. Juan José Sevilla Tirado H
 Dr. Luis Pérez- Serrano Urzola H
 Dr. José A. Sola Legarre H
 Dr. Juan Carlos Villota Quisimalin H
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Angel Calvo Diaz H
 Dr. Antonio Peguero Bona H
 Dr. Antonio Maestro Mercado H
 Dr. Alfredo Quintana Guitian H

UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS

JEFE DE SERVICIO:
Dr. José Luis Calderero Abad H
 Equipo Médico:
 Dr. Jesús Cortés Soler H
 Dr. Basilio Anson Carbonel H
 Dr. Mariano Sebastián Royo H
 Dra. Beatriz Villanueva Anadón H
 Dr. Carlos Homs Gimeno H
 Dra. María José Tolón H

UNIDAD DEL DOLOR

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Pedro Pérez Barrero HD

URGENCIAS GENERALES

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Herair Katszenian Alchami H
 Equipo Médico:
 Dr. Jorge Adoumie Naoum H
 Dr. Miguel Ángel Calvo Domínguez H
 Dra. Montserrat Colmenarejo González H
 Dra. M^a José Guillén Sanagustín H
 Dra. Eva Lahuerta Pérez H
 Dr. Fernando Moliner Peiró H
 Dr. Pedro Romanos Calvera H
 Dr. Manuel Subías Gómez H
 Dra. Antonia Lourdes Estevez Tudela H
 Dra. Beatriz García Palacios H

URGENCIAS PEDIÁTRICAS

JEFE DE SERVICIO:
Dr. Herair Katszenian Alchami H
 Equipo Médico:
 Dra. Pilar Arnauda Espotolero H
 Dra. Ángela Monente Calvo H
 Dr. Manuel Moros Peña H
 Dr. Feliciano Ramos Fuentes H
 Dr. Joaquín Carrasco Almazor H
 Dra. Ana Cristina Serrano Moreno H
 Dra. Miriam Luisa Cruz Hermosilla H
 Dr. Sergio Juan Belloc H

UROLOGÍA Y ANDROLOGÍA

CONSULTAS:
 Dr. Francisco Lorenzo Monzón Alebesque HD
 Dr. José Sánchez García H
Dr. José Manuel Sánchez Zalabardo H
 Dr. Javier Valer Algarabel HD
 MÉDICOS COLABORADORES
 Dr. Angel Elizalde Amatria H
Dr. Angel García Jalón H
Dr. Joaquín Navarro H
Dr. Ángel Luis Roncales Badal H

Font Vella, ideal para tu bebé.



Font Vella, por su **composición mineral**, es el **agua ideal para tu bebé**. Además, como es un agua mineral natural **no necesitas hervirla** para preparar el biberón.

Sodio y **calcio** son dos minerales muy importantes a tener en cuenta en la elección del mejor agua para tu bebé. Font Vella tiene las cantidades recomendadas de estos minerales.

	Composición ideal*	Composición Font Vella	
		Manantial Sacalm	Manantial Sigüenza
Sodio	menor de 25 mg/l	✓ 13,2 mg/l	✓ 4,5 mg/l
Calcio	entre 25 y 100 mg/l	✓ 38,5 mg/l	✓ 82,8 mg/l
Flúor	menor de 0,3 mg/l	✓ 0,2 mg/l	✓ menor de 0,2 mg/l
Nitratos	menor de 25 mg/l	✓ 3,6 mg/l	✓ 13,5 mg/l

*Vitoria Miñana, I. Agua de bebida en el niño. Recomendaciones prácticas. Acta Pediatr Esp. 2009; 67(6): 255-266.

Agua apta para la preparación de biberones

