

# 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





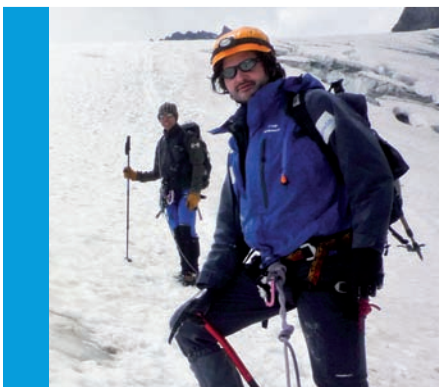
## Nombres

- 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](mailto:revista.ghq@quiron.es)

También nos puede  
encontrar en  
[www.quiron.es](http://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.

**D**esde 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](http://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.

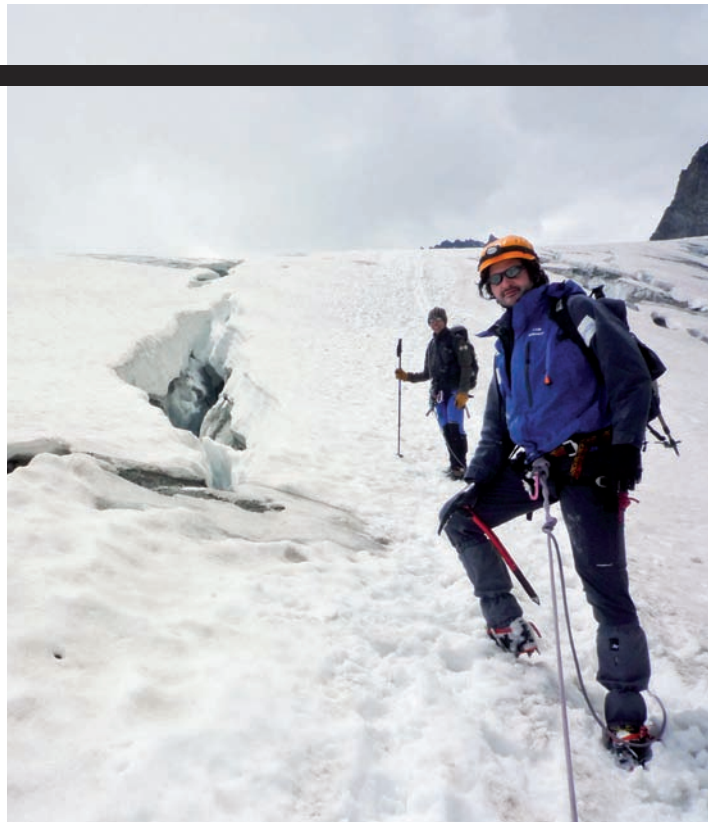
El aire a 4.000 metros tiene una esencia especial, única. Pero hay que luchar para ganárselo. **Si nos hubieran soltado en la cumbre desde un helicóptero sin duda no hubiera sido lo mismo. Pero como dicen los que saben de esto, la cima sólo es la mitad del camino.** Ahora venía lo que para mí fue lo 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 metido 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, ►

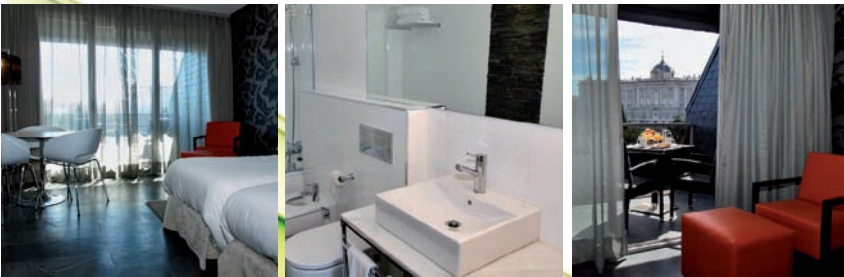


En la montaña se debe comenzar muy pronto, cuando la nieve es firme.



## ApartoSuite Príncipe Pío

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

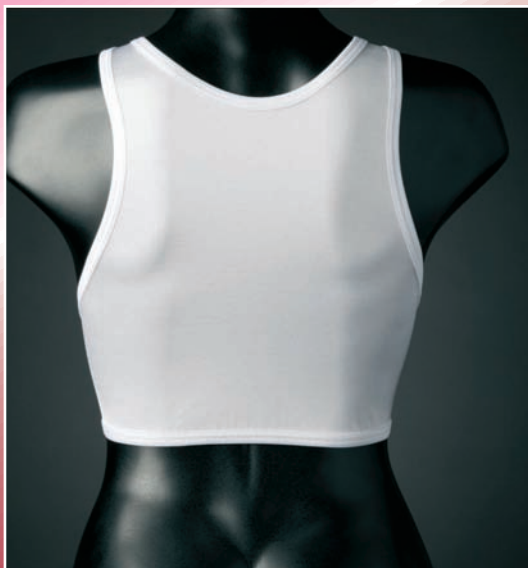
### Ventajas:

- 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](http://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](http://www.geoderm.com)



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

►traición paralizándome las 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 logramos. 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.

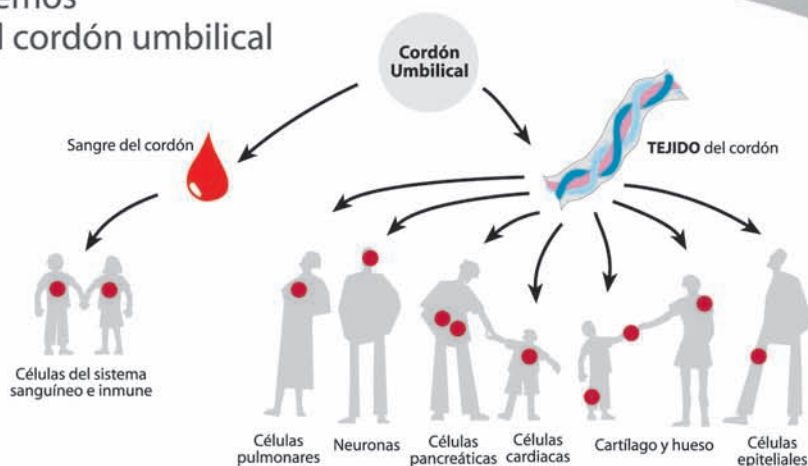


En 2004, fuimos pioneros en España.  
Hoy, tras años de investigación, lo hemos vuelto a hacer.

**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](http://www.imexclinic.es)
- **RENTA 4** Gestora de fondos de inversión. [www.r4.com](http://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](http://www.technicalstone.com)
- **MARTIN ELORZA** Guías de montaña. [www.martinelorza.com](http://www.martinelorza.com)

Para más información, consulte [www.peperubiolarrauri.es](http://www.peperubiolarrauri.es)

## PRÁCTICAS DE ULTRARRRESISTENCIA

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](http://www.bilper.com)



**CONSULTENOS Y LE ASESORAREMOS**

+0034 944 520 007  +0034 944 521 329 [www.bacterisan.com](http://www.bacterisan.com)  [info@bacterisan.com](mailto: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

► *gaspacho 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](http://www.naranjasecologicas.com)
- E-mail: [jordi@naranjasecologicas.com](mailto: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.

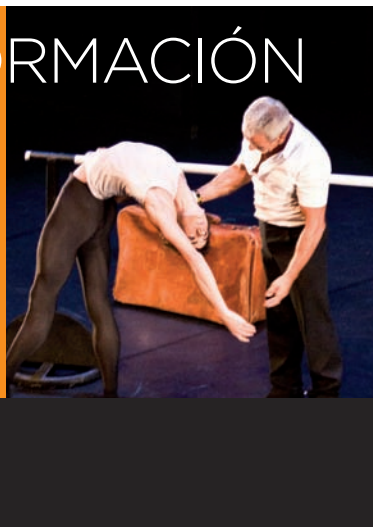
**¿Y cuáles son sus próximos proyectos?**

*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](http://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

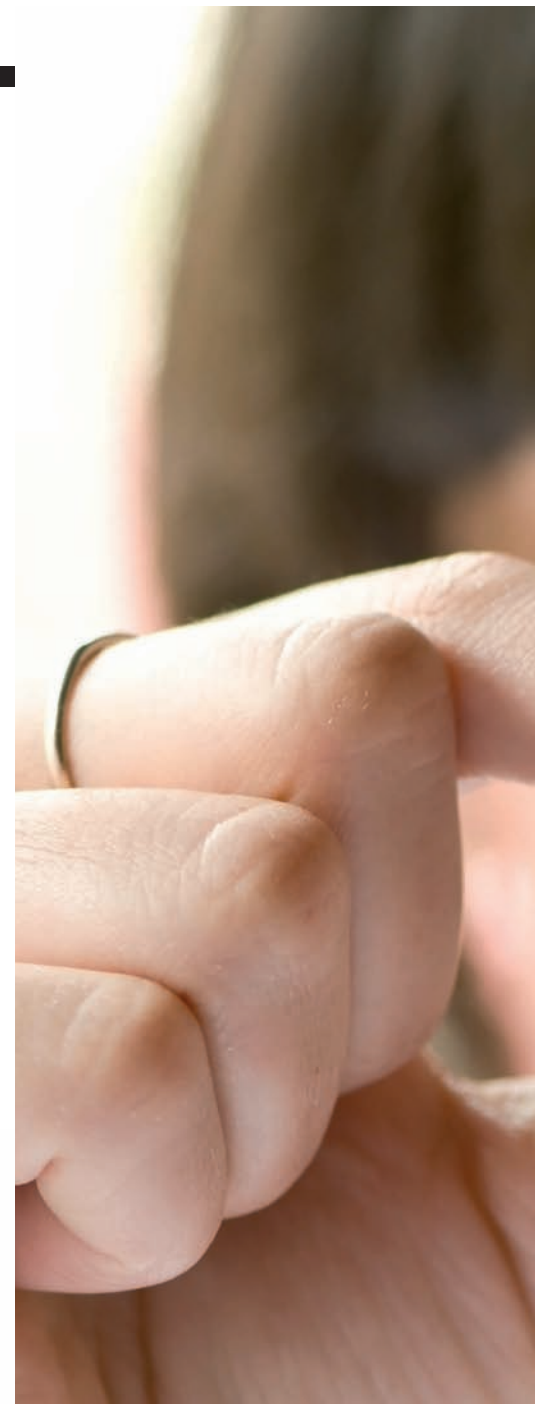
en una compañía que garantice la máxima calidad y seguridad, en la que ya confían más de 28.000 familias, y que es pionera en realizar trasplantes con células madre. Esa compañía tiene un nombre: Grupo Crioestaminal. Únete a nosotros, únete a la vida.

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.





**S**e 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

**P**ara 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](http://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?

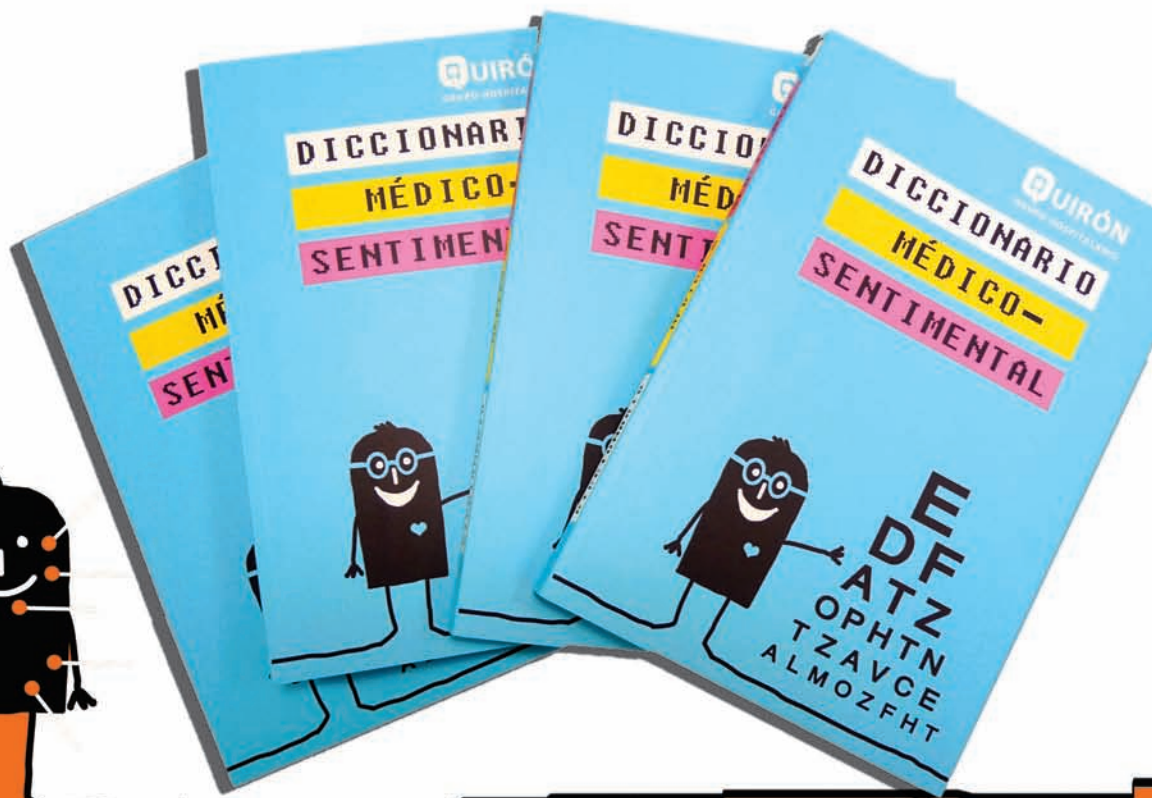
¿Qué entiende por **DELICADEZA** un cirujano pediátrico?

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](http://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.



**F**elicidades... 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.

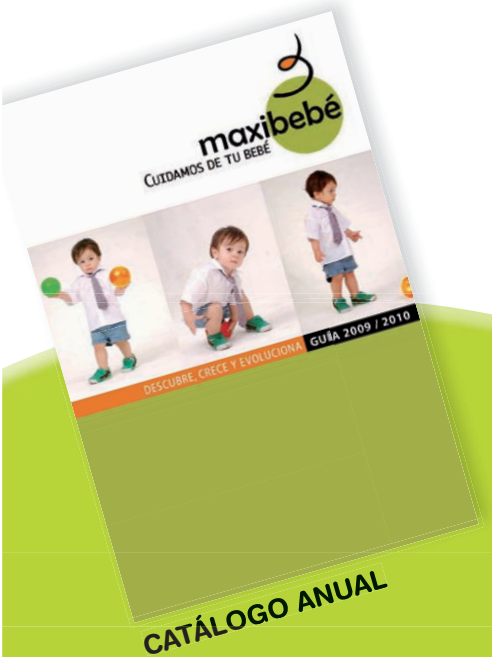
**¿Cuántos urólogos hay en Europa?  
¿Y de menos de 40 años?**

¡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](http://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

**E**l 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". Suspnda 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 Sebastián colabora en UN PROYECTO EN BOLIVIA

Fotos de Amaia Yudego y de María García

**G**racias 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](http://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.



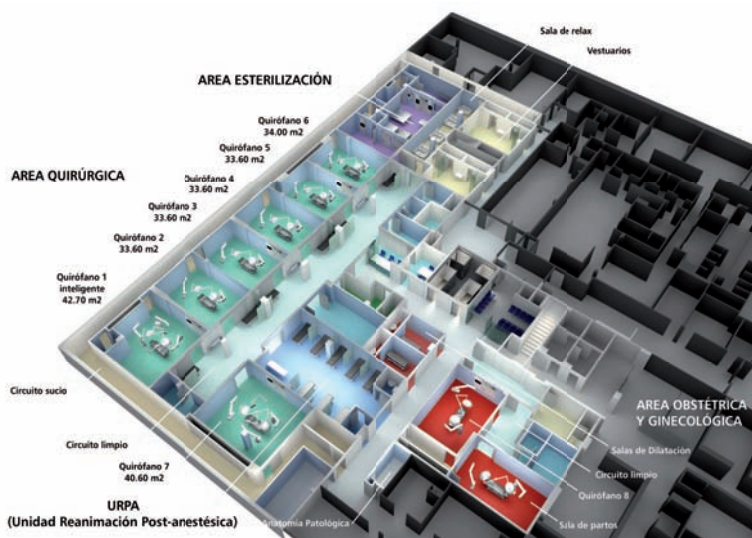
Hospital Quirón Vizcaya.

### 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). ■



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 redireccionar 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.recappte.com](http://www.recappte.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 Cordón 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 Cordón, respectivamente Presidenta, Vicepresidenta y Consejera Delegada de Grupo Hospitalario Quirón.





COMER BIEN, ESTAR MEJOR

# Serunion

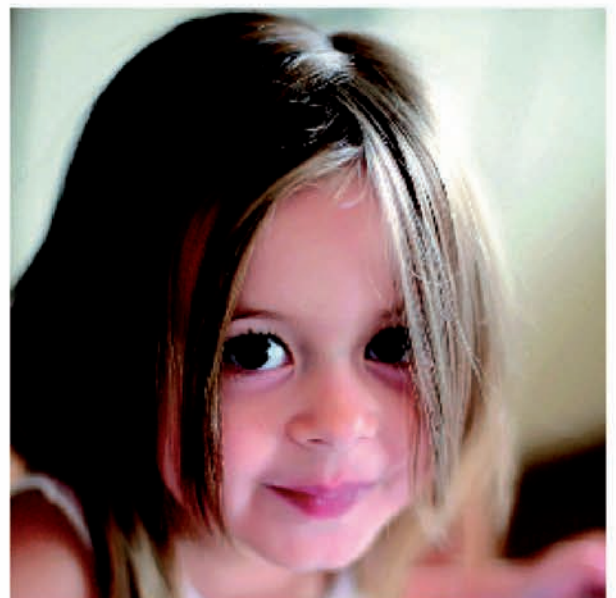

salud



### 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



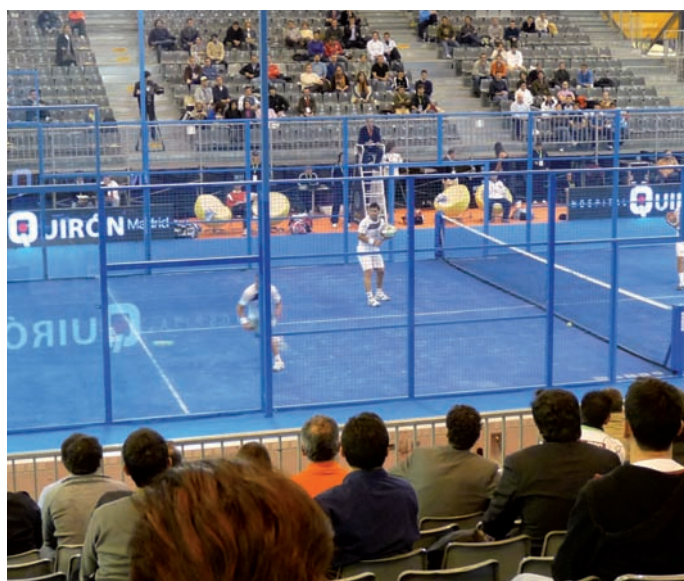
**Oficinas Centrales:**  
Av. Josep Tarradellas nº34, 7ª planta 08029 Barcelona  
Telf: 93 228 95 55 Telf: 93 228 95 59

# 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.



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.

El vencedor está solo de Paulo Coelho.



## 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.

## 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](http://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.

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

## COMPAÑÍAS CENTRO DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA QUIRÓN BILBAO

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

## COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN MADRID

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

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

## COMPAÑÍAS HOSPITAL QUIRÓN ZARAGOZA

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

## COMPAÑÍAS HOSPITAL DE DÍA QUIRÓN ZARAGOZA

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

(instalaciones)<sup>2</sup>

(investigación)<sup>2</sup>

(calidad)<sup>2</sup>

(dedicación)<sup>2</sup>

(innovación)<sup>2</sup>

(equipamiento)<sup>2</sup>

(experiencia)<sup>2</sup>

(prestigio)<sup>2</sup>



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  
Goirizelaya  
Dr. Graciela Junchaya La Rosa  
Dr. M. Carmen Díez Gimbernat  
Dr. Ana Parera Ruiz  
Dr. Adrià Font Gual  
Dr. Mireia Rodríguez Prieto  
Dr. Simona Bambini  
**EQUIPO DR. FRANCESC CEDÓ VALLOBA**  
Dr. Elisabet Cedó Lluis  
Dr. Jorge Esteban Banzo  
Dr. Pedro Olivera Lloret  
Dr. Carlos Morros Viñoles

### APARATO DIGESTIVO

**EQUIPO DR. LLUIÍS 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 Rio  
Dr. Antonio Luis Valero Santiago  
Dr. Anna Puiggrós Casas  
Dr. Vanesa González Núñez  
Dr. Rosa Maria 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 Rio  
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<sup>º</sup> 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. S. Salvadora Delgado Rivilla  
Dr. Juan Manuel Romero Marcós  
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 Sevilano  
Dr. Jorge Juan Olsina Kissler  
**EQUIPO DR. MANUEL GALOFRÉ FOLCH**  
Dr. Gonzalo Galofré Pujol

### CIRUGÍA MAXILOFACIAL

**EQUIPO DR. JAVIER GONZÁLEZ LAGUNAS**

Dr. Juan Antonio Huetó 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 Cavinasi - Trauma/ Rehabilitación  
Dr. Ignacio Maled García  
**EQUIPO DR. JORDI BALLESTER SOLEDA**  
**EQUIPO DR. JOAQUIM CABOT DALMAU**  
Dr. Jaume Llort 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 ÁNGEL GONZÁLEZ RIVERO**

Dr. Claudia Marhuenda Irastorza

### CIRUGÍA PLÁSTICA

**EQUIPO DR. JOSÉ M<sup>º</sup> 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<sup>º</sup> Mercedes Pérez García  
Dr. Ramon Pujol Vallverdú  
Dr. Esther Serra Baldrich  
Dr. Maria José González Duarte  
Dr. Ana Ravella Mateu  
Dr. Ramón Bartralot 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<sup>º</sup> José Romera Lobato  
Dr. Àngeles Zamora Sola  
Dr. Asunta Beatriz Briá Nieves  
Dr. Juan Angel Clavero Torrent  
Dr. Deyna maritza Gutiérrez Guzmán

Dr. M<sup>º</sup> José 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  
Dr. Paloma Pifarré Montaner  
Dr. Marc Simó Perdigo

### 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**

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

### LABORATORIO CLÍNICO

General-Lab Dr. Inma Roig

### MEDICINA AERONÁUTICA

Dr. 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  
Dr. Laura Muntaner Muñoz

### MEDICINA REGENERATIVA

Dr. Montserrat García Balletbó  
Dr. 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

### NEUROLOFISIOLOGÍA

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

### NEUROLOGÍA

**EQUIPO DR. XAVIER MONTALBAN GAIRIN**

Dr. Patricia Pozo Rosich  
Dr. Jordi Rio Izquierdo  
Dr. M. Jesús Arévalo Navines  
Dr. Carlos Jacas Escarcelle  
Dr. Joaquin Castillo Justribo  
Dr. Àlex Horga Hernández  
Dr. Inmaculada Royo de Mingo  
Dr. 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  
Dr. Cristina Cabero Riera  
Dr. Elisa Llurba Olivé  
Dr. Armando Hernández Rojas  
Dr. Celia Barrionuevo Monti  
Dr. Gustavo Legaz Isaia  
Dr. Elida Alonso Mayo  
Dr. M. Mar Goya Canino  
Dr. Albert Cabero Roura  
Dr. Elena Carreras Moratons  
Dr. Guillermo R. Landini  
Dr. Juan Gabriel Fernández Delgado

Dr. Laura Perdomo Velasquez

Dr. Juan Carlos Bello Muñoz  
Dr. Sabina Vargas Barrientos  
Dr. Romina Castagno  
Dr. Raquel Ferrer Oliveras  
Dr. Otto Valdés Martínez  
Dr. Carlota Cestafe Caro  
Dr. Martín Espinosa Bravo  
Dr. Oriol Porta Roda  
Dr. Javier Albares Tendero  
Dr. Marina Folch Folch (Ecografías)

Dr. Ivette Álvarez Tinarejo (Ecografías)

Dr. M<sup>º</sup> Ángeles Sánchez Durán (Biopsias de Corion)

**EQUIPO DR. XAVIER MARQUÉS AMORÓS**

Dr. Marta García del Real Leguina  
Dr. Alejandra Aliende Pons  
Dr. Andrea de Sas Vidal-Ribas  
Dr. Rosana Diaz Souto  
**EQUIPO DRA. CATALINA OLIVER ÁLVAREZ**  
Dr. Jordi Carrera Viñals  
Dr. Isabel García-Penche Santillán  
Dr. Inés Bombí Civit

**EQUIPO DR. LUIS POUS IVERN**

Dr. Josep M<sup>º</sup> Gely Pujol  
Dr. Josep Maria Bogañá Ponsa

### OFTALMOLOGÍA

**EQUIPO DR. AMADEU CARCELLER GUILLAMET**

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

### OTORRINOLARINGOLOGÍA

**EQUIPO DR. JOSEP PRADES MARTÍ**

Dr. Francisca Prades Martí  
Dr. Antonio Feixa Riba  
Dr. M<sup>º</sup> Ángeles Martínez Arias  
Dr. 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 Saur  
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<sup>a</sup> Clara Escobar Diaz  
Dr. Carolina Bernal Cuartas  
Dr. Jordi Almar Mendoza  
Dr. Juan Antonio Belmonte Torras  
Dr. Ángels Pascual Ibáñez  
Dr. Carlos Veciana García-Baente  
Dr. Montserrat Torrella Puig  
Dr. Benito Herranz Pérez  
Dr. M<sup>a</sup> 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 Garcia  
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<sup>a</sup> 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<sup>a</sup> 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<sup>a</sup> 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<sup>a</sup> 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 Dr. 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 Martinez 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 Sotorrio 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: Dra. Elena Alvarez Moreno Dra. 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<sup>a</sup> 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 Dra. Leticia Zapatero Zamora**

**ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

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

**GENÉTICA**

**JEFES DE SERVICIO: Dra. 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 Barraión  
Jefe Asociado Dr. Ginés Hernandez Cortés  
Jefe Asociado - R.A. Dr. Antonio Gosálvez Vega  
Prenatal Dr. Juan José Arbúes Gabarre  
Dr. Marina Ainhoa Cañameres 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<sup>a</sup> Montserrat Uriel Calvo  
Guardias Dra. M<sup>a</sup> 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<sup>a</sup> Dolores Pilar Pérez-Jaráz 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 Lacoma 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 Ruiz Blanco Dr. Rafael Ruiz de Luna Dr. Ignacio Salaverría Garzón Dr. María Eugenia Sevillano Pérez Dra. María Susana Temprano Vazquez Dr. M<sup>a</sup> del Rosario Truchero Angulo**

**MEDICINA INTERNA**

**JEFE DE SERVICIO: Dr. Daniel Carnevali Ruiz**  
**EQUIPO MÉDICO: Dra. M<sup>a</sup> del Carmen Díaz Pedroche Dr. Jose Manuel Luque Pinilla Dra. M<sup>a</sup> 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<sup>o</sup> 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<sup>o</sup> 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 Fernandez  
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<sup>o</sup> del Carmen Bravo Laguna  
Neonatología Dra. María Ángeles Caballero Martín  
Dra. María CORMENAZA Carpio

Dr. Luis Fernando de Pablo Pascual  
Dra. María Teresa Díaz López  
Neonatóloga Dra. Izascun Doronsoro Martín  
Neonatología Dra. M<sup>o</sup> de la Esperanza Escribano Palomino  
Dra. Teresa Ferrando Lucas  
Digestivo Pediátrico Dra. Marta García Fernández de Villalta  
Dra. M<sup>o</sup> Teresa Gómez Mugueroza  
Neonatología Dra. Elena Pilar Gutiérrez González  
Dr. Ibrahim Hassan Moustafa  
Dra. Eliana Lopes Santos  
Dra. Manuela López Azorín  
Dra. Paloma López Ortego  
Dra. M<sup>o</sup> Cristina López Ortego  
Dra. M<sup>o</sup> Dolores Lledín Barbancho  
Dr. Hector Uriel Martínez Boniche  
Dra. Lucrecia Estela Medina  
Neonatóloga Dra. Lara Olazar Gómez  
Endocrinólogo pediátrico Dr. Francisco José Pelayo Baeza  
Neonatóloga Dra. Adelina Pellicer Martínez  
Dr. Fabienne Robuschi Lestouquet  
Dra. Lucía Alejandra Rodríguez Cuitiño  
Endocrinólogo pediátrico Dr. Jaime Sanchez Del Pozo  
Neonatología Dra. Laura Sanchez Garcia  
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. Rafael Fernández García-Andrade  
Dra. Julia García-Albea Martín  
Dr. José Gimillo Asensio  
Dra. M<sup>o</sup> 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 Serratosa Fernández**  
Fisioterapeuta **Dr. Miguel Ángel Prieto Adanero**  
Fisioterapeuta **Dr. Olegario Regidor García**  
EQUIPO MÉDICO:  
Médico Dra. María Eugenia Delpón Huete  
Médico Dra. Iciar Guadaño Garcia  
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  
Traumagología General Dr. Anibal Ganem Prats  
Ortopedia Infantil Dr. Borja López Hernando  
Pie y tobillo Dr. Ernesto Maceira Suárez  
Traumatología general Dra. Nuria Martínez López  
Traumagología 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<sup>o</sup> de los Milagros Fernández Solís  
Dr. Angel Luis Lindo Torres  
Dra. Mihaela Lorella Manescu  
Dr. José Fernández 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 Minguéz 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 Vecilla, 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 Vasculat  
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 Cóndor 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<sup>ª</sup> Asunción Arregui Murua

### DIAGNÓSTICO POR IMAGEN

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

### DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

Dr. M<sup>ª</sup> Teresa Gaztañaga  
Aurrekoetxea

### FISIOTERAPIA

Haritza Cristóbal Iruretagoyena

### 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<sup>ª</sup> 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 Urtaasun 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 Etxebebe 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<sup>ª</sup> 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<sup>ª</sup> 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 Barrera  
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 Gasióñ  
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<sup>ª</sup> 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<sup>ª</sup> 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 Lombart 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<sup>ª</sup> Ricart Vayá**  
Equipo médico:  
Dr. Gabriela Arana  
Dr. Cecilia Laguna Argente  
Dr. Jose M<sup>ª</sup> Martín Hernández  
Dr. M<sup>ª</sup> 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<sup>ª</sup> José Hueso Villanueva**  
Equipo Médico:  
Dr. Rosa M<sup>ª</sup> 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**  
Dr. Patricia Burguete Fenollosa  
Dr. M<sup>ª</sup> Teresa Izquierdo Puchol  
Dr. Ana Marbella Muñoz Jaramillo  
Dr. María del Mar Ramírez Blasco  
**Unidad de Ginecología y Obstetricia Quirón**  
Dr. Valentín Morán López  
Dr. Natalia Ibáñez Meca  
Dr. M<sup>ª</sup> 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**

### HEMODYNAMICA

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<sup>ª</sup> 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 CLINICA

JEFE DE SERVICIO:  
**Dr. Juan Moliner Ibáñez**  
Equipo Médico:  
Dr. Trinidad Blanco Hernández  
Dr. Rosa Chilet Chilet  
Dr. 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 Afón

**NUTRICIÓN CLÍNICA**

JEFE DE SERVICIO:

**Dra. Carina Gimeno Uribes**

**ODONTOLOGÍA**

JEFE DE SERVICIO:

**Dr. Miguel Beltrán Andreu**

Equipo Médico:

Dr. Ole Andresen Ribes

Dra. Aranzazu Cañigal Ortiz

Dra. Marta Ibor Miguel

Dra. M<sup>a</sup> Angeles Matoses Miralles

Dra. Esther Olivera Aguilar

Dra. Antonia Pascual Ivars

Dr. Julio Quiles Fenollar

Dra. Barbara Soler Roig

Dra. Mónica Torregrosa José

**OFTALMOLOGÍA**

Unidad de Oftalmología Hospital Quirón

JEFES DE SERVICIO:

**Dra. M<sup>a</sup> Pilar López-Corell Vicent**

**Dra. 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

Dra. Gloria Navarro Rogla

Dra. María Ortí Bravo

Dra. María Paradis Vives

Dr. Ricardo Ramón Cosin

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

Dra. M<sup>a</sup> Teresa Urchueguía Navarro

Equipo Dr. Guiral

JEFE DE SERVICIO:

**Dr. Héctor Guiral Torner**

Equipo Médico:

Dr. Anselmo Díaz Fernández

Dra. Ilona Kunze

Dra. M<sup>a</sup> 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:

Dra. Pilar Escuder Mas

Dra. Virginia Jarabo Garín

Dra. M<sup>a</sup> del Carmen Rubio Álvarez

Dra. M<sup>a</sup> Pilar Terradez Marco

Consultas Pediatría

Dra. Virginia Jarabo Garín

Dra. M<sup>a</sup> del Carmen Rubio Álvarez

Dra. M<sup>a</sup> Pilar Terradez Marco

**Consultas Especialidades**

**Pediatricas**

Sueño Infantil Dr. Gonzalo Pin

Arboledas

Gastroenterología pediátrica

Dr. Pablo Ferrer González

**PODOLOGÍA**

Jefa de Servicio:

**Dra. Pilar Pérez Ros**

Equipo Médico:

Dr. Francisco Martínez Arnau

Dra. María Tortosa Montañana

Dr. Ignacio Más Garrote

**PREPARACIÓN AL PARTO**

Amelia Buchón Escribano

**PSICOLOGÍA CLÍNICA Y MUSICOTERAPIA**

JEFE DE SERVICIO:

**Dra. Sagrario Álvarez Valdeita**

Equipo Médico:

Dra. Regina Fernández Canet

**PSIQUIATRÍA**

JEFE DE SERVICIO:

**Dra. 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:

Dra. 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

Dra. Elena Belloch

Dra. Esther Blanch García

Dra. Cristina Bujeda Gómez

Dra. Julia Cano

Dr. Salvador Costa Hervas

Dra. M<sup>a</sup> Pilar Ferrer Ripollés

Dra. Juana Forner Gómez

Dr. Vicente Hervás

Dra. Elena Lonjedo Vicent

Dr. Enrique Mollá Olmos

Dra. 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

Dra. Maite Ballester

Dra. Lucía Gallego Ligorit

Dr. José García Asunción

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

Dra. Elena Pau Espinosa

Equipo de Biólogas:

M<sup>a</sup> 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

Dra. Yoselyn Coelho Díaz

M<sup>a</sup> José Gómez García

Dr. Jose María Iranzo Velasco

Dr. Ezequiel Martínez Estrada

Dr. Alexander Menéndez Blasco

Dr. John Orozco

Dra. Maria Dolores Perales

Dra. M<sup>a</sup> Teresa Resta Rabassa

Dra. Maribel Rodríguez Triana

Dra. M<sup>a</sup> Isabel Sierra Martín

Dr. Juan Jose Soler Arnedo

Dra. Maureen Tello

Dr. Tobías Wagern

**Equipo Médico Urgencias**

**Pediátricas:**

Dr. Javier Bayona Luna

Dra. Karla Veronica De Vita Sanoja

Dr. Manuel Fornés Mániz

Dr. Rolando García García

Dr. Ignacio García Virgós

Dra. M<sup>a</sup> Leticia Hirmas

Dra. Aina Menéndez Durán

Dra. 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**

Dra. Mireya Prieto Rodríguez

**Ginecología, Longevidad**

**y Cirugía Estética**

Instituto de Medicina de la Salud

Dr. Antonio Cano

Dra. 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**

Dra. 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

Dra. Teresa Ibáñez Calle

**APARATO DIGESTIVO**

Dr. Juan A<sup>a</sup> 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**

Dra. Laura Berroeta Gil

**GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA Y REPARADORA**

Dr. Gorka Barrenetxea Ziarrusta

Dra. Rosario Jiménez Viruela

Dr. Jon Ander Aguirregoikoa Iza

Dra. María Barreiro Rodríguez

Dra. Estefanía Abanto Gonzalez

**HEMODINÁMICA**

Dr. José Ramón Rumoroso Cuevas

**HEMATOLOGÍA Y HEMOTERAPIA**

Dr. Mikel Longa Peña

Dra. Cristina Pardo Alfonso

**MEDICINA INTERNA**

Dr. Laureano Ribacoba Bajo

**MEDICINA NUCLEAR**

Dra. Verónica Llorens Abando

**NEFROLOGÍA**

Dra. Isabel Martínez

**NEUMOLOGÍA**

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<sup>º</sup> Pilar Val-Carreres Rivera H+HD  
 CONSULTAS:  
 Dr. Santiago Duato Jane H  
 Dr. M<sup>º</sup> José Morollón Loriz H  
 Dr. Fernando Ruiz Marcuello H  
 Dr. Pascual Soler Alcobierre 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<sup>º</sup> Jesús García Dihinx H+HD**  
 Equipo Médico:  
 Dr. Fernando Albiñana García-Dihinx H+HD  
 MÉDICOS COLABORADORES  
 Dra. M<sup>º</sup> 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<sup>º</sup> 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. Ángel 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<sup>º</sup> 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<sup>º</sup> Teresa Abad Sopena H  
 Dr. Antonio Adiego Sancho H  
 Dra. M<sup>º</sup> 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 Irazzo Sola H  
 Dr. José M<sup>º</sup> Lario Jaime H  
 Dra. Rosario Lobera Julián H  
 Dra. M<sup>º</sup> 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 Sobreviola Laserrada H  
 Dr. José Alberto Tierz Pérez H  
 Dra. Cristina Torrijó Rodrigo H  
 Dr. José Javier Vengoechea Pascual H

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

**HEMATOLOGÍA**  
 Responsable Depósito de Sangre  
 Dra. Celia De Mingo Pascual H  
 CONSULTAS: Dr. Manuel Giral Raischs 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

**NEUROCIROLOGÍA**  
 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<sup>º</sup> 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<sup>º</sup> 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 Katsseian 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 BIOMEQUINICA**  
 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<sup>º</sup> 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 Quisimalín 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 Katsseian Alchami H**  
 Equipo Médico:  
 Dr. Jorge Adoumie Naoum H  
 Dr. Miguel Ángel Calvo Domínguez H  
 Dra. Montserrat Colmenarejo González H  
 Dra. M<sup>º</sup> 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 Katsseian Alchami H**  
 Equipo Médico:  
 Dra. Pilar Arnauda Espatolero 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. Joaquin 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

